**Методическое сообщение «Развитие певческого дыхания с помощью упражнений»**

***Подготовила преподаватель Сотникова Е.В. «Белоберезковская ДМШ»2021 г.***

Основой вокально-хоровой работы являются упражнения на формирование **певческого дыхания**. Правильное певческое дыхание – это основа пения. Вдох производиться через нос. Вдох должен быть коротким, быстрым и бесшумным (при этом плечи и голова ребёнка остаются неподвижны). Выдох производиться через рот (спокойный, долгий).

Работа над дыханием проводится в течении всех лет обучения. Уже на первых занятиях я рассказываю о разнице между обычным дыханием и дыханием при пении; показываю красоту «опертого» и непривлекательность «неопертого» звучания.

 Итак, процесс дыхания является сложным. Я считаю, что освоить его и осознать лучше раздельно, путем наслоения одного навыка на другой. Поэтому на первых занятиях обращаю внимание на то, куда нужно брать дыхание, а потом – как его брать.

 Такими упражнениями мы начинаем буквально каждый урок в течение первого полугодия. Смысл в них я вижу с одной стороны в том, чтобы придать мышцам, участвующим в дыхательном певческом процессе, определенную физическую упругость и выносливость; с другой – помогают осознать организацию процесса вдоха и выдоха.

Основой вокально-хоровой работы являются упражнения на формирование **певческого дыхания**. Правильное певческое дыхание – это основа пения. Вдох производиться через нос. Вдох должен быть коротким, быстрым и бесшумным (при этом плечи и голова ребёнка остаются неподвижны). Выдох производиться через рот (спокойный, долгий).

Работа над дыханием проводится в течении всех лет обучения. Уже на первых занятиях я рассказываю о разнице между обычным дыханием и дыханием при пении; показываю красоту «опертого» и непривлекательность «неопертого» звучания.

 Итак, процесс дыхания является сложным. Я считаю, что освоить его и осознать лучше раздельно, путем наслоения одного навыка на другой. Поэтому на первых занятиях обращаю внимание на то, куда нужно брать дыхание, а потом – как его брать.

 Такими упражнениями мы начинаем буквально каждый урок в течение первого полугодия. Смысл в них я вижу с одной стороны в том, чтобы придать мышцам, участвующим в дыхательном певческом процессе, определенную физическую упругость и выносливость; с другой – помогают осознать организацию процесса вдоха и выдоха.

**Вокально-хоровая певческая установка**

Для правильной работы голосового аппарата хористов необходимо соблюдение правил певческой установки, из которых следует, что:

 Во время пения сидя

- сидеть на половине стула;

- корпус и спину держать прямо, без напряжения;

- голову держать прямо, не запрокидывая;

- равномерная опора на обе ноги;

- гортань не напрягать, она естественно напрягается только во время пения;

Во время пения стоя:

- стоять слегка расставив ноги;

- корпус не напрягать, но и не допускать вялости;

- голову держать прямо;

- нёбо «приподнять», держать в тонусе;

- гортань

В процессе хоровой работы иногда дети забывают о певческих правилах, сутулятся, сдавливая диафрагму, что очень вредит работе певческого аппарата.

Такое положение корпуса оказывает влияние на вокальное дыхание, на его опору, на качество звука, интонационную чистоту и особенно на тембровую окраску гласных. В процессе вокального воспитания детей необходимо выработать правильные прочные навыки певческого дыхания, так как от них зависит искусство пения.

Вокальное воспитание младших школьников начинаю с **дыхательной гимнастики**. Это различные дыхательные упражнения, и игры.

1. Детям первых-вторых классов очень нравится простая игра на задержку дыхания «**Акула».** Ребята представляют себя в море, «плавают», - на слова «Акула! - берут дыхание, «ныряют» и 10, 15 секунд не дышат.

2. Игра **«Шарик»** - надувается, сдувается;

3. **«Пчела»** - вокальный вдох и длинный выдох на звук «з»;

3. **«Поющая жабка»** - дети ставят руки на диафрагму, берут вдох и кв-а-а-а-кают под счет.

