

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА
НОВОСИБИРСКА «ДЕТСКИЙ (ПОДРОСТКОВЫЙ) ЦЕНТР «ЮНОСТЬ»

СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ПОДРОСТКОВЫЙ КЛУБ «РИТМ»

*Постановка вокального дыхания
у детей среднего школьного возраста*

Методические рекомендации

Авторы-составители:

Комиссарова Анна Сергеевна,
педагог дополнительного образования
Ярмольчик Татьяна Васильевна, методист

Новосибирск, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1. Возрастные особенности среднего школьного возраста.....	4
2. Основные типы дыхания.....	6
3. Певческая опора дыхания.....	7
4. Дыхательные упражнения.....	9
6. Дыхательные упражнения для расширения диапазона голоса.....	14
7. Дыхание во время выступления. требования и необходимые навыки.....	16
Заключение.....	19
Список литературы.....	20

ВВЕДЕНИЕ

Голос человека – совершеннейший музыкальный инструмент. Дыхание – один из основных факторов голосообразования. Навык правильного певческого дыхания – база вокальной техники, от которого зависит качество звука. Правильная постановка дыхания – это тот фундамент, на котором можно построить здание в любом архитектурном стиле или выстроить голос для пения в различных музыкальных направлениях: эстрадный вокал, джазовый вокал, классический вокал и т.д. Если вы слышите сильный объемный голос у певца, то это не столько природные данные, сколько хорошая постановка дыхания. Именно такие голоса нам запоминаются, способны воздействовать на нас, и мы хотим подражать им.

Правильное использование дыхательного аппарата дает возможность не только петь на одном дыхании длинные фразы, но, главное, открывает новые возможности для голоса. Использование мышц брюшного пресса и диафрагмы во время эстрадного пения снимает нагрузку и давление (зажим) с мышц горла. За счет этого горло никогда не устанет, вы не сможете сорвать голос и дадите ему возможность развиваться и вверх, и вниз одинаково легко.

Постановка дыхания – это необходимый первый этап обучения пению и постановки голоса. Без поставленного певческого дыхания все усилия по освоению песенного материала или сценической речи приведут в лучшем случае к нулевому результату, а в худшем случае – к полной или частичной потере голоса.

Правильная постановка дыхания – это, прежде всего, использование полного объема легких, использование мышц брюшного пресса и диафрагмы во время дыхания, и использование естественных резонаторов, которые усиливают и обогащают звучание голоса.

Кроме того, правильная постановка дыхания нужна каждому, кто хочет быть здоровым. Обычно человек дышит, используя только верхний отдел легких. Это грудное, поверхностное дыхание, при котором вы набираете лишь часть необходимого организму кислорода, используя при этом дыхательную систему лишь на 10%. В процессе же глубокого нижнего (брюшного) дыхания у вас задействованы легкие полностью, мышцы брюшного пресса и диафрагма. То есть вы сами себе делаете внутренний массаж, который

оздоровительно влияет на весь организм в целом. У певца, как правило, короткая фаза вдоха и очень длинная фаза выдоха. Ученые доказали, что восточная мудрость: «длинное дыхание – длинная жизнь», - имеет буквальный смысл. Не случайно в восточных гимнастике и искусствах единоборств используется именно этот тип дыхания – «длинное дыхание животом».

Пение, в отличие от других видов музыкальной деятельности, наиболее доступно ребенку среднего школьного возраста. Эта доступность обусловлена тем, что независимо от того, обладает подросток задатками или нет, развиты у него музыкальные способности или нет, его певческий инструмент всегда «при себе». Но для того чтобы стать активным слушателем и исполнителем, правильно пользоваться своим природным инструментом - голосом не только в пении, но и в речи, подростку необходимо овладеть определенной системой музыкальных знаний и навыков, усвоение которых может произойти лишь при условии планомерного, систематического вокального обучения в процессе индивидуальной работы.

1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Музыкально-певческое развитие детей среднего школьного возраста в процессе вокального обучения является эффективным средством раскрытия их индивидуальности, активизации мышления, самореализации посредством развития общих и специальных способностей, формирования потребностей в творческом самовыражении. Музыкально-певческое развитие происходит в области эмоций, ощущений, восприятия и слуха; оно проявляется в отношении к певческой (от увлечения - к интересу, потребности) и исполнительской (от действий по показу, подражанию - к самостоятельным выразительным и творческим проявлениям в пении) деятельности.

Эффективность музыкально-певческого развития детей этого возраста обеспечивается организацией педагогических условий, состоящих из совокупности специальных принципов и методов, объединяющих познавательные процессы с практическими умениями и опирающихся на процессы мышления.

В подростковом возрасте развивается внутренняя чувствительность, имеющая прямое отношение к воспитанию вокального слуха – ясного представления и ощущения работы голосового аппарата.

Большое значение имеет певческая установка, т. к. от неё зависит работа дыхательного и звукообразующего аппарата. Певческое положение должно быть свободным, корпус и шея выпрямлены, ноги стоят на полу, подбородок не поднят.

Также большое значение имеют упражнения. Им уделяются не менее одной трети урока. На основе этих упражнений развивается слух, формируется чистая интонация, создаются предпосылки к расширению диапазона.

Голоса у детей этого возраста очень неровные, но, не смотря на это, необходимо учить детей стройному пению. Это очень важная задача, она требует тщательной работы. Нужно следить за тем, чтобы ребёнок не переходил на крик, ведь детскому голосу вообще противопоказано громкое пение.

