Министерство образования и науки Самарской области
Структурное подразделение «Центр внешкольной работы»
государственного бюджетного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы им. И.Н. Ульянова «Центр образования» с. Усолье муниципального района Шигонский Самарской области.

Программа принята
на заседании
методического совета
Протокол № 6 от 30.06.2023.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ с. Усолье
Л.Н. Подлипалина
Приказ № 60/7-од от 30.06.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Вокал»
художественной направленности
Возраст учащихся: 6-17 лет
Срок реализации: 1 год

ЭП
C=RU, O=ГБОУ СОШ с. Усолье, CN=Подлипалина Любовь Николаевна, E=usol_sch@samara.edu.ru
место подписания
2023.09.03 11:09:01+04'00'

Разработчик:
Коркодинова Инесса Михайловна,
педагог дополнительного образования

с. Усолье, 2023 г.

Краткая аннотация программы

Программа «Вокал» обеспечивает развитие значимых для образования, социализации, самореализации подрастающего поколения интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его личностных и духовных качеств.

Пояснительная записка.

Человек наделён от природы особым даром – голосом. Голос помогает человеку общаться с окружающим миром, выражать своё отношение к различным явлениям жизни.

В настоящее время наблюдается повышение интереса детей к вокальному искусству. Вокальное искусство является наиболее доступной формой вовлечения детей в художественное творчество и имеет огромное воздействие на духовный мир, нравственность, способствует повышению восприимчивости музыки, умению искренне и глубоко выражать свои чувства и переживания.

Певческое воспитание – процесс многообразный. В основе выразительного пения, формирования слуха и голоса лежат вокально-хоровые навыки. Именно в детском возрасте создается фундамент музыкальной культуры человека, как части его общей, духовной культуры в будущем. Важно не упустить благоприятный период для развития музыкальных способностей, поощрять желание детей петь, а также необходимо помочь им делать это красиво и правильно.

Направленность дополнительной образовательной программы. Модульная программа «Вокал» является общеразвивающей и имеет художественную направленность.

Программа составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ ;
- Концепции развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р) http://static.government.ru/media/files/ipA1NW42XOA.pdf ;

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р) https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html ;
- Приказа Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730 ;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172- 14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» https://rg.ru/2014/10/03/sanpin-dok.html ;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242. https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/dopolnitelnoe-obrazovanie/normativnye-dokumenty/3242-ot-18-11-2015-trebovaniya-k-programmav-dop.html
- «Методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО-16-09-01/826-ТУ);
- Приказа министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам». https://wp-content/uploads/Prikaz_PFDO_262-2019-08-20.pdf

Новизна данной программы заключается как в ее здоровьесберегающей направленности, так и в дифференцированном подходе к обучению, учете психофизиологических особенностей детей. В рамках дыхательных тренингов дети знакомятся с комплексом упражнений, в процессе выполнения которых они научатся использовать весь объем легких, что способствует их полной вентиляции, а, следовательно, и профилактике заболеваний дыхательных органов. В процессе занятий у детей развивается брюшной пресс и формируется правильная осанка, что способствует оздоровлению детей. При одаренности учащегося возможно обучение по

индивидуальному образовательному маршруту. Кроме того, можно использовать каждый модуль для обучения отдельным дисциплинам.

Актуальность данной программы заключается в том, что занятия органично сочетают в себе учебный процесс с конкретной деятельностью коллектива, где каждый участник на всех этапах обучения будет иметь исполнительскую практику, то есть возможность выступить перед зрительской аудиторией, участвовать в жизни микро- и макросоциума (группы, объединения, учреждения, города, региона и др.). В сравнении с ранее созданными программами художественной направленности преимущество данной программы заключается в привитии ощущения собственной значимости в обществе (творческие, интеллектуальные и социальные проекты), проявлении творческой инициативы, осознании своих возможностей и развитии целеустремлённости; приобщении ребёнка к культурным традициям вокально-технического искусства.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия в объединении «Вокал» развивают художественные способности детей, формируют эстетический вкус, улучшают их физическое развитие и эмоциональное состояние. Занятия вокалом направлены на то, чтобы развивать у учащихся способность чувствовать, понимать, любить, оценивать явления искусства, воспитывать музыкально – эстетический вкус, интерес и любовь к высокохудожественной музыке. Через совместную творческую деятельность воспитываются такие качества как образное мышление и фантазия, коллективизм, инициативность, дисциплинированность.

Цель: создать условия для выявления, развития и реализации музыкально-творческих способностей детей через жанр эстрадного вокала.

Задачи дополнительной образовательной программы:

Образовательные:

-обучить основам эстрадного вокала, сценического движения;

-сформировать устойчивое вокальное дыхание, грамотную артикуляцию, основные вокальные приёмы;

-сформировать вокально-ансамблевые навыки: пение без сопровождения;

-научить петь в ансамбле;

-научить работать со звуковоспроизводящей аудиоаппаратурой;

Развивающие:

-активизировать творческие способности учащихся;

-развивать музыкальный слух, чувство ритма, певческий голос, музыкальную память и желание импровизировать;

-развивать в ребёнке эмоциональную устойчивость к публичным выступлениям;

-развивать индивидуальные творческие способности детей на основе исполняемых произведений;

Воспитательные:

-воспитывать нравственные и эстетические чувства, культуру общения посредством песен;

-сформировать этику поведения на занятиях и вне занятий;

-прививать учащимся стремление постоянно расширять и углублять современные профессиональные знания;

-воспитывать самостоятельную творческую личность;

-подготовить личность ребенка к социализации в обществе.

