

Отдел образования администрации Токарёвского муниципального округа  
муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного  
образования «Токарёвский Дом детского творчества»

**Рекомендована**

на заседании педагогического  
совета МБОУ ДО «Токарёвский  
ДДТ»

Протокол № 1 от 30.08.2024

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор МБОУ ДО «Токарёвский  
ДДТ» И.П. Мухина

Приказ 42/11 от 01.09.2024

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Традиции русского народа»**

Возраст- 7-10 лет

Срок реализации- 1 год

Составитель:

Невежина Светлана Владимировна  
педагог дополнительного образования

Р.п. Токарёвка, 2024 год

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1. Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Токаревский Дом детского творчества»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Традиции русского народа»
<b>3. Сведения об авторах:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность</b>	Невежина Светлана Владимировна, педагог дополнительного образования
<b>4. Сведения о программе.</b>	
<b>4.1. Нормативная база</b>	<p>Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 17.02.2023 г.);</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждено распоряжением Правительством РФ от 31.03.2022 г. №678);</p> <p>Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;</p> <p>Устав «МБОУ ДО «Токаревский ДДТ»</p>
<b>4.2. Область применения</b>	Дополнительное образование
<b>4.3. Направленность</b>	Художественная
<b>4.4. Уровень освоения программы</b>	Базовый
<b>4.5. Вид программы</b>	Общеразвивающая
<b>4.6. Возраст учащихся по программе</b>	7 – 10 лет
<b>4.7. Продолжительность обучения</b>	1 год

## **Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1 Пояснительная записка**

Художественные ценности традиционной национальной культуры русского народа представляют собой специфическую область, объединяющий мир детей и мир взрослых, включающий целую систему поэтических и музыкально – поэтических жанров фольклора. Слушая еще в колыбели песни матери, сказки и потешки, загадки и поговорки, ребенок естественным образом усваивал народный музыкально-поэтический язык, постигал основы традиционной культуры. Взрослея, ребенок также естественно включался в систему трудовой и празднично-обрядовой жизни взрослых, крестьянской общины. Связь ребенка с родителями, с семьей, общиной была тесной и глубокой. Современные условия городской жизни приводят все к большей разобщенности детей и родителей, ведь основное время дети проводят среди сверстников. Уходит из жизни детей (особенно городского ребенка) и «живой» фольклор, дети не слышат ни колыбельных песен, ни «сказок на ночь», утрачиваются и традиционные детские игры, столь необходимые для разностороннего, полноценного развития личности ребенка.

Данная программа ориентирована на формирование у детей традиции народной культуры, на формирование бережного отношения и любви к ней. Построена с учетом возрастных и психологических особенностей детей и направлена на развитие эмоциональной сферы ребенка, сенсорных способностей, творческой деятельности по освоению культуры русского народа.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень образования** – дополнительное образование.

**Уровень освоения программы:** базовый.

**Новизна** данного опыта заключается в том, что в настоящее время отсутствуют программы, которые включают в себя весь комплекс основных традиций, обычаев и праздников, которые существуют в русской культуре. Без знания основ народной жизни, родного фольклора, классического искусства невозможно воспитать интерес и уважение к культуре других народов: ведь Россия – многонациональное государство.

Все блоки взаимосвязаны между собой и способствуют успешной реализации поставленной цели.

**Актуальность программы.**

На сегодняшний день мы наблюдаем такое явление: «массовая» культура сметает на своем пути все подлинно художественное, вытесняя народную культуру. Для детей чрезвычайно важна «связь времён», которую

отражает музыкальная культура в целом. У них должно складываться обобщенное представление о её многообразии, различных музыкальных жанрах, стилях, направлениях. При этом знание традиционных истоков обеспечит объективную ценностную ориентацию учащихся в безбрежном потоке информации. А приобщение к прекрасному в мире народного искусства позволяет раскрыть всё лучшее, что есть в человеке, пробуждает во всей полноте его эмоции, мобилизует духовные силы и энергию.

Художественно-эстетическое развитие, сохранение народных традиций средствами традиционной русской народной культуры, воспитание творческой и активной личности, развития ее духовности и обуславливает актуальную значимость программы.

**Педагогическая целесообразность** заключается в создании:

личностно-деятельностного характера обучения, способствующего развитию у детей стремления к познанию и творчеству, самореализации и самоопределению;

ситуации «успеха» для каждого ребёнка;

максимальных условий для освоения детьми духовных и культурных ценностей, воспитания уважения к истории и культуре своего и других народов;

условий для развития у детей коммуникативных навыков, чувства ответственности за коллективный результат, облегчения процесса адаптации в обществе.

**Отличительные особенности**

Назначение данной программы заключается в том, чтобы оказать ребенку содействие в решении различных проблем: становлении его как личности, взаимоотношении его в коллективе, уважении к языку, культуре и традициям русского народа посредством знакомства с лучшими образцами духовного, художественного, научного наследия нашей страны.

Программа разделена на два раздела:

- Первый раздел **«Народное творчество»** способствует формированию у воспитанниц знания истории и культуры русского народа, приобщению их к художественному творчеству.
- Второй раздел **«Быт русского народа»** направлен на развитие духовно-нравственных ценностей на основе изучения народных праздников, обрядов и традиций русского народа.

**Адресат программы:**

Программа рассчитана на детей в возрасте от 7 до 10 лет.

**Условия набора учащихся:**

Набор в объединение осуществляется на свободной основе, по желанию подростков, независимо от начального уровня знаний.

### **Объем и срок освоения программы:**

Данная программа рассчитана на один год обучения.

Объем программы: учебно-тематический план, который состоит из двух разделов. Первый раздел включает в себя 62 часа, из них 30 часов теоретических и 32 часа практических занятий; второй раздел 80 часов, из них 40 часов теоретических и 40 часов практических занятий.

Общее количество часов - 144 часа: 62 часа – стартовые, 82 часа – базовые.

**Режим занятий:** Занятия проводятся два раза в неделю по два учебных часа с перерывом между занятиями 15 минут. Длительность учебного часа – 45 минут.

### **Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

коллективная (фронтальная работа педагога сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами).

групповая (отдельные виды заданий (проекты, исследования) выполняются в микрогруппах, затем проводится обобщающее занятие по подведению итогов работы микрогрупп);

индивидуальная (учащиеся выполняют индивидуальные задания, проводится обобщающее занятие по подведению итогов работы).

### **Формы занятий**

#### **По особенностям коммуникативного взаимодействия:**

исследовательская деятельность;

проектная деятельность;

встречи с интересными людьми (беседа, диалог);

практические занятия;

занятия-викторины;

мастер-класс;

По дидактической цели:

вводное занятие;

занятия по углублению знаний;

практические занятия;

занятия по систематизации и обобщению знаний;

занятия по контролю знаний, умений, навыков;

комбинированные формы занятий.

**Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:**

#### **методы обучения:**

объяснительно-иллюстративный;

репродуктивный;

частично-поисковый;

исследовательский;

традиционные методы обучения (рассказ, объяснение, беседа, диспут);

наглядные (демонстрация, показ видеоматериалов, иллюстраций);

практические (викторины, репетиции, концерты).

### **Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности:**

методы эмоционального стимулирования (создание ситуации успеха в учении; использование игровых форм организации учебной деятельности; постановка системы перспектив);

методы развития познавательного интереса (формирование готовности восприятия учебного материала; стимулирование занимательным содержанием, создание ситуаций творческого поиска);

методы развития творческих способностей и личных качеств учащихся (творческое задание; постановка проблемы или создание проблемной ситуации; дискуссия (организация обсуждения материала); создание креативного поля).

В работе с учащимися используются следующие **педагогические технологии:** развития критического мышления; игровые технологии, кейс-технология, компьютерные, личностно-ориентированная и здоровьесберегающая технологии, коллективное творческое дело.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы** – формирование гармоничной развитой личности в процессе приобщения к песенному творчеству и традициям русской народной культуры.

### **Задачи программы:**

#### **образовательные**

- познакомить с фольклором русского народа: традиционным народным календарем, обычаями, приметами, театральным действием, песенным материалом, фольклорным танцем;
- обучить вокальным навыкам: певческой установке, дыханию, опоре, артикуляции, звукообразованию, ансамблю, художественной выразительности;
- обучить манере народного исполнения песен;
- обучить игре на народных музыкально-шумовых инструментах;
- обучить основам фольклорного танца.

#### **Развивающие:**

- развить музыкальные способности (чувство ритма, ладовое чувство, музыкально-слуховые представления);
- развить певческий голос и его регистр, диапазон;
- развить внимание, память, восприятие, мышление, воображение;

- развить эластичность и силу мышц рук и ног, координацию движений и навыки ритмической и двигательной импровизации через фольклорный танец и игру на народных музыкально-шумовых инструментах;
- развить познавательный интерес к народному творчеству;
- развить музыкальный вкус учащихся через песню, фольклорный танец, игру на музыкально-шумовых инструментах.

