

**Отдел образования администрации Суражского района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр детского творчества г. Суража**

Принята на заседании
педагогического совета
от «09» 08 2021 г.
Протокол № 2



Утверждаю:

Директор МБУ ДО ЦДТ г. Суража
/Евланова Т.Э./

Приказ № 2/1-01
от 09.08 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Эстрадный вокал. Малые формы»**

Возраст детей: 7-17 лет

Срок реализации: 3 года

Уровень реализации программы: 1-2 год базовый

3 год- углубленный

Составители:

Двоенко Ирина Александровна
педагог дополнительного образования

г. Сураж,
2021г.

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка.....3-9 стр.
- 1.2. Цель и задачи программы10 стр.
- 1.3. Планируемые результаты10-11 стр.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Учебный план11-15стр.
- 2.2.Содержание программы.....16-29 стр.
- 2.3. Календарный учебный график.....29 стр.
- 2.4.Условия реализации программы.....29-31стр.
- 2.5.Формы аттестации31-32стр.
- 2.6.Оценочные материалы.....32-33стр.
- 2.7 .Список литературы.....33-35стр.
- 2.8. План воспитательной работы35-38стр.
- 2.9 . Приложение39-42стр

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Пение вызывает живой интерес у детей и доставляет им эстетическое удовольствие. С раннего возраста дети чувствуют потребность в эмоциональном общении, испытывают тягу к творчеству.

Основным назначением данной образовательной программы является овладение специфической техникой вокального мастерства, соответствующего современным требованиям эстрадного коллективного исполнительского искусства. Наряду с учебно-воспитательной работой в вокальном коллективе программой предусмотрена и активная концертно-исполнительская деятельность обучающихся в массовых мероприятиях и конкурсах вокального мастерства различных уровней.

Певческий голосовой аппарат – необыкновенный инструмент, таящий в себе исключительное богатство красок и различных оттенков. Пользоваться певческим голосом человек начинает с детства по мере развития музыкального слуха и голосового аппарата. Именно в период детства важно реализовать творческий потенциал ребенка, сформировать певческие навыки, приобщить к певческому искусству, которое способствует развитию творческой фантазии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадный вокал. Малые формы» составлена на основе: Дмитриев Л. «Основы вокальной методики»; Овчинникова Т.Н., Кирюшин В.В. «Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательной школы преподавания музыки; личного педагогического опыта и инновации в области эстрадного пения».

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Эстрадный вокал. Малая форма» имеет художественную направленность.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадный вокал. Малые формы» составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29. 12. 2012 г № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Закон Брянской области от 08.08.2013 года №62-3 «Об образовании в Брянской области».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 года N 652 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.01.2022 года № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций».

- Целевой моделью развития региональных систем дополнительного образования детей (утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 года №467).

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 "Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказ Министерства РФ от 23.08.2017 года № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

- Приказом Департамента образования и науки Брянской области от 25.06.2020 г. № 641 «Об утверждении регламента проведения независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ».

- Письмо Минпросвещения РФ от 07.05.2020 года № ВБ 976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

- Письмо Минпросвещения Российской Федерации «О направлении методических рекомендаций» от 19.03.2020 года № ГД-39/49 (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

- Приложение № 1 к письму Минпросвещения России от 07.05.2020 года № ВБ-97/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания о обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 года № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других

объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания.

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года / Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р, утвердившем Концепцию развития дополнительного образования дополнительного образования детей до 2030года.

- Устав МБУ ДО ЦДТ г. Суража.

Актуальность программы

Актуальность программы «Эстрадный вокал. Малая форма » заключается в том, что для всех вокальных коллективов занимающихся эстрадным вокалом различных жанров и направлений нужны занятия по созданию номеров малой формы. Многие конкурсы и фестивали имеют в своем положении такую номинацию как «Солист, малый ансамбль». Такая форма дает возможность быть более мобильными для выступлений на различных концертных площадках, сделать репертуар более разнообразным.

Проведение занятий с малым ансамблем дает возможность подойти в обучении более индивидуально, устранить певческие недостатки и развить музыкальные способности.

Программа «Эстрадный вокал. Малые формы» даёт возможность и шанс каждому ребёнку выразить себя, реализовать свои способности, добиться успеха. Пение тесно взаимосвязано с общим развитием ребенка и формированием его личностных качеств. Занятия музыкой улучшают характер детей, преобразуют их внутренний мир, меняют внешний облик и благотворно воздействуют на психологическое состояние, способствуют профессиональной ориентации обучающихся.

Отличительная особенность программы

Отличительной особенностью данной общеобразовательной программы является то, что она позволяет выявить и раскрыть творческие задатки и способности детей, используя в процессе их обучения, личностно-дифференцированную схему организационно педагогических действий.

В программе делается акцент не только на развитие вокальных данных и умений эстрадного исполнения, но и на развитие сценической культуры и основ сценической хореографии, (включён раздел «Основы сценической культуры» , подраздел «Основы сценической хореографии»).

Адресат программы

В детское объединение «Эстрадный вокал. Малая форма» принимаются обучающиеся 7-18 лет, как с начальным музыкальным образованием, так и без музыкальной подготовки.

Весь процесс обучения и воспитания основывается на строго дифференцированном подходе к детям с учетом их возрастных и индивидуальных

способностей. Группы формируются по разновозрастному принципу, в зависимости от подготовленности того или иного ребёнка и сочетания тембров голосов.

Объединение 1-го года формируется из обучающихся 7-11 лет. В группу принимаются все желающие без учета музыкальных способностей. Обучающиеся проходят входную диагностику с целью определить уровень музыкальности.

Объединение 2-го года обучения формируется из обучающихся 9-13 лет обладающих знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой первого года обучения.

Объединение 3-го и 4-го годов обучения формируется из обучающихся 13-16 лет обладающих знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой второго года обучения

Объединение 5-го года обучения формируется из обучающихся 16-18 лет обладающих знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой четвертого года обучения

Младший школьный возраст — 7-11 лет.

Дыхательный аппарат детей в этом возрасте становится более развитым. Минутный объём дыхания (по сравнению с дошкольным возрастом) почти в два раза увеличивается, что приводит к сокращению частоты дыхания, что в свою очередь позволяет ребёнку пропевать более длинные музыкальные фразы. К 7—8 годам речевой аппарат ребёнка также достигает достаточного уровня развития, большинство детей к этому возрасту формируют звуки осознано и чётко. Строение гортани младшего школьника имеет более совершенный вид. Звук усиливается резонаторами. Резонаторы придают звуку разную окраску и добавляют глубину в голосе.

В 9-10 лет у большинства детей при пении голосовые складки колеблются только своими эластичными краями и полностью не смыкаются, голосообразование на всем диапазоне идет по фальцетному типу, голос состоит из одного регистра — головного. Голосовые мышцы развиты недостаточно, диапазон голоса ограничен. В этом возрасте детские голоса имеют приблизительно одинаковый диапазон в пределах первой октавы. Крайние ноты диапазона берутся с трудом. Встречаются дети, у которых при пении голосовые складки колеблются по типу смешанного регистра. Но в целом для младших школьников характерно фальцетное голосообразование. Дыхательные мышцы еще слабы, емкость легких мала, потому и сил голоса меньше, чем у взрослых ребят. Голоса детей этого возраста особенно легки и прозрачны, но бедны обертонами. Голоса мальчиков и девочек мало отличаются по характеру звучания. Приблизительно с 9-10 лет по мере развития вокальных мышц способ голосообразования начинает все более обретать мистовый характер. Голоса детей звучат с большей силой, обогащаются обертонами, увеличивается и диапазон. Особенно крепнет звучание на среднем участке голоса. Эти ноты начинают отличаться от верхних и нижних нот.

Подростковый возраст 12-14 лет

Голоса детей в этом возрасте постепенно классифицируются как высокие и низкие. Голосовые связки у детей заметно увеличиваются, внутри них формируются голосовые мышцы. Крепнет дыхание, увеличивается емкость легких, возрастает сила звучания. Достаточно рельефно выявляются три регистра: грудной, смешанный и головной. Крайние верхние ноты дети обычно интонируют неточно. Голос в этот период имеет все свои лучшие качества: звонкость, легкость, полетность, серебристый тембр.

Время, в течение которого происходит переход детского голоса во взрослый называется мутационным периодом. Явление это физиологическое и наблюдается в возрасте 13-15 лет. У мальчиков голосовой аппарат в это время растёт быстро и неравномерно, у девочек гортань развивается замедленно. В период полового созревания мальчиков и девочек гортани приобретают чёткие отличительные особенности. У девочек, как правило, голос меняется постепенно, теряя детские свойства. Это скорее эволюция голоса, а не мутация.

Продолжительность мутации от одного - нескольких месяцев до 2-3 лет. В мутационный период детская гортань увеличивается в размере. Смысл мутации заключается в том, что рост отдельных частей голосового аппарата подростка происходит неравномерно. А именно — голосовые складки увеличиваются в длину, в то время как их ширина остаётся прежней; надгортанник у юношей зачастую остаётся детским. Всё это приводит к тому, что голос мальчиков срывается, становится жестким, грубым. Интонация — неуверенной.

