

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
« Лебяжьевская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена на
методическом совете школы
протокол №4
от 21.05.2023 года

Принята на заседании
педагогического совета
школы протокол № 1
от 28.08.2023 года

Утверждена
приказом № 97/4
от 29.08.2023 года
Директор школы
Н.В.Гончарова



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«С песней по жизни»

Направленность программы: художественная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся: 7 - 16 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор – составитель: Дёмина Надежда Ивановна

Лебяжье, 2023 год.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы – художественная

Уровень программы – ознакомительный

Актуальность программы:

Человек при рождении получает уникальный дар - голос. Голос является средством общения человека. Голос это самый хрупкий музыкальный инструмент, управлять которым, демонстрировать его природную красоту, поддерживать его в рабочем состоянии, по силам не каждому. Обучение по программе Эстрадный вокал поможет детям управлять своим голосом, выступать публично с концертной эстрады, овладеть элементарными сценическими умениями и навыками, уметь работать с микрофоном. Пение способствует формированию общей культуры личности: развивает наблюдательность, познавательные способности, эмоциональную отзывчивость на эстетические явления, фантазию, воображение, проявляющиеся в конкретных формах творческой певческой деятельности; учит анализировать музыкальные произведения; воспитывает чувство патриотизма, сочувствия, отзывчивости, доброты. Занятия эстрадным пением способствует развитию таких качеств как целеустремленность, ответственность, умение до конца довести начатое дело. Всякая деятельность детей и подростков осуществляется успешно тогда, когда ее результат имеет общественную пользу и значимость. Большую роль в этом играет концертная деятельность, участие в фестивалях и конкурсах. Эстрадное пение у детей вызывает огромный интерес. Отличительной особенностью данной программы является предложенный алгоритм доаудиторной (самостоятельной) работы над песней. Необходимость введения такой формы работы связана с наблюдением педагога за тем, сколько времени дети уделяют нахождению в «гаджетах» на пространствах с музыкой, порой, низкого качества музыкального материала. Детям предлагается «домашнее задание» - прослушать записанную версию песни, фоново (не пропевая) запомнить мелодию, быть готовым на занятии спеть запомнившийся припев. Тем самым провести в своем сотовом телефоне время с пользой!

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Выявление и развитие основных музыкальных, способностей ребёнка, обучение комплексу начальных знаний, умений и навыков в области эстрадного вокала, воспитание культуры восприятия и исполнения музыки.

Задачи программы:

задачи в обучении:

1. Познакомить с терминологией, применяемой в обучении эстрадному пению и умение применять её на занятиях.

2. Научить до аудиторному алгоритму работы с вокальным произведением.

3. Обучить начальным приемам эстрадного пения (правилам певческого дыхания; плавному звуковедению; навыкам певческой артикуляции и дикции; навыкам исполнительского и сценического мастерства).

4. Научиться распределению певческого дыхания на музыкальную фразу.

5. Сформировать основы художественной выразительность в пении через работу со словом, фразировкой, нюансировкой, агогикой выявлением стилистических особенностей произведения, сценической, мимической выразительностью).

6. Расширить музыкальный кругозор.

7. Научить правилам работы с микрофоном.

8. Познакомить с правилами техники безопасности при работе со звуковой аппаратурой в учебной аудитории, концертном зале, на выездных мероприятиях.

задачи в развитии:

1. Развивать базовые способности: музыкальную память, музыкальный слух, чувство ритма.
 2. Развить правильную, чистую музыкальную интонацию.
 3. Развивать музыкальное мышление.
 4. Развивать эмоциональную отзывчивость и эмоциональное переживание.
 5. Развить умение творчески подходить к решению разнообразных задач.
 6. Совершенствовать речь, память.
- задачи в воспитании:

1. Воспитывать патриотизм в процессе ознакомления с репертуаром соответствующей тематике.
2. Формировать умение выражать собственное аргументированное мнение в процессе подбора репертуара.