Петь следует с предельной осторожностью. Некоторые ребята ошибочно полагают, что, чем громче они поют, тем лучше. Это не совсем так, даже если оставить в стороне выразительность пения.

Когда ребенок заставляет себя громко петь и непрерывно форсирует звук, он может просто потерять голос. Петь надо не напрягаясь, с максимальной естественностью — только при соблюдении этого условия создаются предпосылки для успешного развития вокальных данных. Петь слишком высоко или слишком низко тоже нежелательно, потому что голос может утратить свою звонкость и силу. Только регулярное пение в удобном диапазоне помогает развить голос.

Голоса детей этого возраста становятся более сильными и полными, расширяется диапазон и ярче проявляются различия в тембре. Это время считается расцветом детского голоса. Но и в этот период вопрос охраны голоса должен выходить на первый план. Не следует увлекаться грудным звучанием.

Отдельно здесь нужно сказать о мальчиках. В 12-15 лет у них начинается период сначала скрытой, а затем острой мутации. В это время гормональная перестройка организма приводит к активному росту хрящей гортани, к увеличению массы голосовых мышц. Возникают трудности голосообразования («петухи», перепады звуковысотности, охриплость,

покраснение, отёчность слизистой оболочки гортани и т. п.) В это время мы должны максимально ослабить нагрузку ребёнка, вплоть до пения только тренировочных упражнений в острый период. Основа этих упражнений такова: у мальчика до мутации должен быть хорошо развит фальцетный режим по женской модели голосообразования.

Во время мутации мы переносим нагрузку в фальцетном режиме на формирующийся грудной режим с имеющимися показателями певческого голосообразования, с их защитными механизмами. Фальцет должен быть звучным, опёртым на дыхание, резонирующим в груди, а грудной звук – мягким, воздушным и проточным, резонирующем в голове и груди, по тембру приближаясь к фальцету.

Очень важно в этом возрастном периоде не перегружать голосовой аппарат, и помнить, что фундаментом правильного звука является вокальное дыхание.

2. ОСНОВНЫЕ ТИПЫ ДЫХАНИЯ

Дыхание – это основа звучания голоса. Редкий голос хорошо звучит без опоры на правильное дыхание. Певческое дыхание во многом отличается от обычного, физиологического. Выдох, во время которого происходит пение, значительно удлиняется, а вдох укорачивается. Дыхательный процесс из автоматического, не регулируемого сознанием, переходит в произвольно управляемый, волевой. Работа дыхательных мышц становится более интенсивной.

Основной задачей произвольного управления певческим дыханием является формирование навыка плавного и экономичного выдоха во время пения.

В практике преподавания вокала различают следующие *типы дыхания*:

1. *Грудное*. При нем наиболее активно работают мышцы грудной клетки. Внешние дыхательные движения сводятся к активным движениям стенок грудной клетки. Диафрагма малоподвижна. Живот при вдохе втянут. Разновидностью грудного дыхания является ключичное (клавикулярное), или верхне-грудное, дыхание, при котором очень энергично участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса и шеи. Это дыхание

поверхностное, мышцы шеи напряжены, ограничены движения гортани и потому затруднено голосообразование.

2. *Смешанное, нижнереберное-диафрагмальное (косто-абдоминальное).* Активны мышцы грудной и брюшной полостей, а также диафрагма. При этом виде дыхания высоко поднимаются и расширяются при вдохе нижние ребра, а остальная часть грудной клетки почти неподвижна, активна диафрагма и мышцы брюшной полости.

3. *Брюшное или диафрагматическое.* При этом типе дыхания активно сокращаются диафрагма и мышцы брюшной полости, в частности видимые нами мышцы брюшной стенки, при относительном покое стенок грудной клетки.

Задача дыхательных органов во время пения – это точно координированная с другими отделами голосового аппарата подача дыхания – натренированность, выработанность певческого выдоха. Выбор типа дыхания должен диктоваться соображениями удобства и качества звучания, а не предвзятым мнением о необходимости развивать определенный, якобы наиболее выгодный тип дыхания. Деление дыхания на отдельные типы является условным, в значительной мере теоретическим, на практике же чистых типов дыхания и резких границ между ними нет. И тем ни менее для вокально-педагогической практики наиболее удобным считается нижнереберное-диафрагмальное дыхание. При правильной тренировке в пении на этом типе дыхания может быть достигнута высокая степень профессионализма в голосообразовании. С точки зрения науки, такой тип дыхания наиболее рационален для подавляющего большинства, такое дыхание не является каким-то особым, певческим, и возникает в результате приспособления дыхания к пению.

