



Cena	50,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny

AUDIOBOOK i E-BOOK:
"Odkryj w sobie talent" mp3 Wprawki Wokalne + wkładka książkowa w formacie pdf
autor: Barbara Syud-Kwaśniewska

W PAKIECIE WPRAWKI WOKALNE:
oddechowe
rozśpiewujące
wyrównujące pracę samogłosek
ćwiczące mięśnie przepony
poprawiające impostację
rozwijające pracę aparatu głosowego
kształtujące słuch muzyczny
osłuchujące w systemie dur-moll
otwierające gardło
budzące rezonans
artykulacyjne
dykcyjne
wyrównujące rejestry głosowe
przeciwdziałające szczękociśkowi
słuchowo-intonacyjne
rozwiązujące improwizację

- Jak zbadać średnicę i skalę swojego głosu
- Jaka jest skala głosu dorosłych a jaka dzieci
- Jak używać przepony
- Jak gospodarować powietrzem
- Jak wyrównać rejestry
- Jak uelastyczyć język
- Jak ćwiczyć mięśnie oddechowe
- Jak starać się nie zaciskać krtani
- Jak utrzymać bliską pozycję w śpiewie
- Jak śpiewać samogłoski sprawiające nam trudność
- Jak śpiewać mormorando
- Jak pomóc sobie w prawidłowym Intonowaniu wysokich dźwięków?
- Jak używać rezonatora nosowego
- Jak śpiewać "r"
- Jak nie dać się kiedy coś jest nie tak.

Do płyty dołączone są wskazówki. Dowiesz się:

Jak zbadać średnicę i skalę swojego głosu

Jaka jest skala głosu dorosłych a jaka dzieci

Jak używać przepony

Jak gospodarować powietrzem

Jak wyrównać rejestry

Jak uelastycznić język

Jak ćwiczyć mięśnie oddechowe

Jak starać się nie zaciskać krtani

Jak utrzymać bliską pozycję w śpiewie

Jak śpiewać samogłoski sprawiające nam trudność

Jak śpiewać mormorando

Jak pomóc sobie w prawidłowym intonowaniu wysokich dźwięków?

Jak używać rezonatora nosowego

Jak śpiewać "r"

Jak nie dać się kiedyś coś jest nie tak

[Przykładowa wprawka - gama mp3](#) - wprawka nr 6

[Przykładowa wprawka mp3](#) - wprawka nr 13

[Przykładowa wprawka mp3](#)

Spis, kolejność, opis i wskazówki do wprawek:

Początkowo przy wszystkich ćwiczeniach śpiewaj cicho tylko niskie dźwięki, potem wyższe głośniej i tam możesz używać więcej powietrza.

[wprawka](#) (mp3 audio nr 1)

Wprawka wspomaga ustawić głos w rezonatorach.

[wprawka](#) (mp3 audio nr 2)

- "ma me mi me mu" wykonywane na jednym dźwięku powtarzająca się w odległościach o zmienne interwały. Wprawka ma dwie części. Najpierw śpiewaj z instruktorem śpiewu, następnie samodzielnie.

Jak poczuć ten "brzuch" ? - wyobraź sobie, że coś chcesz przesunąć lub podnieść ciężkiego, Wówczas czujemy jakby spięty, lekko uwypuklony w boki brzuch, to przepona skupiająca powietrze. Kiedy płuca obniżają się w miejsce przepony, mięśnie brzucha (przepona) mogą popychać (jakby ręką) płuca do odpowiedniego wydechu powietrza.

[wprawka](#) (mp3 audio nr 3)

Śpiewaj do akompaniamentu fortepianowego: do mi sol sol mi do

Zaśpiewaj też staccato, wówczas poczuć można lepiej "zatrzymywanie" przepony, ćwiczymy też przy okazji mięśnie brzucha.

[wprawka](#) (mp3 audio nr 4)

- "bra bre bri bro bru" zbitki literowe ćwiczące dykcję w interwale tercji..

