


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Косулинская средняя общеобразовательная школа №8»
(МАОУ «Косулинская СОШ №8»)

Принято на заседании
методического совета

МАОУ «Косулинская СОШ №8»
Протокол №1 от 17 июля 2025г.

Утверждаю:
Директор
МАОУ «Косулинская СОШ №8»
 Т.А. Баженова
Приказ № 484 от 17 июля 2025г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Художественной направленности

«Вокальный ансамбль»

возраст учащихся: 7-9 лет

срок реализации: 1 год.

Автор — составитель:
Шаршапина Анна Алексеевна
педагог дополнительного образования

с. Косулино 2025г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Программа разработана с учётом:

Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 года;

Федерального закона «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 295-ФЗ от 14.07.2022 года;

Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 24.07.1998 года;

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р);

Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» № 474 от 21.07.2020 года;

Указа Президента Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» № 809 от 09.11.2022 года;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СанПиН) №28 от 28.09.2020 года;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм» №28.01.2021 года;

Постановления Правительства Российской Федерации «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» №1678 от 11.10.2023 года;

Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» №298 от 05.05.2018 года;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» №629 от 27.07.2022 года;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» №467 от 03.09.2019 года;

Приказа Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020г. №882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Письма Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015 года «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»)

Письма Минобрнауки России от 28.08.2015 года №АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);

Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 №АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»);

Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 года №ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»;

Приказа Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

Приказа Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 №785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»;

Уставом и локальными актами МАОУ «Косулинская СОШ №8»;

Положения об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУ «Косулинская СОШ «8» (приказ №286 от 15.10.2019г.).

Программа рассчитана на 34 часа, построена с учетом возрастных особенностей обучающихся, занимающихся в группе. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по вокалу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Направленность программы – художественная.

Актуальность заключается в том, что в настоящее время, несмотря на большое количество появившихся хоровых школ, вокальных студий, эстрадных коллективов, уровень певческого развития детей неуклонно снижается. Опасная тенденция увлечения молодых педагогов «сенсационными» и мало

проверенными методиками обучения детей пению может нанести непоправимый вред развивающемуся детскому голосу. Певческий голос ребенка обладает неповторимым тембром и красотой звучания. Владение им как уникальным природным живым музыкальным инструментом требует длительного изучения под руководством опытного педагога. Дети учатся петь и обязательным условием остается следующее: каждый участник – солист, но одновременно хорошо умеет петь в дуэте, трио, в хоре. Обучение детей сольному пению с возможностью получения ими дополнительных знаний в области сценического движения и актёрского мастерства является отличительной особенностью настоящей программы. Участник должен не только обладать вокальными данными, но и уметь красиво двигаться, свободно держаться на сцене.

Общей целью программы является формирование музыкально - певческих навыков и основ сценического поведения обучающихся. Учить детей правильно и красиво петь, чувствовать в этом радость творчества и желание поделиться этой радостью со своими слушателями; воспитывать не только послушных исполнителей, но и ценителей услышанного.

Задачи:

Образовательные:

- Углубить знания детей в области музыки: классической, народной, эстрадной;
- Обучить детей вокальным навыкам.

Воспитательные:

- Привить навыки общения с музыкой: правильно воспринимать и исполнять ее;
- Привить навыки сценического поведения;
- Формировать чувство прекрасного на основе классического и современного музыкального материала.

Развивающие:

- Развить музыкально-эстетический вкус;
- Развить музыкальные способности детей.

Коррекционные:

- Создать условия для пополнения словарного запаса, а также успешной социализации обучающихся.

Бережное, заинтересованное отношение к культурным традициям и искусству родного края, нации, этнической общности.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20 -минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий как часть комплексного занятия.

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 часу. Группа от 8 до 15 человек.

Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные вокальные упражнения, выполнение упражнений с помощью педагога.

Практические занятия по вокальной, технической и практических по подготовке проводятся в форме игровых, итоговых занятий по общепринятой методике.