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ. Программа отличается от других программ тем, что каждое занятие включает в себя:

-упражнения дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой;

-применение речевых игр и упражнений, которые разработаны по принципу педагогической концепции Карла Орфа (развивают у детей чувство ритма, формируют хорошую дикцию, артикуляцию, помогают ввести их в мир динамических оттенков познакомить с музыкальными формами);

- ***Адресат программы «Вокал»***

Данная программа разработана для обучающихся от 6 до 17 лет. Детское объединение могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом деятельности. Наполняемость в группе – 15 человек.

- **Сроки реализации программы «Вокал»**

Общее количество часов в год – 108 часов.

Количество часов в неделю – 3 часа.

Периодичность в неделю – 3 раза.

Продолжительность занятия – 40 мин.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки

Дети должны научиться красиво петь: петь звонко, напевно, чисто интонировать мелодию, выразительно исполнять различные по характеру вокальные произведения, постепенно переходить к исполнению более сложных вокальных произведений, к песням с более широким диапазоном. Необходимо постепенно подвести ребят к хоровому многоголосию, к ансамблевому пению, то есть научить ребенка петь в ансамбле и сольно, раскрывать наиболее полно творческие возможности каждого индивидуума, открывать и растить таланты, подбирать для изучения репертуар соответственно возрасту ребенка и его вокальному опыту, принимать участие в концертах для тружеников села, для ветеранов войны и труда, в районных конкурсах и фестивалях песни.

В процессе обучения в вокальном кружке репертуар должен соответствовать развитию необходимых певческих качеств: голоса, интонации, пластики, ритмичности.

Важно воспитывать у учащегося артистичность, умение перевоплощаться в художественный образ произведения. Это должно проявляться в мимике лица, движениях рук и корпуса.

Критерием оценки считать качество звука, свободу при пении, не количество, а качество выученного материала, умение практически использовать полученные умения и навыки.

Планируемые результаты

Предметные результаты программы

Реализация программы должна обеспечить:

- развитие музыкальных способностей и творческих качеств учащихся ;

- развитие общих способностей: памяти, внимания, воли, воображения, мышления;

- развитие навыка пения по нотам;

- умение осознанно применять навыки академического звукообразования для музыкального образа в зависимости от его эмоционально – нравственного содержания;

- навыки исполнения двух, трехголосных произведений, среди которых могут быть народные песни, сочинения композиторов – классиков, произведения современных композиторов, произведения духовной музыки с аккомпанементом и a cappella;

- формирования желания продолжить заниматься пением в хоре, как в художественной самодеятельности, так и продолжая обучаться в профессиональном учреждении;

- способность взаимодействовать с окружением в соответствии с принятыми нормами и способность понимать чувства и потребности других людей.

В результате обучения хоровому пению ученик должен знать и понимать:

- специфику певческого искусства;

- основные жанры народной и профессиональной хоровой музыки;

- многообразие музыкальных образов и способов их развития.

Уметь:

- эмоционально – образно воспринимать и выразительно исполнять хоровые и вокальные произведения;

- исполнять свою партию в хоре, в том числе с ориентацией на нотную запись;

- устанавливать взаимосвязи между различными видами искусства на уровне общих идей, художественных образов.

Метапредметные результаты

Личностные результаты:

- формирование и развитие художественного вкуса, интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности;
- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и его историю, осознание своей этнической и национальной принадлежности в процессе разучивания хоровых произведений (народных и композиторских);
- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций, формирование уважительного отношения к истории и культуре разных народов на основе знакомства с музыкальными произведениями разных стран и эпох;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в процессе познания произведений разных форм, стилей, эмоциональной окраски;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире путём ориентации в многообразии музыкальной действительности и участия в музыкальной жизни класса, школы, города и др.;
- развитие мотивации к учебной деятельности и формирование личностного смысла обучения посредством раскрытия связи между музыкой и жизнью, воздействия музыки на человека;
- формирование представлений о нравственных нормах, развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей на основе освоения музыкальных произведений, их коллективного обсуждения;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств на основе развития музыкально-эстетического сознания, проявляющего себя в эмоционально-ценностном отношении к искусству, понимании его функций в жизни человека и общества;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, связанных с исполнительской деятельностью (концерты, репетиции, плановые занятия и т.д.);
- формирование установки на безопасный здоровый образ жизни посредством развития представления о гармонии в человеке физического и духовного начал;

- формирование мотивации к музыкальному творчеству, целеустремлённости и настойчивости в достижении цели в процессе создания ситуации успешности музыкально-творческой деятельности учащихся.

Учащиеся получат возможность:

удовлетворять потребность в культурно - досуговой деятельности, духовно обогащающей личность.