[wprawka](#) (mp3 audio nr 5)

___"do mi sol" ćwiczenie intonacyjne trudnej tercji małej c1-cis2

[wprawka](#) (mp3 audio nr 6)

gama durowa śpiewana solmizacją śpiewana w skali as - c2

[wprawka](#) (mp3 audio nr 7)

zbitki literowe "don diri don" śpiewane w skali c - h1

[wprawka](#) (mp3 audio nr 8)

- Wdzięczna wprawka "mammamija" w skali as -AS i C1-C.

[wprawka](#) (mp3 audio nr 9)

- "bin_bon" wprawka w skali e2 - fis1

[wprawka](#) (mp3 audio nr 10)

- wprawka "ma-a-a-a-a" wykonywana staccato na ćwicząca mięśnie brzucha i przepony. Przy wykonywaniu jej, należy na pierwsze "ma" i na każde następne "a" wciągać brzuch. W skali: c1-g2

[wprawka](#) (mp3 audio nr 11)

- "a" zaśpiewana w skali c1-H

Następne wprawki już bez pomocy instruktora:

[wprawka](#) (mp3 audio nr 12)

m.in. rozśpiewująca i budząca rezonans

dźwięk początkowy: f1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w miejscu

odległość interwałowa między motywem: co cały ton

tekst wprawki: mormorando, ma e i o u, ma me mi mo mu

dźwięki motywu pierwszego: fffff

[wprawka](#) (mp3 audio nr 13)

m.in. rozśpiewująca i wyrównująca pracę śpiewu samogłosek

dźwięk początkowy: f1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w miejscu

odległość interwałowa między motywem: co półton

tekst wprawki: ja je ji jo ju, ja e i o u, wa we wi wo wu

dźwięki motywu pierwszego: ffff

[wprawka](#) (mp3 audio nr 14)

m.in. rozśpiewująca, wyrównująca pracę śpiewu samogłosek

dźwięk początkowy: f1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

odległość interwałowa między motywem: co pół tonu

tekst wprawki: ma a ii o, me e i i o, mu u ii o

dźwięki motywu pierwszego: f fis f fis f

[wprawka](#) (mp3 audio nr 15)

m.in. rozśpiewująca, wyrównująca pracę śpiewu samogłosek,

dźwięk początkowy: f1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

odległość interwałowa między motywem: co pół tonu

tekst wprawki: najpierw śpiewaj: aaa, eee, uuuu, iiii aby poczuć samogłoski (są w rezonatorze ruchomym - gardłowym dlatego najbardziej słyszalne), następnie ja a a a a, je e e e e, ju u u u u aby nie uciekały samogłoski przy spółgłoskach :) Śpiewaj miękko i ładnie :) Przyślij nagranie jeśli chcesz :)

dźwięki motywu pierwszego: fgfgf

[wprawka](#) (mp3 audio nr 16)

m.in. rozśpiewująca i budząca rezonans

dźwięk początkowy: f1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

odległość interwałowa między motywem: co pół tonu

tekst wprawki: muum muum muum muum mum

dźwięki motywu pierwszego: do re mi re do re mi re do

[wprawka](#) (mp3 audio nr 17)

m.in. praca aparatu artykulatoryjnego

dźwięk początkowy: d1

dźwięk końcowy: e2

kierunek wprawki: wznoszący i zstępujący

odległość interwałowa między motywem: co półton

tekst wprawki: rrrrrrr, wa we wi wo, wa we wi wo, wa we wi wo, wa we wi wo, wa

dźwięki motywu pierwszego: do re mi fa sol fa mi re, do re mi fa sol fa mi re, do

[wprawka](#) (mp3 audio nr 18)

m.in. wprawka budząca rezonans, rozśpiewuje, poprawia impostację

dźwięk początkowy: e2

kierunek wprawki: zstępujący

odległość interwałowa między motywem: co półton w dół

tekst wprawki: mi, i i i, mi i i i, i ; bin ben bin ben bin ben bin ben bin

dźwięki motywu pierwszego: do re mi re do re mi re do

Jak śpiewać mormorando?

