**Дыхательные игры и упражнения без звука**

Певческое дыхание-это дыхание, скоординированное со всеми другими частями голосового аппарата в процессе пения. Хорошее певческое дыхание возможно при условии правильно организованного певческого звучания голоса.

Каждый музыкальный руководитель замечал, что по мере организации правильного певческого звучания дыхание перестает «утекать», начинает «держаться», его хватает уже на длинные музыкальные фразы.

Таким образом, дело здесь не в количестве набранного воздуха, не в его длительной задержке в легких, а в его правильной трате на певческом звучании, т.е. в координированной работе дыхания с другими отделами голосового аппарата в процессе пения. Естественно, что развивать певческое дыхание можно только при работе этих отделов, то есть в процессе работы над певческим звуком.

Как всякая гимнастика, как всякая тренировка мускулатуры, **дыхательные упражнения без звука** ведут к развитию мышц и лучшей управляемости их работой.

Таким образом, упражнения в дыхании имеют положительное воздействие на работу голосового аппарата в целом, так же как и тренировка любых мышц, участвующих в голосообразовании.

**Беззвуковые дыхательные упражнения** – хорошее вспомогательное средство для укрепления дыхательных мышц. Особенно показано детям, у которых эта мускулатура слабо развита или ослаблена в результате болезненных состояний.

**Цель:**

- укрепление дыхательных мышц;

- приобретение навыков правильного дыхания;

- координация работы дыхания.

**«Воздушные ленточки»**

**Дидактический материал**: Разноцветные ленточки (по две у каждого ребенка), «Пиццикато» из балета «Сильвио», Л.Делиба.

**Исходное положение:** Дети с ленточками в руках, парами, лицом друг к другу свободно располагаются по залу.

|  |  |
| --- | --- |
| 1 часть | После легкого вдоха, дуть поочередно на ленточки свои и партнера. |
| 2 часть | Легкий бег по залу врассыпную, с окончанием фразы найти другого партнера. |
| 3 часть | После легкого вдоха, дуть поочередно на ленточки свои и партнера. |

**«Листики и ветерок»**

**Дидактический материал:** Бумажные листья двух (или разных) цветов.

**Исходное положение:** Дети располагаются по залу врассыпную. На полу лежат листья двух (нескольких) цветов.

Листья сыплются дождем,

Мы с тобой гулять пойдем.

Будем листья собирать,

С ними будем мы играть.

Дети гуляют по залу и собирают листья. Текст произносит преподаватель.

**1 Вариант:** Девочки собирают листья одного цвета, мальчики другого;

**2 Вариант:** Каждый ребенок собирает листья разного цвета.

|  |  |
| --- | --- |
| Осень длинной, тонкой кистью  Перекрашивает листья:  Красный, желтый, золотой,  Как хорош ты, лист цветной. | Дети бегут по кругу, руки согнуты в локтях, встряхивая листьями. |
| Но ветер щеки толстые  Надул, надул, надул | Останавливаясь, поворачиваются лицом в круг, надувают щеки. |
| И на деревья пестрые  Подул, подул, подул. | Дуют на листья. |
| Полетели, полетели,  Все листочки облетели  Полетели, полетели,  Все листочки облетели. | Кружатся, опустив листья вниз.  Кружатся в другую сторону, постепенно присаживаются и кладут листья перед собой на пол. |

**«Ветер сильный налетел»**

**Дидактический материал**: Разноцветные листья по одному каждому ребенку.

**Исходное положение:** Дети стоят в рассыпную по залу лицом к преподавателю.

|  |  |
| --- | --- |
| Вверх мы листики поднимем | Дети поднимают руки с листьями вверх. |
| И помашем быстро ими. | Машут над головой. |
| Листики летят, летят, | Медленно опускают на ладони перед собой, на вытянутую руку. |
| Опуститься вниз хотят. | Дуют по очереди на один, затем на второй лист. |

**«Разноцветная куча из листьев»**

**Дидактический материал:** Разноцветные листья по числу играющих, обруч в середине зала.

**Исходное положение:** Дети располагаются по всему залу.

|  |  |
| --- | --- |
| Осенний день совсем не плох,  Но вдруг подует ветерок. | Дети ходят по залу, размахивая листьями. |
| Срывает он листочки,  Бросает их на кочки.  Кучка разноцветная,  Детям всем приметная. | Встают вокруг обруча, протянув ладони с листьями дуют на листья, стараясь попасть в обруч. |

**«Кувшинчик»**

**Исходное положение:** Дети стоят в кругу вместе с преподавателем, текст произносит преподаватель вместе с детьми.

|  |  |
| --- | --- |
| Встанем прямо, ноги шире,  Поиграем, три-четыре.  Поколдую я сейчас,  Превращу в кувшины вас. | Хлопки в ладоши. |
| Мы-кувшинчики из глины,  Статные, пузатые. | Руки на поясе. |
| Воду сверху наливаем,  И животик наполняем. | Делаем глубокий вдох, поглаживая себя по животу. |
| На самом донышке вода,  Постоять она должна. | Провести ладонью от горла до живота, задерживая дыхание. |
| А теперь кувшин возьмем,  Воду в чашечку нальем. | Сделать шумный выдох, слегка наклонившись вперед. |

**«Пузырь»**

**Дидактический материал:** Резинка с соединенными концами, образующая растягивающийся круг.

**Исходное положение:** Дети стоят в кругу, держась руками за резинку.

|  |  |
| --- | --- |
| Раздувайся пузырь,  Раздувайся большой,  Оставайся такой  И не лопайся. | Дети медленно расширяют круг,  делая глубокий вдох.  В конце фразы отпускают резинку и шумно выдыхают. |