3. Воспитывать ответственность, работоспособность, добросовестное отношение к труду, умение работать в команде.

4. Воспитать личностные качества – целеустремленность, трудолюбие, решительность, уверенность в себе.

5. Сформировать навык публичного выступления, понимание значимости концертной деятельности как важной социальной составляющей.

6. Воспитать эстетический вкус и этикет поведения артиста.

7. Уметь организовывать свою творческую деятельность.

8. Развить навык коммуникации, умение работать в команде.

Категория учащихся по программе:

возраст учащихся 7-16 лет учащиеся общеобразовательной школы, без специального музыкального образования.

Срок реализации программы: один учебный год, 68 часов.

Формы и режим занятий:

Форма обучения: очная, индивидуальная, при необходимости – дистанционная.

Режим занятий: очные занятия проводятся 2 раз в неделю по 1 часу (время занятий включает 45 мин. учебного времени и обязательный 15- минутный перерыв); дистанционные занятия 2 раза в неделю по 30 минут из них 15 минут прямое общение с педагогом, 15 минут практическая работа ребенка, без визуального общения (принцип концертного исполнения: педагог активный слушатель, ребенок – артист, не смотрящий на дисплей). Формы работы при дистанционной форме – чередуются.

1.3.Содержание программы.

Содержание программы устроено по спиральному принципу ведения занятий (структура – одинаковая, музыкальный материал - разный). Учебнотематический план включает в себя базовые темы: дыхательная гимнастика, вокальные упражнения, распевки, работа над репертуаром, анализ выполнения поставленных задач, теоретические знания по музыкальной культуре, эстраднему вокалу, формирование исполнительского навыка, анализ пройденного на занятии, правила работы со звукоусиливающей аппаратурой, подготовка концертного и конкурсного репертуара. Музыкальный репертуар соответствует возрастным особенностям детей.

1.4.Планируемые результаты реализации программы:

Предметные результаты:

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

Дети будут знать:

- понятия эстрадное пение, певческое дыхание, основная постановка корпуса, звуковедение, певческая артикуляция и дикция;
- структуру песни – вступление, куплет, припев, проигрыш, окончание песни;
- необходимые музыкальные термины – форте, пиано, фонограмма, бэквокал;
- название оборудования на сцене: радиомикрофон, гарнитура, колонки, мониторы,

- получают возможность научиться пользоваться микрофоном, правилам работы с ним. Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- дети будут уметь делать дыхательную гимнастику, певческие упражнения, распеваться с педагогом;

- научатся распределять дыхание на певческую фразу;

- уметь петь небольшие фразы интонационно чисто как с сопровождением, так и без него.

- уметь пользоваться элементарными сценическими приемами – работать на зрителя, со всем залом, проявлять эмоциональность в исполнении, петь с движением;

- ориентироваться на сцене и уметь находиться в любой нестандартной ситуации во время выступления;

- будут знать основы сценического этикета и эстетики концертного костюма;

- научатся в своей деятельности дисциплинированности, аккуратности, бережливости, рациональности, эмоциональной сдержанности и сценической выразительности;

- корректности в оценки деятельности себя и других участников коллектива.

Личностные результаты освоения программы эстрадный вокал:

- сформированы эстетические чувства, стремление к красоте, желание участвовать в творческом, созидательном процессе;

- осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества;

Регулятивные:

Учащиеся смогут:

- оценивать свои достижения, осознавать трудности, искать их причины и пути преодоления.

- в сотрудничестве с педагогом ставить новые учебные задачи и осуществлять действия для реализации замысла; Планировать реализацию выполнения поставленных задач;

Познавательные:

Ребенок научится:

- различать жанры эстрадных произведений, размышлять о музыке,

- передавать эмоционально-образное содержание исполняемых песен,

- выразительно исполнять песни в пределах своего певческого диапазона; брать дыхание и удерживает его до конца фразы; обращать внимание на артикуляцию, дикцию.