- Zęby rozchylone przy wargach stykających się ze względu na rezonatory

[wprawka](#) (mp3 audio nr 19)

m.in. przybliżająca odczuwanie pracy rezonatorów

dźwięk początkowy: d1

dźwięk końcowy: e2

kierunek wprawki: w górę

odległość interwałowa między motywem: półton

tekst wprawki: pi ni gri i i, i i zi

dźwięki motywu pierwszego: do re mi re do, sol mi do

[wprawka](#) (mp3 audio nr 20)

m.in. intonowanie półtonów - kształcąca słuch, intonację oraz osłuchuje dźwięki półtonów

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: g2

kierunek wprawki: w górę

tekst wprawki: mi i....

dźwięki: c cis d dis e eis f fis g gis a ais h c

[wprawka 10](#) (mp3 audio nr 21)

m.in. praca nad samogłoską, intonacją i solmizacją

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

tekst wprawki: fa fa fa fa fa

dźwięki motywu pierwszego: ccccc

[wprawka 11](#) (mp3 audio nr 22)

m. in. nauka śpiewania tercji i oktawy

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: e2

kierunek wprawki: do sol mi do sol mi do

tekst wprawki: do sol mi do sol mi do

[wprawka 12](#) (mp3 audio nr 23)

m.in. rozśpiewująca i poszerzająca skalę

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

tekst powtarzających się motywów wprawki: do do do do do, w wyższych partiach wprawki zostaje samo "ooooo". W wysokich partiach samogłoska brzmi lepiej. Wprawka na poszerzanie skali. Należy pamiętać o miękkim ataku dźwięku w wysokich partiach. Coraz wyżej śpiewa się głośniej ale nie za głośno i siłowo!

dźwięki motywu pierwszego: ccccc

[wprawka 13](#) (mp3 audio nr 24)

m.in. usprawnia pracę samogłosek w solmizacji, osłuchuje w systemie dur i ćwiczy intonację

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: es2

odległość interwałowa między motywem: półton

tekst wprawki: dźwięki gamy do re mi fa sol la si do

dźwięki motywu pierwszego: do re mi fa sol la si do

[wprawka 14](#) (mp3 audio nr 25)

m.in. ustawienie głosu, poprawna praca nad "o" ma za zadanie przeciwdziałać szczękowości

dźwięk początkowy: e2

dźwięk końcowy: c1

kierunek wprawki: w dół

tekst wprawki: mo o o o o o o o , mi i i i i i i i i i

dźwięki motywu pierwszego: do2 sol1 mi1 do1 mi1 sol1 do2 sol1 mi1 do1

[wprawka 15](#) (mp3 audio nr 26)

m.in. usprawniająca dykcję, artykulację, solmizację, intonację, rozśpiewuje, i wyrównuje rejestry głosowe

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: g2

kierunek wprawki: w dół

tekst wprawki: do1 do2 si1 do2 la1 do2 sol1 do2 fa1 do2 mi1 do2 re1 do2 do1

dźwięki motywu pierwszego: do1 do2 si1 do2 la1 do2 sol1 do2 fa1 do2 mi1 do2 re1 do2 do1

[wprawka 16](#) (mp3 audio nr 27)

m.in. kształcąca słuch muzyczny oraz intonację, dykcję i artykulację solmizowania,

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: g2

kierunek wprawki: w górę

tekst wprawki: do re do mi do fa do sol do la do si do do

dźwięki motywu pierwszego: do re do mi do fa do sol do la do si do do

[wprawka 17](#) - ćwiczenie słuchowe (mp3 audio nr 28)

m.in. kształcąca słuch muzyczny

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

dźwięki i ich odległości (nterwały):

- c1 c1- pryma,
- c1 des1 - sekunda mała
- c1 d1 - sekunda wielka,
- c1 es1 - tercja mała
- c1 f1 - kwarta czysta
- c1 fis1 - kwarta zwiększona (tryton)
- c1 g1 - kwinta
- c1 as1 - seksta mała
- c1 a1 - seksta wielka
- c1 b1 - septyma mała
- c1 c2 - oktawa