Универсальные учебные действия (УУД)

Познавательные:

Учащиеся научатся:

- логическим действиям сравнения, анализа, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- применять методы наблюдения, экспериментирования (например, при моделировании различных исполнительских схем хорового произведения);
- рефлексировать в ходе творческого сотрудничества, сравнивать результаты своей деятельности с результатами других учащихся; понимать причины успеха/неуспеха исполнительской деятельности;
- адекватно воспринимать художественные произведения, осознавать многозначность содержания их образов, существование различных интерпретаций одного произведения;

Учащиеся получат возможность:

- научиться реализовывать собственные творческие замыслы, подготавливая своё выступление и выступая перед зрителями;
- удовлетворять потребность в культурно - досуговой деятельности, интеллектуально обогащающей личность, расширяющей и углубляющей знания о данной предметной области.

Регулятивные:

Учащиеся научатся:

- планировать, контролировать и оценивать собственные действия по разучиванию и исполнению хоровых произведений;

- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- выделять критерии оценки исполнения произведения, а также пользоваться на практике этими критериями;
- мобилизовать силы и волевую саморегуляцию в ходе приобретения опыта коллективного публичного выступления и при подготовке к нему.

Учащиеся получат возможность научиться:

- формулировать задачи, осуществлять поиск наиболее эффективных способов достижения результата в процессе совместной исполнительской деятельности;
- действовать конструктивно, в том числе в ситуациях неуспеха, за счёт умения осуществлять поиск наиболее эффективных способов реализации целей с учётом имеющихся условий.

Коммуникативные:

Учащиеся научатся:

- слушать собеседника и вести диалог; участвовать в коллективном обсуждении, принимать различные точки зрения на одну и ту же проблему; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения;
- понимать композиционные особенности произведения и учитывать их при построении разных вариантов исполнительской интерпретации;
- использовать речевые средства (а при необходимости и средства информационных технологий) для решения коммуникативных и познавательных задач (например, при обсуждении особенностей исполнения народных песен);
- опыту общения со слушателями в условиях публичного предъявления результата творческой музыкально-исполнительской деятельности.

Учащиеся получат возможность:

совершенствовать свои коммуникативные умения и навыки, опираясь на приобретённый в ходе хоровых занятий и выступлений сценический опыт публичного исполнения музыкальных произведений.

Программа состоит из трех модулей: «Техника вокала», «Музыкальная карусель», «Камертон».

I модуль
«Техника вокала»

Пояснительная записка

Обучение вокалу — сложный процесс, который предполагает выбор конкретных способов исполнения и дальнейшую постановку голоса. Техники вокала включают множество направлений, каждое из которых подбирается согласно голосовым возможностям и собственным предпочтениям.

Техника вокала включает в себя следующие разделы: основы музыкальной грамоты, развитие музыкального слуха и памяти, развитие чувства ритма.

Модуль «Техника вокала» – составная часть музыкального образования учащихся. Модуль способствует формированию основ вокальной техники, музыкальной грамоты и имеет художественную направленность. Актуальность модуля «Техника вокала» заключается в том, что занятия дают одинаковые возможности детям:

- ✓ проявить свои творческие способности;
- ✓ быть замеченными и чувствовать себя частицей единого творческого процесса;
- ✓ принимать участие в мероприятиях;
- ✓ накапливать и использовать обширный и разнохарактерный репертуар;
- ✓ снимать физические и психические перегрузки

II модуль
«Музыкальная карусель»

Пояснительная записка

Модуль «Музыкальная карусель» является одной из основных этапов развития певческого голоса у учащихся. На занятиях вокала, разучивая и исполняя песенный репертуар, учащиеся знакомятся с разноплановыми музыкальными сочинениями, тем самым расширяют свои представления о содержании музыки, её связях с окружающий их жизнью, получают представления о соотношении музыки и слова, т.е. расширяют свой

музыкальный кругозор. Необходимо отметить, что вместе с тем происходит развитие слуха, способности эмоционального отклика на различные явления жизни совершенствуются аналитические умения.

Репертуар должен носить воспитательный характер, быть высокохудожественным, соответствовать возрасту и пониманию детей, соответствовать возможностям данного исполнительского ансамбля, быть разнообразным по характеру, содержанию, подобранным трудностям, т. е. каждое произведение должно двигать ансамбль и солиста вперёд в приобретении тех или иных навыков или закреплять их.

Именно в этом модуле происходит работа над дыханием, звукообразованием, звуковедением, устранением певческих дефектов, вторая включает в себя работу над тембром, связанным с образно-эмоциональной стороной произведения, фразировкой, динамикой, выразительной интонацией, осмысленным пением, подкреплённым образно-ассоциативным мышлением.

III модуль

«Камертон»

Пояснительная записка

Педагог должен научить ребёнка пользоваться фонограммой. Обучение осуществляется сначала с помощью аккомпанирующего инструмента в классе, в соответствующем темпе. Пение под фонограмму - заключительный этап сложной и многогранной предварительной работы. Задача педагога - подбирать репертуар для детей согласно их певческим и возрастным возможностям. Также необходимо учить детей пользоваться звукоусилительной аппаратурой, правильно вести себя на сцене. С помощью пантомимических упражнений развиваются артистические способности детей, в процессе занятий по вокалу вводится комплекс движений по ритмике.