#### **Воспитательные:**

- воспитать творческую, активную личность;
- воспитать доброжелательность, дружелюбие, доброту, общительность, стремление помочь друг другу;
- воспитать аккуратность, трудолюбие, самостоятельность;
- воспитать уважительное отношение в общении с другими детьми и взрослыми;
- воспитать у детей чувство причастности к русскому народу, к его истории и культуре.

### **1.3. Содержание программы**

#### **Учебный план**

№ п.п.	Название разделов и тем	Всего часов	В том числе		Формы аттестации/ контроля
			теория	практика	
	<b>Введение в курс.</b>	2	1	1	Анкетирование Тестирование
<b>1.</b>	<b>Народное творчество</b>	<b>68</b>	<b>28</b>	<b>40</b>	
1.1	Устное народное творчество	4	2	2	Самостоятельная работа
1.2	Русские народные сказки и былины	4	2	2	Спектакль
1.3	Пословицы, поговорки	4	2	2	Игра - испытание
1.4	Загадки	4	2	2	Игра
1.5	Семейно-бытовые традиции русского народа	4	2	2	Спектакль
1.6	Народные праздники на Руси	4	2	2	Спектакль
1.7	Былины	4	2	2	Спектакль
1.8	Русские народные песни, частушки	8	2	6	Концерт
1.9	Народное зодчество	4	2	2	Выставка

1.10	Масленичные традиции	6	2	4	Игра
1.11	Дымковская игрушка. Хохлома. Гжель. Матрешка.	4	2	2	Выставка
1.12	“Не перевелись еще на земле русской мастера...”	4	2	2	Выставка
1.13	Устное народное творчество	4	2	2	Практическая работа
1.14	Небылицы, перевертыши.	4	2	2	Концерт
<b>2</b>	<b>Быт русского народа</b>	<b>74</b>	<b>34</b>	<b>40</b>	
2.1	Семейно-бытовые обряды и обрядовый фольклор	4	2	2	Практическая работа
2.2	Деревенские посиделки	4	2	2	Спектакль
2.3	“Святая Пасха Светлое Господня- Вос	4	2	2	Инсценировка
2.4	Народный календарь	4	2	2	Практическая работа
2.5	“Святая Русь! Свеча земли!	4	2	2	Практическая работа
2.6	Домашний очаг	4	2	2	Практическая работа
2.7	Домоводство	4	2	2	Практическая работа
2.8	Русская кухня	4	2	2	Практическая работа
2.9	“Без березы не мыслю России...”	4	2	2	Практическая работа
2.10	Рукоделие (вышивка)	4	2	2	Практическая работа
2.11	Образ жизни и нравственные устои крестьянской семьи	4	2	2	Практическая работа
2.12	“Лен, ты мой лен...”	4	2	2	Практическая работа
2.13	“Бери, чтоб не каяться, жить в любви, чтоб не маяться” (свадебные обряды на Руси)	4	2	2	Практическая работа
2.14	“Браки на Руси” (свадебные обряды на Руси)	6	2	4	Практическая работа

2.15	“Семейный уклад”	6	2	4	Практическая работа
2.16	Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа	4	2	2	Практическая работа
2.17	Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа	4	2	2	
2.18	“Вспомним русские обычаи, вспомним нашу старину”	10	-	10	Концерт
	Итоговое занятие	2	-	2	Практическая работа
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>64</b>	<b>80</b>	

### Содержание учебного плана

#### *Введение.*

**Теория:** Духовная культура, народные традиции, обычаи, социальноэтические нормы. Диагностическая работа по выявлению оценки духовнонравственного развития личности, по выявлению уровня знаний, умений и навыков у воспитанников о традициях русского народа.

**Практика:** Анкетирование, тестирование учащихся по русской народной культуре.

#### *Раздел 1 “Народное творчество”*

##### **Тема 1.1: Устное народное творчество**

**Теория:** Колыбельные песни. Пестушки. Прибаутки. За клички и приговорки. Считалки. Скороговорки.

**Практика:** Конкурсы, инсценировки сказок, сценки, разучивание считалок применение их во время игр.

##### **Тема 1.2: Русские народные сказки и былины**

**Теория:** Виды народных сказок. Особенности (повторы, зачины, концовки, постоянные эпитеты). Волшебная сказка, бытовые сказки, бытовые сказки о животных.

**Практика:** Чтение и инсценировка сказок «Василиса Прекрасная», «Царевна-лягушка» и другие сказки.

##### **Тема 1.3: Пословицы, поговорки**

**Теория:** Народная мудрость пословиц и поговорок. Выражение в них духа народного языка. Меткость и точность пословиц и поговорок. Краткость и выразительность. Прямой и переносный смысл.

**Практика:** Тестирование

#### **Тема 1.4: Загадки**

**Теория:** Загадка задумывает, замышляет, предлагает отгадать то, что скрыто иносказанием («Висит сито, не руками свито»). Загадки открывают много чудесного в окружающем нас мире.

**Практика:** Конкурс

#### **Тема 1.5: Семейно-бытовые традиции русского народа**

**Теория:** Свадьба, крещение.

**Практика:** Показ свадебного обряда, крещенского обряда

#### **Тема 1.6: Народные праздники на Руси**

**Теория:** Русские народные праздники, православные праздники, сезонные народные праздники.

**Практика:** Инсценировка праздников.

#### **Тема 1.7: Былины**

**Теория:** Киевский цикл былин, новгородский цикл былин.

**Практика:** Знакомство с былинами, видео показ.

#### **Тема 1.8: Русские народные песни, частушки**

**Теория:** Трудовые, обрядовые, исторические, лирические, частушка, городские, шуточные, сатирические, хороводные.

**Практика:** Разучивание песен, частушек, конкурс песен. частушек, концерт

#### **Тема 1.9: Русская народная песня**

**Теория:** Русские народные песни «Во кузнице», «Во поле береза стояла».

**Практика:** Разучивание песен, концерт.

#### **Тема 1.10: Народное зодчество**

**Теория:** Русское деревянное зодчество.

**Практика:** Видео просмотр, практика деревянного домостроения.

#### **Тема 1.11: Масленичные традиции**

**Теория:** Масленичная неделя, праздник «Проводы зимы».

**Практика:** «Масленичные гуляния» - праздник

#### **Тема 1.12: Старинные промыслы на Руси**

**Теория:** Дымковская игрушка. Хохлома. Гжель. Матрешка.

**Практика:** Раскраска и роспись дымковской игрушки.

#### **Тема 1.13: “Не перевелись еще на земле русской мастера...”**

**Теория:** Характерные особенности росписи дымковских игрушек, хохломской росписи, гжели, матрешек.

**Практика:** Раскраска и роспись матрешки.

#### **Тема 1.14: Небылицы, перевертыши.**

**Теория:** Понятие и генезис жанра. Педагогическая ценность жанра. Классификация небылиц-перевертышей, жанровое своеобразие.

**Практика.** Вокально-хоровая работа: дыхательная гимнастика, распевка. Разучивание небылиц-перевёртышей и их обыгрывание: «Ехала деревня мимо мужика», «Лает кошка из лукоша», «Из-за леса, из-за гор», «Ехали медведи». Итог урока. Домашнее задание придумать небылицу.

### **Тема 1.15: Русский фольклор**

**Теория:** Состав жанрового фольклора. Духовное наследие русского народа. Жанры музыкального фольклора русского народа.

**Практика:** Инсценировки, конкурсы, спектакли, концерты.

## ***Раздел 2 «Быт русского народа»***

### **Тема 2.1: Семейно-бытовые обряды и обрядовый фольклор**

**Теория:** Проводы в Армию.

**Практика:** Показ обряда

### **Тема 2.2: Деревенские посиделки**

**Теория:** История культуры русских обычаев и традиций.

**Практика:** Детский фольклорный праздник.

### **Тема 2.3: «Святая Пасха Господня – Светлое Воскресение Христово»**

**Теория:** Пасха Христова: истории и традиции.

**Практика:** Детский праздник «Праздник праздников». **Тема**

### **2.4: Народный календарь**

**Теория:** Русский народный календарь праздников традиций; календарь народных примет о погоде на все времена года.

**Практика:** «Прилет птиц» - детский фольклорный праздник».

### **Тема 2.5: “Святая Русь! Свеча земли!”**

**Теория:** Что значит Святая Русь

**Практика:** Литературно – музыкальная композиция.

### **Тема 2.6: Домашний очаг**

**Теория:** Ведение домашнего хозяйства, кулинария, создание уюта в доме.

**Практика:** Готовим сами.

### **Тема 2.7: Домоводство**

**Теория:** Содержание жилища и организация своей жизни в доме. Секреты ведения домашнего хозяйства. **Практика:** Трудовой десант.

