

Работа над дыханием предваряет пение песен, может быть и самостоятельным видом деятельности. Особенностью работы над дыханием является постепенное и индивидуальное увеличение нагрузки. Часть упражнений выполняется под счет. Часть – под музыку. При разучивании упражнения педагог вначале показывает его полностью, сопровождая показ объяснением, затем предлагает повторить упражнение вместе с ним, контролируя движения каждого ребенка и направляя движения рук, головы, туловища.

В качестве речевого материала на музыкальных занятиях используются сначала отдельные гласные звуки, затем слоги, слова и фразы. По мере выполнения упражнений по развитию речевого дыхания продолжительность речевого выдоха возрастает.

Дыхательно-голосовые упражнения и игры на материале гласных и согласных звуков

«Гудок паровоза»

Через нос с шумом дети набирают воздух; задержав дыхание на 1-2 секунды, с шумом выдыхают воздух через губы, сложенные трубочкой, со звуком “у” (выдох удлинен). Упражнение учит дышать в темпе 3-6 раз. Вдох короче, задержка дыхания, выдох длинный.

«Полет самолета»

Дети-самолеты “летают” произнося звук “У”. При выполнении пилотажа взлет – звук направляется к голове, при посадке – звук направляется к туловищу. Упражнение регулирует кровяное давление ребенка, учит дыханию в заданном темпе по представлению.

«Пузырь»

Ай, дуйся, пузырь,
Раздувайся большой,
Становись вот такой
Да не лопайся!

*Дети, взявшись за руки, стоят плотной стайкой. Произнося слова, постепенно отходят назад и образуют круг. По окончании слов руки делают «рупором» и «надувают»:
«фу-фу-фу-фу».*

- Лопнул! - хлопок в ладоши перед собой

Дети медленно приседают и говорят: «ш-ш-ш-ш» на выдохе.

«Осенние листочки»

Текст говорит взрослый:

- Шаловливый ветерок в лесочек залетел: «крылышки», кружатся;

- . Ш-ш-ш!

- Тихо-тихо веточкам он песенку запел: качают руками внизу;

- . Ш-ш-ш! /тихо/

- Сильный ветер в наш лесочек тоже прилетел: «крылышки», кружатся;

- . Ш-ш-ш!

- Громко-громко веточкам он песенку запел:

- . Ш-ш-ш! /громко/ качают руками вверх;

- Ветерки по очереди листьям песни пели –

- То тихую:

- . Ш-ш-ш! /тихо/ качают руками вниз;

- То громкую:

- . Ш-ш-ш! /громко/ качают руками вверх;

- То тихую:

- . Ш-ш-ш! /тихо/ качают руками вниз;

- То громкую:

- . Ш-ш-ш! /громко/ качают руками вверх;

- А после - улетели! дети «улетают» на стулья

«Ладочки»

Мы погреемся немножко /растирают ладошки, массируя их/

И подуем на ладошки.

Дыхательно-голосовые упражнения и игры на материале слогов

«Говорилка»

Взрослый задаёт вопросы, малыши отвечает.

Как разговаривает паровозик? - Ту-ту-ту.

Как машинка гудит? - Би-би-би.

Как «дышит» тесто? - Пых-пых-пых.

«Умный молоток»

Дети произносят звукоподражание «тук-тук», имитируя забивание гвоздя, в темпе и ритме режима работы.

«Паровоз»

Дети друг за другом выстраиваются «паровозиком». Начинают движение со звукоподражанием «чух-чух-чух». По условному сигналу «паровозик» то ускоряет, то замедляет движение и соответственно речевое сопровождение.

«Дрова»

И. п.: ноги на ширине плеч, туловище немного наклонено вперед, руки соединены, имитируют движения с пилой – вперед, назад.

На зиму дрова пилили –З-з-з»

И. п.: ноги на ширине плеч, туловище немного наклонено вперед, руки соединены, имитируют движения с топором - вверх (вдох, вниз (на выдохе «Ух»).

Мы дрова кололи вместе топором –Ух!»

**Дыхательно-голосовые упражнения и игры на материале слов,
предложений и фраз**

«Далеко-высоко»

- . Куда, птицы, летели?
- . Далеко-о-о-о!
- . Как, птицы, летите?
- . Высоко-о-о-!

Перед словами «далеко» и «высоко» сделать глубокий вдох носом, слова произносить на максимально длинном выдохе.

«Обратный счет»

Сделав полный вдох, посчитать на выдохе. Для самоконтроля ладонь ребенка лежит на грудной клетке, ощущая ее подъем при вдохе:

- десять, девять;
- десять, девять, восемь;
- десять, девять, восемь, семь;
- десять, девять, восемь, семь, шесть.

«Считалочка»

Произносим считалку. Контроль над дыханием: вдох расходуется не в паузах, а только на очередное сочетание слов.

Как за нашим за двором (**Вдох.**)

Стоит чашка с творогом, (**Вдох.**)

Прилетели две тетери, (**Вдох.**)

Поклевали, улетели. (**Вдох.**)

Поклевали, улетели, (**Вдох.**)

На лугу зеленом сели. (**Вдох.**)

Как часть занятия используются различные методы дыхательной гимнастики:

- Методика дыхательной гимнастики Б. С. Толкачева эффективна для детей, страдающих респираторными заболеваниями (сочетание простых физических упражнений с озвученным выдохом).
- Методика дыхательной гимнастики К. П. Бутейко заключается в освоении неглубокого дыхания и задержки дыхания.
- Методика парадоксальной дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой специализируется на коротком вдохе, который тренирует все мышцы дыхательной системы. При этом выдох производится самопроизвольно.
- Методика звукового дыхания М. А. Лазарева направлена на стимуляцию обменных процессов в клетках за счет звуковой вибрации. Так как разные звуки порождают разные вибрации.

Литература:

1. Арсеневская О. Н. «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду» занятия игры упражнения - Изд. - Волгоград: Учитель, 2013г.
2. Картушина М. Ю. «Вокально-хоровая работа в детском саду» - М.: Издательство «Скрипторий 2003»