[wprawka 18](#) (mp3 audio nr 29)

m.in. kształcąca słuch muzyczny

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: c2

tekst wprawki: mi i

dźwięki:

- c1 c1- pryma,
- c1 des1 - sekunda mała
- c1 d1 - sekunda wielka,
- c1 es1 - tercja mała
- c1 f1 - kwarta czysta
- c1 fis1 - kwarta zwiększona (tryton)
- c1 g1 - kwinta
- c1 as1 - seksta mała
- c1 a1 - seksta wielka
- c1 b1 - septyma mała
- c1 c2 - oktawa

[wprawka 19](#) (mp3 audio nr 30)

m.in. intonacyjna

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: f 2

kierunek wprawki: oktawy- w górę, kierunek gamy - zstępująco

odległość interwałowa między motywem:

tekst wprawki: do do si la sol fa mi re do

dźwięki: c1 c2 h a g f e d c (do do si la sol fa mi re do)

[wprawka 20](#) (mp3 audio nr 31)

m.in. dykcyjno - artykulacyjna

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę

odległość interwałowa między motywem: półton

tekst wprawki:

- bra bre bri bro bru,
- bre bre bre bre bre,
- bri bri bri bri bri,
- bu bru bru bru bru,
- bro bro bro bro bro,
- w czasie suszy szosa sucha jest

[wprawka 21](#) (mp3 audio nr 32)

m.in. intonacyjna

dźwięk początkowy: c1

dźwięk końcowy: c2

kierunek wprawki: w górę gama półtonowa

tekst wprawki: wi i i i i...

[wprawka 22](#) trójdźwięk (mp3 audio nr 33)

m.in. wprawka słuchowo-intonacyjna

dźwięk początkowy: trójdźwięk C dur

Dźwięki: ceg dfa egh fac ghd ace hdf ceg

tekst wprawki: a

Słyszymy trójdźwięk, śpiewamy jeden dźwięk z każdego trójdźwięku. A może uda nam się usłyszeć i powtórzyć każdy z trzech dźwięków. Ćwiczenie należy kilka razy posłuchać aby móc powtarzać wszystkie dźwięki. W następnych wprawkach, dźwięki te będą zaznaczane dynamicznie dla łatwiejszego usłyszenia i powtórzenia dźwięków.

[wprawka 23](#) pryma trójdźwięku (mp3 audio nr 34)

m.in. wprawka intonacyjna

tekst wprawki: ji

Dźwięki zaznaczone: kwinta trójdźwięku - ceg dfa egh fac ghd ace hdf ceg

Słuchamy i powtarzamy dźwięk mocniejszy i śpiewamy melodię w prymie

[wprawka 24](#) tercja trójdźwięku (mp3 audio nr 35)

m.in. wprawka intonacyjna

tekst wprawki: ji

dźwięki zaznaczone: tercja trójdźwięku - ceg dfa egh fac ghd ace hdf ceg

Słuchamy i powtarzamy dźwięk mocniejszy i śpiewamy melodię w tercji

[wprawka 25](#) kwinta trójdźwięku (mp3 audio nr 36)

m.in. wprawka intonacyjna

tekst wprawki: ji

Dźwięki zaznaczone: kwinta trójdźwięku - ceg dfa egh fac ghd ace hdf ceg

Słuchamy i powtarzamy dźwięk mocniejszy i śpiewamy melodię w kwincie

[wprawka 26](#) septyma wielka trójdźwięku (mp3 audio nr 37)

m.in. wprawka intonacyjna

tekst wprawki: ji

Dźwięki zaznaczone: kwinta trójdźwięku - cegh dfac eghd face ghdf aceg hdfa cegh

Słuchamy i powtarzamy dźwięk mocniejszy i śpiewamy melodię w septymie

[wprawka 27](#) **intonacyjna** (mp3 audio nr 38)

tekst wprawki: mi mo ma me mu