### **Тема 2.8: Русская кухня**

**Теория:** Старая, традиционная русская кухня с блинами, пирогами, киселями.

**Практика:** Игра «Смак»

### **Тема 2.9: “Без березы не мыслю России...”**

**Теория:** Стихи о русской природе, О России.

**Практика:** Конкурс стихов о России.

### **Тема 2.10: Рукоделие (вышивка)**

**Теория:** Способы вышивания нитками мулине.

**Практика:** Вышивание крестиком.

### **Тема 2.11: Образ жизни и нравственные устои крестьянской семьи**

**Теория:** Семья с ее бытом и традиционными взаимоотношениями, отражавшими хозяйственные и нравственные устои крестьянской жизни.

**Практика:** Семейные традиции.

### **Тема 2.12: “Лен, ты мой лен...”**

**Теория:** Как складывались русские народные песни?

**Практика:** Русская народная песня – разучивание.

### **Тема 2.13: “Браки на Руси” (свадебные обряды на Руси)**

**Теория:** Сватовство, венчание, девичник.

**Практика:** Свадебный обряд.

### **Тема 2.14: “Бери, чтоб не каяться, жить в любви, чтоб не маяться”**

**Теория:** Семья традиции и современность.

**Практика:** Свадебные обряды на Руси.

### **Тема 2.15: “Семейный уклад”**

**Теория:** Устоявшийся стиль семейного поведения, отношений к семейным праздникам, жизненным проблемам.

**Практика:** театрализованные представления, исследовательская работа «Традиции моей семьи»

### **Тема 2.16: Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа**

**Теория:** «Обычаи наших предков и далеки и очень близки сегодня».

**Практика:** Написание сочинения.

### **Тема 2.17: “Вспомним русские обычаи, вспомним нашу старину”**

**Теория:** Духовное богатство русской земли, мировой культуры, христианской религии, фольклора. **Практика:** Фольклорный праздник.

## **Итоговое занятие.**

**Практика:** Концерт.

## **Планируемые результаты.**

### **Личностные результаты:**

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества;
- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к истории и культуре, как своего народа, так и других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **Метапредметные результаты:**

#### *Регулятивные*

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

#### *Познавательные*

- формирование знаний, понимание и принятие личностью ценностей, освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

-использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации

#### *Коммуникативные*

-способность учитывать позицию собеседника, уважительное отношение к иному мнению, организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно передавать информацию и отображать предметное содержание и условия деятельности.

-готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

-определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

-готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

#### **Требования к знаниям, умениям обучающихся.**

##### ***Обучающиеся должны знать:***

- русскую историю и культуру, традиции, обряды, обычаи;
- основные народные праздники, обряды и понимать их символическое значение;
- русскую кухню;
- народный фольклор, народные песни, частушки, танцы, народные игры и забавы.

##### ***Обучающиеся должны уметь:***

- рассказывать о нашей истории, традициях, культуре;
- использовать полученные знания в повседневной жизни;
- приготовить 2-3 национальных блюда;
- петь народные песни, частушки, рассказывать сказки, предания.

## Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы»

### 2.1. Календарный учебный график (Приложение 1, 2).

Количество учебных недель – 108

Начало занятий групп– с 1 сентября, окончание занятий – 31 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа.

### Условие реализации программы

#### Перечень материально-технического обеспечения

(в расчете на 16 обучающихся)

№ п/п	Наименование	Модуль №1	Модуль №2
1.	Ноутбук	1	1
2.	Видеофильмы	По тематике	По тематике
3.	Сценические костюмы	По тематике	По тематике
4.	Сценическая обувь	20 пар	20 пар
5.	Диски с песнями, потешками, колыбельными песнями	По тематике	-
6.	Предметы быта	По тематике	-

### 2.2. Формы контроля

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие **формы отслеживания результативности** данного образовательного модуля:

педагогические наблюдения;

использование методов специальной диагностики, тестирования;

беседы с детьми и их родителями;

открытые занятия;

концертные выступления;

конкурсы внутри коллектива;

мероприятия с участием родителей.

Оценка качества реализации каждого модуля включает в себя вводный, промежуточный и итоговый контроль учащихся.

*Вводный контроль:* определение исходного уровня знаний и умений учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале года обучения.

*Промежуточный контроль:* осуществляется в конце 2 года обучения и направлен на определение уровня усвоения изучаемого материала.

*Итоговый контроль:* осуществляется в конце 3 года обучения и направлен на определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических ЗУН, сформированности личностных качеств.

Кроме того, учебно-тематический план обучения содержит вводное и итоговое занятия. Вводное занятие включает начальную диагностику и введение в программу, итоговое занятие — промежуточную или итоговую диагностику и отчётный концерт.

По уровню освоения программного материала результаты достижений учащихся условно подразделяются на высокий, средний и низкий. (Приложение 3,4)

Уровень усвоения модуля оценивается как высокий, если обучаемые полностью овладели теоретическими знаниями, правильно их используют на практике.

Уровень усвоения модуля оценивается как средний, если обучаемые овладели не всей полнотой теоретических знаний и практических умений.

Уровень усвоения модуля оценивается как низкий, если учащиеся овладели лишь частью теоретических знаний и практических навыков.

Для каждого учащегося важно продемонстрировать свои творческие достижения, получить одобрение и справедливую оценку своих стараний от педагога, родителей и сверстников. Помимо диагностики, подведение итогов происходит на заключительном открытом занятии (концерте) каждой учебной группы в присутствии родителей обучающихся и на общем отчётном концерте ансамбля. Критериями освоения программы служат знания, умения и навыки учащихся, позволяющие им участвовать в массовых мероприятиях данной направленности (концертах, конкурсах) и при желании продолжить обучение в учебных заведениях по специальности «Народное пение».

### **2.3. Оценочные материалы**

В конце 1 семестра проводится промежуточная аттестация учащихся, а по завершении 1 года обучения по модулю, проходит итоговая аттестация с использованием диагностических методик:

*Развитие познавательных процессов:*

«Заучивание 10 слов» (А.Р.Лурия);

«Пиктограмма» (А.Р.Лурия);

«Запомни и расставь точки».

*Личностное развитие учащихся:*

«Диагностика личностной креативности» (Е.Е.Туник);

«16-факторный личностный опросник Р.Б.Кеттелла» (детский вариант, адаптированный Э.М. Александровской);

«Методика определения самооценки детей» (Т.В.Дембо, С.Я.Рубинштейн);

«Кактус» (М.А.Панфилова);

«Цветовой тест Люшера».

### **2.4. Методические материалы**

В работе с учащимися используются следующие **педагогические технологии:** развития критического мышления; игровые технологии, кейс-технология, компьютерные, личностно-ориентированная и здоровьесберегающая технологии, коллективное творческое дело.

**Формы занятий**

**По особенностям коммуникативного взаимодействия:**

исследовательская деятельность;

проектная деятельность;

встречи с интересными людьми (беседа, диалог);

практические занятия;

занятия-викторины;

мастер-класс;

По дидактической цели:

вводное занятие;

занятия по углублению знаний;

практические занятия;

занятия по систематизации и обобщению знаний;

занятия по контролю знаний, умений, навыков;

комбинированные формы занятий.

**Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:**

**методы обучения:**

объяснительно-иллюстративный;

репродуктивный;

частично-поисковый;

исследовательский;

традиционные методы обучения (рассказ, объяснение, беседа, диспут);

наглядные (демонстрация, показ видеоматериалов, иллюстраций);

практические (викторины, репетиции, концерты).

**Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности:**

методы эмоционального стимулирования (создание ситуации успеха в учении; использование игровых форм организации учебной деятельности; постановка системы перспектив);

методы развития познавательного интереса (формирование готовности восприятия учебного материала; стимулирование занимательным содержанием, создание ситуаций творческого поиска);

методы развития творческих способностей и личных качеств учащихся (творческое задание; постановка проблемы или создание проблемной ситуации; дискуссия (организация обсуждения материала); создание креативного поля).

