**Методический материал по теме:**

**«Упражнения для развития певческого дыхания у детей старшего дошкольного возраста**»

(подготовила:

преп. Петренко Ирина Ивановна)

На любом этапе обучения детей пению обязательным и важным является развитие и укрепление певческого дыхания, так как дыхание – это энергия звука. Именно от дыхания зависит сила звука, плотность, длительность звука и даже тембральная окраска звука. У начинающих юных певцов как правило дыхание слабое, ключичное, без чувства опоры. Чаще всего такое дыхание похоже на дыхание танцора, а не певца. Певческое же дыхание глубже обычного. Задачей педагога является добиваться диафрагмального дыхания. В речи разница между вдохом и выдохом небольшая, а в пении выдох больше, он может быть в 20-30 раз длиннее вдоха.

Рассмотрим типы певческого дыхания.

1. Грудное дыхание. При нем наиболее активно работают мыш­цы грудной клетки. Внешние дыхательные движения сводятся к активным движениям стенок грудной клетки, особенно ее верхнего­ среднего отдела. Диафрагма малоподвижна. Живот при вдохе втя­нут...! Этот тип дыхания был распространен в старо-итальянской школе (до началаXIXв.). Разновидностью грудного дыхания является ключичное, или верхне-грудное, дыхание, при котором очень энергично участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса и шеи. Оно неприемлемо для пения, т. к. в этом случае дыхание поверхностное, мышцы шеи на­пряжены, ограничены движения гортани и потому затруднено голосообразование.
2. Смешанное или грудо-брюшное дыха­ние. Активны мышцы грудной и брюшной полостей, а также диа­фрагма.
3. Брюшное или диафрагматическое дыхание. При этом типе дыхания активно сокращаются диафрагма и мышцы брюшной по­лости, в частности видимые нами мышцы брюшной стенки, при относительном покое стенок грудной клетки. Деление дыхания на отдельные типы является условным, в зна­чительной мере теоретическим, на практике же чистых типов ды­хания и резких границ между ними нет.

Итальянские певцы – мастера бельканто считали дыхание основой пения. Каждый урок, по моему мнению, должен начинаться с дыхательных упражнений. В своей работе я использую следующие упражнения.

1) «Считалочка»

Это упражнение выполняется стоя, нужно сделать руки на пояс, ноги слегка расставить. Будем глубокий вдох и начинаем считать нараспев: «Один, два,три и т.д. до конце, пока не будет использовано все дыхание. Запирать в себе дыхание нельзя, выдох должен быть естественным.

2) «Раз, Егорка»

Берем вдох глубоко в живот носом и ртом и произносим нараспев: «Как на горке, на пригорке, жил 33 Егорки: раз-Егорка, два –Егорка, три –Егорка и т.д.»

3) «Шарик»

Берем глубокий вдох, руки разводим в стороны, показывая шар, затем задерживаем в себе дыхание, фиксируя его. Педагог считает «1, 2,3,4», а затем выдуваем дыхание, медленно соединяя ладони рук, как будто сдувается шарик, длинно произнося букву «ссс». А в конце делаем хлопок и резко выдуваем остаток воздуха.

4) «Шина»

Берем звук “с” и начинаем его ритмично “выталкивать”:

-четыре коротких захода, один длинный;

-три коротких вдоха, три коротких выдоха на «с –с- с» или на слоги «гы-гы-гы»

5) «Нота»

Берем слог “ма” и пробуем протянуть его несколько тактов. Ваша задача — гласную потянуть как можно дольше. Сделайте вдох, возьмите ноту: удерживаем.

6) «МА-МЭ-МИ-МО-МУ»

Идем на усложнение: возьмите несколько слогов. Поем на одной ноте. Ваша задача — распределить воздух таким образом, чтобы вам хватило до конца фразы. Можно использовать любые слоги, например « ДА-ДЭ-ДИ-ДО-ДУ»

Очень полезны упражнения дыхательной гимнастики вокального педагога А. Стрельниковой. «Ладошки», «Обними плечи», «Погончики», «Накачивание насоса» – акцентирование внимания на физических движениях (приседания, наклоны) снимает мышечный зажим органов дыхания.

Для тренировки выдоха я использую в своей работе упражнения «Холодное дыхание». “Дуем на свечу” –выдуваем воздух на ладошку, стараемся сохранить ровность (равномерность) выдоха, чтобы воображаемая свеча не потухла. Следим, чтобы дыхание было ровным, без рывков.