Наблюдается такое явление, как диплофония (би-тональность), т.е. быстрое чередование высокого и низкого тонов, отстающих друг от друга иногда на целую октаву. У мальчиков появляется напряжённое дыхание вследствие неполного смыкания голосовых складок. У девочек тембр, сила и характер голоса тоже меняются, но без резких изменений. Перемена выражается в быстрой утомляемости голоса. При остром течении мутации голос мальчиков понижается на октаву, появляется охриплость, звуки басового тембра внезапно соскальзывают на фальцет. Происходит «ломка» голоса. Иногда подростки даже стесняются пользоваться голосом.

Голосовой режим во время мутации голоса назначается индивидуально в зависимости от остроты протекания процесса. Полное молчание может быть рекомендовано в редких случаях только при сильном отёке слизистой оболочки гортани. В период мутации необходимо щадить голосовой аппарат подростка. Речевая нагрузка должна быть умеренной, нельзя перенапрягаться, форсировать голосом.

Юношеский возраст 16-18 лет.

Послемутационный период. В этот период, который продолжается несколько месяцев, расширяется диапазон и определяется индивидуальный тембр, высота, сила голоса.

В процессе реализации программы «Эстрадный вокал. Малые формы» педагогом учитываются вышеперечисленные особенности возрастного развития обучающихся и применяются адекватные им технологии обучения вокалу.

Педагогическая целесообразность программы

Занятие любым видом творческой деятельности заметно обогащает внутренний мир человека, выводит его на совершенно иную орбиту общения с окружающим миром. Занятия эстрадным вокалом не являются в данном случае исключением. Программа является здоровьесберегающей. Основой хорошего пения является правильное певческое дыхание. Упражнения на дыхание, являющиеся обязательной частью занятий вокалом, улучшают деятельность мозга, обменные процессы, кровообращение, т.е. являются хорошим жизненным тонусом для человеческого организма. Сценическое движение частично решает проблему гиподинамии современных людей. Развитие слуха и памяти на занятиях вокалом помогает решению проблем в учебе. Речевой тренинг воспитывает у детей культуру речи. Участие в коллективных проектах развивает коммуникативные навыки, облегчающие процесс адаптации в обществе. Публичные выступления формируют у учащихся психологическую стойкость, а социально - значимая деятельность воспитанников коллектива помогает сформироваться их активной гражданской позиции и неопредмеченного чувства ответственности за личные и коллективные результаты. Со временем пение становится для ребенка эстетической ценностью, которая будет обогащать всю его дальнейшую жизнь.

Уровень, объем и сроки освоения программы

Срок освоения программы – 5 лет.

Общий объем аудиторной нагрузки 1008 часов. 1-й год обучения -144 ч. в год, 2-й год обучения - 216 ч. в год, 3-й год обучения - 216 ч. в год, 4-й год – 216ч., 5-й год – 216 ч.

Уровень освоения программы: 1-й год и 2-й год обучения – базовый, 3-й год и 4-й год – углубленный, 5- год - продвинутый.

Формы обучения

Формы обучения – очная, групповая. Предусмотрена индивидуальная форма. В случае необходимости занятия могут проводиться с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий на платформах: ZOOM, Youtube, ВКонтакте и других.

Выбор той или иной формы обосновывается с позиции деятельности кружка эстрадного вокала, в связи со спецификой работы (подготовка к конкурсам и концертам). Продолжительность занятий устанавливается с учётом возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей, соответствует нормам СанПиН и составляет 45 минут, перерыв между занятиями – 10 минут

Количество человек в группе – 12 первого года обучения и 8-10 человек последующих годов.

Режим занятий

1-й год обучения: занятия проводятся по 2 ч. 2 раза в неделю.

2-й год обучения: занятия проводятся по 3 ч. 2 раза в неделю или по 2 ч. 3 раза в неделю.

3-й год обучения: занятия проводятся по 3 ч. 2 раза в неделю или по 2 ч. 3 раза в неделю.

4-й год обучения: занятия проводятся по 3 ч. 2 раза в неделю или по 2 ч. 3 раза в неделю.

5-й год обучения: занятия проводятся по 3 ч. 2 раза в неделю или по 2 ч. 3 раза в неделю.

Формы проведения занятий

Формы проведения занятий: фронтальная (организация работы со всеми детьми), групповая (организация работы с подгруппой детей), практическое занятие (разучивание песен), занятие-постановка, репетиция (отработка концертных номеров, развитие актерских способностей детей), контрольное занятие, занятие – концерт, конкурс, открытое занятие, фестиваль, беседа, наблюдение.

По содержанию: вводное, итоговое, контрольное, занятие-обобщение, занятие-ознакомление, повторение, изучение нового материала.

С детьми, которые обладают хорошими музыкально-слуховыми способностями и вокальными данными для участия в конкурсах различного уровня: областных, региональных и международных, рекомендуется индивидуальная форма занятий для их профессиональной подготовки. (Количество индивидуальных и звеньевых часов в каждой возрастной группе может варьироваться).

Особенности организации образовательного процесса

В основе процесса обучения эстраднему пению лежат следующие *педагогические принципы*:

- постепенность и последовательность в овладении мастерством пения;
- единство художественно-эстетического и технического развития учащихся;
- использование музыкально-образного, ассоциативного мышления;
- индивидуальный подход к учащемуся.

Принцип индивидуального подхода к обучающемуся особенно важен, так как эстрадное пение отличается многообразием индивидуальных исполнительских манер.

При обучении учитываются:

- физиология организма: строение голосового аппарата;
- особенности данного возрастного периода;
- общее развитие обучающегося, его кругозор;
- интересы при подборе репертуара;
- окружающая атмосфера как на занятиях, так и в домашнем кругу;
- погодные условия, влияющие на общее состояние и чистоту интонирования.

Основные дисциплины программы:

- музыкально-образовательные беседы о вокальном искусстве;
- освоение вокальной техники;
- освоение эстрадного вокального репертуара;
- исполнительское мастерство;
- импровизация.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих способностей обучающихся посредством обучения эстрадному пению, обучение исполнительскому мастерству в малом ансамбле.

Задачи программы

Личностные:

- формирование интереса к певческой деятельности, конкретно к эстрадному пению;
- способствовать созданию сплочённого коллектива;
- способствовать формированию выдержки, трудолюбия, целеустремлённости;
- формирование общественно - активной личности, умеющей бесконфликтно сотрудничать со сверстниками;
- формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные:

- сформировать певческие навыки: (устойчивое певческое дыхание, ровность звучания, точное интонирование, вокальная артикуляция, чёткая дикция);
- сформировать вокально-хоровые навыки: (чистое интонирование в унисон, пение 2-х голосных произведений в ансамбле слыша друг друга, пение без сопровождения);
- сформировать умение извлекать звук в эстрадной манере;
- сформировать умение чисто интонировать;
- сформировать умение правильно формировать певческие гласные в эстрадной позиции;
- сформировать умение свободно выступать на сцене;
- сформировать умение исполнение песен с движениями

Метапредметные:

- развивать певческие навыки эстрадного исполнения;
- развивать гармонический и мелодический слух, музыкальную память;
- развивать артистическую смелость и непосредственность ребёнка, его самостоятельность;
- развивать творческую индивидуальность на основе исполняемых произведений;
- развивать художественный вкус, устойчивый интерес к музыкальному искусству

1.3.Планируемые результаты

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадный вокал. Малые формы» направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

В области личностного развития:

- положительное отношение к эстрадному пению
- мотивация к занятиям по программе «Эстрадный вокал. Малая форма»
- ценностное отношение к музыкально-певческой культуре
- чувство гордости и сопричастности к жизни коллектива
- доброжелательность, умение работать в коллективе
- трудолюбие, целеустремленность

- уметь работать в команде, паре, коллективе
- уметь довести работу до конца
- знать этику поведения на занятиях и вне занятий

В области освоения метапредметных умений:

- понимание и сохранение учебно-творческой задачи под руководством педагога;
- адекватное восприятие оценки педагога
- умение контролировать свои действия при групповом исполнении
- регулирование своих действий в ходе выступления на сцене умение планировать и организовывать процесс выполнения учебного задания
- умение взаимодействовать в учебном процессе с педагогом, с другими обучающимися, с группой

В области освоения предметных знаний и умений:

- знания строения голосового аппарата;
- умение извлекать звук в эстрадной манере;
- умение чисто интонировать;
- умение правильно формировать певческие гласные в эстрадной позиции;
- умение правильно дышать во время пения;
- умение свободно выступать на сцене;
- умение петь чисто в унисон, в ансамбле;
- умение соединять движение с вокалом;
- умение исполнять произведения под фонограмму и петь с микрофоном.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план

Учебный план 1 года обучения

№	Название раздела	Всего часов				Форма аттестации контроля
		Аудиторные			Внеауди торные	
		Т ео р и я	Прак тика	Всего		
1	1. Введение в программу Прослушивание голосов. Режим занятия. Правила ТБ	1	1	2		наблюдение, прослушивание беседа
2	Вокальная работа, учебно-тренировочного материала	2	26	28		Наблюдение, прослушивание
2.1	Основные понятия, терминология. Певческая установка.	1	2	3		
2.2	Постановка дыхания	0,5	6	6,5		
2.3	Дикция и артикуляция	0,5	6	6,5		
2.4	Звукообразование. Звуковедение	-	6	6		