Таким образом, развитие вокально-хоровых навыков сочетает вокально-техническую деятельность с работой по музыкальной выразительности и созданию сценического образа:

- овладение навыками художественной выразительности исполнения; работа над словом, раскрытием художественного содержания и выявлением стилистических особенностей произведения (фразировкой, нюансировкой, агогикой, приемами вхождения в музыкальный образ, сценической, мимической выразительности);
- обучение навыкам сценического движения, работы с микрофоном;
- приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичного выступления;
- снятие психологических и мышечных зажимов;
- развитие фантазии, двигательной памяти, внимания, чувства ритма, чувства пространства и времени, чувства слова;
- овладение и понимание материала произведений;
- создание художественного образа, отражающее содержание произведения; цельное исполнение разнохарактерных произведений;
- развитие интереса к вокалу, музыкальному творчеству;
- формирование умений и навыков вокального исполнительства;

приобретение учащимися опыта ансамблевого и сольного пения, публичных выступлений.

Учебно-тематический план.

I модуль	**«Техника вокала»**				
№ п/п	Тема занятия	Количество часов			
		Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
I	***О музыке.***	10	2	8	Беседа, мастер-класс, практическая работа,
II	***Музыка голоса.***	10	2	8	Беседа, мастер-класс,

					практическая работа,
III	***Музыкальная палитра.***	10	2	8	Беседа, мастер-класс, практическая работа,
IV	***Учёт знаний.***	6	2	4	творческий отчет.
	ИТОГО	***36***	***10***	***26***	
II модуль	**Музыкальная карусель**				
I	***«Я – певец»***				
II	**Вокально-техническая работа.**	16	6	10	Беседа, мастер-класс, практическая работа,
III	**Мир вокруг нас.**	10	2	6	Беседа, мастер-класс, практическая работа,
IV	**Досугово-развивающие мероприятия.**	10	2	10	творческий отчет.
	ИТОГО	**36**	**10**	**26**	
III модуль	**Камертон**				
I	***«Я – артист»***				
	Концертно-исполнительная деятельность.	10	-	10	Беседа, мастер-класс, практическая работа,
	Учёт знаний.	2	1	1	творческий отчет.
II	***«Проектная деятельность»***				
	Открытие проекта «Созвездие талантов».	2	1	1	Беседа, мастер-класс, практическая работа,
	Выбор репертуара. Работа над интонацией.	12	2	10	Беседа, мастер-класс, практическая

					работа,
	Гала-концерт «Созвездие талантов»	10	2	8	творческий отчет.
	ИТОГО	***36***	***6***	***30***	
	ВСЕГО	***108***			

Содержание изучаемого курса.

I модуль	**«Техника вокала»**
№ п/п	Тема занятия
I	**О музыке.**
	Теория: о музыке как виде искусства; свойствах звука; способах рождения звуков; понятиях: резонаторы, частота, колебания. **Практика:** беседа; слушание и анализ музыкальных фрагментов; работа с музыкально-дидактическими играми; опыты по извлечению звуков из различных предметов**.**
II	**Музыка голоса.**
	Теория: о голосе – как о человеческом музыкальном инструменте; представление о понятиях: сольное пение, дуэт, трио, хор и их особенностях; накапливание музыкально-слуховых впечатлений, развитие музыкального слуха. **Практика:** вокально-техническая работа; слушание и анализ музыкальных фрагментов; артикуляционные упражнения; дыхательная гимнастика, ритмические игры.
III	**Музыкальная палитра.**
	Теория: представление о понятиях: тембр, динамика, темп, интонация, мелодия; различных музыкальных инструментах, их тембрах; представление о понятиях: оркестр, дирижёр, композитор, исполнитель. **Практика:** слушание музыки; игра на детских шумовых инструментах; работа с музыкально-дидактическими играми.
IV	**Учёт знаний.**
	Теория: промежуточная диагностика развития музыкальных способностей учащихся; отслеживание положительной динамики развития творческих способностей учащихся; повторение пройденного материала. **Практика:** вокально-технические упражнения; работа с музыкально-дидактическими играми, выполнение диагностических тестов.
II модуль	**Музыкальная карусель**
I	***«Я – певец»***
	Вокально-техническая работа.
	Теория: знакомство с песнями, их авторами, вокально-техническая работа в ансамбле и индивидуально. **Практика:** исполнение классических, народных и популярных эстрадных песен.
	Мир вокруг нас
	Теория: расширение кругозора учащихся; воспитание навыков поведения в культурных местах; накапливание слуховых впечатлений. **Практика**: экскурсии.
	Досугово-развивающие мероприятия
	Теория: знакомство с календарными праздниками, развивающими играми и конкурсами, историей возникновения праздников. **Практика:** участие детей в мероприятиях, музыкальных викторинах, конкурсах.