### **Методическое обеспечение**

Тема модуля	Формы, приемы и методы обучения	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Форма контроля
Введение	Игра, наглядный, объяснительно-иллюстративный	Видеозаписи, аудиозаписи, костюмы, микрофоны	Открытое занятие для родителей. Анкетирование
<b>Народное творчество</b>			
Устное народное творчество	Путешествие Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи	Самостоятельная работа

Русские народные сказки и былины	Игра Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи, костюмы	Спектакль
Пословицы, поговорки	Практический, упражнения, показ педагогом	Аудиозаписи	Игра - испытание
Загадки	Практический, решение проблемных ситуаций	Раздаточный материал	Игра
Семейно-	Наглядный, игры бытовые традиции русского народа	Видеозаписи,	Спектакль
Народные праздники на Руси	Ролевая игра Наглядный, игры	Видеозаписи, аудиозаписи	Спектакль
Былины	Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи, костюмы	Спектакль
Русские народные песни, частушки	Практическое занятие Показ (исполнение) педагогом	Компьютер, микрофоны	Концерт
Народное зодчество	Показ видеоматериалов, практический, наблюдение	Видеозапись	Выставка
Масленичные традиции	Репетиция наглядный, показ (исполнение) педагогом	Видеозапись, магнитофон, микрофон	Игра
Дымковская игрушка. Хохлома. Гжель. Матрешка.	Мастерская Показ видеоматериалов, наблюдение	Видеозапись	Выставка
“Не перевелись еще на земле русской мастера...”	Мастерская Показ видеоматериалов, наблюдение	Видеозапись	Выставка
Устное народное творчество	Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи	Практическая работа
Небылицы, перевертыши.	Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи	Концерт
<b>Быт русского народа</b>			

Семейно-бытовые обряды и обрядовый фольклор	Наглядный, показ (исполнение) педагогом	Видеозапись, магнитофон, микрофон	Практическая работа
Деревенские посиделки	Наглядный, показ (исполнение) педагогом	Видеозапись, магнитофон, микрофон	Практическая работа
“Святая Пасха Господня – Светлое Воскресение Христово”	Показ видеоматериалов практический, наблюдение,	Видеозапись	Практическая работа
Народный календарь	Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи	Практическая работа
Домашний очаг	Наглядный, игра	Видеозаписи, компьютер	Практическая работа
Домоводство	Показ видеоматериалов, практический, наблюдение	Видеозапись	Практическая работа
Русская кухня	Наглядный, тренировочные упражнения	Предметы кухни	Практическая работа
“Без березы не мыслю России...”	Показ видеоматериалов, иллюстраций, показ (исполнение) педагогом	Музыкальный центр, компьютер, микрофоны	Практическая работа
Рукоделие (вышивка)	Показ видеоматериалов, практический, наблюдение	Видеозапись	Практическая работа
Образ жизни и нравственные устои крестьянской семьи	Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи	Практическая работа
“Лен, ты мой лен...”	Практический, показ (исполнение) педагогом	Видеозаписи, аудиозаписи	Практическая работа
“Бери, чтоб не каяться, жить в любви, чтоб не маяться” (свадебные обряды на Руси)	Наглядный, показ (исполнение) педагогом	Видеозапись, магнитофон, микрофон	Практическая работа
“Браки на Руси” (свадебные обряды на Руси)	Наглядный, показ (исполнение) педагогом	Видеозапись, магнитофон, микрофон	Практическая работа

“Семейный уклад”	Практический, устное изложение, анализ текста	Видеозаписи	Практическая работа
Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа	Практический	Видеозаписи	Практическая работа
Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа	Практический	Видеозаписи	Практическая работа
“Вспомним русские обычаи, вспомним нашу старину”	Наглядный, показ (исполнение) педагогом	Видеозапись, магнитофон, микрофон	
Итоговое занятие	Практический, игра	Видеозапись, магнитофон, микрофон	Концерт

## 2.5. Воспитательный компонент программы

Традиция является результатом жизненного опыта людей, вырабатываемого в процессе исторического развития общества и социальных отношений.

Традиции, обычаи существенно влияют на народное творчество, которое переживает несколько поколений людей.

Народные ремесла, танцы, песни, особенности живописи переходят от поколения к поколению на основе передачи народных традиций, которые идентифицируются людьми как признак принадлежности к своему национальному или региональному сообществу.

Воспитательная работа в рамках дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Традиции русского народа» направлена на:

1. Воспитание этнической культуры личности, в том числе ее этнокультурных потребностей, интересов, ценностных ориентаций, и др.
2. Реализации потенциала народной культуры, народного художественного творчества как средств самоидентификации, самореализации и саморазвития.
3. Формирование у учащихся чувства национального достоинства, культуры межнационального общения через развитие ассоциативного творческого мышления в процессе освоения связей традиционной культуры и народного искусства с бытом, трудом, историей страны и мира.

4. Формирование и развитие этнокультурной компетентности формированием представлений о нравственных ценностях, свойственных каждой конкретной национальной культуре, с практическим освоением различных видов этнокультурной художественной деятельности.

5. Развитие у учащихся культурно-исторической памяти, особых качеств мышления и мнемоники в процессе системного, комплексного освоения народного искусства с привлечением произведений народного творчества. В процессе этнокультурной художественного образования необходимо развивать особые качества эстетического сознания, раскрывая взаимодействия национального народного искусства с разными областями профессионального (классического) искусства.

### Календарный план воспитательной работы

№п\п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1.	«Покров Пресвятой Богородицы»	Посиделки	
2.	«Крылья Ангела»	Акция	
3.	«Святки»	Познавательно – развлекательное мероприятие	
4.	«Пасхальный перезвон»	Конкурс	
5.	“Святая Пасха Господня – Светлое Воскресение Христово”	Познавательно – развлекательное мероприятие	
6.	Символы Пасхи	Мастер – класс	
7.	День Святой Троицы	Экскурсия в храм	

### Список литературы

Источники информации для педагога:

Список литературы

1. 1000 загадок / В.Г.Лысаков. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2006.
2. Алтарева С.Г., Храмова М.А., Орлова Н.А., Жогло Н.К. Календарные, фольклорные и тематические праздники: 1-4 классы.- М.: ВАКО, 2006.
3. Богданов Г.Ф. Самобытность русского танца. Учебное пособие. Издание 2-е- М.: Издательство Московского государственного университета культуры, 2003.
4. Виноградова Н.Ф. Дошкольникам о родной стране: метод. Пособие для педагогов, работающих с детьми ст. Дошк. Возраста / Н.Ф. Виноградова. - М.: Просвещение, 2009.
5. Дайн Г.Л. Детский народный календарь. Приметы, поверья, игры, рецепты, рукоделие /Ил. Л. Ермиловой. - М.: Дет. Лит., 2001.
6. Зацепина М.Б., Антонова Т.В. Народные праздники в детском саду. Методическое пособие для педагогов и музыкальных руководителей. / Под ред. Т.С. Комаровой. - М.: Мозаика — Синтез, 2008.
7. Зуева Т.В. Русский фольклор: Слов.-справ.: Кн.для учителя. – М.: Просвещение, 2002.
8. Лазарев, А. И. Сто уроков народоведения: метод. Пособие для учителей /А. И. Лазарев; Челяб. Гос. Акад. Культуры и искусств. - Челябинск, 2011.
9. Лунина Г.В. Воспитание детей на традициях русской культуры.- М.: ЦГЛ, 2005.
- 10.Лялина Л.А. Народные игры в детском саду: методические рекомендации. - М.: ТЦ Сфера, 2008.
- 11.Народная мудрость и знания о ребенке. Этнография детства: Сборник фольклорных и этнографических материалов / Запись, составление и нотация Г.М. Науменко. Рис. Г.А. Скотиной. – М.: ЗАО Изд-во Центрполиграф, 2001.
- 12.Народное детское поэтическое творчество: Сборник фольклорных материалов / Запись, составления Г.А. Науменко. – М.: ЗАО Изд-во Центрполиграф, 2001.
- 13.Народные праздники, обряды и времена года в песнях и сказках: Сборник фольклорных материалов / Запись, составление и нотация Г.М. Науменко. - М.: ЗАО Изд-во Центрполиграф, 2001.
- 14.Петров В.М., Гришина Г.Н., Короткова Л.Д. Зимние праздники, игры и забавы для детей. – М.: ТЦ «Сфера», 2001.
- 15.Петров В.М., Гришина Г.Н., Короткова Л.Д. Летние праздники, игры и забавы для детей. – М.: ТЦ «Сфера», 2001.
- 16.Петров В.М., Гришина Г.Н., Короткова Л.Д. Осенние праздники, игры и забавы для детей. – М.: ТЦ «Сфера», 2000.
- 17.Прыгунова Е.Н., Разумова И.А. Преподавание фольклора в средней школе. Полный курс: Метод. Пособие. – спб.: «Паритет», 2001.
- 18.Русские народные детские песни и сказки с напевами /Запись, составление и нотация Г.М. Науменко. – М.:ЗАО Изд-во Центрполиграф, 2001.