**«Одуванчик»**

**Дидактический материал:** «Ах, вы, сени» русская народная мелодия.

**Исходное положение:** Дети стоят свободно, преподаватель поет песенку. В проигрыше дети бегают врассыпную. Затем останавливаются, и песенка поется сначала. Можно при повторе заменить первую строчку: «Я другой цветок срываю».

|  |  |
| --- | --- |
| Одуванчик я срываю, | Имитировать действие по тексту |
| Поднимаю, поднимаю. | На указательном пальце одной руки- кулак другой руки (одуванчик) поднять вверх. |
| Ты скорее улетай,  Но меня не забывай | Сделать глубокий вдох,  Сдуваем «одуванчик» (кулачок). |

**«Даша – растеряша»**

**Исходное положение**: Дети стоят врассыпную, выполняют движения по тексту*.*

|  |  |
| --- | --- |
| У нас есть девочка Даша, | Качать головой |
| Даша у нас- растеряша. | Развести руки в стороны |
| «Ах - ах- ах- ах!» | Сделать глубокий вдох, произнести на выдохе. |
| Вот такая Даша,  Даша- растеряша. | Качать головой. |
| Потеряла рюкзачок, | Развести руки в стороны |
| В нем волшебный сундучок. | Сложить пальцы рук «замком». |
| «Ой-ой-ой!» -мне помогите,  Рюкзачок мой вы найдите! | Глубокий вдох,  произносить на выдохе. |
| Как бусинки с картинки | Легкое постукивание пальцем одной руки по ладони второй. |
| «Ай-ай-ай!» -  падают слезинки | Глубокий вдох,  произносить на выдохе. |
| Мама Дашу обнимает  И на ушко напевает: | Обнять себя двумя руками. |
| «Ох-ох-ох! Родная Даша,  Моя Даша- растеряша. | Глубокий вдох,  произносить на выдохе. |
| Не горюй и не грусти,  Ты на полку посмотри. | Погрозить пальцем,  ладонь приставить ко лбу (козырек). |
| А на полке рюкзачок,  В нем заветный сундучок. | Хлопать в ладоши. |
| Вот спасибо!» - шепчет Даша,-  «Я не буду растеряшей». | Полон головой,  повороты головы вправо-влево. |

**«Сапожки для Оли»**

**Исходное положение**: Дети стоят врассыпную, выполняют движения по показу преподавателя.

|  |  |
| --- | --- |
| «Ах-ах-ах!»  До чего ж хороши,  Новые сапожки.  Побегут по лужам в них  Оленькины ножки. | Глубокий вдох,  произносить на выдохе  Ритмичное похлопывание по коленям,  Выставляют ноги на носок по очереди  Притопывают ногами, чуть поворачиваясь вправо – влево. |
| «Ой-ой-ой!»  Проказники сапожки,  Ведут нашу Олю не по той дорожке.  «Ух-ух-ух!»  Устали ножки,  Виноваты здесь сапожки. | Глубокий вдох,  Произносить на выдохе.  Грозят пальцем  На руке шагают пальчики  Сделать глубокий вдох носом,  Произносить на выдохе.  Медленно потирать ноги  Грозят пальцем. |

**«Надувная игрушка»**

**Дидактический материал:** Воздушны шар или любая другая надувная игрушка.

У преподавателя в руках воздушный шарик или любая другая надувная игрушка.

**Исходное положение:** Дети сидят на стульях или на полу.

|  |  |
| --- | --- |
| Я - игрушка непростая,  Я – игрушка надувная!  Надувайте вы меня,  Поиграю с вами я! | Текст произносит преподаватель. |
|  | Ведущий надувает игрушку. Дети синхронно делают вдох и выдох, как бы помогая взрослому. |
| Поиграю, поиграю,  Посмотрите, я летаю. | Дети «передают» шарик от одного ребенка к другому. |
| Только кончилась игра,  Вам сдувать меня пора. | Ведущий выпускает воздух из игрушки, дети делают глубокий продолжительный выдох. |

**«Хлопушки»**

**Исходное положение:** Руки на поясе у мальчиков, у девочек поддерживают юбочку. При вдохе чуть наклоняемся вперед, чуть выставляя нос вперед кокетливо. При выдохе отклоняемся и стоим прямо.

|  |  |
| --- | --- |
| Мы-хлопушки, хохотушки: | Вдох носом, корпус чуть наклонить вперед. |
| «Хи-хи-хи, ха-ха-ха!» | Выдох с шумом, встать прямо. |
| Мы- веселые игрушки: | Вдох носом, корпус чуть наклонить вперед. |
|  | Выдох с шумом, встать прямо. |

**«Шарик»**

**Исходное положение:** Дети стоят врассыпную, выполняют движения по тексту. Текст произносит преподаватель.

|  |  |
| --- | --- |
| У меня есть шарик красный,  Ах, какой же он прекрасный. | Пальцы рук соединить, изображая круг. |
| «Ах!»  «Ох!» | Глубокий вдох,  Руки поднять вверх  Выдох, руки опустить.  Повторить 2 раза. |
| Шарик мой совсем неплох! | Хлопки в ладоши. |
| Шарик мой со мной играет, | «Перекатывают шар» из руки в руку. |
| Он летит, и я летаю. | Постепенно поднимать руки вверх, ладонями вверх. |
| «Ах!»  «Ух!» | Глубокий вдох носом  Руки верх,  Выдох, руки опустить. Повторить 2 раза. |
| Аж захватывает дух! | Хлопки в ладоши. |
| Шарик мой от рук отбился, | Дети смотрят вдаль. |
| За колючку зацепился. | Сжимать и разжимать пальцы. |
| «Ох – ах, ох – ах!» | Обхватить руками голову, покачать головой. |
| Шарик лонул мой: «Ба – бах!» | Хлопок в ладоши. |