3. ПЕВЧЕСКАЯ ОПОРА ДЫХАНИЯ

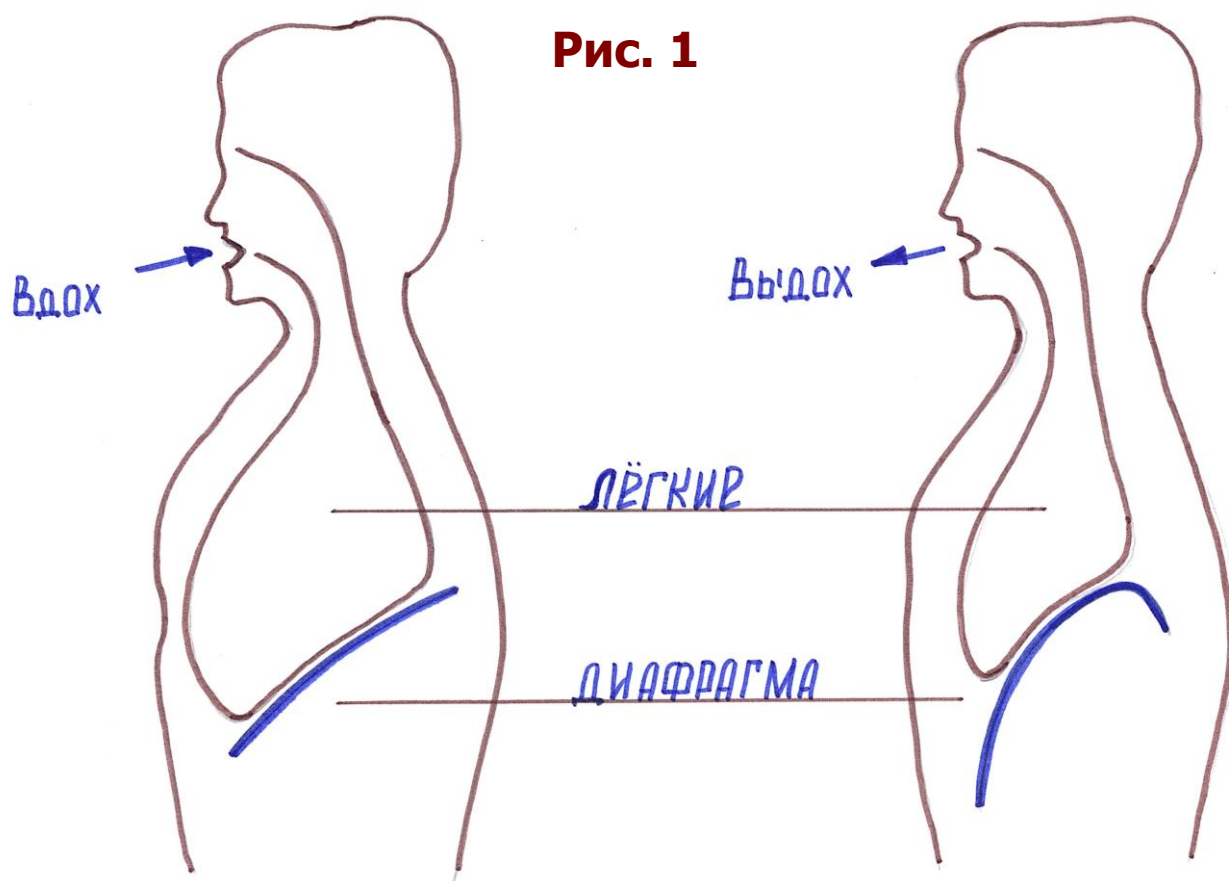
Опора дыхания - это «игра» дыхательных мышц, четко координированное взаимодействие их во время сокращения, т.е. движения. Опора должна быть пластичной, упругой, гибкой.

Мышцы живота и диафрагма помогают регулировать певческий выдох, а грудной резонатор (грудная клетка), не меняя своей формы при звучании

голоса, делает его объемным, мощным. Именно это и называется в вокале опорой на диафрагму и использованием грудного резонатора, груди.

Основным критерием певческой опоры является качество воспроизводимого звука. Звук собранный, богатый тембровыми красками, хорошо несущийся, округленный, вокалисты определяют, как опёртый звук. В противоположность ему не опёртый звук беден по тембру, вялый, тусклый, недостаточно «полетный», несобранный, ниже оптимальной силы.

Во время выполнения дыхательных упражнений нужно внимательно следить за тем, чтобы двигалась диафрагма (рисунок 1) и оставались спокойными плечи. При выполнении в положении сидя или стоя не нагибаться вперед.

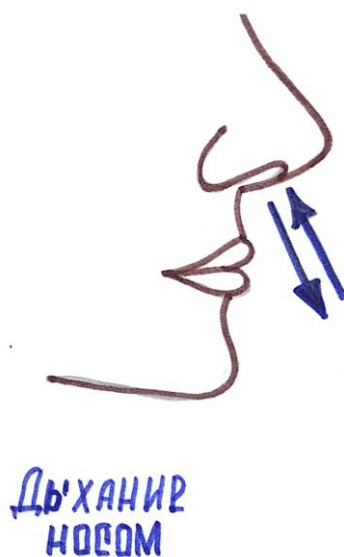


4. ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Эти упражнения настолько они эффективны, что их применяют даже как лечебную гимнастику при восстановлении деятельности голосового аппарата. Конечно, требуются регулярные и серьезные занятия. Заниматься упражнениями надо спокойно и сосредоточенно, чтобы внимание было направлено на четкую работу задействованных в них мышц. Перед выполнением упражнений надо проветрить кабинет, затем ровно встать или сесть на стул, расправить плечи, ни на что не отвлекаться, приступить к упражнениям:

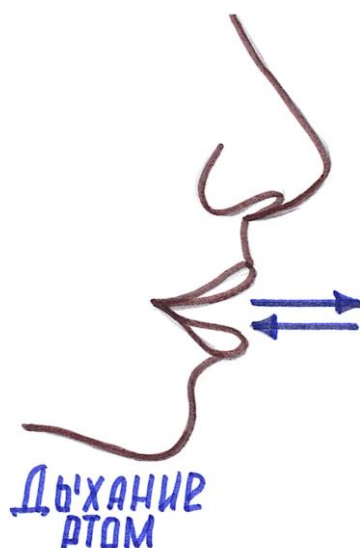
1. Плавно вдохнуть и выдохнуть носом (5 раз). (рисунок 2)