2.5	Распевание. Вокальные приемы	-	6	6		
3.	Работа над репертуаром	10	70	80		Наблюдение, прослушивание, сдача партий
3.1	Малый ансамбль	7	35	40		
3.2	Работа с солистами	3	25	28		
3.3	Сценическая практика		10	10	13	
4	Основы сценической культуры	5	25	30		Прослушивание, выступление на концерте, наблюдение
4.1	Работа с техническими средствами	2	4	5		
4.2	Основы сценической хореографии и сценический образ	3	19	22		
5	Аттестация	2	2	4		концерт, опрос, конкурс, прослушивание
5.1	Аттестация за первое полугодие	1	1	2		
5.2	Аттестация за второе полугодие	1	1	2		
	Итого	20	124	144		

Учебный план 2 года обучения

№	Название раздела	Всего часов				Форма аттестации контроля
		Аудиторные			Внеауди торные	
		Теория	Прак тика	Всего		
1	1. Режим занятия. Правила ТБ.	1	1	2		наблюдение, прослушивание беседа
2	Вокальная работа, учебно-тренировочного материала	13	66	79		Наблюдение, прослушивание
2.1	Музыкальная грамота. Элементарное сольфеджио	9	8	17		
2.2	Дыхания основа пения	2	13	15		
2.3	Звукообразование. Артикуляция. Динамика в пении	2	13	15		
2.4	Распевание. Вокальные	-	32	32		

	приемы					
3.	Работа над репертуаром	10	81	91		Наблюдение, прослушивание, сдача партий
3.1	Малый ансамбль	7	40	47		
3.2	Работа с солистами	3	30	33		
3.3	Сценическая практика		11	11	13	
4	Основы сценической культуры	5	35	40		Прослушивание, выступление на концерте, наблюдение
4.1	Работа с техническими средствами	2	9	11		
4.2	Основы сценической хореографии и сценический образ	3	26	29		
5	Аттестация	2	2	4		концерт, опрос, конкурс, прослушивание
5.1	Аттестация за первое полугодие	1	1	2		
5.2	Аттестация за второе полугодие	1	1	2		
	Итого	31	185	216		

Учебный план 3 года обучения

№	Название раздела	Всего часов				Форма аттестации контроля
		Аудиторные			Внеаудиторные	
		Теория	Практика	Всего		
1	1. Режим занятия. Правила ТБ.	1	1	2		наблюдение, прослушивание беседа
2	Вокальная работа. Пение учебно-тренировочного материала	10	60	70		Наблюдение, прослушивание
3.	Работа над репертуаром	10	90	100		Наблюдение, прослушивание, сдача партий
3.1	Малый ансамбль. Двухголосие, трехголосие.	7	46	53		
3.2	Работа с солистами	3	33	36		
3.3	Сценическая практика		11	11	13	

4	Основы сценической культуры	5	35	40		Прослушивание, выступление на концерте, наблюдение
4.1	Работа с техническими средствами	2	9	11		
4.2	Основы сценической хореографии и сценический образ	3	26	29		
5	Аттестация	2	2	4		концерт, опрос, конкурс, прослушивание
5.1	Аттестация за первое полугодие	1	1	2		
5.2	Аттестация за второе полугодие	1	1	2		
	Итого	28	188	216		

Учебный план 3 года обучения

№	Название раздела	Всего часов				Форма аттестации контроля
		Аудиторные			Внеаудиторные	
		Теория	Практика	Всего		
1	1. Режим занятия. Правила ТБ.	1	1	2		наблюдение, прослушивание беседа
2	Вокальная работа. Пение учебно-тренировочного материала	10	60	70		Наблюдение, прослушивание
3.	Работа над репертуаром	10	90	100		Наблюдение, прослушивание, сдача партий
3.1	Малый ансамбль. Двухголосие, трехголосие.	7	46	53		
3.2	Работа с солистами	3	33	36		
3.3	Сценическая практика		11	11	13	
4	Основы сценической культуры	5	35	40		Прослушивание, выступление на концерте, наблюдение
4.1	Работа с техническими средствами	2	9	11		
4.2	Основы сценической хореографии и	3	26	29		

	сценический образ					
5	Аттестация	2	2	4		концерт, опрос, конкурс, прослушивание
5.1	Аттестация за первое полугодие	1	1	2		
5.2	Аттестация за второе полугодие	1	1	2		
	Итого	28	188	216		

Учебный план 5 года обучения

№	Название раздела	Всего часов				Форма аттестации контроля
		Аудиторные			Внеаудиторные	
		Теория	Практика	Всего		
1	1. Режим занятия. Правила ТБ.	1	1	2		наблюдение, прослушивание беседа
2	Вокальная работа. Пение учебно-тренировочного материала	10	50	60		Наблюдение, прослушивание
3.	Работа над репертуаром	10	95	105		Наблюдение, прослушивание, сдача партий
3.1	Малый ансамбль. Двухголосие, трехголосие.	7	51	58		
3.2	Работа с солистами	3	33	36		
3.3	Сценическая практика		11	11	13	
4	Основы сценической культуры	10	35	45		Прослушивание, выступление на концерте, наблюдение
4.1	Работа с техническими средствами	5	9	14		
4.2	Основы сценической хореографии и сценический образ	5	26	31		
5	Аттестация	2	2	4		концерт, опрос, конкурс, прослушивание
5.1	Аттестация за первое полугодие	1	1	2		
5.2	Аттестация за второе полугодие	1	1	2		
	Итого	33	183	216		

2.2.Содержание программы

Содержание учебного плана 1 года обучения

№	Раздел	Содержание
1.	1. Введение в программу Прослушивание голосов. Режим занятия. Правила ТБ	<p><i>Теория</i> Общие сведения об эстрадном вокале. Инструктаж по ТБ.</p> <p><i>Практика</i> Прослушивание детей с целью определения их музыкального развития.</p>
2	Вокальная работа. Пение учебно-тренировочный материала	<p>2.1. Основные понятия, терминология. Певческая установка.</p> <p><i>Теория</i> Музыкальная грамота. Элементарное сольфеджио Правильная певческая постановка корпуса во время пения. Постановка корпуса, головы, шеи в положении сидя, стоя, в движении. Тембр и виды тембра. Дыхание. Динамические оттенки.</p> <p>2.2. Постановка дыхания</p> <p><i>Теория</i> Дыхание певца. Какие бывают разновидности певческого дыхания. Определения слов «вдох» и «выдох». Знакомство с алгоритмом выполнения дыхательной гимнастики. Какие ошибки бывают при вдохе и выдохе во время пения Дыхание-основа пения.</p> <p><i>Практика</i> Выполнение дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой. Разбор песен относительно дыхания – распределение фраз. Дыхание животом, укрепление мышц живота. Пение протяжных песен. Пение в медленном и быстром темпе на дыхании. Спокойный вдох, экономный выдох. Работа над диафрагмой</p> <p>2.3. Дикция и артикуляция</p> <p><i>Теория</i> Роль дикции в пении. Музыкальный текст. Польза скороговорок в развитии дикции. Частушки, их разновидность. Значение гласных и согласных звуков в пении. Особенности формирования дикции на грудном звучании</p> <p><i>Практика</i> Артикуляционная гимнастика (разогрев губ, мышц лица, фонетические упражнения). Упражнение по сочетанию гласных с согласными буквами. Скороговорки, попевки. Работа с текстом по репертуару.</p>

		<p>2.4. Звукообразование. Звуковедение</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Определение слова «звукоизвлечение». Звукоизвлечение в народном пении – его характеристики. Образование голоса в гортани. Атака звука - твёрдая, мягкая.</p> <p>Взаимосвязь звука и дыхания в произведении. Работа над вокальной партией. Гибкость и подвижность голоса. Работа над укреплением вокально-технических навыков.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Игровая распевка «Кот и мышь». Распевка поступенная «Вот иду я вверх, вот иду я вниз». Пение более протяжённых музыкальных фраз с закрытым ртом. Пение гласных звуков. Выравнивание гласных, выработка навыка резонирования. Необходимо научить детей правильной фразировке, умению самостоятельно наиболее значительные по смыслу слова, мягко уходить на окончание фразы, уделять внимание распевам</p> <p>2.5 Распевание. Вокальные приемы</p> <p>Исполнение упражнений разной сложности Навыки исполнения «форте», «пиано», «f», «p», «легато».</p> <p>Выполнение ритмических упражнений.</p>
3	Работа над репертуаром	<p>3.1. Малый ансамбль</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Виды малых ансамблей. Репертуар для малого ансамбля.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Разделение исполнителей по тембру и подготовленности. Выработка единой манеры пения. Мелодический, гармонический строй. Работа в малом ансамбле над чистотой интонирования, правильным ритмическим рисунком песни. Припевание друг к другу.</p> <p>3.2 Работа с солистами</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Правила подбора репертуара с сольными запевами и подбор сольного репертуара в зависимости от индивидуальных возможностей.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Работа над чистотой интонирования сольных запевов. Выполнение вокально-речевых упражнений на развитие вокальной техники и диапазона</p> <p>3.3. Сценическая практика.</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Инструктаж по технике безопасности. Тема. Цель</p>

