

**Леонтьева Светлана Владимировна,**  
педагог дополнительного образования  
Центр Творческого Развития и  
Гуманитарного Образования "На Васильевском"  
Санкт-Петербург  
**leontyeva64@mail.ru**

**Тезисы.**

**Проект по теме «Хоровое пение – путь к оздоровлению»  
(многофункциональный комплекс дыхательных  
образовательно - оздоровительных упражнений)**

**Аннотация:** проект посвящен многофункциональному комплексу  
дыхательных образовательно-оздоровительных упражнений,  
применяемых в хоровой работе с детьми разных возрастов.

**Ключевые слова:** певческая позиция, певческое дыхание,  
звукообразование, упражнения, медицинские аспекты.

**Обоснование темы проекта и его актуальности.** В основе проекта – описание многофункционального комплекса образовательно-оздоровительных упражнений, который применяется автором-разработчиком при работе с хором в течение 30 лет, из них в течение 9 лет с Хоровым коллективом мальчиков и юношей. Предлагаемый комплекс – итог осмысленной, теоретически обоснованной, работы над созданием системы упражнений, направленных на формирование певческих навыков, одновременно имеющих определенное, направленно проявляющееся оздоровительное воздействие.

**Хоровое пение** - наиболее доступный для большинства людей, детей в частности, вид творчества и идеальное средство освоения ими того пласта культуры, который несет в себе глубокие нравственные и эстетические ценности.

Пение по праву считается начальным из всех видов музыкального исполнительства, одним из первых естественных проявлений музыкальности ребенка.

**Адресат проекта.** Проект рассчитан на обучающихся любого возраста, особенно для детской аудитории от 6 до 17 лет, т.к. опыт применения комплекса упражнений имеет многолетнюю апробацию именно на такой возрастной аудитории.

**Цель проекта** - создание условий для формирования и развития разносторонних музыкальных умений и вокально-хоровых навыков у обучающихся через применение системы упражнений, содействующих, в числе прочего, укреплению их здоровья.

**Новизна проекта.** В проекте представлен целостный, системно применяемый комплекс упражнений (включая дыхательные), направленный на формирование певческой культуры и, одновременно, осознанно ориентированный на оздоровление организма обучающегося. Комплекс упражнений разработан при использовании отдельных известных методов и методик, переосмысленных, в соответствии с целью и задачами проекта. Система предлагаемых упражнений ориентирована на любых обучающихся, особенно эффективна для обучающихся, имеющих определенные проблемы со здоровьем.

**Практическая значимость проекта.** Правильно поставленная в процессе обучения пению дыхательная деятельность организма способствует осознанному применению правильного дыхания, предупреждению, профилактике, лечению заболеваний дыхательных путей.

**Концептуальные основы проекта.**

*Общефилософские.*

*Социальные.*

*Анатомо-физиологические и психологические.*

*Педагогические и методические.*

*Социально-семейные.*

**Основное содержание проекта.**

*«Искусство пения — это искусство дыхания» (Ф. Ламперти).*

В содержании выделены и раскрыты главные, методически наиболее сложные, моменты работы с детьми. Дано краткое описание физиологического механизма звукоизвлечения, без детального знания и понимания которого не может быть педагогически и методически корректной работы с хором. Обращено внимание на целостность, комплексность и последовательность применения упражнений, что позволяет получить довольно значительные (заметные) результаты за относительно короткое время.

*Первоочередное внимание во время занятий должно быть направлено на три таких важных аспекта, как:*

1. Певческая позиция.

2. Формирование правильного певческого дыхания.

*Упражнения для диафрагмы и брюшного пресса, не связанные с циклом дыхания.*

*Упражнения для тренировки диафрагмы и брюшного пресса с включением дыхания.*

*Тренировка межреберных мышц.*

*Тренировка сочетания фаз дыхания с движениями.*

*Специальные упражнения, подводящие к фонационному дыханию.*

*Певческий (вокальный) "зевок".*

3. Звукоизвлечение и певческие резонаторы (важнейшие функции).

**Условия реализации проекта.**

**Условия набора:** в хоровой коллектив принимаются все желающие заниматься.

Опыт работы разработчика проекта показывает, что у всех детей есть слух и голос, есть музыкальные данные, даже если ребенок "гудит" или "говорит", т.е. не интонирует или мелодекламирует, то и в этом случае его принимают в коллектив. Задача педагога - хормейстера - развить природные данные, выявить творческие способности, увлечь и обучить, пришедших в коллектив детей.

**Формирование групп.** Формирование групп производится по возрастному принципу. Допускается дополнительный набор (в любое время в течение учебного года, в чем принципиальное отличие от музыкальных школ) детей по итогам собеседования с родителями и прослушивания для определения высоты голоса – соответственно, хоровой партии, в которой будет петь вновь пришедший ребенок.

**Срок реализации проекта.** Проект реализуется в *три этапа*.

## **Результаты реализации проекта.**

*Оздоровляющее влияние занятий в хоровом коллективе* замечено родителями. Отзывы и опросы родителей говорят о преодолении многими участниками хорового коллектива после 2х-3х лет занятий простудных заболеваний, или значительного снижения частоты и продолжительности болезней (см. приложение с отзывами родителей).

## **Ссылки на источники**

1. Емельянов В.В. "Развитие голоса. Координация и тренаж" СПб. Лань. 1997
2. Емельянов В.В. "Фонопедический метод формирования певческого голосообразования: Методические рекомендации для учителей музыки". Новосибирск. Наука. Сиб.отделение. 1991
3. Огороднов Д.Е. "Музыкально-певческое воспитание детей в общеобразовательной школе". Киев. Музычна Украина. 1988
4. Огороднов Д.Е. "Памятка педагогу в вокальной работе по алгоритму с детьми и самим собой". Свердловск. 1981
5. Ермолаев О.Ю., Сергиенко В.П. Основы трехфазного дыхания. М. Знание. 1991 г. N 2. 90 с.
6. Вильсон Д.К. Нарушения голоса у детей. М. Медицина. 1990 г. 446 с.
7. Абросимов В.Н. Нарушения регуляции дыхания. М. Медицина. 1990 г. 246 с
8. "Детский голос" под ред. В.Н. Шацкой. М., "Педагогика", 1970
9. Юшманов В.И. Вокальная техника и её парадоксы. Изд. второе. - СПб.: Издательство ДЕАН, 2002. - 128 с.
10. Вокальное и психологическое здоровье певца и влияние эмоционального состояния исполнителя на исполнительское мастерство.
11. Авторская методика постановки и развития диапазона певческого голоса Наталия Юренева-Княжинская педагог по вокалу
12. Менабени А., "Методика обучения сольному пению", М., "Просвещение", 1987
13. Анисимов А., "Дирижер-хормейстер", Л., "Музыка", 1976
14. Овсянников В.Д. Дыхательная гимнастика. М. Знание. 1986 г. N 3. 60 с.

*Leontyeva Svetlana Vladimirovna,  
additional education teacher  
Center of Creative Development and  
Arts education "On Vasilyevsky",  
St. Petersburg  
leontyeva64@mail.ru*

*The project on a subject  
"Choral singing – a way to improvement"  
(multipurpose complex of the respiratory  
obrazovatelno - improving exercises)*

*Summary: the project is devoted to a multipurpose complex of the respiratory educational and improving exercises applied in choral work with children of different age.*

*Keywords: singing position, singing breath, sound education, exercises, medical aspects.*