Музыкальная подготовка направлена на развитие вокальных способностей организма.

Содержание общеразвивающей программы:

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	13			
	Вводное занятие		1		Беседа
	Техника безопасности, санитарные нормы;		2		
	Охрана голоса. Профилактика фонопедических заболеваний.		2		Круглый стол

	Теоретические основы исполнительского мастерства.		8		Беседа
2	Практическая подготовка	21			
	Освоение навыков певческого дыхания.			2	Устный опрос
	Диагностика. Постановка голоса. Вокальный унисон.			2	Наблюдение. Занятие постановка.
	Вокальный репертуар. Репетиционная работа.			3	Зачёт
	Сценическое искусство.			3	Мастер-класс
	Работа над выразительным исполнением вокальных произведений. Упражнения на дыхание.			4	Занятие постановка.
	Слушание музыки			2	Беседа
	Концертная деятельность			3	Тематические Концерты
	Итоговое занятие			2	Круглый стол

Содержание учебного плана

Теоретическая часть - 13 часов

Данный раздел дается весь период учебного года и во всех частях занятиях по вокалу (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в течении 5-10 минут.

Темы занятий:

Вводное занятие

Знакомство с детьми. Беседа о музыке, творческих увлечениях детей. Объяснение целей и задач вокального образования. Традиции вокального объединения. Ознакомление обучающихся с требованиями, предъявляемыми к предмету. Тестирование.

Техника безопасности

Беседа о правилах техники безопасности, о необходимости соблюдения норм личной гигиены, чистоты рук, аккуратности, значении внешнего вида. Беседа о требованиях, предъявляемых к освещенности рабочего места, продолжительности занятий, о необходимости рациональной смены труда и отдыха. Ознакомление с правилами поведения в музыкальном кабинете и в здании ОРТ, а также в общественных местах во время проведения массовых мероприятий. Использование специальных брошюр и наглядного материала - тематических иллюстраций.

Охрана голоса. Профилактика фонопедических заболеваний

Комментарии педагога. Беседа о впечатлениях воспитанников, возникших творческих фантазиях и представлениях.

Рассказ о разнообразии музыкальных жанров. Психологический портрет слушателей. Рисование музыки. Обсуждение возможности достижения средствами музыкальной выразительности воздействия на человеческие мысли и чувства.

Освоение навыков певческого дыхания

Навык певческого дыхания, состоящий из следующих элементов:

- певческая установка, обеспечивающая оптимальные условия для работы дыхательных средств;
- глубокий, но умеренный по объему вдох при помощи мышц брюшного пресса и диафрагмы;
- момент задержки дыхания, накопления соответствующего подсвязочного давления.

Практическая часть 21 ч.

Освоение навыков певческого дыхания

Навык певческого дыхания, состоящий из следующих элементов:

- певческая установка, обеспечивающая оптимальные условия для работы дыхательных средств;

- глубокий, но умеренный по объему вдох при помощи мышц брюшного пресса и диафрагмы;
- момент задержки дыхания, накопления соответствующего подсвязочного давления.

6. Диагностика. Постановка голоса.

Приспособление и развитие голоса для профессионального пения – процесс одновременного и взаимосвязанного воспитания слуховых и мышечных навыков поющего.

Выработка хороших, правильных певческих привычек. В певческом звукообразовании принимают участие многочисленные группы мышц, в частности дыхательные, артикуляционные, гортанные и ряд других.

Вокальный унисон.

Унисон - слияние голосов в ансамбле в единой вокальной позиции. Каждый поющий ребенок должен слушать, как он поёт, как сочетается его голос с голосами других детей, сдерживать его силу, то есть - петь в ансамбле.

7. Вокальный репертуар.