III модуль	Камертон
I	***«Я – артист»***
	Концертно-исполнительная деятельность
	Теория: закрепление навыков выступления перед слушателями; умений петь эмоционально, выразительно, донося до слушателя музыкальные образы исполняемых песен. **Практика:** выступление перед сверстниками, родителями, другими педагогами; анализ своего выступления с учетом замеченных ошибок и пути их исправления.
	Учёт знаний.
	Теория: промежуточная диагностика развития музыкальных способностей учащихся; отслеживание положительной динамики развития творческих способностей учащихся; повторение пройденного материала. **Практика:** вокально-технические упражнения; работа с музыкально-дидактическими играми, выполнение диагностических тестов.
II	**Проектная деятельность**
	Теория: закрепление навыков выступления перед слушателями; умений петь эмоционально, выразительно, донося до слушателя музыкальные образы исполняемых песен. Практика: выступление перед сверстниками, родителями, другими педагогами; анализ своего выступления с учетом замеченных ошибок и пути их исправления.
	Учёт знаний.
	Теория: отслеживание положительной динамики развития творческих способностей учащихся; повторение пройденного материала. Практика: участие в Гала- концерте «Созвездие талантов».

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.

Обеспечение программы методическими видами продукции: методические разработки игровых и концертных программ, мероприятий, экскурсий, конкурсов.

Рекомендации по проведению практических работ: тренинги, вокально-хоровые упражнения, справочная литература с иллюстрациями.

Дидактический материал, аудиозаписи, видеозаписи.

Материально-техническое обеспечение: для организации и осуществления воспитательно-образовательного процесса с учащимися объединения необходим ряд компонентов, обеспечивающих его эффективность:

-наличие учебного помещения (зала для проведения репетиционных занятий);

-стол, стулья;

-фортепиано;

-микрофоны;

-микшерский пульт;

-зеркала;

-костюмы;

-ноутбук.

6. Список литературы.

Список литературы для учащихся:

1. Айгужина И.Р., Злобина З.Я., Тукбаева Л,Л. Бирск: Бирск. «Вместе с песней: методические рекомендации с нотным приложением» 2011г.
2. Айгужина, Л.Л. Тукбаева. – Бирск. Пойте с нами: Методические рекомендации по хоровому пению. 2004г.
3. Гульянц..Детям о музыке – М.; « Аквариум», 1996г.–388с.
4. Елисеева-Шмидт Э.С. Энциклопедия хорового искусства. - М.: Добросвет: КДУ,2011г.
5. Истолин С.В. Я познаю мир. Музыка./ Дет. энцикл. – М.; ООО «Издательство АСТ»: ООО « Издательство Астрель», 2002г.– 396, (4) с.
6. Погребинская М. Веселый разговор: музыкальные скороговорки для младшего и среднего возраста.- М., 1994 г.
7. Самин Д.К. Сто великих композиторов – М.; Вече, 2004г.–624с.
8. Тукбаева Л.Л. «Дорогой добра». Сборник песен для детей.- Бирск: Бирск. Гос. Пед. Ин-т., 2006 г.

Список литературы для педагога:

1. Алиев Ю. Б. Пение на уроках. – М.; Просвещение, 1978г. –104с.
2. Булатова О.С. Педагогический артистизм. – М.; Издательский центр «Академия», 2001г. –210с.
3. Дмитриев Л.Л. Основы вокальной методики. – М.; Просвещение, 2000 г. –204с.
4. Дмитриевский А.Н. Хороведение и управление хором. – М.; Просвещение, 1985г. – 309с.
5. Егоров А.В. Теория и практика работы с хором. – М.; Просвещение, 1992г. – 297с.
6. Заседателев Ф.Ф. Научные основы постановки голоса – М.; Просвещение, 1937г.– 138с.
7. Из истории музыкального воспитания. Хрестоматия / сост. Апраксина О.А., – М.; Просвещение, 1990г.-207с.
8. Инструктаж по технике безопасности.
9. Методы работы с детским вокально-хоровым коллективом./ сост. Осеннева М.С., Самарина В.А., Укулова Л.И.. – М.; Издательский центр «Академия», 1999г. – 283с.
10. Струве Г. Когда запоет школа? // Искусство в школе, 1996г., № 1, стр.16.

11. Типовое положение об учреждениях дополнительного образования. – М.; Просвещение, 1997г.
12. Учите детей петь. /сост. Орлова Т.М., Бенина С.И. – М.; Просвещение, 1987г. – 242с.
13. Что надо знать учителю о детском голосе / сост. Добровольская Н., Орлова Н. – М.; Музыка, 1972г.–98с.
14. Что такое программа дополнительного образования нового поколения? Дополнительное образование №3, 2003 г.,с.20.
15. Школа хорового пения. / сост.. Попов В, Тихеева Л. – М.; Просвещение, 1986г.–301с.
16. Юдин С.П. Формирование голоса певца.– М.; Просвещение, 1962г. – 143

Приложение 1

Методический комплекс

Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях по вокалу

Виды музыкальной терапии

Музыкальную терапию можно использовать на вокально-хоровых занятиях в различных видах, а именно:

- оздоровительный массаж

- различные виды дыхательных упражнений
- артикуляционная гимнастика
- музыкально-игровая деятельность
- вокалотерапия
- логоритмика
- ритмотерапия
- фольклорная арт-терапия
- улыбкотерапия
- оздоровительные паузы
- пассивная музыкотерапия

I раздел

Оздоровительный массаж

Оздоровительный массаж включает в себя вращательные движения и энергичное постукивание зон гайморовых пазух, расположенных над бровями и по бокам от переносицы, где происходит скопление слизи во время насморка.