Коммуникативные

- передавать содержание песен посредством эстрадного исполнительства, участвовать в диалоге с педагогом, выполняя принятые правила речевого поведения; задавать вопросы, отвечать на вопросы;

- развитие устной речи в ходе высказываний детьми своих впечатлений, характеристики музыкальных произведений;

- обогащение «образного словаря».

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Учебный (тематический) план

№	Названия разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Проверка певческого голоса. Правила работы с певческим голосом, его охрана	2	1	1	Входная диагностика
2	Теоретические знания по музыкальной культуре, эстраднему вокалу. Беседы о вокальном искусстве.	5	1	4	Опрос, текущий контроль
3	Дыхательная гимнастика и вокальные упражнения, распевки	9	1	8	Педагогическое наблюдение
4	Работа над репертуаром и анализ выполнения поставленных задач.	20	6	14	Промежуточная диагностика
5	Формирование исполнительского навыка	7	1	6	Педагогическое наблюдение, текущий контроль
6	Правила работы со звукоусиливающей аппаратурой.	5	1	4	Анализ, корректировка
7	Подготовка концертного и конкурсного репертуара	10	2	8	Концертное исполнение, промежуточный мониторинг
8	Выступление в концертных программах и участие в конкурсах	8	2	6	Концертное исполнение, промежуточный мониторинг
9	Итоговое занятие	2		2	Итоговый мониторинг
		68	15	53	

Содержание учебного (тематического) плана.

Тема 1. Вводное занятие. Проверка певческого голоса. Правила работы с певческим голосом, его охрана.

Теория: Правила работы с певческим голосом, его охрана. Техника безопасности на занятии в классе и актовом зале.

Практика: Проверка певческого голоса. Определение типа детского голоса. Проверка чувства ритма, умения верно повторить мелодический пример.

Тема 2. Теоретические знания по музыкальной культуре, эстраднему вокалу. Беседа о вокальном искусстве.

Теория: знания об авторах исполняемых произведений, о стилистических особенностях эстрадного исполнительства. Сведения об эстрадных исполнителях. Понятия эстрадное пение, певческое дыхание, основная постанровка корпуса, звуковедение, певческая артикуляция и дикция. Знания о структуре песни – вступление, куплет, припев, проигрыш, окончание песни; Знание необходимых музыкальных

терминов – форте, пиано, фонограмма, бэквокал. Понятия дикция, артикуляция, фразировка, темп, ритм, ритмическая пульсация.

Практика: Просмотр видео материалов с концертов выдающихся эстрадных исполнителей, современных детских творческих коллективов, анализ услышанного и увиденного. Уметь применять на практике основные термины и понятия.

Тема 3. Дыхательная гимнастика и вокальные упражнения, распевки.

Теория: Правила певческого нижнереберного диафрагмального дыхания. Понятие диафрагма. Знакомство с дыхательной гимнастикой Стрельниковых. Певческая установка. Распевки.

Практика: Освоение вокальных упражнений на звукообразование, развитие певческого диапазона, чистоты интонирования, плавности звуковедения, различные виды музыкального движения (восходящие, нисходящее и скачки в мелодии). Освоение приемов легкого, плавного не напряженного пения, приемов эстрадного пения. Распределять певческое дыхание на музыкальную фразу. Через игровые упражнения научиться быстрому бесшумному вдоху, задержке дыхания и мягкой атаке звука.

Тема 4. Работа над репертуаром и анализ выполнения поставленных задач.

Теория: Интонация – основа чистого пения. Звукообразование. Формирование округлой манеры пения. Атака звука, виды атаки – мягкая, твердая, придыхательная. Тембр голоса. Виды детского голоса – дисконт и альт, их диапазон.