		<p>выступления. Организационные вопросы. Правила публичного выступления. Критерии качества исполнения музыкального произведения</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Участие в мероприятиях, конкурса и концертах. Отработка основных вокальных навыков исполнительского мастерства. Эмоциональное исполнение. Артистизм</p>
4	Основы сценической культуры	<p>4.1. Работа с техническими средствами</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Техника безопасности.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Навыки владения микрофоном. Работа с микрофоном на стойке, в руках.</p> <p>. Отработка песен на сцене в микрофон (под живой звук и фонограмму «-»)</p> <p>4.2. Основы сценической хореографии и сценический образ</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Разработка образов будущего сценического действия. Связь музыки, ритма и движения. Понятие «теория эстрадного мастерства».</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Выполнение музыкально-ритмических и образно-музыкальных упражнений. Выполнение этюдов. Разучивание движений для передачи образа песни. Работа над выразительностью сценического образа, передаваемого через мимику, жесты, пластику движений с помощью пантомимических упражнений, поведение на сцене , общение со зрителями</p>
5.	Аттестация	<p>5.1. Аттестационное занятие за 1-ое полугодие</p> <p>Предварительная аттестация проводится для выявления уровня музыкальных способностей</p> <p>Промежуточная аттестация в середине года проводится для того, чтобы проследить динамику развития творческих способностей детей, развития музыкального слуха и памяти. Диагностическая карта дает возможность выявить знания, умения и навыки, полученные на занятиях.</p> <p>Контрольное занятие.</p> <p>5.2. Аттестационное занятие за 2-е полугодие.</p> <p>Промежуточная аттестация в конце года проводится для того, что бы узнать, усвоена ли программа первого года обучения.</p>

Содержание учебного плана 2 года обучения

№	Раздел	Содержание
1.	1. Режим занятия. Правила ТБ	<i>Теория</i> Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы, ознакомление с программой 2 года обучения.
2	Вокальная работа. Учебно-тренировочный материал	<p>2.1. Музыкальная грамота. Элементарное сольфеджио</p> <p><i>Теория</i> Основы нотной грамоты. Повторение музыкальных звуков, с их написанием (ноты). Просмотр видео презентации. Расположение нот на клавиатуре фортепиано, нотоносец, ключи. Лад, музыкальные термины.</p> <p><i>Практика</i> Выполнение ритмических упражнений. Пение по нотам в пределах первой октавы.</p> <p>2.2. Дыхания основа пения</p> <p><i>Теория</i> Влияние брюшных мышц на диафрагму. Атака звука Основные акценты в беседе: Посыл дыхания в момент начала звука. Степень замыкания голосовых связок. Три вида атаки. Вокальная «маска». Резонирование голоса певца в носовой и придаточных полостях. Резонаторы Основные акценты в беседе: Нижняя опора звука – грудной резонатор. Вокальный зевок. Высокая позиция гортани. Понятие полузевков. Упор звука в твердое нёбо. Оформление атаки звука в отношении силы, характера, высоты и уже потом брать спокойно и легко; при атаке звука не должно быть шумовых призвуков и подъездов; Опора звука, используя певческое нижне-диафрагмальное дыхание. пение на legato - плавное, непрерывное пение, при котором гласные плотно соединены между собой</p> <p><i>Практика</i> Равномерное распределение дыхания. Спокойный вдох, экономный выдох. Работа над диафрагмой. Дыхательная гимнастика на слоги «хи», «ха».</p> <p>2.3. Звукообразование. Артикуляция. Динамика в пении</p> <p><i>Теория</i> Различие дикции и артикуляции</p> <p><i>Практика</i> Артикуляционные распевки («Руди-риди», «Зра-зре-зри-зро-зру»). Выполнение артикуляционной гимнастики. Разучивание чистоговорок, проговаривание в среднем темпе с постоянным усложнением текста. Скороговорки.</p> <p>2.4. Распевание. Вокальные приемы.</p>

		<p><i>Теория</i> Распевание- основа отработки вокальных приемов. Понятие многоголосие.</p> <p><i>Практика</i> Выполнение упражнений на снятие зажимов, крикливой интонации и других выявленных недостатков пения. Выполнение индивидуальных вокально-речевых упражнений. Развитие гармонического слуха путем вокально-технических упражнений. Специфика исполнения 2-голосных интервалов. Последовательность упражнений для развития более подвижного и беглого голоса. Чистота интонации</p>
3	Работа над репертуаром	<p>3.1. Малый ансамбль</p> <p><i>Теория</i> Виды малых ансамблей. Дуэт, трио. Репертуар для малого ансамбля. Значение эмоциональной отзывчивости на музыку, культуры исполнения музыкального произведения, интереса к самостоятельному изучению истории музыкального произведения в работе над музыкальным произведением и во время его исполнения</p> <p><i>Практика</i> Двухголосие в песне на терцию и кварту. Выработка единой манеры пения. Мелодический, гармонический строй. Работа в малом ансамбле над чистотой интонирования, правильным ритмическим рисунком песни. Пение под живой звук и под фонограмму «-».</p> <p>Прослушивание фонограмм. Отработка текста, мелодии, движений под музыку. Работа над актёрским мастерством дуэта или трио.</p> <p>3.2. Работа с солистами</p> <p><i>Теория</i> Правила подбора репертуара с сольными запевками и подбор сольного репертуара в зависимости от индивидуальных возможностей.</p> <p><i>Практика</i> Работа над чистотой интонирования сольных запевов. Выполнение вокально-речевых упражнений на развитие вокальной техники и диапазона. Разучивание и исполнение песен а капелла, под живой звук и под фонограмму «-». Домашняя работа и самокоррекция – исправление ошибок при помощи записывающих устройств. Работа с микрофоном, под живой звук и фонограмму «-». Работа над актёрским мастерством. Работа над исполнительским мастерством.</p> <p>3.3. Сценическая практика</p>

		<p><i>Теория</i> Инструктаж по технике безопасности. Тема. Цель выступления. Организационные вопросы. Правила публичного выступления. Критерии качества исполнения музыкального произведения</p> <p><i>Практика</i> Участие в мероприятиях, конкурса и концертах. Отработка основных вокальных навыков исполнительского мастерства. Эмоциональное исполнение. Артистизм</p>
4	Основы сценической культуры	<p>4.1. Работа с техническими средствами</p> <p><i>Теория</i> Техника безопасности.</p> <p><i>Практика</i> Навыки владения микрофоном. Работа с микрофоном на стойке, в руках. Активная подача голоса в микрофон. Использование микрофона в разных положениях. Использование техники при исполнении песенного материала, пение песен с микрофоном. Отработка песен на сцене в микрофон (под живой звук и фонограмму «-»)</p> <p>4.2. Основы сценической хореографии и сценический образ</p> <p><i>Теория</i> Разработка образов будущего сценического действия. Связь музыки, ритма и движения. Понятие «теория эстрадного мастерства». Средства художественной выразительности: мимика, жесты, движение. Характеристика движений для передачи образа песни.</p> <p><i>Практика</i> Выполнение музыкально-ритмических и образно-музыкальных упражнений. Выполнение этюдов. Разучивание движений для передачи образа песни. Работа над выразительностью сценического образа, передаваемого через мимику, жесты, пластику движений с помощью пантомимических упражнений, поведение на сцене, общение со зрителями</p>
5.	Аттестация	<p>5.1. Аттестационное занятие за 1-ое полугодие</p> <p>Промежуточная аттестация в середине года проводится для того, чтобы проследить динамику развития творческих способностей детей, развития музыкального слуха и памяти. Диагностическая карта дает возможность выявить знания, умения и навыки, полученные на занятиях.</p>

		5.2. Аттестационное занятие за 2-е полугодие Промежуточная аттестация в конце года проводится для того, что бы узнать, усвоена ли программа второго года обучения
--	--	--

Содержание учебного плана 3 года обучения

<i>№</i>	<i>Раздел</i>	<i>Содержание</i>
1.	1. Режим занятия. Правила ТБ	<i>Теория</i> Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы, ознакомление с программой 2 года обучения.
2	Вокальная работа. Учебно-тренировочный материал	<i>Теория</i> Повторение теоретического материала <i>Практика</i> Повторение распевок на нескольких звуках. Пение интервалов и аккордов. Пение интервалов. Выполнение упражнений на дыхание, отработка игровых распевок. Разучивание упражнений на нескольких звуках. Пение гаммы и основных трезвучий. знаний на слух, с голоса. Пение вокализа с фортепиано. Выполнение упражнений на снятие зажимов, крикливой интонации и других выявленных недостатков пения. Выполнение индивидуальных вокально-речевых упражнений.
3	Работа над репертуаром	3.1. Малый ансамбль <i>Теория</i> Виды малых ансамблей. Дуэт, трио. Репертуар для малого ансамбля. Значение эмоциональной отзывчивости на музыку, культуры исполнения музыкального произведения, интереса к самостоятельному изучению истории музыкального произведения в работе над музыкальным произведением и во время его исполнения <i>Практика</i> Двухголосие и трехголосие в песне на терцию. Выработка единой манеры пения, ансамблевого строя. Мелодический, гармонический строй. Работа в малом ансамбле над чистотой интонирования, правильным ритмическим рисунком песни. Пение а капелла, под живой звук и под фонограмму «-». Прослушивание фонограмм. Отработка текста, мелодии, движений под музыку. Работа над актёрским мастерством дуэта или трио. 3.2. Работа с солистами <i>Теория</i> Правила подбора репертуара с сольными запевками и подбор сольного репертуара в зависимости от индивидуальных возможностей.