Три упражнения для массажа

Упражнение 1. Массаж лица.
а) положить ладони на лоб, чтобы кончики пальцев обеих рук касались друг друга. От середины лба медленно поглаживать ладонями до околоушной области лица. Такие движения производить:
б) от переносицы к ушам;
в) от околоушной области лица к подбородку и обратно;
г) поглаживать кончиками пальцев вокруг глаз расходящимися движениями от середины лба и снова к середине.

Упражнение 2. Вибрационный массаж лица.
Повторить все вышеизложенные движения, но только способом постукивания пальцами.

Упражнение 3. Массаж шеи.
Медленно поглаживать шею ладонями обеих рук сверху вниз;
а) в области горла, попеременно то правой, то левой рукой;
б) от околоушной области лица, по боковой части шеи, близкой к затылку.

II раздел
Различные виды дыхательных упражнений

Чтобы сохранить свежесть и силу голоса необходимо голос тренировать специальными упражнениями.
Наиболее частая причина плохого звучания – неправильное дыхание. **Дыхание – основа всего живого**, более того, потребности человека в питании, воде, комфортном теплообмене и т.д. вторичны по отношению к кислородно-углеродному обмену. Дыхание и связанный с ним кислородно-углеродный обмен определяет не только биополе клеток, но и биоэнергетику всего организма. Эта сложная система нуждается в постоянной «профилактике». Эта проблема поставила перед человеком задачу разработки разнообразных методов и способов дыхательных упражнений.
Одним из способов и феноменов нового отношения к здоровью является парадоксальная дыхательная гимнастика по Стрельниковой.

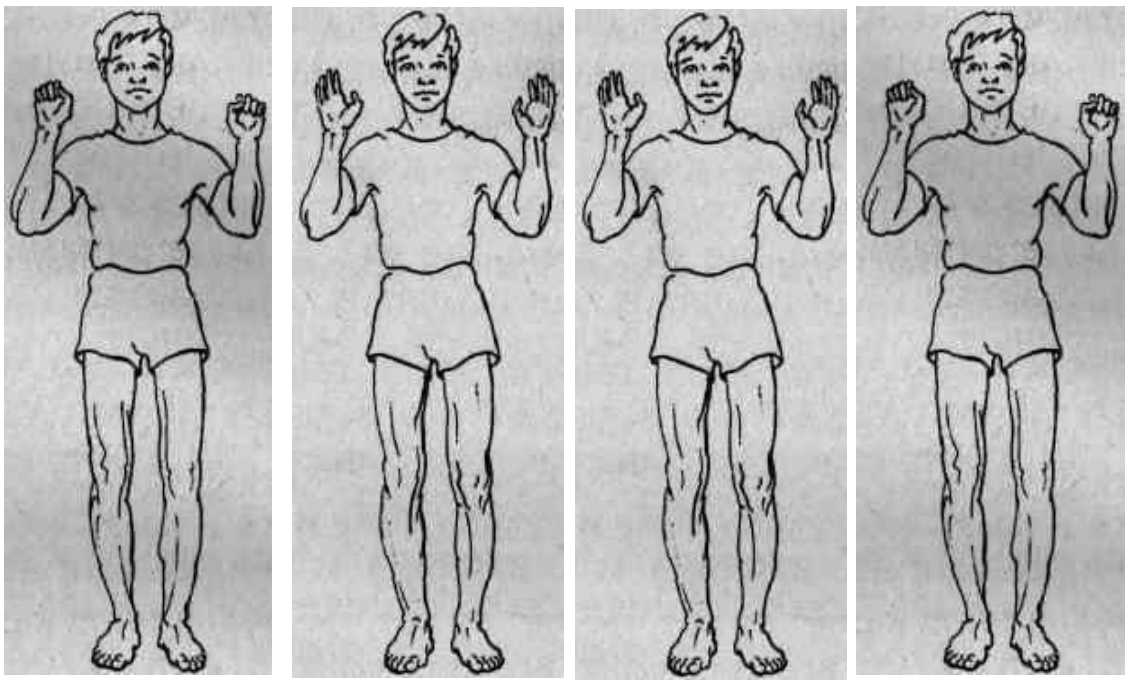
Лечебное воздействие гимнастики Стрельниковой

Предлагаемая методика была разработана педагогом-вокалистом Александрой Николаевной Стрельниковой. Эта гимнастика восстанавливает дыхание, голос певцам и чрезвычайно благотворно воздействует на организм в целом:

- восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- улучшает дренажную функцию бронхов
- положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровеснабжении, в том числе и лёгочной ткани
- повышает общую сопротивляемость организма, его тонус; улучшает нервно-психическое состояние.

Упражнения выполняются количество раз, кратное 8, лучше всего “стрельниковская сотня” - 96 раз, но, поскольку эта гимнастика – один из видов разминки на уроке, то количество движений регламентируется отведённым на этот вид деятельности временем, примерно мы успеваем сделать 4-8 движений каждого упражнения.