Выбор произведения, внимательное его изучение. Наметить общий план исполнения, проанализировать трудные места. Беседа о его содержании и характере, краткие сведения о композиторе и авторе литературного текста. Формы ознакомления различны: прослушивание (аудиозапись и др.) в исполнении высококвалифицированного коллектива или воспроизведение педагогом произведения: сыграть или напеть основные мелодии под аккомпанемент. Начальная работа - сольфеджирование. При сольфеджировании проверяется точность интонирования, правильность ритмических рисунков, т.е. музыкально - теоретическая основа произведения.

Репетиционная работа.

Произведение можно разучивать по партиям, это продуктивный метод работы над ансамблем, строем и дикцией каждой партии. Учить произведение следует по заранее намеченным частям, причём разделить их в связи со строением музыкальной речи и литературного текста, чтобы была определенная завершенность. Перейти от одной части к другой можно лишь тогда, когда

предшествующая часть освоена. Но если партия трудна, разучивание следует продолжать, но к закреплению трудного места следует вернуться, после ознакомления со всем произведением. Процесс разучивания произведений и работы над художественно - технической стороной исполнения сложен; требует от руководителя большого опыта, знаний и умения. Вывод: сначала разбор произведения по партиям, затем работа над преодолением технических трудностей и художественная отделка произведения. Это выражается в ярких образных сравнениях и сопоставлениях, кроме того эти образы могут и не относиться непосредственно к идейно-художественному образу данного произведения. Это закономерно и необходимо.

Итог всех репетиционных работ - концертное выступление-последнее звено в единой цепи творческого, учебно-воспитательного и образовательного процесса коллектива.

8. Сценическое искусство

а) дикция и артикуляция;

б) сценическое мастерство.

а) Дикция и артикуляция. Работа над правильным, четким, внятным произношением, развитие техники вокальной речи - необходимое требование, предъявляемое к профессиональному певцу. Этот навык включает в себя овладение следующими навыками и умения:

— отчетливое фонетически определенное произношение слов;

— умение находить близкую или высокую позицию;

— умение соблюдать единую манеру артикуляции для всех гласных;

— максимально «растягивать» гласные и коротко произносить согласные звуки.

Правила пения гласных и согласных звуков.

б) Актерское мастерство. Тренинги на развитие восприятия, воображения и фантазии, образного и творчества мышления, внимания, памяти. Практика сценического общения. Учащимся необходимо овладеть мышечной, зрительной и слуховой памятью.

Работа над выразительным исполнением вокальных произведений.

Формирование выразительности - исполнительского навыка на основе осмысленности содержания музыкального произведения и его эмоционального переживания. Выразительность исполнения достигается за счет мимики, выражения глаз, жестов, сценических движений, динамических оттенков, фразировки, то есть актерского мастерства исполнителя.

Самовыражение и творческая инициатива обучающихся, способность чувственно и эмоционально передать музыкальный образ и довести до слушателя свое внутреннее отношение к исполняемой песне - важный аспект становления юного артиста.

Слушание музыки.

Слушание музыки сопровождается лекцией-беседой о музыке с иллюстрацией излагаемого материала с помощью художественных репродукций, портретов музыкантов-вокалистов и композиторов прослушиваемых произведений. Ознакомление с музыкальными жанрами: танцем, песней, маршем и проиллюстрировать на наглядных примерах. Слушание разножанровой музыки, вокальных и инструментальных произведений. Необходимо обсуждать услышанное, делиться с детьми впечатлениями, поощрять высказывания детей, чтобы мир музыки в представлении детей был фантастически прекрасен. Активизирование творческого мышления, расширение музыкального кругозора, воспитание слушательской культуры, развитие музыкальной памяти, познавательного интереса к музыке и вокальному искусству через слушание музыки.

Студийная запись вокального репертуара. Навыки профессиональной работы

В связи с выступлениями на открытых площадках, в больших массовых мероприятиях, возникает необходимость звукозаписи исполняемых песен. Получение практических навыков и умений работы в студии звукозаписи. Знакомство с музыкальной звукозаписывающей электронной аппаратурой, и ее возможностями. Приобретение опыта профессиональной работы современных исполнителей.