Практика: Алгоритм до аудиторной работы над песней: - а) прослушивание аудио/видео записи оригинального исполнения; - б) Фоновое (без пения!) запоминание мелодической линии и текста песни; - в) возможное подпевание припева. Работа над песней с педагогом: Разучивание мелодии припева. Разучивание мелодии запева. Расстановка дыхания. Интонационные трудности запева и припева. Работа над ритмическими особенностями, синкопами. Округлое формирование звука. Распределение дыхания на всю музыкальную фразу. Правило окончания музыкальных фраз – мягкое закругление. Речевой тренинг. Скороговорки, долгоговорки. Нюансы, фразировка. Стилистические особенности песни.

Тема 5. Формирование исполнительского навыка.

Теория: Правила поведения на сцене. Техника безопасности при работе со звукоусиливающей аппаратурой. Правила работы с микрофоном. Правила пения с использованием радио-микрофона и микрофона-гарнитуры.

Практика: Основы работы со зрителем – умение привлечь внимание, работать на весь зал. Артистизм в исполнении песни – включение мимики, движение рук, поворот головы, элементарное движение под музыку. Создание музыкального эстрадного номера. Просмотр записанного на видеоустройство творческого номера, его анализ, выявление проблемных точек (что получилось, причины и способы исправления недочетов исполнения).

Тема 6. Правила работы со звукоусиливающей аппаратурой. Подготовка к концертному исполнению репертуара.

Теория: Правила поведения за кулисами во время концерта. Техника безопасности во время концерта.

Практика: Репетиции на сцене. Разводка по точкам, мизансценам. Особенности пения под минусовую фонограмму. Развитие навыка «слышания» себя через колонки и мониторы. Исполнение песен под фонограмму «-1» с разными видами микрофонов. Сценическое воплощение песни – элементарное сценическое движение, ориентация в пространстве сцены. Эстетика сценического костюма. Этика поведения на сцене.

Тема 7. Подготовка концертного и конкурсного репертуара.

Теория: Информация о предстоящем мероприятии. Важность участия в нем. Положение о конкурсе. Правила участия в концертах и конкурсах.

Практика: Ответственность при участии в тематических концертах, мероприятиях, фестивалях и конкурсах. Качество исполнения. Оперативная подготовка необходимого репертуара либо его восстановление, доведение до высокого уровня.

Тема 8. Выступление в концертных программах и участие в конкурсах.

Теория: Анализ исполнительства. Положительные и отрицательные оценки выступления. Постановка новых целей и путей их достижения.

Практика: Выступление на концерте, конкурсах и праздничных мероприятиях. Взаимодействие с организаторами мероприятия, четкое выполнение предложенного алгоритма действия организаторами мероприятия. Доброжелательное отношение к другим участникам мероприятия. Умение радоваться чужому успеху и стойко принимать свои промахи, видеть перспективы своего развития.

9. Итоговое занятие.

Практика: Концертная программа для родителей. Итоговое исполнение разучиваемого репертуара. Итоговый мониторинг.

2.2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организационно-педагогические условия реализации программы

- материально-технические условия: классная комната, аппаратура для воспроизведения звука, микрофоны, проектор, экран.
- кадровое обеспечение: педагог, звукорежиссёр.
- методическое обеспечение:
 - официальные сайты композиторов-песенников;
 - видеоматериалы канала YouTube;
 - справочная информация Википедия;

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля предметных результатов:

– входной контроль – на вводном занятии, – оценка уровня музыкальных данных: вокального голоса, уровня чистоты интонирования, проверка музыкального слуха, памяти, чувства ритма. Проводится на первом занятии, с целью выявления уровня музыкальных способностей, диапазона голоса, проблем детского голоса, состояния голоса в мутационный и предмутационные периоды. По результатам диагностики педагог определяет направления деятельности с каждым ребенком, прежде всего доступный и соответствующий данному ребенку репертуар.

– текущий контроль – в процессе разучивания простейших музыкальных форм: распевов, попевок, музыкальных упражнений, учебного вокального материала. Формы контроля:

- понимание ребенком музыкальной терминологии (певческое дыхание, певческая установка, музыкальная фраза, акцент, музыкальное развитие, внутренне движение, Forte, piano, атака звука) - уметь бесшумно брать дыхание, пользоваться мягкой и твердой атакой звука, уметь чисто интонировать простейшие интервалы, петь чисто мелодию с сопровождением и без.