19. Рытов Д.А. Традиции народной культуры в музыкальном воспитании детей: Русские народные инструменты: Учеб.-метод. Пособие. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
20. Рытов Д.А. Традиции народной культуры в музыкальном воспитании детей: Русские народные инструменты: Учеб.-метод. пособие. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2001.
21. Салькова Е.В. Байки-побайки : Авторская программа по музыке на основе русского детского фольклора. / Е.В. Салькова // Народное творчество. - 2001 - № № 4 -6
22. Салькова Е.В. Байки-побайки : Авторская программа по музыке на основе русского детского фольклора. / Е.В. Салькова // Народное творчество. - 2002 - № № 1-6
23. Салькова Е.В. Байки-побайки: Авторская программа по музыке на основе русского детского фольклора. / Е.В. Салькова // Народное творчество. - 2003 - № №1 – 6
24. Салькова Е.В. Байки-побайки: Авторская программа по музыке на основе русского детского фольклора. / Е.В. Салькова // Народное творчество. - 2004 - № 1
25. Сказка как источник творчества детей: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Науч. Рук. Ю.А. Лебедев. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
26. Со двора, со дворика. Выпуск 1. Русские народные игры-хороводы для детей младшего возраста. – М.: Музыка, 2001.

#### **Источники информации для учащихся:**

1. Г.Науменко «Чудесный короб», издательство «Детская литература», Москва, 1998 г.
2. «Праздник — ожидаемое чудо», издательство «Вако», Москва, 2006 г.
3. «Мы и наша культура», издательство «Экзамен», 2010 год
4. «Мир вокруг и внутри нас», издательство «Экзамен», 2010 г.
5. «Калейдоскоп праздников», издательство «Экзамен», Москва, 2011 г.

#### **Интернет ресурсы программы**

1. <http://kata-log.ru/nauka/psihologia-filosofia-magia/kukly-oberegi.html>
2. [http://otherreferats.allbest.ru/religion/00007573\\_0.html](http://otherreferats.allbest.ru/religion/00007573_0.html)
3. <http://druidgor.narod.ru/slavtrad/Ribakov/Ribakov13.html>
4. [http://www.family-history.ru/material/history/kostum/kostum\\_3.html](http://www.family-history.ru/material/history/kostum/kostum_3.html)
5. <http://lib.ru/KSP/narodnye.txt>
10. <http://perunica.ru/tradicii/830-simvolny-nebesnyx-svetil-v-ornamentedrevnej-rusi.html>
11. [http://www.art.oryol.ru/rites\\_main.htm](http://www.art.oryol.ru/rites_main.htm)

**Календарный учебный график**  
**«Традиции русского народа»**  
**1 год обучения**

№ п/п	месяц	дата	время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место проведения
1				комбинированное	2	Введение	ТСШ 2
2				комбинированное	2	<b>Народное творчество</b> Устное народное творчество	ТСШ 2
3				комбинированное	2		ТСШ 2
4				комбинированное	2	Русские народные сказки и былины	ТСШ 2
5				комбинированное	2		ТСШ 2
6				комбинированное	2	Пословицы, поговорки	ТСШ 2
7				комбинированное	2		ТСШ 2
8				комбинированное	2	Загадки	ТСШ 2
9				комбинированное	2		ТСШ 2
10				комбинированное	2	Семейно-бытовые традиции русского народа	ТСШ 2
11				комбинированное	2		ТСШ 2
12				комбинированное	2	Народные праздники на Руси	ТСШ 2
13				комбинированное	2		ТСШ 2
14				комбинированное	2	Былины	ТСШ 2
15				комбинированное	2		ТСШ 2
16				комбинированное	2	Русские народные песни, частушки	ТСШ 2
17				комбинированное	2		ТСШ 2
18				комбинированное	2		ТСШ 2
19				комбинированное	2		ТСШ 2
20				комбинированное	2	Народное зодчество	ТСШ 2
21				комбинированное	2		ТСШ 2
22				комбинированное	2		ТСШ 2

23				комбинированное	2	Масленичные традиции	ТСШ 2
24				комбинированное	2		ТСШ 2
25				комбинированное	2	Дымковская игрушка. Хохлома. Гжель. Матрешка.	ТСШ 2
26				комбинированное	2		ТСШ 2
27				комбинированное	2	“Не перевелись еще на земле русской мастера...”	ТСШ 2
28				комбинированное	2		ТСШ 2
29				комбинированное	2	Устное народное творчество	ТСШ 2
30				комбинированное	2		ТСШ 2
31				комбинированное	2	Небылицы, перевертыши.	ТСШ 2
32				комбинированное	2		ТСШ 2
33				комбинированное	2	<b>Быт русского народа</b> Семейно бытовые обряды и обрядовый фольклор	ТСШ 2
34				комбинированное	2		ТСШ 2
35				комбинированное	2	Деревенские посиделки	ТСШ 2
36				комбинированное	2		ТСШ 2
37				комбинированное	2	“Святая Пасха Господня – Светлое Воскресение Христово”	ТСШ 2
38				комбинированное	2		ТСШ 2
39				комбинированное	2	Народный календарь	ТСШ 2
40				комбинированное	2		ТСШ 2
41				комбинированное	2	Домашний очаг	ТСШ 2
42				комбинированное	2		ТСШ 2
43				комбинированное	2	Домоводство	ТСШ 2
44				комбинированное	2		ТСШ 2
45				комбинированное	2	Русская кухня	ТСШ 2
46				комбинированное	2		ТСШ 2
47				комбинированное	2	“Без березы не мыслю России...”	ТСШ 2
48				комбинированное	2		ТСШ 2

49				комбинированное	2	Рукоделие (вышивка)	ТСШ 2
50				комбинированное	2		ТСШ 2
51				комбинированное	2	Образ жизни и нравственные устои крестьянской семьи	ТСШ 2
52				комбинированное	2		ТСШ 2
53				комбинированное	2	“Лен, ты мой лен...”	ТСШ 2
54				комбинированное	2		ТСШ 2
55				комбинированное	2	“Бери, чтоб не каяться, жить в любви, чтоб не маяться” (свадебные обряды на Руси)	ТСШ 2
56				комбинированное	2		ТСШ 2
57				комбинированное	2	“Браки на Руси” (свадебные обряды на Руси)	ТСШ 2
58				комбинированное	2		ТСШ 2
59				комбинированное	2		ТСШ 2
60				комбинированное	2	“Семейный уклад”	ТСШ 2
61				комбинированное	2		ТСШ 2
62				комбинированное	2		ТСШ 2
63				комбинированное	2	Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа	ТСШ 2
64				комбинированное	2		ТСШ 2
65				комбинированное	2	Конкурс сочинений о духовных традициях русского народа	ТСШ 2
66				комбинированное	2		ТСШ 2
67				комбинированное	2	“Вспомним русские обычаи, вспомним нашу старину”	ТСШ 2
68				комбинированное	2		ТСШ 2
69				комбинированное	2		ТСШ 2
70				комбинированное	2		ТСШ 2
71				комбинированное	2		ТСШ 2
72					2	Итоговое занятие	ТСШ 2

### **Педагогический мониторинг**

Программа предусматривает педагогический мониторинг знаний, умений, навыков, приобретаемых в процессе обучения. По данной программе учащиеся в течение учебного года проходят три этапа аттестации: предварительный, промежуточный, итоговый.

Предварительный этап аттестации - оценка начального уровня знаний, умений, навыков, учащихся по данному предмету, проводится в сентябре. Во время предварительного контроля проводится опрос учащихся по технике безопасности и проверка практических навыков. В результате дается оценка первоначальных знаний, определяется уровень подготовленности к занятиям.

Промежуточный этап аттестации - это оценка качества усвоения учащимися учебного материала за I-полугодие, выявление отношения учащегося к данной дисциплине, проводится в декабре в виде выступления на родительском собрании, на мероприятиях учреждения. По итогам выступления определяется уровень освоения материала учащимся.

Итоговый этап аттестации - определение освоения учащимся всей дополнительной общеразвивающей программы за год, проводится в мае. По итогам года проводится отчетный концерт. В результате выявляются: «самые талантливые», «самые организованные», «самые сильные» и т.д. Наряду с результатами выступления учитывается активное участие учащегося в концертной деятельности, в конкурсах и фестивалях детского творчества.

Каждый уровень контроля оценивается по 5- бальной системе.

#### **Критерии оценок**

По результатам текущей и промежуточной аттестации выставляются баллы: «5», «4», «3». За наличие знаний и умений в той или иной графе карты ребенок получает определенное количество баллов, по окончании диагностики баллы складываются, и сумма баллов определяет уровень знаний и умений учащегося. В процессе занятий дети видят в лице педагога образец творчества и стремятся к этому уровню, поэтому отметкой «удовлетворительно» ребенок оценивается крайне редко.

