**Комплекс вокально - хоровых, ритмических, дыхательных упражнений.**

**Упражнения для развития брюшного дыхания:**

Упражнения на развития дыхания помогают выработке правильного диафрагменного дыхания, увеличивают продолжительность и силу выдоха, способствуют развитию правильных вокальных данных ребѐнка.

1. «Зевок и потягивание» руки вверх как при пробуждении (естественное, правильное дыхание без поднятия плеч).

2. « Обжорка» исходное положение, лѐжа на спине, вдох живот надуть, выдох……… у-у-у-ух. При этом верхний плечевой пояс почти не подвижен.

3. « Подними тетрадку» исходное положение, лѐжа на спине. На живот ребѐнку положить тетрадь средней толщины (48-96 листов), ребѐнок должен поднять тетрадь животом (дыханием). По В. Емельянову.

4. « Надуваем шарик» вдох живот надуть (надуваем шарик) задержка дыхания на счѐт 1,2,3,4,5, выдох …….у-у-у-у-у-у-у кто дольше будет спускать шарик, тот и выиграл.

5. « Рыбка» руками обхватить рѐбра, имитируем дыхание рыбы через жабры. По В. Емельянову.

6. « Раздуваем меха» или «Аккордеон» руками обхватить рѐбра. На согласный звук «Х» быстро берѐм короткий вдох и выдох.

7. « Летит самолѐт» вдох - живот надули (заправили самолѐт), выдох-гласная у-у-у-у-у-у-у-у-у-у (самолѐт полетел).

8. « Зеркальце» - глядя в ладошку, как в зеркало, ребѐнок выдувает воздух тоненькой струйкой в середину ладошки. По В. Емельянову.

9. « Ворона» села на забор и решила развлечь всех своей песней. Дети делают вдох носом и на выдохе произносят протяжно « Кар!» 5-6 раз. Ворона так громко каркала, что охрипла. Дети выполняют упражнение с закрытым ртом 5-6 раз. (По М. Гоголевой.)

10. « Чайник» Из положения на корточках постепенно встают, руки поднимают вверх и делают глубокий вдох, на выдохе руки разводят в стороны и произносят звук Ф-Ф-Ф-Ф.

11. « Колокол» Глубоко вдохнѐм и на выдохе произнесѐм «Бом-Бом-Бом», одновременно хлопая в ладоши.

12. « Суслик». Приседая, дети прижимают к груди согнутые в локтях руки и резко произносят звук « Х».

13. «Ёжик». Дети делают резкий и короткий вдох и выдох носиком. Ёжик сопит.

14. «Осы». Вращать перед грудью указательными пальцами и на выдохе пропеть « З-з-з-з-з ». По Б. Толкачѐву.

15. « Аромат цветов». Долгий вдох носом (нюхаем цветок), задержка, на выдохе « А-а-а-ах».

16. « Как подул Дед Мороз». Дети берут снежинки на ниточках и долго дуют на них, пока читается стих.

Как подул Дед Мороз в воздухе морозном,

Полетели, закружились ледяные звѐзды.

Окружаться снежинки в воздухе морозном

Падают на землю кружевные звѐзды.

Вот одна упала на мою ладошку,

Ой, не тай, снежинка, подожди немножко. ( Н. Нищева)

17. « Пчѐлка» Дети пропевают на выдохе звук «Ж», можно вращать перед собой указательными пальцами.

Пчѐлка гуди, в поле лети,

С поля лети – мѐд принеси (народная приговорка).

18. « Коровка» дети прикладывают указательные пальцы себе к голове (рожки), и на

выдохе продолжительно тянут « Му-у-у-у-у» чья корова дольше мычит, тот и выиграл.

18. « Вертолѐт» переплести пальцы рук корзиночкой, указательные пальцы соединить

(хвост вертолѐта), крутить большими пальцами, пропевая на выдохе звук «Р-р-р-р».

Быстро лопасти крути!

Вертолѐт, лети, лети!