		<p><i>Практика</i> Работа над чистотой интонирования сольных запевов. Выполнение вокально-речевых упражнений на развитие вокальной техники и диапазона. Разучивание и исполнение песен а капелла, под живой звук и под фонограмму «-». Домашняя работа и самокоррекция – исправление ошибок при помощи записывающих устройств. Работа с микрофоном, под живой звук и фонограмму «-». Работа над актёрским мастерством. Работа над исполнительским мастерством.</p> <p>3.3. Сценическая практика</p> <p><i>Теория</i> Инструктаж по технике безопасности. Тема. Цель выступления. Организационные вопросы. Правила публичного выступления. Критерии качества исполнения музыкального произведения</p> <p><i>Практика</i> Участие в мероприятиях, конкурса и концертах. Отработка основных вокальных навыков исполнительского мастерства. Эмоциональное исполнение. Артистизм</p>
4	Основы сценической культуры	<p>4.1. Работа с техническими средствами</p> <p><i>Теория</i> Техника безопасности.</p> <p><i>Практика</i> Навыки владения микрофоном. Работа с микрофоном на стойке, в руках. Активная подача голоса в микрофон. Использование микрофона в разных положениях. Использование техники при исполнении песенного материала, пение песен с микрофоном. Отработка песен на сцене в микрофон (под живой звук и фонограмму «-»)</p> <p>4.2. Основы сценической хореографии и сценический образ</p> <p><i>Теория</i> Разработка образов будущего сценического действия. Связь музыки, ритма и движения. Понятие «теория эстрадного мастерства». Средства художественной выразительности: мимика, жесты, движение. Характеристика движений для передачи образа песни.</p> <p><i>Практика</i> Выполнение музыкально-ритмических и образно-музыкальных упражнений. Выполнение этюдов. Разучивание движений для передачи образа песни. Работа</p>

		над выразительностью сценического образа, передаваемого через мимику, жесты, пластику движений с помощью пантомимических упражнений, поведение на сцене, общение со зрителями
5.	Аттестация	<p>5.1. Аттестационное занятие за 1-ое полугодие</p> <p>Промежуточная аттестация в середине года проводится для того, чтобы проследить динамику развития творческих способностей детей, развития музыкального слуха и памяти. Диагностическая карта дает возможность выявить знания, умения и навыки, полученные на занятиях.</p> <p>5.2. Аттестационное занятие в конце года.</p> <p>Аттестация в конце года проводится для того, чтобы узнать, усвоена ли программа обучения за все года.</p>

Содержание учебного плана 4года обучения

<i>№</i>	<i>Раздел</i>	<i>Содержание</i>
1.	1. Режим занятия. Правила ТБ	<p><i>Теория</i></p> <p>Организационные вопросы, ознакомление с программой 4 года обучения. Правила по технике безопасности на занятиях эстрадным вокалом.</p>
2	Вокальная работа. Учебно-тренировочный материал	<p><i>Теория</i></p> <p>Повторение теоретического материала. Современная эстрадная исполнительская культура. Тенденции, особенности. Певческое дыхание.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Выполнение упражнений на снятие зажимов, крикливой интонации и других выявленных недостатков пения. Выполнение индивидуальных вокально-речевых упражнений. Певческое дыхание на все виды нюансов. на штрихи «legato», «staccato», «non legato», на динамические оттенки «forte», «piano», «non legato», мелизмы и вокальные приемы.</p> <p>Усложненные упражнения на слоги, технику «скэт».</p> <p>Упражнения на высокую и низкую вокальные позиции с учетом стилевых особенностей исполняемых упражнений и репертуара. Пение в речевой позиций. Сложный вокальный и речевой тренинги</p>
3	Работа над репертуаром	<p>3.1. Малый ансамбль. Двухголосие, трехголосие.</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Анализ музыкального произведения. Идейное содержание</p> <p>Чистота интонирования мелодических построений</p> <p>достаточно высокой степени сложности в малых ансамблевых формах, вокальных ансамблях, эстрадном хоре.</p>

		<p><i>Практика</i></p> <p>Двухголосие и трехголосие в песне на терцию. Выработка единой манеры пения, ансамблевого строя. Мелодический, гармонический строй. Работа в малом ансамбле над чистотой интонирования, правильным ритмическим рисунком песни. Пение а капелла, под живой звук и под фонограмму «-». Прослушивание фонограмм. Отработка текста, мелодии, движений под музыку. Выравнивание звучания ансамбля на протяжении всего произведения. Единство динамики, фразировки, штрихов. Выравнивание многоголосной фактуры. Специфика исполнения 3,4-х голосных аккордов.</p> <p>3.2 . Работа с солистами</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Звук, высотные особенности диатонических и хроматических интервалов. Ритмическое мышление. Метр, ритмическая свобода, внутренняя пульсация.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Чистота интонирования мелодических построений достаточно высокой степени сложности сольно. Развитие гармонического слуха путем вокально-технических упражнений. Фразировка произведения. Многомерная фактура произведения. Мемизмы, форшлагги, опевание звуков</p> <p>3.3. Сценическая практика</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Инструктаж по технике безопасности. Цель выступления. Организационные вопросы. Правила публичного выступления. Критерии качества исполнения музыкального произведения</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Участие в мероприятиях, конкурса и концертах. Отработка основных вокальных навыков исполнительского мастерства. Эмоциональное исполнение. Артистизм</p>
4	Основы сценической культуры	<p>4.1. Работа с техническими средствами</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Беседа об особенностях работы с микрофоном при пении «а-капелла», на «piano», «forte», с учетом стилистических особенностей исполняемого репертуара, в различных составах (соло, малые составы, ансамбль). Освоение сценического пространства, взаимодействие с партнером</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Активная подача голоса в микрофон. Работа с</p>

		<p>микрофоном при воспроизведении высоких (держат дальше) и низких (держат ближе) звуков. рактика.</p> <p>Выполнение учащимися требований педагога при пении с фонограммой и микрофоном.</p> <p>4.2. Основы сценической хореографии и сценический образ</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Слияние вокального и танцевального стилей. Объяснение и показ педагогом построений, перестроений и танцевальных движений, сопровождающих песню</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Разучивание, отработка и выполнение учащимися построений, перестроений и танцевальных движений, сопровождающих песню. Работа над выразительностью сценического образа, передаваемого через мимику, жесты, пластику движений с помощью пантомимических упражнений, поведение на сцене, общение со зрителями</p>
5.	Аттестация	<p>5.1. Аттестационное занятие за 1-ое полугодие</p> <p>Промежуточная аттестация в середине года проводится для того, чтобы проследить динамику развития творческих способностей детей, развития музыкального слуха и памяти. Диагностическая карта дает возможность выявить знания, умения и навыки, полученные на занятиях.</p> <p>5.2. Аттестационное занятие в конце года.</p> <p>Аттестация в конце года проводится для того, чтобы узнать, усвоена ли программа обучения за все года.</p>

Содержание учебного плана 5 года обучения

№	Раздел	Содержание
1.	1. Режим занятия. Правила ТБ	<p><i>Теория</i></p> <p>Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы, ознакомление с программой 5 года обучения.</p>
2	Вокальная работа. Учебно-тренировочный материал	<p><i>Теория</i></p> <p>Равномерное распределение дыхания. Дыхательная гимнастика на различные слоги. Влияние брюшных мышц на диафрагму. Повторение теоретического материала</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Вокализация гласных букв. Два вида резонаторов (головное, грудное). Характерные особенности джазового направления. Навыки исполнения «легато», «стакато», «марка-то», «нон легато». Артикуляционная гимнастика. Повторение распевов на нескольких звуках. Пение интервалов и аккордов. Пение интервалов. Выполнение</p>

		упражнений на дыхание. Выполнение индивидуальных вокально-речевых упражнений.
3	Работа над репертуаром	<p>3.1. Малый ансамбль.</p> <p><i>Теория</i> Выравнивание звучания ансамбля на протяжении всего произведения. Единство динамики, фразировки, штрихов. Подбор репертуара для ансамбля. Значение эмоциональной отзывчивости на музыку, культуры исполнения музыкального произведения, интереса к самостоятельному изучению истории музыкального произведения в работе над музыкальным произведением и во время его исполнения</p> <p><i>Практика</i> Развитие гармонического слуха путем вокально-технических упражнений. Выравнивание многоголосной фактуры. Выработка единой манеры пения, ансамблевого строя. Развитие гармонического слуха путем вокально-технических упражнений. .</p> <p>3.2 Работа с солистами</p> <p><i>Теория</i> Правила подбор сольного репертуара в зависимости от индивидуальных возможностей. Технические сложности песни. Жанр произведения. Фразировка произведения.</p> <p><i>Практика</i> Работа над чистотой интонирования сольных запевов. Выполнение вокально-речевых упражнений на развитие вокальной техники и диапазона. Домашняя работа и самокоррекция – исправление ошибок при помощи записывающих устройств. Работа с микрофоном, под живой звук и фонограмму «-». Работа над актёрским мастерством. Работа над исполнительским мастерством.</p> <p>3.3. Сценическая практика</p> <p><i>Теория</i> Правила поведения на сцене</p> <p><i>Практика</i> Участие в мероприятиях, конкурса и концертах. Отработка основных вокальных навыков исполнительского мастерства. Эмоциональное исполнение. Артистизм</p>
4	Основы сценической культуры	<p>4.1. Работа с техническими средствами</p> <p><i>Теория</i> Правила работы на сцене при наличии мониторов и их отсутствии. . Беседа об особенностях работы с микрофоном при пении «а-капелла», на «piano», «forte», с</p>