Основной комплекс дыхательных упражнений



(Рисунок 1)

Упражнение 1. «Ладошки»

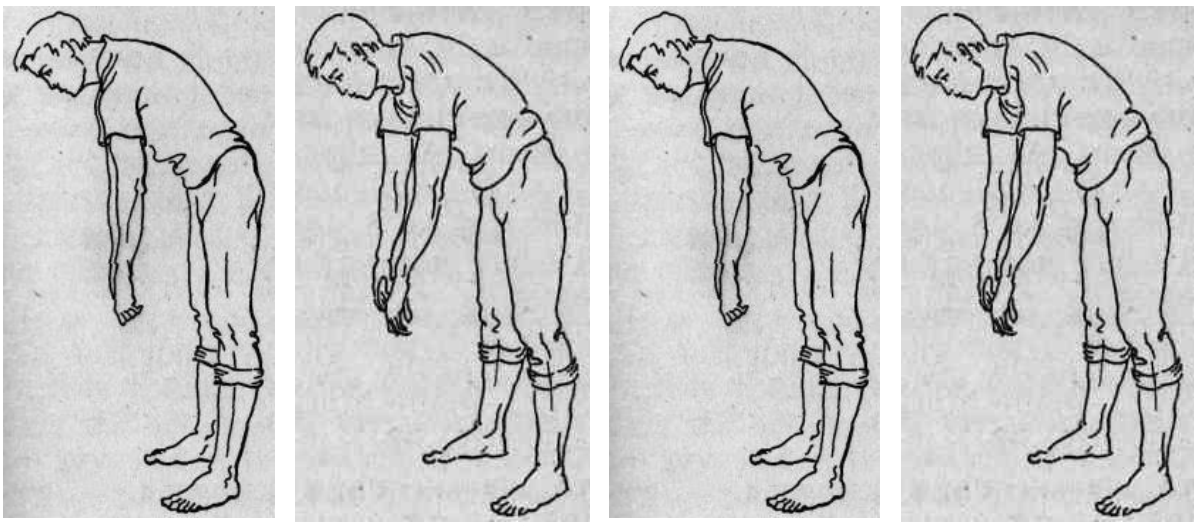
Исходное положение: станьте прямо, согните руки в локтях (локти вниз) и «покажите ладони зрителю» — «поза экстрасенса».

Делайте шумные, короткие, ритмичные вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки (хватательные движения). Подряд сделайте 4 резких, ритмичных вдоха носом (то есть «шмыгните» 4 раза). Затем руки опустите и отдохните 3—4 секунды — пауза.

Сделайте еще 4 коротких, шумных вдоха и снова пауза. Норма: «прошмыгайте» носом 24 раза по 4 вдоха. Упражнение «Ладошки» можно делать стоя, сидя и лежа.

Помните! Активный вдох носом — абсолютно пассивный, неслышный выдох через рот.

В начале занятия возможно легкое головокружение. Не пугайтесь: оно пройдет к концу занятия. Если головокружение сильное, сядьте и проделайте сидя, делая паузы после каждых 4 вдохов-движений (отдыхать можно не 3—4 секунды, а от 5 до 10 секунд).



(Рисунок 2)

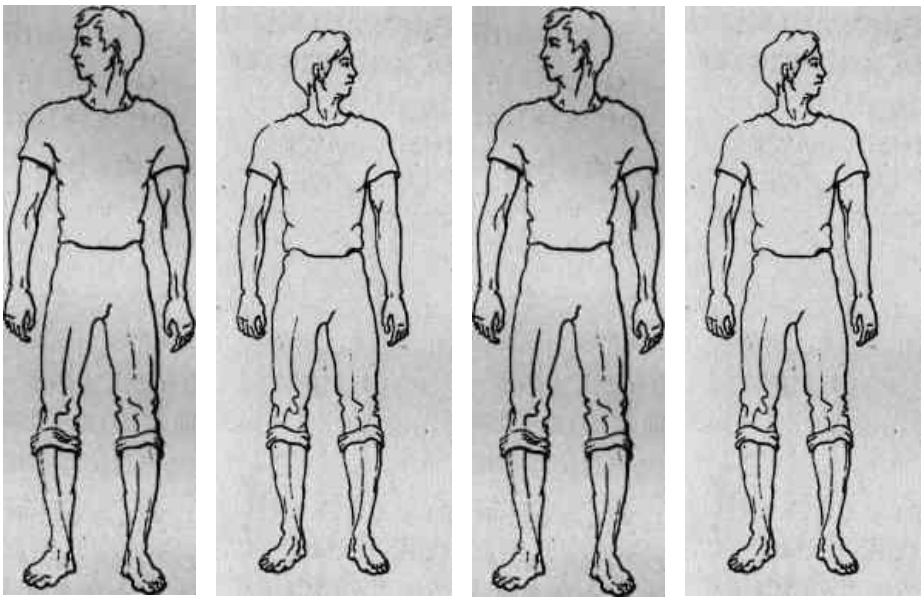
Упражнение 2. «Насос»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища (основная стойка). Сделайте легкий поклон (руками тянуться к полу, но не касаться его) и одновременно — шумный и короткий вдох носом во второй половине поклона. Вдох должен кончиться вместе с поклоном. Слегка приподняться (но не выпрямляться), и снова поклон и короткий шумный вдох «с пола». Возьмите в руки свернутую газету или палочку и представьте, что накачиваете шину автомобиля. Поклоны вперед делаются ритмично и легко, низко не кланяйтесь, достаточно поклона в пояс. Спина круглая (а не прямая), голова опущена. «Накачивать шину» нужно в темпоритме строевого шага.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Насос» можно делать стоя и сидя.