#### **Высокий уровень (5 баллов)**

Знает, различает на слух жанры русской народной песни. Умеет анализировать, сравнивать, находить общее и различия в музыке народной и композиторской;

Чисто интонирует мелодию, поет 3-4 русские народные песни;

Знает, различает на слух звучание русских народных инструментов, дает характеристику тембрам;

Принимает осмысленное и активное участие в русских народных праздниках;

Умеет играть (знает правила игры и может о ней рассказать) в подвижные и хороводные народные игры.

**Средний уровень (4 балла)**

Знает, различает на слух, умеет исполнить 2-3 русские народные песни;

Знает, различает на слух звучание русских народных инструментов;

Знает названия некоторых народных праздников и принимает активное участие в них;

Знает русские народные игры и умеет объяснить правила некоторых из них.

**Низкий уровень (3 балла)**

Знает, различает на слух некоторые жанры русской песни;

При поддержке товарищей умеет петь 1-2 русские народные песни;

Знает названия некоторых русских народных праздников, но принимает в них пассивное участие;

Знает 2-3 подвижные игры.







**Примерный репертуар по предмету фольклор русского народа:  
(репертуар подобран в соответствии с возрастными особенностями детей)**

Колыбельные песни: «Байки-побайки, прискакали зайки», «А баю, баю, баю не ложися на краю», «Ой, баю, баю, баю живет котик на краю», «Баю, баюшки баю не ложися на краю».

Пестушки: «Утки, утки полетели», «Тритатушки, тритата», «Сорока-ворона», «Ладушки, ладушки».

Потешки: «Валяй, валяй каравай» (два варианта), «Ай, ай, ай, приходи к нам зай», «Ай, ай, ай, приходи к нам зай».

Прибаутки: «Лиса рожью шла», «Лиса по лесу бежала», «Кошкин дом».

Докучные сказки: В «некотором царстве», «Жил-был царь Бубенец», «Стоит над рекой дуб», «А сказать ли тебе сказку про белого бычка?», «Шел я как-то через мост».

Словесные игры: «Снежный ком», «Интервью», «Шаги», «Путешествие».

Молчанки: «Говорилка, говори», «Первый скажет и молчит»

Голосянки: «Соберемся на поляне», «Голосянки, голосяночки», «Ну-ка, девицы-красавицы»

Поддевки: «Я пойду в лес», «Огурец», «Ночь», «Овес», «Ой!», «Береза».

Сечки: Стихи на 15, 16, 17, 20, 25, 30 «сечек».

Скороговорки: «Чайничек с крышечкой», «Кошка за мышкой», «Наш Полкан», «Печет печка», «Пришел Прокоп», «Кукушка кукушонку купила капюшон», «Бык тупогуп», «Из под топота копыт».

Небылицы-перевертыши: «Ехала деревня мимо мужика», «Лает кошка из лукошка», «Из-за леса, из-за гор», «Ехали медведи».

Загадки: «Каравай», «Солнце», «Петушок», «Комар».

Детские сказки: «Два мороза», «Ермилка и лесной боров», «Морозко», «Песня волка», «Золотой серпок», «Про козла».

Страшилки: «Пугалка», «Чёрная рука», «Кровавое пятно», «Зелёные глаза», «Красные копыта», «Синяя перчатка», «Черный дом».

Дразнилки: «Наша Маша», «Флор-воришка», «Вор-воришка», «Тузик, Тузик-карапузик», «Петька вредный», «Федя-медя, требуха».

Прозвища: аяя — „ты моя золотая», Юля-красотуля, Дениска-редиска, Нюшка-ватрушка, Димон-лимон, Маринка-мандаринка и др.

Детская обрядовая поэзия зимнего цикла: Колядки: «Пошла коляда» «Авсень», «Каляда-маляда», «Ай, спасибо хозяйюшке»

Заклички: «Дождик, дождик посильней», «Дождик, дождик, припусти», «Радуга-дуга», «Уж вы, пташечки-щобетушечки», «Дождик», «Солнышко».

Приговорки: «Андрейка-колода», «Божья коровка».

Веснянки: «Уж вы, пташечки», «Чувиль, виль, виль, жавороночек», «Летел кулик», «Весна, ты на чем подошла?», «Весна, весна красная».

Формальные ролевые игры поэтически организованного текста: «Лисичка и собачки», «Охотники и утки», «Волк и козлята», «Уголки».

Формальные ролевые игры с игровыми припевами: «А мы просо сеяли», «Княгини, мы до вас пришли», «В хороводе были мы», «Каравай».

Формальные ролевые игры с приговорками: «Коршун», «Редька», «Мак», «Кандалы», «Селезень».

Игры-импровизации: «Дочки-матери», «Магазин», «Больница», «В автобусе».

Жеребьевая сговорка: «Кого выбираешь», «Что возьмешь», «Чего тебе нужно», «Кого в гости пригласишь», «Чего тебе дать», «Выбирай».

Считалки: «Аты-баты», «Золотые ворота», «На золотом крыльце сидели», «Заинька», «Летела кукушка мимо сада», «Гори, гори ясно», «Шла коза по мостику», «Раз, два, три, четыре, пять».

Хороводы: «Перед весной», «Весна-красна!», «Во поле береза стояла», «Земелюшка чернозем».

Игровой хоровод: «Где был Иванушка»

Хоровод-игра: «Боярне».

Игры: «Зайка», «Матушка — Весна», «Кольцо», «Здравствуй, дедушка».

Песни: «Рос на поле колосок», «Осень, осень в гости просим», «Долговязый журавель», «Как на тоненький ледок», «Блины», «Как у наших у ворот».

**Учебно-тренировочный материал и рекомендации по их использованию.**

**I. Дыхательная гимнастика** – способствует развитию дыхательного аппарата, формирует дыхание, необходимое при вокальной работе, укрепляет диафрагму. Организует разновидность дыхания: краткое, долгое, цепное. Упражнения активно включают в работу все части тела (руки, ноги, голову, бедренный пояс, брюшной пресс, плечевой пояс и т.д.) и вызывает общую физиологическую реакцию всего организма, повышенную потребность в кислороде. Так как все упражнения выполняются одновременно с коротким и резким вдохом через нос (при абсолютно пассивном вдохе), это усиливает внутреннее тканевое дыхание и повышает усвояемость кислорода тканями, а так же раздражает ту обширную зону рецепторов на слизистой оболочке носа, которая обеспечивает рефлекторную связь полости носа почти со всеми органами.

Певческое дыхание требует постоянного развития и систематических тренировок. На групповых занятиях развивается диафрагмальный тип дыхания, при котором вдох осуществляется посредством опускающейся диафрагмы. Живот при этом как бы выдвигается вперед, а вдох регулируется брюшным прессом. Такой тип дыхания включает в себя все достоинства верхнего, среднего и нижнего дыханий. Оно приводит в действие весь дыхательный аппарат, каждую клеточку легких, каждую мышцу. Умение правильно дышать в значительной степени зависит от умения пользоваться диафрагмальными мышцами. Такие умения могут быть сформированы при помощи ряда несложных упражнений. Все дыхательные упражнения на занятиях проводятся стоя - это идеальное положение певца. Главное условие пения - это внутренняя полная физическая свобода исполнителей. Она достигается естественной позой певца: прямой и свободный корпус, расправленные плечи, прямое положение головы. Мышцы лица, шеи, плеч - также в спокойном состоянии.

**Правила исполнения.**

1. Думать только о ВДОХЕ носом, тренировать только ВДОХ. Вдох – шумный, резкий и короткий (как хлопок в ладоши).
2. Выдох должен уходить после каждого вдоха самостоятельно через рот. Не задерживать и не выталкивать выдох. Вдох – предельно АКТИВНЫЙ, выдох – абсолютно ПАССИВНЫЙ.
3. Вдох делается одновременно с движениями. В стрельниковской дыхательной гимнастике нет вдоха без движения, а движения без вдоха.
4. Все вдохи – движения стрельниковской гимнастики делаются в темпо-ритме строевого шага (как маршируют солдаты – видели все).
5. Счет в стрельниковской дыхательной гимнастике идет не по 5 и 10, как в традиционной, а только по 8. Считать МЫСЛЕННО, не в слух.

**Упражнение 1. «Ладошки»**

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

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

Сделайте еще 4 коротких, шумных вдоха и снова пауза.

Норма: «прошмыгайте» носом 24 раза по 4 вдоха. Упражнение «Ладонки» можно делать стоя, сидя и лежа.

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

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

### **Упражнение 2. «Погончики»**

Исходное положение: станьте прямо, кисти рук сожмите в кулаки и прижмите к животу на уровне пояса. В момент вдоха резко толкайте кулаки вниз к полу, как бы отжимаясь от него (плечи напряжены, руки прямые, тянутся к полу). Затем кисти рук возвращаются в и.п. на уровень пояса. Плечи расслаблены — выдох «ушел». Выше пояса

кисти рук не поднимайте.