Концертная деятельность

Концертная деятельность, выступления на предприятиях и в учреждениях города и района, участие в фестивалях, конкурсах и массовых мероприятиях является важным этапом педагогического контроля. Во время выступлений юные вокалисты демонстрируют уровень исполнительского мастерства.

13. Итоговое занятие

Отчетный концерт. Поощрение и награждение лучших учеников.

Обсуждение работы вокальной студии в летний период и перспектив развития на будущий учебный год и планируемые творческие направления. Ознакомление с графиком репетиций ко Дню защиты детей - 1 июня и Дню независимости - 12 июня. Планирование участия в фестивалях искусств и вокальных конкурсах в летний период. Задание на каникулы. Планирование походов, экскурсий, поездок на вокальные конкурсы в летний период.

Планируемые результаты.

В результате освоения содержания программы происходит гармонизация интеллектуального и эмоционального развития личности обучающегося, формируется целостное представление о мире, развивается образное восприятие и через эстетическое переживание и освоение способов творческого самовыражения осуществляется познание и самопознание.

Овладеют понятиями и умениями элементарного применения на практике громкостной динамики, нижнереберно-диафрагмального дыхания;

- будут иметь представление о правильной установке корпуса при пении;
- будут уметь исполнять несложные по tessитуре и гармонии песни с сохранением мелодического строя (сольно и в унисон в составе вокальной группы);
- будут владеть некоторыми элементами танцевальной и сценической культуры;
- будут стремиться идти на коммуникативные контакты со взрослыми и со сверстниками, на уровне творческого взаимодействия;
- смогут различать несложные ритмические рисунки;
- будут знать, и уметь выполнять элементарные артикуляционные упражнения;
- владеть элементарной техникой интонирования и слышать грубые ошибки в интонировании;
- получают навыки раскрепощения во время вокальных и танцевальных упражнений.

В результате обучения пению в вокальной студии обучающиеся должны знать, понимать:

- основные типы голосов;
- жанры вокальной музыки;
- типы дыхания;
- поведение певца до выхода на сцену и во время концерта;
- реабилитация при простудных заболеваниях;
- особенности многоголосого пения;
- обоснованность сценического образа.

уметь:

- петь достаточно чистым по качеству звуком, легко, мягко, непринужденно;
- петь на одном дыхании более длинные музыкальные фразы;
- исполнять вокальные произведения выразительно, осмысленно;
- принимать активное участие во всех концертах, фестивалях, конкурсах.

Предметными результатами являются:

- овладение практическими умениями и навыками вокального творчества;
- овладение основами музыкальной культуры на материале искусства родного края.

Метапредметными результатами являются:

- овладение способами решения поискового и творческого характера;
- культурно - познавательная, коммуникативная и социально - эстетическая компетентности;
- приобретение опыта в вокально - творческой деятельности.

Личностными результатами занятий являются:

- формирование эстетических потребностей, ценностей;
- развитие эстетических чувств и художественного вкуса;
- развитие потребностей опыта творческой деятельности в вокальном виде искусства;
- бережное заинтересованное отношение к культурным традициям и искусству родного края, нации, этнической общности.

Использовать: Приобретенные знания и умения в практической, конкурсной и концертной деятельности, в повседневной жизни для включения занятий вокалом в активный отдых и досуг.