Рис. 2



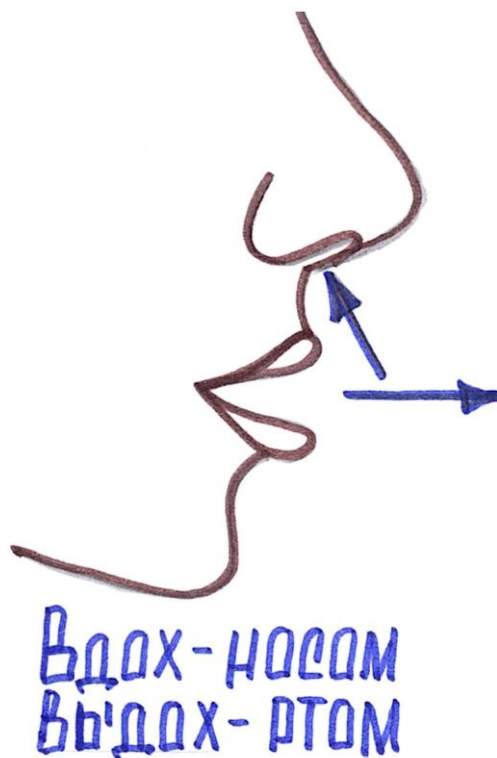
2. Плавно вдохнуть и выдохнуть ртом (5 раз). (рисунок 3)

Рис. 3



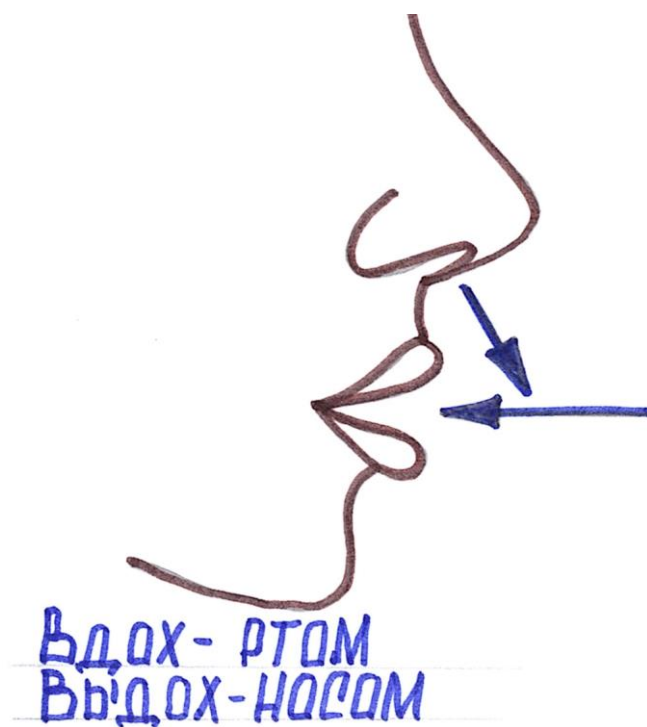
3. Энергично вдохнуть через нос, выдохнуть через рот (5 раз). Это - своеобразный «массаж» связок. (рисунок 4)

Рис. 4



4. Вдохнуть через рот, выдохнуть через нос (5 раз). (рисунок 5)

Рис. 5



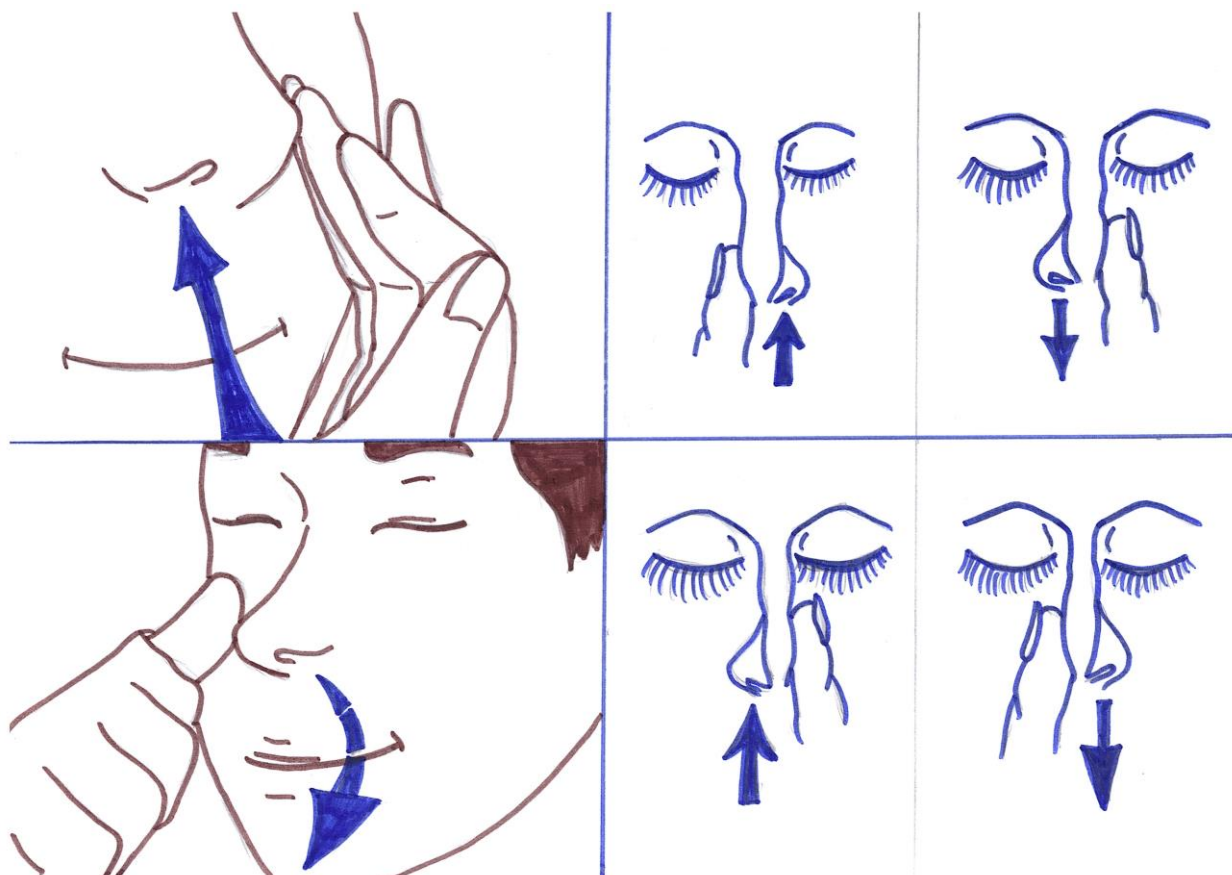
5. Плавно сделать комбинированный вдох (ртом и носом) и также сделать комбинированный выдох. (рисунок 6)