		<p>учетом стилистических особенностей исполняемого репертуара, в различных составах (соло, малые составы, ансамбль).</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Выполнение учащимися требований педагога при пении с фонограммой и микрофоном. Репетиции на пространственную ориентацию в условиях работы с мониторами, без них. Формирование устойчивого навыка «обживаться» на сцене, согласно предлагаемым обстоятельствам. Исполнение репертуара с различным уровнем записи фонограмм. Закрепление устойчивого навыка правильного баланса со звучащей минусовой фонограммой. Исполнение разучиваемого репертуара с микрофонами разных типов (шнуровые, радио, гарнитура, микрофоны на стойке) сольно, в малых ансамблевых формах, в вокальном ансамбле.</p> <p>4.2. Основы сценической хореографии и сценический образ</p> <p><i>Теория</i></p> <p>Владение техникой вокального и хореографического исполнения в единстве. Разработка образов будущего сценического действия. Слияние вокального и танцевального стилей. Характеристика движений для передачи образа песни.</p> <p><i>Практика</i></p> <p>Разучивание движений для передачи образа песни. Работа над выразительностью сценического образа, передаваемого через мимику, жесты, пластику движений с помощью пантомимических упражнений, поведение на сцене, общение со зрителями</p>
5.	Аттестация	<p>5.1. Аттестационное занятие за 1-ое полугодие</p> <p>Промежуточная аттестация в середине года проводится для того, чтобы проследить динамику развития творческих способностей детей, развития музыкального слуха и памяти. Диагностическая карта дает возможность выявить знания, умения и навыки, полученные на занятиях.</p> <p>5.2. Аттестационное занятие в конце года.</p> <p>Аттестация в конце года проводится для того, чтобы узнать, усвоена ли программа обучения за все года.</p>

2.3. Календарный учебный график

Год обучения	Начало учебного года	Конец учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов/дней	Режим занятий	Сроки проведения аттестации
1-й год	Сентябрь	Май	36	144/72	2 раза в неделю по 2 часа	Сентябрь – входная, Декабрь – промежуточная, май – промежуточная
2-й год	Сентябрь	Май	36	216/72	2 раза в неделю по 3 ч.	Декабрь – промежуточная, май – промежуточная
3-й год	Сентябрь	Май	36	216/72	2 раза в неделю по 3 ч., 3 раза в неделю по 2 ч.	Декабрь – промежуточная, май – итоговая
4-й год	Сентябрь	Май	36	216/72	2 раза в неделю по 3 ч., 3 раза в неделю по 2 ч.	Декабрь – промежуточная, май – итоговая
5-й год	Сентябрь	Май	36	216/72	2 раза в неделю по 3 ч 3 раза в неделю по 2 ч.	Декабрь – промежуточная, май – итоговая

Продолжительность учебных занятий – 45 минут, перемена – 10 минут.

Праздничные дни: 4.11.22г., 1.01.23г., 23.02.23г., 8.03.23г. 1.05.23г., 09.05.23г.

Место проведения занятий: МБУ ДО Центр детского творчества г. Суража, кабинет индивидуальных занятий, актовый зал.

2.4. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

1. Специально оборудованное помещение с хорошей акустикой и вентиляцией.
- 2.Тренировочный зал с зеркалами;
- 3.Компьютер;
- 4.Музыкальная аппаратура:

- Фортепиано или синтезатор;
- Магнитофоны;
- Звукоусиливающая аппаратура;
- USB – проигрыватель
- Микрофоны (радио и головные гарнитуры)
- Ноутбук

Информационное обеспечение

Аудио- и видеоматериалы, интернет-источники (мастер-классы по вокалу, записи выступлений), записи фонограмм в режиме «+» и «-», компьютерные программы для обработки фонограмм

Кадровое обеспечение – 1 педагог

Методические материалы

Методы и приемы организации учебного процесса:

1. Словесный метод (рассказ, объяснение, беседа, инструктаж). В процессе его использования педагог посредством слова излагает, объясняет учебный материал, а учащиеся посредством слушания, запоминания и осмысливания активно его воспринимают и усваивают.

2. Наглядный метод (демонстрация). Особенностью наглядных методов обучения является то, что они обязательно предлагаются, в той или иной мере сочетаясь со словесными методами. Тесная взаимосвязь слова и наглядности вытекает из того, что познание предполагает применение в единстве живого созерцания, абстрактного мышления и практики.

3. Практический метод (репетиция). Практические методы обучения охватывают весьма широкий диапазон различных видов деятельности обучающихся. Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе должно предшествовать инструктивное пояснение педагога.

4. Объяснительно-иллюстративный метод (сочетание приёмов словесного и наглядного методов).

5. Репродуктивный метод. Используется с целью оценки степени творческой активности обучающихся в познании новых понятий, явлений и законов.

6. Креативный (творческий) метод. Формами его применения являются: импровизация, подбор на слух пьес, песен, популярной музыки.

7. Метод размышлений о музыке. Направлен на личностное, индивидуальное присвоение учащимися духовных ценностей. Использование этого метода подразумевает выбор проблемы, которую способна решить музыка и поиск ответа на нее самими учениками.

Кроме этого, на занятиях по мере необходимости используются следующие *методы*:

1. Стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности.
2. Контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности.

Деятельность педагога строится на следующих принципах:

1. Доступность занятий.
2. Внимательное отношение к личности обучающегося.

3. Предоставление возможности самовыражения, самореализации, инициативности.
4. Всестороннее развитие обучающегося с учётом его индивидуальных способностей.

При реализации программы используются следующие образовательные технологии: технология личностно-ориентированного обучения, технология развития творческого потенциала личности. Также могут быть использованы дистанционные образовательные технологии

Каждое занятие строится по схеме:

1. Дыхательная и артикуляционная гимнастика.
2. Распевание. Вокально-хоровые упражнения.
3. Работа над произведениями.
4. Анализ занятия.
5. Задание на дом.

Первые две части являются разминкой, где укрепляются дыхательные мышцы, развиваются возможности артикуляционного аппарата, настраивается голосовой аппарат на пение. Всё это постепенно и последовательно усложняется от занятия к занятию. Применяются упражнения для релаксации (приложение 1.), упражнения для снятия зажимов (приложение 2.)

Работа над произведениями включает в себя следующие разделы:

1. Демонстрация музыкального материала.
2. Разучивание текста.
3. Разучивание мелодии.
4. Работа над дикцией и артикуляцией.
5. Работа над звуковедением.
6. Работа над ансамблем.

2.5. Форма аттестации

Для выяснения результатов образовательного процесса, а также выявления влияния всего процесса образования на развитие обучающихся используются различные виды контроля. Контроль в дополнительном образовании несет проверочную, обучающую, воспитательную, организующую функции и может быть предварительным, текущим, промежуточным и итоговым

Форма проведения аттестации

Вид аттестации	Форма аттестации
Входной контроль (выявление первоначальных представлений)	<p>Прослушивание. Задание на выявление музыкальных способностей включает (не оценивается баллами):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спеть известные детские песенки (1-2) без музыкального сопровождения и с музыкальным сопровождением. 2. Повторить музыкальные попевки (мотивы) с подачи педагога и после проигрывания на инструменте. 3. «Прохлопать» ритмические рисунки, предложенные педагогом

Текущий контроль (по итогам каждого занятия или по итогам прохождения темы)	Наблюдение, беседа, опрос
Промежуточный контроль (аттестация) (проводится по окончании каждого полугодия)	Наблюдение, опрос, просмотры творческие показы, участие в новогодних мероприятиях, концерт, участие в конкурсах, фестиваль различного уровня,.
Итоговый контроль (аттестация) (проводится по итогам всего курса обучения по программе)	Участие в конкурсах, фестивалях различного уровня, выступления в итоговом концерте сольно, в малом ансамбле и в составе всего ансамбля (определение уровня практической подготовки) и итогового тестирования (определение уровня теоретической подготовки).

2.6.Оценочные материалы

Способы проверки результатов обучения

Основным механизмом выявления результатов воспитания является педагогическое наблюдение.

Критерии педагогического наблюдения:

- активен / пассивен в процессе учебной деятельности;
- принимает /не принимает участие в мероприятиях, концертах;
- проявляет / не проявляет культуру поведения в различных образовательных ситуациях;
- проявляет / не проявляет умение позитивного взаимодействия с другими членами коллектива;
- проявляет/ не проявляет эмоциональность во время выступлений.