Календарный учебный график

Месяц	Число	Форма занятий	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля
Сентябрь	20.09	Групповая	Вводное занятие.	1	Беседа
	27.09	Групповая	Дигностика прослушивание детских голосов.	1	Наблюдение
Октябрь	4.10	Групповая	Знакомство с голосовым аппаратом.	1	Наблюдение
	11.10	Групповая, индивидуальная	Разучивание нового музыкального аппарата.	1	Беседа
	18.10	Групповая	Работа над техникой дыхания. Учимся петь на опоре.	1	Занятие постановка
	25.10	Групповая	Вокально-Хоровые упражнения на дикцию, артикуляцию.	1	Занятие постановка
Ноябрь	8.11	Групповая	Работа над песнями (фразировка, динамика, характер произведения).	1	Мастер-класс
	15.11	Групповая			
	22.11	Групповая, индивидуальная	Развитие музыкальной памяти (творческие музыкальные игры и упражнения).	1	Беседа, наблюдение

	29.11	Групповая	Развитие музыкальной памяти (творческие музыкальные игры и упражнения).	1	Беседа
Декабрь	6.12	Групповая	Работа над расширением диапазона.	1	Круглый стол
	13.12	Групповая, индивидуальная	Работа над мелодическим слухом.	1	Занятие постановка
	20.12	Групповая	Работа над мелодическим слухом.	1	Наблюдение
Декабрь	27.12	Групповая	Пение а cappella (а капелла).	1	Мастер-класс
Январь	17.01	Групповая	Пение а cappella (а капелла).		Наблюдение
	22.01	Групповая, индивидуальная	Выявление индивидуальных красок голоса (тембр).	1	Наблюдение
	24.01	Групповая	Работа над разнообразным ритмическим рисунком.	1	Беседа, наблюдение
	31.01	Групповая	Особенности ритма в музыкальном произведении.	1	Беседа
Февраль	7.02	Групповая	Краски музыки и голоса. Унисон.	1	Беседа
	14.02	Индивидуальная	Сольное пение.	1	Наблюдение

	21.02	Групповая	Обработка полученных вокальных навыков, работа над строем в произведении.	1	Зачет
	28.02	Групповая	Работа над звуковедением (legato, non legato, 24.staccato).	1	Занятие- постановка
Март	6.03	Групповая	Работа над художественным образом в песне.	1	Занятие постановка
	13.03	Групповая, индивидуальная	Вокально-хоровая работа-пение закрытым ртом.	1	Наблюдение
	18.03	Групповая	Вокализ в музыкальном произведении.	1	Наблюдение
	20.03	Групповая	Работа над певческим дыханием, расширением диапазона. Цепное дыхание.	1	Мастер-класс, Наблюдение.
Апрель	3.04	Групповая	Упражнения на раскрепощение голосового аппарата.	1	Занятие постановка
	10.04	Групповая			
	17.04	Групповая, индивидуальная	Работа над звуковедением и фразировкой.	1	Наблюдение
	24.04	Групповая	Устойчивое интонирование. Движение под	1	Зачет

			музыку.		
Май	8.05	Групповая	Работа над дикцией и динамикой.	1	Наблюдение
	15.05	Групповая, индивидуальная	Работа над дикцией и динамикой.	1	Зачет
	22.05	Групповая	Работа над характером в музыкальном произведении.	1	Зачет
	29.05	Групповая	Итоговый концерт.	1	Отчетный концерт, творческие встречи
34ч.					

Материально-техническое обеспечение.

1. Методические рекомендации для учителя (см. список литературы);
2. Дидактические материалы для работы с учащимися, памятки, рекомендации;
3. Аудиосредства: CD-устройство, электронные аудиозаписи и медиа – продукты;
4. Компьютер;
5. Усиливающая аппаратура;
6. Актальный зал;
7. Мультимедийный проектор.

Список литературы, используемый при написании программы.

1. Вокал (актовый зал) : Примерная программа для детско-юношеских музыкальных школ . Л.Б.Дмитриев, Ю. Б. Алиев, В. С. Левин, А.М.Биль. - М.: Вокальное мастерство, 2008. - 98с.
2. Ю.Б. Алиев» Настольная книга школьного учителя-музыканта» М.2002.
- 3 .Н.Н. Рябенко «Уроки музыки в 1-7 классах» М. 2006.
- 4.В.С. Кукушкин «Музыка, архитектура и изобразительное искусство»М.2005.
5. «Вопросы вокальной подготовки» Вып. 1-6 М., 1962-1982
- 6.М.А. Давыдова «Уроки музыки» м.2008..