Рис. 6



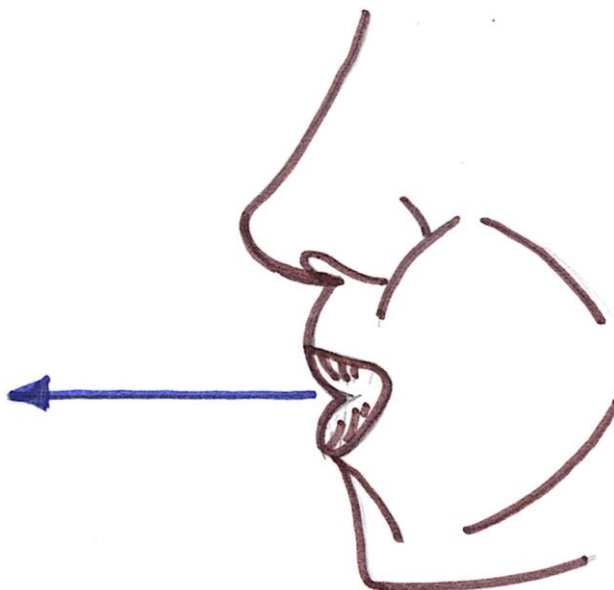
6. Вдохнуть через одну ноздрю, выдохнуть через другую, зажимая указательным пальцем то левой, то правой рукой противоположную ноздрю (5+5 раз). (рисунок 7)

Рис. 7



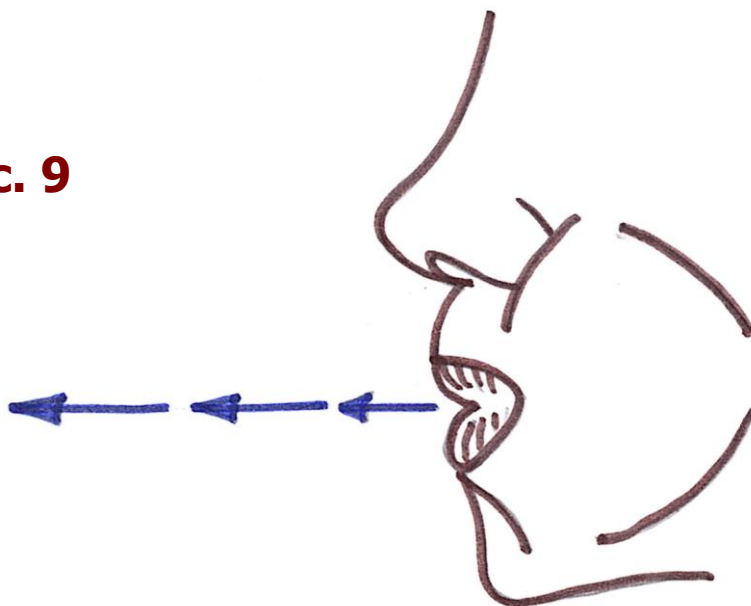
7. Вдохнуть воздух надув щеки, выдохнуть через плотно сжатые губы. С усилием проталкивать воздух на выдохе через губы. Это упражнение развивает мышцы щек, губ и интенсивность выдоха (дыхания). (рисунок 8)

Рис. 8



8. Вдохнуть воздух надув щеки как шар. Резко тремя одинаковыми порциями выдыхать воздух через «губы-трубочку». Это упражнение активизирует мышцы щек, губ и работу брюшных мышц и диафрагмы. (рисунок 9)