Сделайте подряд уже не 4 вдоха-движения, а 8. Затем отдых 3—4 секунды и снова 8 вдохов-движений.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Погончики» можно делать стоя, сидя и лежа.

### **Упражнение 3. «Насос»**

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

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

### **Упражнение «Насос» можно делать стоя и сидя.**

Ограничения: при травмах головы и позвоночника, при многолетних радикулитах и остеохондрозах; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; при камнях в печени, почках и

мочевом пузыре не кланяйтесь низко. Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос. Выдох делается после каждого вдоха пассивно через рот, но не открывайте его широко.

Упражнение «Насос» очень результативное, часто останавливает приступы бронхиальной астмы, сердечный и приступ печени.

#### **Упражнение 4. «Повороты головы»**

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч.

Поверните голову вправо — сделайте шумный, короткий вдох носом с правой стороны. Затем поверните голову влево — «шмыгните» носом с левой стороны. Вдох справа — вдох слева. Посередине голову не останавливать, шею не напрягать, вдох не тянуть!

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

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

#### **Упражнение 5. «Ушки»**

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

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

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

#### **Упражнение 6. «Маятник головой»**

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч.

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

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

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

### **Упражнение 7. «Кошка»**

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч (ступни ног в упражнении не должны отрываться от пола).

Сделайте танцевальное приседание и одновременно поворот туловища вправо — резкий, короткий вдох. Затем такое же приседание с поворотом влево и тоже короткий, шумный вдох носом. Вправо — влево, вдох справа — вдох слева. Выдохи происходят между вдохами сами, произвольно. Колени слегка сгибайте и выпрямляйте (приседание легкое, пружинистое, глубоко не приседать). Руками делайте хватательные движения справа и слева на уровне пояса. Спина абсолютно прямая, поворот — только в талии.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений. Упражнение «Кошка» можно делать также сидя на стуле и лежа в постели (в тяжелом состоянии).

### **Упражнение 8. «Обними плечи»**

Исходное положение: станьте, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч.

Бросайте руки навстречу друг другу до отказа, как бы обнимая себя за плечи. И одновременно с каждым «объятием» резко «шмыгайте» носом. Руки в момент «объятия» идут параллельно друг другу (а не крест-накрест), ни в коем случае их не менять (при этом все равно, какая рука сверху — правая или левая); широко в стороны не разводить и не напрягать. Освоив это упражнение, можно в момент встречного движения рук слегка откидывать голову назад (вдох с потолка).

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений. Упражнение «Обними плечи» можно делать также сидя и лежа.

Ограничения: сердечникам с ишемической болезнью сердца, врожденными пороками, перенесенным инфарктом в первую неделю тренировок не делать упражнение «Обними плечи». Начинать его нужно со второй недели вместе с другими упражнениями стрельниковской гимнастики. В тяжелом состоянии нужно делать подряд не по 8 вдохов-движений, а по 4 вдоха-движения или даже по 2, затем отдых 3—5 секунд и снова 2 или 4 вдоха-движения.

### **Упражнение 9. «Большой маятник» («Насос» + «Обними плечи»)**

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч.

Наклон вперед, руки тянутся к полу — вдох. И сразу без остановки (слегка прогнувшись в пояснице) наклон назад — руки обнимают плечи. И тоже вдох. Кланяйтесь вперед — откидывайтесь назад, вдох «с пола» — вдох «с потолка». Выдох происходит в промежутке между вдохами сам, не задерживайте и не выталкивайте выдох!

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Большой маятник» можно делать также сидя.

Ограничения: при остеохондрозе, травмах позвоночника и смещениях межпозвонковых дисков упражнение «Большой маятник» делайте, ограничивая движения: слегка кланяясь вперед и почти не прогибаясь при наклоне назад.

Только хорошо освоив первые шесть упражнений комплекса, можно переходить к остальным. Добавляйте каждый день по одному упражнению из второй половины комплекса, пока не освоите все основные упражнения.

## **Упражнение 10. «Перекаты»**

### **Упражнение 10А**

Исходное положение: станьте левая нога впереди, правая сзади. Вся тяжесть тела на левой ноге. Нога прямая, корпус — тоже. Правая нога согнута в колене и отставлена назад на носок, чтобы не потерять равновесие (но на нее не опираться). Выполните легкое танцевальное приседание на левой ноге (нога в колене слегка сгибается), одновременно делая короткий вдох носом (после приседания левая нога мгновенно выпрямляется). Затем сразу же перенесите тяжесть тела на отставленную назад правую ногу (корпус прямой) и тоже на ней присядьте, одновременно резко «шмыгая» носом (левая нога в этот момент впереди на носке для поддержания равновесия, согнута в колене, но на нее не опираться). Снова перенесите тяжесть тела на стоящую впереди левую ногу. Вперед — назад, приседание — приседание, вдох — вдох.

Помните: 1) приседание и вдох делаются строго одновременно, 2) вся тяжесть тела только на той ноге, на которой слегка приседаем; 3) после каждого приседания нога мгновенно выпрямляется, и только после этого идет перенос тяжести тела (перекат) на другую ногу.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

### **Упражнение 10 Б**

Исходное положение: станьте правая нога впереди, левая — сзади.

Повторите упражнение с другой ноги.

Упражнение «Перекаты» можно делать только стоя.

## **Упражнение 11. «Шаги»**

### **А. «Передний шаг»**

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поднимите левую ногу, согнутую в колене, вверх, до уровня живота (от колена нога прямая, носок тянуть вниз, как в балете). На правой ноге в этот момент делайте легкое танцевальное приседание и короткий, шумный вдох носом. После приседания обе ноги должны обязательно на одно мгновение принять исходное положение. Поднимите вверх правую ногу, согнутую в колене, на левой слегка присядайте и шумно «шмыгайте» носом (левое колено вверх — исходное положение, правое колено вверх — исходное положение). Нужно обязательно слегка присесть, тогда другая нога, согнутая в колене, легко поднимется вверх до уровня живота. Корпус прямой.

Можно одновременно с каждым приседанием и поднятием согнутого колена вверх делать легкое встречное движение кистей рук на уровне пояса. Упражнение «Передний шаг» напоминает танец рок-н-ролл. Выдох должен

совершаться после каждого вдоха самостоятельно (пассивно), желательно через рот.

Норма: 8 раз по 8 вдохов-движений.

**Упражнение «Передний шаг» можно делать стоя, сидя и даже лежа.**

Ограничения: при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, врожденные пороки, перенесенный инфаркт) не рекомендуется высоко (до уровня живота) поднимать ноги. При травмах ног и тромбозах это упражнение выполнять только сидя и даже лежа (на спине), очень осторожно, чуть-чуть поднимая колено вверх при шумном вдохе. Пауза (отдых) — 3—4 секунды после каждых 8 вдохов-движений, можно продлить ее до 10 секунд. При тромбозах обязательно проконсультируйтесь с хирургом! При мочекаменной болезни и при беременности (начиная с 6-го месяца) в упражнении «Передний шаг» высоко колени не поднимать!

### **Б «Задний шаг»**

Исходное положение - то же.

Отведите левую ногу, согнутую в колене, назад, как бы хлопая себя пяткой по ягодицам. На правой ноге в этот момент слегка присядьте и шумно «шмыгните» носом. Затем обе ноги на одно мгновение верните в исходное положение — выдох сделан. После этого отведите назад согнутую в колене правую ногу, а на левой делайте легкое танцевальное приседание. Это упражнение делается только стоя.

Вдохи и движения в нашей гимнастике делаются строго одновременно.

Норма: 4 раза по 8 вдохов-движений.

**II. Речевые и дикционные упражнения** нацеленных на правильность в произношении гласных и согласных звуков. Эти звуки в диалектах и говорах служат для развития народного голоса и навыков пения в народной манере.

Рекомендуется исполнять, используя различные интонации: сердито, призывно, удивленно, ласково, восхищенно, радостно и т.п.

**1. Возгласы.** (Смело, без зажимов, не надрывая связки, свободно и открыто обратиться к невидимому собеседнику, находящемуся на другой стороне улицы).

1. А-я-й-ай! О-й-ёй-ёо! Э-й-ей-еэ! (Гласные долгие, круглые, как сами буквы; «Э» = «О»)
2. Э-хо! Е-хо! Ё-хо! Я-хо! (Первые буквы короткие, на стакато)
3. И-ра! Ю-ра! А-ня! Я-на! Ле-на! Ко-ля! (Долгие возгласы, «И» - объёмно, чешется под зубами, «Ю» - почти «О», «Е» - почти «Э», вытянуть возглас; ударения, как на первом слоге, так и на обоих)

**2. Скороговорки.** Говорить озвучено, полноценно и энергично – «слышно», на опоре, чётко, близко, посылая звук вперёд; подбирать скороговорки, как на проблемные согласные звуки, так и с различными сочетаниями звуков.