- М.С. Осеннева, Л.А. Безбородова «Методика музыкального воспитания школьников» М., 2001.
7. Л.В.Школяр, М.С. Красильникова, Е.Д.Критская, В.О.Усачева, В.В. Медушевский, В.А.Школяр. «Теория и методика музыкального образования детей» М., 1998
8. Д.Б.Кабалевский «Воспитание ума и сердца» М., 1984
9. Д.Б.Кабалевский «Как рассказывать детям о музыке?» М., 1977
10. Д.Б.Кабалевский «Прекрасное пробуждает доброе» М., 1976
11. Элементарное музыкальное воспитание по системе К.Орфа. М., 1978
12. Ф.Такун, А.Шершунов «Розовый слон» М., 2002
13. Н.В.Кеворков «Популярные песни кубанских композиторов» Кр-р., 2000
14. Н.Мануйлова «Музыкальный календарь» Ейск. 2005
15. Гонтаренко Н.Б. Сольное пение: секреты вокального мастерства /Н.Б.Гонтаренко. – Изд. 2-е – Ростов н/Д: Феникс, 2007.
16. Емельянов Е.В. Развитие голоса. Координация и тренинг, 5- изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2007.
17. Исаева И.О. Эстрадное пение. Экспресс-курс развития вокальных способностей /И.О. Исаева – М.: АСТ; Астрель, 2007.

Контрольные упражнения по вокальной подготовке.

Упражнение 1. Поиск вибрации: на губах (М) – на губной гармошке, расческе без оценки качества звуков.

Упражнение 2. Поток вибраций, поднимающийся из середины тела, вливается в вибрацию губ. Пение по одному звуку, двигаясь по полтона от «фа» до «си бемоль». Звук производится как жужжание. Звук из глубины.

Упражнение 3. Стимулирование губ на освобождение и расширение зоны вибрации (звук Б), подключая деки губ. Пальцем касаемся губ при движении вверх вниз до свободного движения.

Упражнение 4. Губы расслаблены, выдуваем поток воздуха с вибрацией «ММ»: от щек по всему лицу.

Упражнение 5. Вдуваем вибрацию сквозь губы (вдох облегчения, касание звука, вибрации «mmm»).

Упражнение 6. Вибрация внутри тела.

Комплекс № 1. Упражнения для осознания действий мышц, участвующих в голосообразовании.

Комплекс № 2. Упражнения для осознания ощущений вибрации, давления, действия мышц от восприятия звука своего голоса. Комплекс

№ 3. Упражнения для работы голосового аппарата в разных режимах (регистрах).

Комплекс № 4. Упражнения для осознания связи режимов с разным тембром, силой голоса – через ощущения с разными энергетическими затратами, эмоциональными отражениями представлениями.

Комплекс № 5. Упражнения для осознания связи режимов с разными участками диапазона.

Комплекс № 6. Упражнения для осознания связи разных ощущений с эмоционально образными представлениями.

Комплекс № 7. Упражнения на формирование связи эмоциональных слуховых представлений о высоте тонов и интервалов с режимом, тембром, силой голоса, с энергетическими затратами.

Комплекс № 8. Упражнения на формирование навыка выбора оптимальных энергетических затрат.

Комплекс № 9. Упражнения по овладению приемами, не позволяющими издавать звук привычным способом.

Комплекс № 10. Упражнения: язык лодочкой, язык на нижней губе в расслабленном виде.

Комплекс № 11. Упражнения на «Н носовое».

Комплекс № 12. Упражнения двигательной программы (тренировки).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524493

Владелец Баженова Татьяна Александровна

Действителен с 10.02.2026 по 10.02.2027