Рис. 9

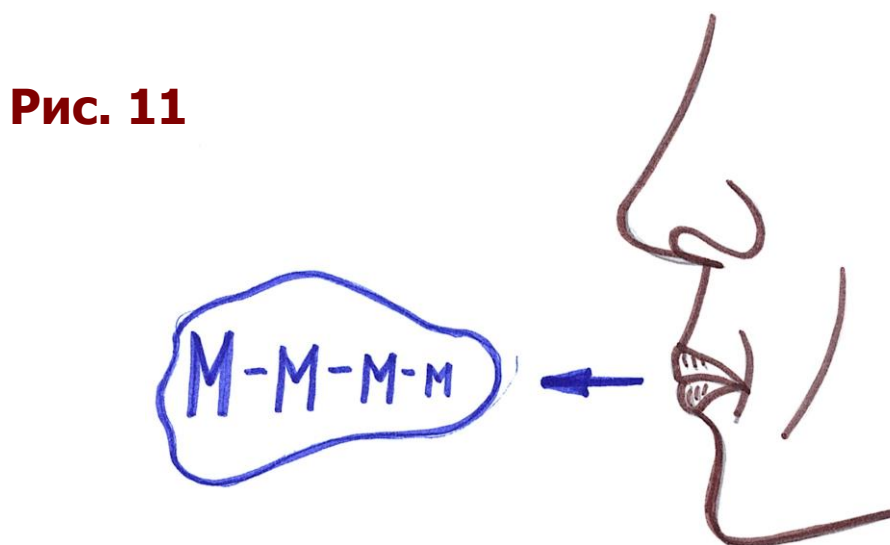


9. Беззвучно сказать «ы». Говорить этот звук надо не глубоко, а у корней верхних зубов (как при зевоте). Упражнение активизирует мышцы мягкого и твердого неба.

10. Дышать через губную гармошку, как через фильтр. Втянуть, как насосом, воздух через гармошку до полного объема ваших легких, а потом (опять через гармошку) выдохнуть (выдуть) постепенно весь воздух. Не надо пугаться головокружения. Сначала упражнение делается 15 секунд, постепенно увеличивается (через день) длительность упражнения: 15, 30, 60 секунд и так далее. (рисунок 10)



11. «Мычание» на удобной тесситуре, после дутья в гармошку (по 30 сек.). Мычать близко, «на зубах», чтобы ощущать вибрацию на губах. Губы слабо сомкнуты, а зубы не сжаты. Хорошо перед «мычанием» открыть нешироко рот, а потом сомкнуть только губы. Мычать на хорошем продыхе. (рисунок 11)



12. После «мычания» потянуть звук на хорошем продохе, через свободное горло. Держать его близко к зубам и губам, на удобной для вас tessiture. Звук не глубить: М----- З----- Н----- В-----

13. Точно так же говорить слоги с ударением на втором. Второй слог потянуть.

ма-м`а на-н`а ва-в`а

ма-м`о на-н`о ва-в`о

ма-м`у на-н`у ва-в`у

ма-м`э на-н`э ва-в`э

ма-м`ы на-н`ы ва-в`ы

Следите за свободой и удобством. Дыхание брать перед каждой парой.

14. Присесть и одновременно говорить на резком выдохе: «ох, ах». Не торопиться, не частить. Спокойно брать вдох. Присесть с выдохом, встать со вдохом.

5. ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАСШИРЕНИЯ ДИАПАЗОНА ГОЛОСА

1. Стоя перед зеркалом, сделайте вдох. Поднялись ли ваши плечи и грудная клетка? Слышится ли звук «засасывания» воздуха? Бывает ли так с вами когда-нибудь? Лягте на спину. Слегка подожмите колени, чтобы ступни стояли на полу, но не очень близко к ягодицам. Подложите под голову подушку или книгу, чтобы позвоночник находился в естественном состоянии. Убедитесь в том. Что шея и плечи находятся в расслабленном состоянии). Положите руку на живот возле пупка, вздохните и выпустите воздух, зевнув. Зевки и вздохи — естественная реакция тела на снятие напряжения. Дыхание при этом замедляется. Обратите внимание на то, чтобы вздохи и зевки шли непосредственно от живота, он должен опускаться, когда вы выпускаете воздух. (рисунок 12)

Рис. 12 а)

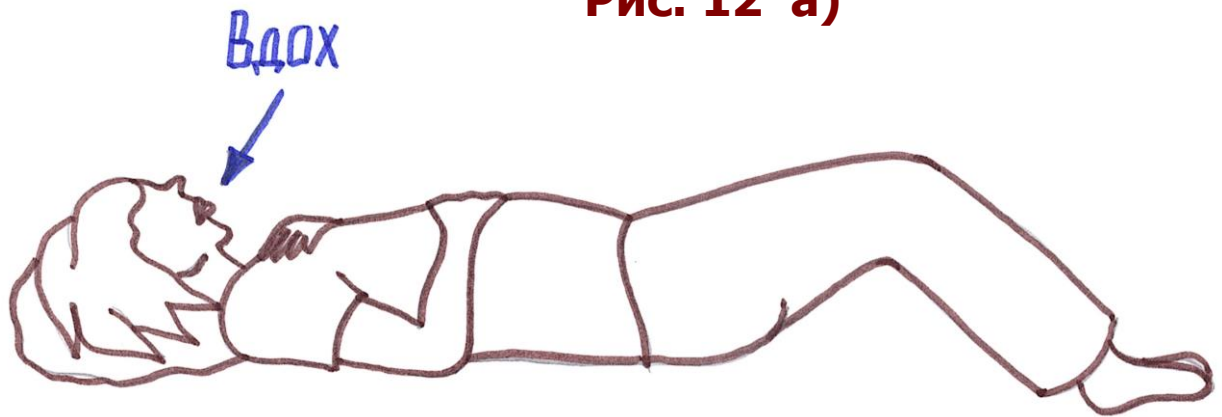
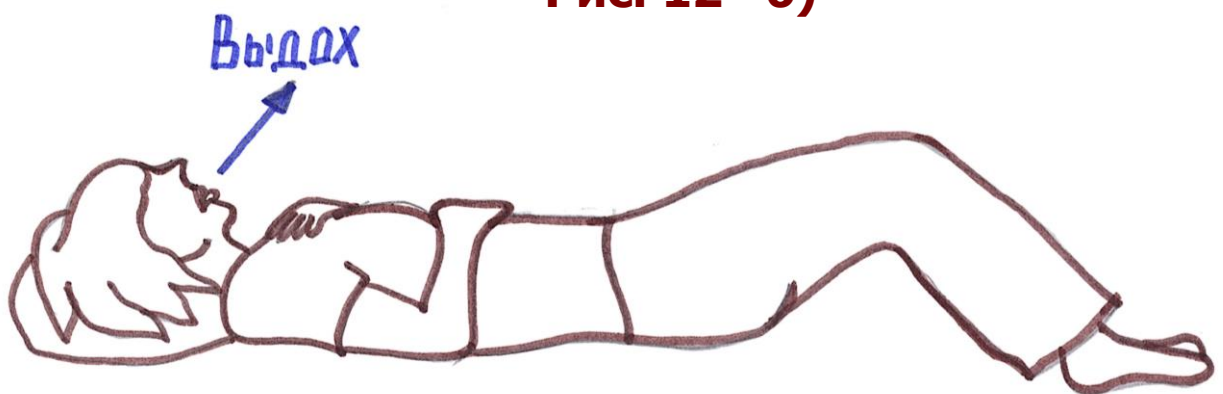