19. « Колючки» вдох носом, выталкиваем дыханием слог «А-а-а» как будто трогаем

колючки ѐжика.

20. « Ёжик обиделся» вдох живот раздуть, выдох (на одном дыхании) «ху-ху-ху» на

последний слог выдавить весь воздух без остатка.

21. «Волчок» дети вращают перед собой кулачки и пропевают на одном дыхании звук

« Ж-ж-ж-ж», по хлопку воспитателя или музыкального руководителя быстро кладут руки

на колени, со словами волчок игра начинается заново.

22. « Пароход» (дыхание + интонация) дети пропевают на выдохе (рот растянут, чтобы

были видны верхние зубы) звук « Ы-ы-ы-ы-ы».

Пароход плывѐт по речке,

И пыхтит он словно печка.

23. « Барабан и дудочка» Барабан мы в руки взяли

На нѐм звонко заиграли.

Дети на коротком дыхании произносят звук « Д-д-д-д-д»

Вот играет дудочка,

Дудочка – погудочка.

Губы трубочкой, пропевается звук « У-у-у-у». Можно чередовать барабан и дудочку.

23. « Греем ручки» согреваем замѐрзшие ручки, произнося на выдохе « Ф-ф-ф».

24. « Ветер» Дует лѐгкий ветерок – ф-ф-ф-ф…..

И качает так листок – ф-ф-ф-ф-ф…….

(выдох спокойный ненапряжѐнный).

Дует сильный ветерок – ф-ф-ф-ф-ф….

И качает так листок – ф-ф-ф-ф-ф……

(активный выдох).

25. « Осенние листочки» Осенние листочки на веточках сидят,

Осенние листочки детям говорят:

Осиновый – а-а-а-а-а-а-а-а……..

Рябиновый – и-и-и-и-и-и-и…….

Берѐзовый – о-о-о-о-о-о-о…….

Дубовый – у-у-у-у-у-у-у……..

(дети хором могут пропеть каждый своѐ дерево)

26. « Синьор-помидор» (по М. Лазареву)

Кисти на грудной клетке, на вдохе руки сопротивляются расхождению рѐбер. Пауза. На выдохе плотно сжатые губы препятствуют выдоху воздуха. Руки с силой выжимают грудную клетку. Предельное напряжение всех мышц (лицо краснеет от напряжения). Повторить 3-4 раза. Упражнение создаѐт сопротивление на выдохе.

27. « Шарик» (по Б. Толкачѐву)

Шарик мой воздушный,

Какой ты непослушный!

Зачем ты отвязался,

Зачем помчался ввысь?

Вернись скорее, шарик!

Вернись!.....

Поднять руки вверх – вдох, медленно опускать вниз – длительный выдох с произнесением

звука « Ш-ш-ш-ш».

28. «Шарик сдулся» (по Б. Толкачѐву)

Надувала кошка шар,

А котѐнок ей мешал,

Подошѐл и лапкой – топ!

А у кошки шарик – лоп!

Дети кладут руки на живот и делают через нос вдох, стараясь не поднимать плечи. Животик должен стать круглым, как шар. После небольшой задержки дыхания происходит продолжительный выдох с произнесением звука «Ш» Дети должны стараться, чтобы воздух выходил равномерно.

29. « Пузыри» Эй, мышонок, посмотри,

Звать, к себе помахивая кистями.

Мы пускаем пузыри:

Перед тем как назвать каждый цвет, сильно надуть щѐки и быстро выдохнуть.

Синий, красный, голубой,

Выбирай себе любой (русская народная потешка).

30. « Пчела» Вращать перед собой указательными пальцами, продолжительно произнося на выдохе звук «Ж». В конце сделать активный короткий вдох, и быстро выдыхая сказать «Ай!»

Пчѐлка, гуди,

В поле лети,

С поля лети,

Медок неси. Ам!

31. « Дятел» (по Б. Толкачѐву)

Дети на выдохе произносят как можно дольше д-д-д-д, ударяя кулачками, друг о друга.