Ограничения: при травмах головы и позвоночника, при многолетних радикулитах и остеохондрозах; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; при камнях в печени, почках и мочевом пузыре не кланяйтесь низко. Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос. Выдох делается после каждого вдоха пассивно через рот, но не открывайте его широко. Упражнение «Насос» очень результативное, часто останавливает приступы бронхиальной астмы, сердечный и приступ печени.



(Рисунок 3)

Упражнение 3. «Повороты головы»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поверните голову вправо — сделайте шумный, короткий вдох носом с правой стороны. Затем поверните голову влево — «шмыгните» носом с левой стороны. Вдох справа — вдох слева. Посередине голову не останавливать, шею не напрягать, вдох не тянуть!

Помните! Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно, через рот.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение 4. «Ушки»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идет к правому плечу — шумный, короткий вдох носом. Затем слегка наклоните голову влево, левое ухо идет к левому плечу — тоже вдох. Чуть-чуть покачайте головой, как будто кому-то мысленно говорите: «Ай-ай-ай! Как не стыдно!» Смотреть нужно прямо перед собой. (Это упражнение напоминает «китайского болванчика»).

Вдохи делаются одновременно с движениями. Выдох должен происходить после каждого вдоха (не открывайте широко рот!).

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение 5. «Маятник головой»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Опустите голову вниз (посмотрите на пол) — резкий, короткий вдох. Поднимите голову вверх (посмотрите на потолок) — тоже вдох. Вниз—вверх, вдох «с пола» — вдох «с потолка». Выдох должен успевать «уходить» после каждого вдоха. Не задерживайте и не выталкивайте выдохи (они должны уходить либо через рот, но не видно и не слышно, либо в крайнем случае — тоже через нос).

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Ограничения: при травмах головы, вегетососудистой дистонии, эпилепсии; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника не делайте резких движений головой в упражнениях «Повороты головы», «Ушки» и «Маятник головой». Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно «шмыгайте» носом. Делайте эти упражнения сидя, а «Повороты головы» и «Ушки» можно даже лежа.

Упражнения для тренировки диафрагмы и брюшного пресса с включением дыхания

1. Выпячивание живота /первая позиция, диафрагма опущена/. Исходное положение - стоя, лицо и руки не напряжены, смотреть прямо, следить за осанкой: корпус прямой, плечи развернуты, шея вертикальная.

Сделать короткий вдох, выпячивая живот. Опустить живот, делая выдох. Вдох через нос, легкий. Повторить пять раз.

2. Выпячивание живота на первой позиции с задержкой дыхания. Исходное положение то же.

Сделать короткий вдох. Задержать дыхание с выпяченным животом. Отпустить живот, делая выдох. При освоении навыка, в дальнейшем, задержку дыхания удлинять, доведя счет до десяти. Повторить пять раз.

Тренировка межреберных мышц

Исходное положение то же. Вдох, расширяя нижние ребра, живот немного подтягивается. Выдох удлиненный, произнося протяжно "пфу", ребра сжимаются. Полезно контролировать, положа ладони на нижние ребра (на поясницу, туда где находятся почки).

Тренировка сочетания фаз дыхания с движениями

Исходное положение при всех упражнениях: ноги на ширине плеч. Хорошая осанка, шея вертикальная, плечи немного развернуты назад. Цель этих упражнений: укрепление дыхательных мышц, увеличение емкости легких. Упражнения проделываются на полноценном вдохе и активном выдохе.

1. На вдохе развести руки в стороны, на выдохе – охватить руками плечи, прижимая к ним кисти рук, как бы обнимая себя.

2. На вдохе – руки согнуты в локтях, кисти на плечах, на выдохе – круговые движения руками поочередно в обе стороны.
При выполнении всех упражнений вдох делать носом, выдох – ртом.

Специальные упражнения, подводящие к фонационному дыханию

Эти упражнения развивают упругость, эластичность межреберных мышц и связочного аппарата грудной клетки, способствуют короткому, активному вдоху, ведут к возникновению ощущения опоры дыхания.
1. Выдох с перерывами: после вдоха выдыхать через нос с остановками.
2. Активный выдох сильными рывками с произношением слога "пфу". Повторить два раза, выталкивая воздух животом. После каждого "пфу" сделать небольшую паузу, освобождая живот. Вдох короткий, наполняющий все легкие.
3. Выдох происходит через рот узкой струей. Выдохнуть, плавно опуская грудь, сжимая ребра и одновременно подавая воздух животом. Вдохнуть быстро, наполняя все легкие. Повторить 4-8 раз. Это упражнение укрепляет выдыхательные мышцы.
Описанные упражнения способствуют активизации работы мышц спины, брюшного пресса, межреберных мышц, т.е. укреплению мышечного корсета, который удерживает позвоночник в прямом, ровном положении. При систематическом выполнении упражнений наблюдается улучшение осанки, проявляются многие, следующие за этим, положительные эффекты.