Рис. 12 б)



2. Находясь в том же положении, сделайте несколько плавных глубоких и частых вдохов, положив руки на живот. При этом вы должны ощутить движение. Не делайте много повторений, так как это утомительно; необходимо всего лишь ощутить движение диафрагмы.

3. Находясь в том же положении, буквально «засмейтесь животом». Держа руку на диафрагме, вы должны ощутить некоторое движение в животе.

4. В том же положении сделайте вдох, почувствуйте, как живот поднимется, и в тот момент, когда он начнет опускаться, плавно выдохните воздух. Заметьте, что после выдоха у вас не сразу появляется потребность в новом вдохе. После выдоха ребра как бы «раскрываются», освобождая пространство для новой порции вдыхаемого воздуха. Выдержка паузы между вдохами способна замедлять ритм дыхания и помочь расслабиться. Даже если вы выдохнули максимально возможное количество воздуха, в легких все равно останется еще достаточно большое его количество.

5. Дышите легко. Не пытайтесь во время этого упражнения вдохнуть больше воздуха. Прочувствуйте движение живота, а на выдохе произнесите что-нибудь типа «расслабляюсь» или «отдыхаю».

6. Примите сидячее положение, продолжая контролировать свое дыхание. Если грудь начинает подниматься, положите на нее руку. В этом положении повторите одно из первых пяти упражнений, то, которое считаете наиболее полезным для себя.

7. Стоя перед зеркалом, выполните пятое упражнение. Следите за тем, чтобы быть спокойными, чтобы плечи были опущены, а грудь не поднималась. Следите за лицом: признаком напряжения является нахмуренность бровей. Помните: это дыхательные упражнения, а дышите вы всю свою жизнь.

Если при выполнении этих упражнений вы почувствовали головокружение, необходимо остановиться. Это может произойти потому, что вы стали вдыхать больше чем обычно количество кислорода, и это «удивило» мозг. Вернитесь к своему нормальному дыханию и сконцентрируйтесь на выдохе

6. ДЫХАНИЕ ВО ВРЕМЯ ВЫСТУПЛЕНИЯ. ТРЕБОВАНИЯ И НЕОБХОДИМЫЕ НАВЫКИ

1. Стойте во время пения удобно на двух ногах. Обязательно держите корпус прямо, а плечи развернутыми, голова должна быть в нормальном, свободном состоянии. Эти условия необходимы для того, чтобы на все мышцы и мускулы тела поющего была равномерная нагрузка, что достигается естественностью и активной свободой тела.

2. Никогда не пойте на полный желудок, так как он лишает диафрагму свободы и подвижности, «подпирает» ее снизу. Надо, чтобы между плотной едой и занятиями пением была пауза не меньше часа.

3. Дыхание должно быть бесшумным, призвуки при взятии дыхания недопустимы.

4. Для начинающих дыхание лучше брать одновременно носом и ртом или через нос с открытым ртом, это дает лучшее раскрытие гортани, такой тип вдоха способствует расширению трахеи и крупных бронхов. К тому же, этот

вид дыхания менее шумный. В паузах, по возможности, дышать носом, чтобы дать слизистым, которые сохнут при дыхании ртом, увлажниться.

5. Брать полный объем воздуха (нижние ребра, диафрагма), но не перебирать, так как перебор дыхания может дать зажатие. Все должно быть естественно, без чрезмерностей.

6. Не вдыхайте до конца весь воздух, так как это тоже нарушает свободу и естественность. От умения расходовать дыхание зависит красота звука, полноценность художественного воплощения, долговечность голоса. Следует с самого начала обучения усвоить два правила: не перебирать при вдохе, не «выжимать» при выдохе.

7. Оканчивая звук, Вы не должны выпускать остаток воздуха быстрым опусканием груди или расслаблять диафрагму, то есть должны сохранять «вокальную форму» тела в паузах между выдохом и новым вдохом, что гарантирует ровность и опорность звука.