Проводится в форме слухового контроля педагога, педагогическое наблюдение, дающее возможность дальнейшего развития певческого голоса. Способствует определению правильности выбора репертуара, либо его замены.

– промежуточный контроль в процессе работы над концертным репертуаром – то же, что и в текущем контроле, так же оценивается публичное выступление, эмоциональное и смысловое насыщение, сценический образ, костюм, движение. Выявляет степень освоения учебного и исполнительского репертуара в процессе работы в классе или на сценических площадках.

– итоговый контроль предполагает оценку качества обученности по результатам выступления на конкурсах, фестивалях, выездных и итоговых концертах, выявляет уровень освоения всей программы обучения по программе эстрадный вокал, определяет направление развития певческого голоса, нацеливает на следующий репертуар.

2.4.Критерии оценки достижения планируемых результатов освоения программы «С песней по жизни».

Уровни освоения Программы	Результаты
Высокий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, в процессе освоения программы Эстрадный вокал. На итоговом концерте показывают отличное исполнение вокальных произведений: точное интонирование мелодии, умение петь под фонограмму – 1, демонстрирует понимание и эмоциональное воплощение смысла исполняемого произведения. На итоговом теоретическом опросе демонстрирует знание теоретического материала, краткие сведения об авторах произведения, жанре, строении песни, основные термины.
Средний уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, в процессе освоения программы Эстрадный вокал. На итоговом концерте показывают хорошее исполнение вокальных произведений: точное интонирование мелодии, умение петь под фонограмму – 1, демонстрирует понимание и эмоциональное воплощение смысла исполняемого произведения. На итоговом теоретическом опросе демонстрирует знание теоретического материала, краткие сведения об авторах произведения, жанре, строении песни, основные термины, требующий незначительной доработки.
Низкий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности в процессе освоения программы Эстрадный вокал. На итоговом концерте показывают низкий уровень исполнения вокальных произведений: не точное интонирование мелодии, не попадание в фонограмму – 1, демонстрирует не эмоциональное исполнение музыкального произведения. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Алиев, Ю.Б. Пение на уроках музыки : М.: Владос, 2005 – 414 с.
2. Багадунов, В.А. Начальные приемы развития детского голоса :учебное пособие / Орлова Н.Д.. – М.: 2007. -216 с.
3. Гонтаренко Н.Б. Сольное пение. Секреты вокального мастерства : М. : Феникс, 2007 – 96 с.
4. Емельянов В. В. Развитие голоса. Координация и тренинг. 6-е изд., стер. — СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2010. — 192 с.

5. Стулова, Г.П. Хоровое пение: Методика работы с детским хором : учеб. пособие / М.: - Лань, 2017 – 190 с.
6. Шацкая, В.Н. Детский голос. Экспериментальные исследования. М.: - Озон, 2015 -115 с.
7. Ригз С. Пойте как звезды (+2 CD) / Сост. и ред. Дж. Д. Каррателло. – СПб.: Питер, 2007. – 120с

Материалы Интернет ресурса для родителей и детей

Сайты композиторов – песенников:

Александра Ермолова <http://www.ermolov.ru/>

Анны Петряшевой <http://www.petryasheva.ru/>

Жанны Колмогоровой <https://vk.com/jannakolmagorova>

4. Приложение

Дыхательная гимнастика.

Комплекс 1 «Лесорубы».

-Идем в лес за дровами- ходьба на месте с ритмичным дыханием: носом вдох, ртом-выдох с энергичной работой рук. 0.5 мин.

-Пилим дерево- имитация пилки дров. Руки вперед, потянуться за руками-вдох, резким движением руки к себе- выдох- «ж-жик». 4-8 раз.