**3. Считалки.** Проговаривать с певучей речевой интонацией, различными способами, например:

Девка белье мыла,  
Мыла колотила,  
Здесь лето, там зима,  
Чернобровая моя.  
Мыла, колотила,  
Валёк упустила

а) растягивать гласные, расставляя акценты на последние слова запева и смещая акценты в припеве;

б) запев "часто" проговорить с акцентом на первое слово, а припев "раздробить" за счет огласования на более мелкие доли и произносить "говорком" без акцентов;

в) говорить ритмично, огласовывая согласные – «деВЫка», «здесьЯ», «черЫнобровЫя» (согласная должна звучать мягко, легко, лишь с призвуком гласной).

**4. Фрагменты песен.** Произносить слова и отдельные слоги так, как они поются, т.е. переносить согласные с конца слога к следующему слогу, как, например, фрагмент песни

«Подъезжали мы под село»:

По-дье-зжа-ли мы по-дсе-ло,  
За-игра-йду-до-чка, ве-се-ло...

### **III. Цикл упражнений для голосового аппарата.**

Распевание разогревает голосовой аппарат, подготавливает его к работе - это основная форма работы для отработки всех элементов вокальной техники. Упражнения расширяют диапазон голоса, укрепляют дыхание, развивают певческий голос, развивают вокальный и гармонический слух; улучшают звукообразование, дикцию; развивают навык многоголосного пения, вырабатывают чистоту интонации; выполняется со сдвигом по полутонам вверх и вниз.

При распевании необходимо неукоснительное соблюдение педагогического метода постепенных нагрузок. Навыки пения нужно прививать детям постепенно, от простого к сложному. Важно постепенно развивать диапазон, начиная от примарной зоны (*ми-фа*).

#### **1. Фрагменты песен**

Упражнения на примарных звуках петь «сердито», с напором, на опоре, чётко, звонко, близко, посылая звук вперёд.

1. «Андрей-воробей»



Ан дрей, во робей, не го ный го лубей, го ный га - ло - чек изпод па - ло - чек!

2. «Чеботуха»



Че-бо-ту-ха, Че-бо-ту-ха, хо-ро-ша-я ба-ба. На-ва-ри-ла ки-се-ля, на-жа-ри-ла са-ла.

3. «Долина»



Ты мо-я, мо-я до ли на, Ты мо-я, мо-я до ли на, ты мо-я - я - я, ты до-линуш ка мо-я,



до-ли-на мо-я!

4. «Рыл колодец» Петь в темпе, переносить согласные с конца слога к следующему слогу.



Рыл ко-ло-де црыл ко-ло-де - ц,да И-ва-нуш-ка, рыл ко-ло-де црыл ко-ло-де -



ц,да И-ва - но - вич. —

5. «Уж как шла лиса»



Уж как шла ли-са по травке, нашла гра мот - ку вканавке, о-на села на пенёк и чита ла весь де-нёк!

6. «Пойду, пойду, да я молоденька» Не спешить, хотя и в темпе. Можно петь со спадом в конце, можно добавлять бурдон.



Пой-ду, пой-ду, да я мо-ло-день-ка, пой-ду, пой-ду, да я мо-ло-день-ка, взе ле-ну-ю ро-щу,

взе-ле-ну-ю ро-щу...

7. «Ах, ты, совушка-сова» Чисто интонировать терцовый звук, посылая звук вперёд, не спешить, хотя и в темпе. Можно добавлять бурдон

Ах, ты, совуш-ка со-ва, ты боль-ша-я го-ло-ва!

8. «Пошел кот»

По-шел кот под мосток, пой-мал рыб-ку за хвосток!

9. «У меня квашня» Петь сердито, с напором.

У ме-ня кваш-ня!

10. «На мели» Следить за тем, чтобы «И» приблизилось «Е». Чисто интонировать терцовый звук.

На ме-ли мы ле-ни-во на-ли-ма ло-ви ли, на ме-ли мы ло-ви-ли ли-ня.

11. «Трава зелена» Петь кварту, не «выталкивая» звук.

Тра-ва зе-ле-на!

12. «Зайка на речке» Развивает лёгкость, подвижность голоса. Следить за чистым интонированием сексты.

Зай-ка на реч-ке во-дич-ку пьёт, он пить не пьёт, на ко-леночки падёт.

13. «Лебедин» Исполнять связно, как бы раскачивая голосом мелодию. Следить, чтобы звук не был плоским, для этого петь с «сердитым» настроением. Открытые гласные помогают найти близкий, светлый звук.

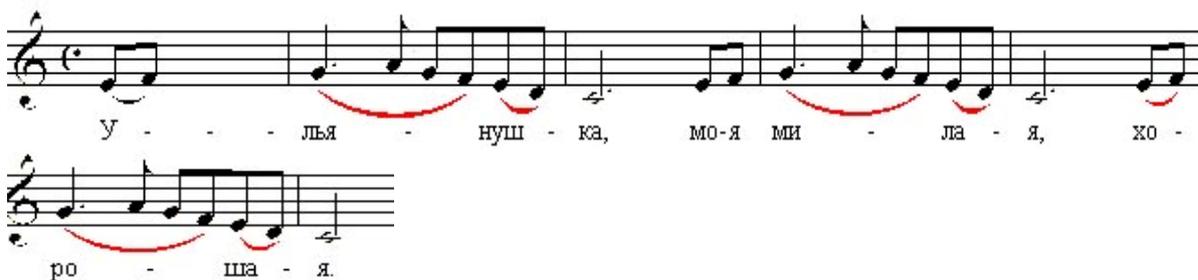
Ле-бе-дин, ле-бе-дин.

14. «Плыла лебедь» (см. предыдущее)



Плы - ла — ле - бе - дь.

15. «Ульянушка» (см. предыдущее)



У - - - лья - нуш - ка, мо - я ми - ла - я, хо -  
ро - ша - я.

16. «Соловей» Петь близко, собранно, без толчков, посылая звук вперёд. Следить за светлым звуком. Развивает подвижность голоса.

Вариант 1



Со-ловей, со-ловей, ты не вей гнез-да!

Вариант 2



Со ло - вей, — со ло - вей, — ты не вей — гнез - да!

17. «Вылетала лебедь белая» Следить за тем, чтобы «А» формировалась по принципу предыдущей «Е». Петь в единой манере: близко, высоко и «сердито». Упражнение развивает диапазон голоса, его подвижность.



Выле - та - ла ле-бе-дь бе-ла я.

18. «Лебедь серая» Петь в единой манере: близко, высоко, «сердито». Упражнение развивает диапазон голоса вверх, помогает тренировать удержание, развивает продолжительность дыхания. Его желательно петь на одном дыхании. Если поначалу не хватает, то можно дыхание «перехватить».



Ле - бе - дь — се - ра - я.

19. «Ясен то ли сокол» Упражнение развивает диапазон голоса вниз.



20. «Не полынно» Упражнение решает проблему переходных звуков.



Не по лын - но ты, мо - ё по люшко!

Не полынно ты, моё полюшко...

## 2. Вокальные упражнения, попевки.

1. Перед каждым «МА» активный быстрый вдох носом в живот. Верхняя нота - максимальное напряжение пресса без «вилки» (не загонять глубоко). Тренирует опору.



Ма - ма - ма - ма - ма - ма - ма.

2. «Я-ли-я» («Ё-ли-ё») Петь «И» очень собранно, через «Е», очень близко, в темпе, но на дыхании. Внизу обязательно озвучивать. На «Ё» всё хорошо открывается.



Я - ли - я, я - ли - я, я - ли - я - ли - я - ли - я

3. «А-я» («О-ё») Следить за ровностью звука и высотой позиции. Развивается подвижность голоса.

вариант 1 вариант 2 вариант 3



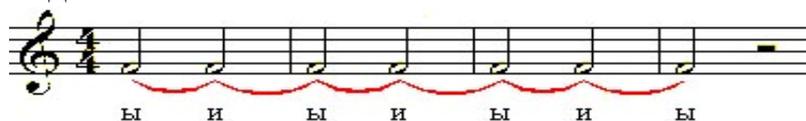
А - я - я - я - я - я - я, А - я - я - я - я - я, А - я - я

4. «А-е-я» (см. предыдущее) Следить за светлым звуком.



А - е - я, а - е - я!

5. «Ы-и» Петь на цепном дыхании, спокойно, по руке руководителя изменяется гласная. Упражнение помогает развивать эластичность и подвижность мягкого нёба.



Ы и Ы и Ы и Ы