8. Следите, чтобы пауза между вдохом и началом звука (выдохом) была мгновенной, но помните, что это мгновенная «задержка» дыхания чрезвычайно важна:

- а) она организует выдох;
- б) способствует тому, чтобы не было придыхания, которое сушит горло и мешает точному интонированию и точной атаке звука;
- в) препятствует тому, чтобы не вырывался воздух с призвуком «Х»;
- г) устраняет потерю дыхания в начале фразы;
- д) мгновенная задержка перед выдохом - это момент готовности, скоординированности всех органов, объемов звукообразования.

9. Никогда не тренируйте певческий выдох без начала звука, хотя бы скажите слово, спойте один звук.

10. Вдох производить не в последний момент, а чуть-чуть раньше.

11. Вдыхать по возможности незаметно для глаза и слуха слушателей.

12. Стараться выработать длительное дыхание (певческий выдох), чтобы сделать фразировку красивой, а не разрывать ее частыми дыханиями. Частое возобновление дыхания приводит к потере кантилены, разбивает целостность.

13. Дыхание берется в паузах или в тех местах, где оно не противоречит музыкальному или речевому тексту.

14. Не надо забывать, что дыхание - это еще и средство выразительности:

- а) веселая музыка - легкое, быстрое дыхание;
- б) драматическая музыка - тяжелое, медленное дыхание;
- в) страстная музыка, передающая страдания - дыхание прерывистое, шумное.

Но в любом случае исполнитель не должен забывать, что дыхание - это фундамент пения и не надо увлекаться сценической изобразительностью во вред певческому дыханию, его объему, его рабочей активности.

15. Запрещается утомление при дыхательных упражнениях, так как утомленное дыхание вызывает дрожание звука (барашек в голосе).

16. Уметь пользоваться любой паузой, чтобы передохнуть, снять утомление, возобновить активное полноценное дыхание.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итальянский музыкант, педагог Франческо Ламперти назвал школу пения – школой дыхания, с этим нельзя не согласиться.

Таким образом, все вышеописанные упражнения на выработку правильного певческого дыхания, делают прирост вокальной техники настолько явным от занятия к занятию, что не исчезает ощущение творящегося на глазах чуда – из «ничего» вырастает «что-то». На каждом занятии подросток одерживает маленькие победы, начинает понимать технологию работы своего голосового аппарата, что у него хорошо и что плохо. Сила и продолжительность голосового звука напрямую зависит от нашего дыхания или вернее сказать от выдоха.

Следовательно, научившись умело и осознанно пользоваться дыханием, мы сможем управлять и контролировать вокальный процесс, а именно влиять на характер звучания делая его отрывистым или связанным, энергичным или вялым, выразительным или наоборот.

Без поставленного певческого дыхания все усилия по освоению песенного материала или сценической речи приведут в лучшем случае к нулевому результату, а в худшем случае – к полной или частичной потере голоса. Ведь обычно человек для извлечения звука использует только связки путем давления на них, чтобы усилить звучание. Однако, таким образом, мы сильно травмируем их и совершенно не используем всех возможностей нашего тела, данных нам природой.

Правильная постановка дыхания – это, прежде всего, использование полного объема легких, использование мышц брюшного пресса и диафрагмы во время дыхания, и использование естественных резонаторов, которые усиливают и обогащают звучание нашего голоса. В этом случае у вокального исполнителя никогда не устанет и не заболит горло от длительного пения.

Кроме того, правильная постановка дыхания нужна каждому, кто хочет быть здоровым. Обычно человек дышит, используя только верхний отдел легких.

В процессе обучения пению упражнения на укрепление дыхательного и голосового аппаратов, свободное и правильное владение ими, неразрывно связаны друг с другом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Емельянов В. «Развитие голоса Координация и тренинг», в рамках серии «Учебники для вузов. Специальная литература». – Изд-во «Лань Спб», М., Кр.: 2015. – 176 с.
2. Исаева И.О. Эстрадное пение. Экспресс-курс развития вокальных способностей. – М.: АСТ Астрель, 2006 – 320 с.
3. Клыков А. Глубокое дыхание , как база постановки голоса певца и один из факторов долголетия человека.
4. Плужников, К.И. Механика пения. Принципы постановки голоса / К.И. Плужников. – СПб: Композитор, 2006. – 88 с.
5. Кондратенко Н.Р. Дыхательная гимнастика как средство формирования певческого дыхания. Педагогика искусства. Электронный научный журнал, 2011, №4 – <http://www.art-education.ru/AE-magazine/archive/nomer-4-2011/Kondratenko>
6. Зи Нэнси. Искусство дыхания. Шесть простых уроков для достижения успеха, здоровья и процветания. Пер. с англ. Е.Винецкой. – К.: ИД София, 2003. – 168 с.
7. Ламперти Франческо. Искусство пения. – СПб., М., Кр.: 2009 – 192 с.
8. Фучито Сальваторе, Бейер Барнет ДЖ. Искусство пения и вокальная методика Энрико Карузо. Пер. с нем. Шведе Е.Е. доп. 3-е изд.,– СПб.: Композитор, 2005 – 56 с.
9. Бархатова И.Б. Гигиена голосов для певцов: Учебное пособие. – СПб.: Издательство «Лань»; издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2018 – 128 с.
10. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики. М.: Музыка, 2012 – 368 с.
11. Романова Л.В. Школа эстрадного вокала: Учебное пособие. СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2018 – 40 с.
12. Стулова Г.П. Теория и методика обучения пению: учебное пособие. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2019. – 140 с.