-Распиливаем дрова бензопилой- плавно руки вперед-вдох, руки к себе-удлиненный максимально выдох «ж-ж-ж». 4-8 раз.

-Рубим сучья- И.п.(исходное положение): широкая стойка, кисти в «замок». Вдох-поднять руки вверх назад, прогнуться. Выдох- резкий наклон вперед, руки вниз, сказать «у-ух!»), наклоняясь, расслабить спину. 6-10 раз.

-Раздуваем огонь- И.п.: сед на пятках. Сделать свободный вдох и задержать дыхание, пока это приятно. Сложить губы трубочкой и сделать 3 редких выдоха- «фу-фу-фу». 2-4 раза.

-Жарим хлеб- И.п.: сед на пятках. Вдох свободный, выдох предельно затягивается. Язык располагается так, что создает сопротивление выходящему воздуху- «ш-ш-ш». 3-4 раза.

-Идем домой- ходьба на месте с ритмичным дыханием: носом вдох, ртом-выдох с энергичной работой рук. 0,5-1мин.

Комплекс 2 «В зоопарке».

-Ослик- ходьба или бег на месте. Громко прокричать «йа», «йа».

Произнесение этих звуков укрепляет связки гортани. 4-6 раз.

-Аист- И.п.:о.с.(основная стойка). Вдох-медленно поднять руки в стороны, ногу, согнутую в колене гордо вынести вперед, зафиксировать положение. Удерживать равновесие. Продолжительный выдох- опуская ногу и руки, сделать небольшой шаг, произнося «ш-ш-ш».6-8 раз.

-Гуси- И.п.:о.с., руки назад книзу. Вдох- поднять голову. Наклониться вперед. Прогнувшись, вытянуть шею- выдох, произнося «ш-ш-ш». 3-5 раз.

-Лошадка- И.п.:о.с., цоканье языком с изменением громкости и темпа. Имитировать идущую и скачущую, приближающуюся и удаляющуюся лошадку. 20-30 раз.

-Волк- И.п.: сед на пятках. На вдохе поднять голову вверх. На выдохе протяжно тянуть «у-у-у-у-у», напрягая мышцы шеи, губы сложить

трубочкой. Вернуться в И.п. Пропевание звука изменять по громкости, с нарастанием и убыванием; по тембру звучания- низко или высоко.3-4раза.

Комплекс 3 «Покорители космоса»

-Надеваем скафандр- И.п.:о.с. Вдох самопроизвольный. Имитация натягивания левой и правой штанины скафандра, рукавов, надевания шлема- «ш-ш-шик», застегиваем молнию- резко «вжик». Проверяем герметичность- повороты головы с выдохами в стороны, коротко «ш-ш-ш». 20-30мин.

-Полет на Луну- И.п.:о.с. сед на пятках, ладони на коленях. На выдохе тянем звук «а», медленно поднимая руки вверх (достигнуть Луны) и, не прерывая звука, опустить руки. Это упражнение укрепляет голосовые связки, достигается длительная задержка дыхания на выдохе. 2-4 раза.

-Полет к Солнцу- все так же как в «Полете на Луну», только звук громче и длиннее, т.к. Солнце намного дальше от Земли и от Луны, поэтому лететь мы будем дольше, а звук будет громче. Достигаем Солнца и возвращаемся на одном звуке. 2-4 раза.

-На планете дышится легко- упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы подставленная к лицу ладонь не ощущала струю воздуха. Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, остановиться и сделать паузу(кто сколько сможет).Затем плавный выдох через нос. 3-4 раза.

-Часы(пора возвращаться)- размахивая прямыми руками(не резко) вперед-назад, в одном темпе(не быстро) и с одной интонацией произносить «тик-так» 8-10 раз.

Комплекс 4 «Эх, мороз, мороз»

-Холодно- вдыхаем свежий морозный воздух. И.п.:о.с. Вдох- плавно руки в стороны. Вдыхая, обхватить себя, сжать грудную клетку. Следить за плавным вдохом и выдохом. 4-6 раз.