Это упражнение укрепляет диафрагму, приподнимает нёбо, способствует долгому энергичному выдоху, заставляя работать весь певческий аппарат. В детском хоре важно с самого начала выработать правильную технику вокального дыхания, которая состоит из:

* Вдоха
* Задержки дыхания
* Атаки звука
* Звуковедения

***Дыхательные упражнения***

1. «Нюхаем цветок» вдох - носом втягиваем воздух, выдох - Ах!
2. «Буратино» - сделать короткий вдох и медленный выдох со звуками «С», «Ш», «Щ»;
3. «Свечка» - представим, что пальцы рук – это горящие свечи и нужно быстро (стаккато) их задуть;
4. Повторяем несколько раз на стаккато звуки «З», «Ч», как бы выталкивая их. «Зу», «Чу» и т.д.;
5. «Собака» - язык вытянут, касается нижней челюсти, быстрый вдох и выдох, напоминает дыхание собаки;
6. «Самоварчик» - набрать воздух и сделать один сильный выдох на слове «Пых»;
7. «Шарик» - необходимо надуть щеки и медленно, будто спущенный шарик, выдыхать его равномерно как можно дольше;
8. «Марионетка»- руки и ноги на ширине плеч. Необходимо резко поднимать плечи по очереди на вдох и так же опускать на резкий выдох, затем выставить руки ладонями вперед на вдох и опустить ладони на выдох. Согнуть руки впереди себя на вдох и опустить на выдох. Затем опустить и руки и голову вниз и на долгий выдох расслабить конечности.
9. «Кошки-мышки» - на звук «Кыш» (стаккато) выталкивать воздух.
10. «Жуки» - педагог начинает движение правой руки справа налево, в этот момент дети издают жужжащий звук. Как только останавливает руку и закрывает её в кулак, дети прекращают звук. Педагогу необходимо следить за вниманием детей к дирижёрскому жесту. Данное упражнение необходимо выполнять одновременно дирижёру и детям. Если дети произвели вдох или выдох без одновременного движения дирижёрского жеста, то обращаем внимание на ошибку и упражнение начинаем сначала.
11. «Комарик». На согласную «З» - на выдохе, на одном дыхании медленно
12. сводятся руки, и в конце комар прихлопывается.
13. Насосик» - Насосик со звуком «пс» качает; мячик со звуком «ш» надувается. Можно делать это упражнения с движениями рук

 С детьми более старшего возраста использую дыхательную гимнастику по методу А. Н. Стрельниковой. Суть гимнастики заключается в коротком, как укол, вдохе через нос и самопроизвольным выдохом. Это поддерживает естественную динамику дыхания. Дети активно вдыхают воздух через нос, выдыхают через рот. Чтобы было интереснее, это все сочетаем с движениями.

К старшим классам дети сами начнут контролировать певческое дыхание, научатся экономному выдоху, можно перейти к следующему этапу вокально-хоровой работы: к **цепному дыханию**. Этот вид дыхания так же прививаю в игровой форме.

Игра **«Передай шарик».** Вызываю двоих детей, перед ними на столе шарик (вместо шарика можно любой другой предмет). В унисон поют заданный звук. Ребенок, у которого закончилось дыхание берет в руки шарик, показывая классу, что он сейчас меняет дыхание. Затем второй ребенок забирает шарик, класс видит, кто меняет дыхание… И так дети, передавая друг-другу шарик, демонстрируют смену дыхания. Пример показан, можно вырабатывать цепное дыхание всем хором.

Поскольку дыхание в пении является средством выразительности музыки, в процессе работы над произведением анализирую с ребятами характер вокального дыхания. Какое оно должно быть: цепное или по фразам, к легато или к стаккато, к форте или пиано и т.д. Характер дыхания, цезура, прикосновение к звуку - должны соответствовать характеру исполняемого произведения. Необходимо научить детей контролировать выдох в соответствии с музыкальной фразой, не брать дыхание посередине фразы, не «рвать» фразу, в случае необходимости использовать цепное дыхание.

Для закрепления правильного вокального дыхания у хористов так же необходимо тщательно соблюдать правила певческой установки, которая способствует качеству всего вокально-хорового комплекса.

В качестве певческих упражнений для конкретных вокально-хоровых задач, которые ставит педагог в процессе работы над хоровым репертуаром, можно использовать не только специальные упражнения, но и детские песенки, попевки, скороговорки, дразнилки.

**Использованная литература:**

1.Емельянов В. Развитие голоса

2.Казачков С. От урока к концерту

3.Лукьянов В. Работа с детским хором

4.Осеннева М., Самарин В., Уколова М.

5.Стулова Т. Теория и практика работы с детским хором