Методика определения результатов

Вид аттестации	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
	Полученный воспитанником результат		
Промежуточная в середине года	3 балла	2 балла	1 балл
Итоговая аттестация			

Критерии оценки:

Промежуточная аттестация:

3 балла	2 балла	1 балл
<ul style="list-style-type: none"> - Чистое интонирование; -правильное дыхание; -четкая дикция; -отличная музыкальность и чувство ритма; -координация движений 	То же, что и на «отлично», но с небольшими погрешностями	<ul style="list-style-type: none"> - Фальшивое пение; -отсутствие навыков правильно взятого дыхания; - не четкая дикция, музыкальность слабая и

отличная; -знание теории (дыхание и виды дыхания,динамические оттенки)		отсутствует чувство ритма; -координация движений слабая; Знание теории слабое.
---	--	--

Итоговая аттестация:

3 балла	2 балла	1 балл
- Знание теории за курс программы (дыхание, динамические оттенки, тембр и виды тембра); -исполнение песни с соблюдением всех вокально-хоровых навыков (дикция, дыхание, чистота интонирования, звукоизвлечение); - хорошо умеет согласовывать движения различных частей тела, точен в движениях; - умение работать с микрофоном; -музыкальность отличная.	То же, что и на «отлично», но с небольшими погрешностями.	- Знание теории не полное. -исполнение песни не соблюдая все вокально-хоровые навыки; . движения не согласовывает с музыкой; . плохо умеет работать с микрофоном; - нет эмоциональности

2.7. Список литературы

Литература для педагогов

1. Агапова И. А., Давыдова М. А. Лучшие музыкальные игры для детей. - Москва, 2009г.
2. Багадуров В.А., Орлова Н.Д. Начальные приемы развития детского голоса. – Москва, 2007.
3. Билль А. Методические материалы для организаторов и педагогов детских эстрадно- вокальных студий. - Москва, 2005г.
4. Битус А.Ф., Битус С.В. Певческая азбука ребенка. - Минск, 2007г.
5. Битус А.Ф. Вопросы музыкального воспитания и обучения. - Минск, 2005г.
6. Белобородова Е.Ю. Техника эстрадного вокала. – Москва, 2005г.
7. Воршин В. Эффективное обучение пению. – Москва, 2012г.
8. Глинка М.И. Упражнения для усовершенствования голоса. Школа пения для сопрано: Учебное пособие. - СПб.: Лань, 2016г.
9. Евсеев Ф.Е. Школа пения. Теория и практика для всех голосов: Учебное пособие. - СПб.: Лань, 2015г.

10. Исаева И.А. Эстрадное пение: экспресс- курс развития вокальных способностей. - М., 2006
11. Левчина Е.А. Вокальные упражнения: учимся петь и аккомпанировать. - М., 2006
12. Мошкин А. П. Эстрадно- джазовые мелодии для сольфеджирования и развития навыков импровизации. - Новосибирск, 2000
13. Обухова Э.А. С любовью к России: песни для детей, - М., 2005

Литература для родителей

1. Михайлова М.Л. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997г.
2. Озерова О.Е. Развитие творческого мышления и воображения у детей. Игры и упражнения. – Ростов-на-Дону, 2005г.
3. Кленов А.С. Я познаю мир. Детская энциклопедия. – Москва, 2005г.
4. Лидина Т. Я умею петь. – Ростов-на-Дону, 2000г.
5. Лопухина И. Речь, ритмы, движение – СПб., 1997г.
6. Пекерская Е.М. Вокальный букварь. – Москва, 2005 г.
7. Юдина Е.И. Азбука музыкально-творческого развития. - Москва, 1994 г

Литература для обучающихся

1. Битус А.Ф., Битус С.В. Певческая азбука ребенка. - Минск, 2007г.
2. Воршин В. Эффективное обучение пению. – Москва, 2012г.
3. Домогацкая И. Первые уроки музыки. – Москва, 2003г.
4. Кленов А.С. Я познаю мир. Детская энциклопедия. – Москва, 2005г.
5. Лидина Т. Я умею петь. – Ростов-на-Дону, 2000г.
6. Лопухина И. Речь, ритмы, движение – СПб., 1997г.
7. Пекерская Е.М. Вокальный букварь. – Москва, 2005 г.
8. Юдина Е.И. Азбука музыкально-творческого развития. - Москва, 1994 г

Список интернет ресурсов

1. <https://vse-kursy.com/read/261-uroki-vokala-dlya-nachinayuschih-besplatnyevideo-dlya-zanyatii-doma.html> - Уроки для начинающих вокалистов.
2. <https://artvocal.ru/practicedihanie.php> - Упражнения для дыхания и голоса.
3. <https://v4k.life/video/C3G1uhcsmHQ> - Техника дыхания.
4. <http://obvi.ru/hobby/music/veronika-vorship-uroki-vokala-video-training/> - Вероника Воршип – уроки вокала.
5. <https://artvocal.ru/practice.php> - Вокальные упражнения и распевки.
6. https://yandex.ru/video/preview?wiz_type=vital&filmId=117722069789742746&text=танцевальные%20движения%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1596820576939250-1627105316775512497400280-production-app-host-sas-web-yp-111&redircnt=1596820587.1 - Урок движения Детский танец Тренер Ольга Рогова
7. <https://www.youtube.com/watch?v=sKqvMTrWWTc> – основы ритмопластики
8. <http://agentstvo-prazdnik.com> – сайт фонограмм «+» и «-».
9. <https://x-minus.me> - сайт фонограмм «+» и «-».

10. www.vest-tda.ru
11. http://as-sol.net/PDF/metodika/vokalnyi_ans_luchkina.pdf
12. http://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/20281/1/RSVPU_2017
13. <https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obscherazvivayuschaya-obscheobrazovatelnyaprogramma-po-akademicheskomu-vokalu-predmet-ansambl-malih-form-goda499435.html>
14. Развитие навыка многоголосного пения участников вокального ансамбля применением фонограммы [Электронный ресурс] / А.А. Коновалов, Н.И. Буторина. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/1773/1/fks>

2.8. План воспитательной работы

Цель программы: формирование социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме посредством комплекса занятий, включающих в себя вокально-хоровые дисциплины и постановку голоса.

Задачи:

На уровне детей младшего школьного возраста

- формировать представления о базовых национальных ценностях российского общества;
- -формировать потребность быть трудолюбивым, доводить начатое дело до конца;
- воспитывать любовь к своей Родине – своему родному дому двору, улице, городу, селу, своей стране;
- формировать потребность узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- развивать уверенность в себе, открытость и общительность, не стесняться быть в чём то непохожим на других ребят;
- уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

На уровне детей подросткового возраста

- повысить уровень развития социально значимых и ценностных отношений;
- формировать отношение к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- формировать потребность к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- воспитывать любовь к своему отечеству, к своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- формировать бережное отношение к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- формировать правильное отношение к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с

коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;

- формировать потребность к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- формировать отношение к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- формировать правильное отношение к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

Направления воспитательной работы:

- *Гражданско-патриотическое*
Формирование патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям русского народа.
- *Духовно-нравственное*
Духовно-нравственное воспитание формирует ценностные представления о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и др. народов России.
- *Художественно-эстетическое*
Художественно-эстетическое воспитание играет важную роль в формировании характера и нравственных качеств, а также в развитии хорошего вкуса и в поведении, а также приобщение детей к культурному наследию.
- *Воспитание познавательных интересов*
Воспитание познавательных интересов формирует потребность в приобретении новых знаний, интерес к творческой деятельности.

№ п/п	Сроки проведения	Мероприятие	Форма проведения
1.	Сентябрь	1.Праздник «Здравствуй, друг!» Традиционное мероприятие «Посвящение в кружковцы»	Праздник Беседы по ТБ Концерты
		2. Беседы по технике безопасности на занятиях детского объединения	
		3.Мероприятие, посвященные памяти Беслана	
		4.Мероприятие, посвященное Дню освобождения Суражского района	

		Брянской области от немецко-фашистских захватчиков	
2.	Октябрь	1.Участие в мероприятии ко Дню пожилого человека	Концерты Беседы по ТБ
		2.Участие в мероприятии ко Дню учителя	
		3.Участие в мероприятии ко Дню папы	
		Беседа о правилах безопасного поведения в период осенних каникул (безопасность на водоемах в общественных местах, на дорогах)	
	Ноябрь	1.Участие в мероприятии ко Дню народного единства	Концерты
		2. Конкурсно-развлекательная программа «Мы дружные ребята»	
		3.Участие в мероприятии ко Дню Матери	
	Декабрь	1. День Конституции	Концерты Утренники Конкурсы Беседы по ТБ
		2.Новогодние утренники	
		3.Бал старшеклассников	
		4.Участие в Международном конкурсе детского творчества	
		5.Беседа о правилах безопасного поведения в период осенних каникул (безопасность на водоемах в общественных местах, на дорогах, использование пиротехнических средств)	
	Январь	1.Конкурсная программа «Ковер-самолет»	Концерты
		2.Татьянин День	Конкурсы
		3.Муниципальный конкурс эстрадной песни «Юные голоса»	
		4.Региональный конкурс эстрадной песни «Юные голоса»	
	Февраль	1.День защитника Отечества	Концерты
		2.Широкая масленица	Конкурсы
		3.Муниципальный конкурс патриотической песни «Пою мое	

		Отечество»	
		4.Региональный конкурс патриотической песни «Пою мое Отечество»	
		5.Международный конкурс детского творчества	
	Март	1. Мероприятия, посвященные Международному женскому дню.	Концерты
		2. Отчетный концерт	Конкурсы
		3. Просмотр фильма «Правила поведения на дорогах)	
	Апрель	1.Областной смотр СХТ «Я вхожу в мир искусств»	Концерты
		2.Международный конкурс детского творчества	Конкурсы
	Май	1.Участие в цикле концертных программ, посвященных Дню Победы	Концерты
		2.Областной конкурс детской и пионерской песни	Конкурсы
	Сентябрь - май	Беседы с родителями (собрания, индивидуальные беседы)	Беседы