-Погремся- И.п.:о.с. Вдох- поднять плечи, на выдохе похлопать себя по плечам, сказать «у-ух-х».4-браз.

-Конькобежец- И.п.: широкая стойка. Руки соединены за спиной. На выдохе перенести вес тела на полусогнутую ногу вправо, руки влево. Сказать «ж-ж-ж». Так же в другую сторону. Корпус слегка наклонить вперед. Вдох самопроизвольный.4-браз.

-Лыжник- И.п.:о.с. руки полусогнуты. Имитация ходьбы на лыжах: полуприседая, делать движения руками вперед- назад. Смена рук- шумный короткий вдох носом, следующая смена-выдох- «ох». 6-8 раз.

-На санях с горы- И.п.: сед, руками обхватить колени. Встать, руки вверх-вдох, присесть- выдох, опуская руки вниз сказать «у-ух». Вернуться в И.п.3-4 раза.

-Дровосек- И.п.: широкая стойка. Свободный глубокий вдох - поднять руки вверх назад, прогнуться. Выдох- резкий наклон вперед, руки вниз, сказать «ха». Ноги не сгибать. Темп средний. 2-4 раза.

-Снежки- имитация игры в снежки. Дыхание произвольное. Брать поочередно левой и правой рукой, наклоняясь к полу, брать «снежок». В момент броска воображаемого снежка называть имя того, в кого хочешь

попасть или предмета. Упражнение улучшает эмоциональное состояние. 1 мин.

Комплекс 5 «Весенняя сказка»

-Снег тает- И.п.:о.с. Вдох-плавно руки поднять прямо и вверх, подняться на носки. Задержать дыхание на 2-3 сек. Выдох- медленно опускаясь, сесть, представляя себя растаявшим снегом, расслабиться и сказать- «ш-ш-ш». 2-4-раза.

-Капель- И.п. по желанию. Вдох носом, на выдохе произносить «кап-кап» в разных вариантах. С изменением громкости и темпа произнесения. Губы напряжены- «к», «п»- твердыми губами. 2-3 раза.

- Подснежники распускаются- И.п.: присед, руками обхватить колени. Вдох- вставая, медленно поднять руки вверх. В стороны, зафиксировать положение, задержав дыхание. Задержка дыхания производится в момент максимального увеличения объёма грудной клетки. Выдох- вернуться в И.п. 3-5 раз.

-Весёлая пчёлка- И.п.: по желанию. Вдох свободный. Представить, что пчёлка села на нос (звук и взгляд направить к носу), на руку, на ногу. 3-4раза.

-Птицы возвращаются- И.п.:о.с. Руками имитируем полёт птиц. Руки поднять- вдох. Выдох- опустить, пропевая «гу-у-у-у». Следить за координацией движений с дыханием. 0,5-1мин.

-Медведь проснулся- и.п.: сидя за партой, «спим». Просыпаемся, вдох- руки и ноги выпрямляем, потянуться, прогнуться. Выдох- опускаем руки, произнося «р-р-р». 2-4 раза. Упражнение нормализует диафрагмальное дыхание.

-Весна пришла- И.п.:о.с. Улыбнуться, представить запахи весны. Вдох- подняться на носки, плечи вверх. На выдохе расслабиться- «ха-а-а». 2-3-раза.

Некоторые вокальные упражнения:

-Бабушкин пирожок-(упражнение способствует спокойному ненапряженному вдоху, помогает избавиться от зажатости, от поднятия плеч). Представим, что нюхаем бабушкины пирожки, надо (по знаку дирижёра) с удовольствием сделать вдох носом, затаить на миг дыхание и со звуком через рот выдохнуть.

-Морозный узор- быстрый вдох-удивление, задержка, сложить губы трубочкой, дуем долго на стекло (можно подставить ладошку). У кого будет дольше выдох. Упражнение формирует продолжительный регулируемый выдох.

- Озвученный выдох- некоторые дети во время бесшумного выдоха незаметно «добирают» дыхание, сами того не замечая. Чтобы этого не происходило – озвучиваем выдох, например звуком «с-с-с»- за окошком ветер, или «ж-ж-ж-ж»- пчёлка и т.д. нет предела вашей фантазии.

-Колыбельная- (упражнение способствует выработке певческого дыхания, штриха легато- плавного долгого выдоха). Поём колыбельную песню, качая младенца, закрытым ртом на звук «м-м». вдох- произвольный, выдох- максимально долгий- «м/м\м/м\»-голосом вверх-вниз. Можно упражнение усложнить- выполнять на звук «а-а-а».

-Капель (упражнение тренирует пресс. Диафрагму, способствует выработке штриха стаккато-отрывистого исполнения, твердой атаки звука). И.п.: стоя. Закрытым ртом, звук «м-м-м» на одном тоне, активно, отрывисто, как капли капают. Темп произвольный. Упражнение можно усложнить, выполняя на звук «а-а-а».

-Радуга- (упражнение на формирование представлений о фразировке). Руки сложить вместе, слева от лица. Слегка раскрыть перед началом пения(√)-«галочка». С началом пения ладони закрыть и рисуем плавную лигу-«радугу», ведя руки в лево. Закончив фразу, ладони раскрываем. С началом новой фразы ладони опять закрываем и -движение в другую сторону. Учитель показывает всё в зеркальном положении.

-Посчитаем шарики (упражнение на развитие диапазона голоса, особенно верхних нот). Представим себе, что у нас много шариков, мы их держали за веревочку и отпустили. И вот наши шарики летят к небу все выше и выше. Давайте их посчитаем: 1,2, 3, 4,5...и т.д., но голос поднимается вслед за шарами выше и выше (кто как сможет, максимально тонко «попищать»).

-Маляр- (упражнение на развитие диапазона голоса). Красим забор кисточкой, при этом ведем рукой и говорим «вве-е-рх»- «вни-и-из», и голос ведем вслед за рукой, поднимая его то вверх, то вниз.

- Скакалка (по методике Л.Серебряной, упражнение повышенной сложности, на выработку контролируемого выдоха, твердость диафрагмы). Исполняется стоя, на одном дыхании. Усложнённый вариант- прыгая.

Со скакалкой я скачу, научиться я хочу

Так владеть дыханием, чтобы звук держать могло,

Чтоб всегда ритмично было и меня не подводило.

Я скачу без передышки, и в помине нет одышки.

Голос звонок, льётся ровно, и не прыгаю я словно.

Раз-два, раз-два, раз-два, раз, можно прыгать целый час.

- «Тридцать три Егорки»- (упражнение на выработку чистого унисона и долгий контролируемый выдох). Поётся на одном звуке. Перечисление Егорок- как можно дольше на выдохе, кто сколько сможет.

Как на горке, на пригорке, стоят 33 Егорки.

Раз Егорка, 2 Егорка, 3 Егорка, 4 Егорка.... и т.д. (до 33 Егорок).

- Марсианский язык (по системе В. Емельянова). Учитель может творчески подойти к «словам» марсианского языка, и придумать свои. Представим, что мы полетели на Марс. И встретили там марсиан, которые говорят на своем, марсианском языке. Мы не знаем их язык, но очень хотим научиться, поэтому отвечаем им точно так же, как они. Учитель говорит слова с вопросительной интонацией (голос вверх), а дети отвечают утвердительной интонацией (голос вниз). Упражнение способствует развитию диапазона (верхнего регистра), а также звук «у» расслабляет гортань.

Ушу?-Ушу. Уша?-Уша. Ушы?-Ушы. Усы?- Усы. Уса?- Уса. И тд....

У-шу-жу?- У-шу-жу. У-сузу?- У-су-зу. У-са-за?- У-сы-зы?- У-сы-зы. И т.д....