Приложения

Примерный репертуар для солистов и исполнения в малом ансамбле

1. «Лучший город Земли» А. Бабаджанян
2. «Дождь» О. Полякова
3. «Лунная сказка» О. Полякова
4. «Зимние сны» О. Полякова
5. «Казаки под Москвой» Соловьев - Седой
6. «Безымянный солдат» О. Полякова
7. «Танцы на крыше» из реп. Гр. «Волшебный микрофон»
8. «Поезд» О. Полякова
9. «Сережа и гвозди» О. Полякова
10. «Барышня и хулиган»
- 11.«Моя Москва» О. Полякова
- 12.«Лучший город Земли» А. Бабаджанян
- 13.«Дождь» О. Полякова
- 14.«Лунная сказка» О. Полякова
- 15."Танцы на крыше» из реп. Гр. «Волшебный микрофон»
16. «Осенний блюз» А. Ермолов.
- 17.«Бумажные кораблики», О. Федосеев

Приложение 1. Практические упражнения (релаксационные)

«Земля, воздух, огонь и вода». Воздух основан на дыхании. Дети начинают дышать глубже, чем обычно. Они встают, делают глубокий вдох, а затем выдох. Каждый представляет, что его тело, словно большая губка, жадно впитывает кислород из воздуха. Воздух входит в нос, затем он наполняет грудь, плечи и руки до самых кончиков пальцев. Постепенно воздух заполняет живот, область таза, бедра, колени и стремится дальше – к лодыжкам, ступням и кончикам пальцев. Дети делают несколько глубоких вдохов и выдохов. Можно предложить всем пару раз зевнуть. Зевота – естественный способ компенсировать недостаток кислорода. Зевота активизирует, правда, очень ненадолго, деятельность головного мозга, помогает отогнать сон и взбодрить организм. Известно, что зевота заразительна: стоит одному начать зевать, и все вокруг подхватывают. А все дело в том, что зевота легко возникает как подражательный рефлекс. Этот рефлекс заставляет нас не только зевать, но и улыбаться, если рядом кто-то смеется. Земля. Устанавливаем контакт с землей, мы должны почувствовать уверенность. Сильно давим на пол, стоя на одном месте, можно топать ногами и даже пару раз подпрыгнуть вверх. Можно потереть ногами пол, покрутиться на месте. Наша цель – по-новому ощутить свои ноги, которые находятся дальше всего от центра сознания, и благодаря этому телесному ощущению почувствовать большую стабильность и уверенность. Огонь. Активное движение руками, ногами, телом, изображаем языки пламени. Мы должны ощутить энергию и тепло в своем теле, когда движемся подобным образом. Вода. Мы представляем себе, что комната превращается в бассейн, и делаем мягкие, свободные движения в «воде», следя за тем, чтобы двигались суставы – кисти рук, локти, плечи, бедра, колени. Релаксационные упражнения очень просты, а главное – абсолютно безвредны и помогают быстро успокоиться и взять себя в руки. Дыхательное упражнение Медленно вдохнуть, затем выдохнуть, затем также медленно сделать глубокий вдох. Задержать дыхание на четыре секунды. Вновь медленно выдохнуть и медленно сделать глубокий вдох. Задержать дыхание на четыре секунды и выдохнуть. Повторить эту процедуру семь раз, и мы почувствуем, что стали спокойнее.

1. *Упражнение «Ленивая кошечка»* Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, одновременно на выдохе произнести звук «а!». Упражнение «Стряхиваем воду с пальцев» Принять исходное положение: руки согнуты в локтях ладонью вниз, кисти пассивно свисают. Быстрым и непрерывным движением предплечья трясти кистями, как тряпочками (5-10 секунд). Перед упражнениями полезно крепко сжать кисти в кулак, чтобы яснее чувствовалась разница в напряженном и расслабленном состоянии мышц.

2. *Упражнение «Апельсин»*. Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится апельсин, из которого нужно выжать сок. Медленно сжать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствуйте, как напряжена правая рука. Затем бросить «апельсин» и расслабить руку. Выполнить это же упражнение левой рукой.

3. *Зрительные представления.* Для расслабления можно использовать следующие образы: 1. вы нежитесь на пушистом облачке, которое мягко обволакивает ваше тело; 2. вы качаетесь на волнах, и ваше тело чувствует покой и невесомость; 3. вы лежите на нагретом песке - на берегу моря или океана, слышите легкий шум волн и ощущаете свет и тепло солнечных лучей.

4. *“Дирижер”.* Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку. Каждый представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка) Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями, и всей рукой целиком... Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все ваше тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка закончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

5. *«Полет птицы».* Вы находитесь на летнем ароматном лугу. Над вами теплое летнее солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, дышите легко и свободно. Высоко на небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Она свободно парит в воздухе, крылья ее распростерты в стороны. Представьте себе, что эта птица – вы. Представьте, какое легкое ваше тело и как медленно вы парите в воздухе. Ваши крылья легкие, вы наслаждаетесь свободой, прекрасным ощущением парения, прикосновением легкого, нежного ветерка. Ветерок ласкает, поглаживает вас. А теперь медленно взмахните крыльями и приближайтесь к земле. Вот мы и снова на земле. Улыбнитесь друг другу. Отдых на море Присядьте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, солнце теплое. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть морской воды. Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает лицо, шею, плечи, спину, живот, руки, ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Вам дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться. Откройте глаза. Вы полны сил и энергии. Улыбнитесь друг другу. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день.

Приложение 2. Упражнения для снятия зажимов

Зажимы - это наша психологическая и физическая зажатость; это напряжение в голосе, вплоть до его потери; это барьер, через который нужно переступить. Эти самые зажимы мешают не только вашему голосу свободно существовать, но и травмируют ваше физическое тело.

Упражнение 1. Ребенок должен принять удобную и естественную позу. Он должен хорошо и удобно стоять на двух ногах, что обеспечивает устойчивость тела, равномерное распределение нагрузки на все мышцы и мускулы, мобилизует нервную систему. Плечи: потянуться плечом до мочки уха, голова при этом не наклоняется. То же со вторым плечом. Появляется ощущение тяжести в плечах, они становятся всё тяжелее. Руки: обе кисти крепко сжать в кулаки. Задержаться в таком положении. Расслабиться. Должна появиться теплота и покалывание в пальцах.

Упражнение 2. Встать прямо и напрячь до предела правую руку. Держать её в максимальном напряжении 10 секунд, а потом расслабить. Теперь нужно проделать аналогичные действия с левой рукой, правой ногой, левой ногой, туловищем, шеей. При выполнении упражнения, попросите ребенка сконцентрироваться на приятном ощущении расслабления. Затем напрячь все мышцы тела одновременно, досчитать до 10 и полностью расслабить, погружаясь в приятные ощущения. Упражнение основано на мышечной памяти на состояние расслабления. После тотального напряжения это чувство особенно приятно, и мозг запоминает его, превращая в привычку.

3. Сжатые челюсти. Он возникает от стремления не закричать от гнева, скрыть эмоцию. Хранить проблемы в себе. Чтобы сдержать гнев или боль, мы стискиваем челюсти. Чтобы снять такой зажим, нужно расслабить мышцы челюсти. Можно двигать ее своей рукой вверх-вниз, можно открывать, а закрывая, оказывать сопротивление рукой, — чтобы она преодолевала это сопротивление с усилием. Затем произносить звуки «а», «о», «у», на каждый слог опускать челюсть рукой как можно ниже. Теперь звуки будут звучать более свободно. Упражнение на свободу челюстей - мелко-мелко, дробно, как в ознобе, постучать зубами. Внимание направить на передние зубы, на свободу челюстей, собственно с зажатыми челюстями и невозможно дробно стучать зубами.

4. Сдавленная гортань. Когда мы хотим подавить плач, у нас сжимает горло. Что нужно с этим делать? Разжать гортань, расправить даже мысленно этот мышечный ком. Лучшее упражнение для этого — просто зевать, громко, долго и протяжно. Нужно научить детей зевать «в голос», при этом обязательно нужно открывать рот пошире. При выполнении этого упражнения легко почувствовать, как открывается путь голоса, свободно течет звуковой поток. Зевота не только снимает голосовой зажим, но и отлично тренирует мышцы гортани, необходимые для красивого вокала. Обязательно уйдет сдавленность, покашливание и першение в горле. Еще одно упражнение для того, чтобы расслабить гортань, — смех. Но не простой. Смеяться нежно 3 минуты. Но как засмеяться по заказу? Сначала дети будут хихикать стеснительно и тихо. Но смех — это очень заразительно, и очень скоро он станет общим. Это упражнение не только избавляет от зажима, но и всем поднимает настроение.

4. *Губы*. 1. Сначала надо очень сильно улыбнуться, а затем вытянуть губы вперед «трубочкой». Повторять 7-10 раз. 2. Постараться расслабить губы и начать вибрировать ими, имитируя звук мотора

5. *Мышцы языка*. 1. Расслабить язык, положить на нижнюю губу, произносить вполголоса таблицу гласных (у-о-а-э-и-ы), не убирая расслабленного языка. Затем убрать язык и произнести ряд губных и переднеязычных согласных звуков (б, п, в, ф, д, ж,з,с) в сочетании с таблицей гласных. Повторять упражнение 4-6 раз. 2. Рот полуоткрыт. Кончик языка мягко прижать к верхней губе. Не отрывая его, произнести и-э-а несколько раз, затем освободить язык и произнести «амба, амба, амба». Упражнение повторить 4-6 раз.