32. « Ёжик» (по Б. Толкачѐву)

После активного вдоха через нос ребята на выдохе произносят пых-пых, энергично работая мышцами живота.

33. « Гармошка» Поросѐнок восхищѐн!

Как гудит аккордеон.

Очень мне по сердцу он.

Я бы хвостиком вертел,

Если бы играть умел.

Руки на рѐбрах, на выдохе громко пропевать – ш-ш-ш-ш выжимая из лѐгких воздух.

34. « Колокола» Глубоко вдохнѐм и на выдохе пропеваем « Бом-бом-бом»

одновременно сжимая рѐбра, как бы выдавливая воздух.

**Артикуляционные и фонопедические упражнения:**

Основой являются упражнения на развитие артикуляционного аппарата и фонопедический метод В. В. Емельянова. В упражнениях используются звуки, данные человеку изначально от природы и от рождения, поэтому они физиологически целесообразны.

Уже проверено на практике, что подобные упражнения обеспечивают развитие арти-куляционного аппарата ребѐнка, имеют общеоздоровительную и профилактическую функцию, они развивают и восстанавливают голос и дыхание, формируют навык воспро-изведения звуков разного диапазона, способствуют координации слуха и голоса.

1. « Трубочка» губы сжаты и вытянуты в трубочку.

2. « Поцелуйчики» губы сжаты и вытянуты в трубочку, чмокаем губами, как будто посылаем поцелуйчики.

3. « Обезьянка» язык поочерѐдно подсовывается под нижнюю и верхнюю губы, затем обводится круг языком под губами.

4. « Лошадка» цоканье язычком, звук округлѐнный.

5. « Лошадка» язык плашмя прилепить к нѐбу и с силой (оторвать), получается шлѐ-пающий звук. Лошадка идѐт по грязной луже.

6. Чередовать цоканье и шлѐпанье языком на счѐт. Или одна группа цокают, а другая

шлѐпает пока воспитатель или музыкальный руководитель читает стих.

Едет, едет наш Петрушка,

Похваляется конѐм,

Не беда, что конь игрушка,

Можно ездить и на нѐм.

7. « Чупа - чупс» язычком прокалываем щѐку изнутри. Идѐт растяжка щѐк и подвиж-ность языка.

8. « Обезьянкин язычок» показать друг другу язычок, затем погладить губы (расслабление), молодец обезьянка.

9. « Печатная машинка» покусывая язычок от кончика к корню, высунуть его как можно дальше и также убрать. Затем покусать края языка с закрытым ртом.

10. « Лев» очень широко открыть рот и высунуть язык как можно дальше. Можно широко раскрыть глаза (одновременно и гимнастика глаз). Можно считать до 10, пока высунут язык.

11. « Улыбнулись – обиделись» друг другу улыбнуться, а затем обидеться, сжав губы, лучше + мимику.

12. « Змейка» имитация язычка змеи (быстро показать и убрать язык).

13. « Прибежала крыска» рот очень широко открыт, приподнять верхнюю губу так, чтобы были видны передние зубы.

14. « Китайский болванчик» нижняя челюсть свободно падает вниз, язык лежит на нижних зубах и губе.

15. « Покатай во рту конфетку» рот закрыт, кончик языка упирается в щѐку, делая движение языком вверх – вниз.

16. « Ёжик» Беззвучно произносим «п-п-п-п» для укрепления губ.

17. « Вкусное варенье» для укрепления мышц языка, развития его подвижности. Рот открыт, губы в улыбке. Широким передним краем языка облизываем губы.

18. « Мороз» (по В. Емельянову)

Вышел на просторы погулять мороз.

Топ-топ! Чап-чап! – 2 хлопка в ладоши, 2 хлопка по коленям.

Белые узоры в косах у берѐз.

У! – У! короткие звуки в высоком регистре на разной высоте.

Снежные тропинки, голые кусты.

Ш……потирая ладони друг о друга.

Падают снежинки тихо с высоты.

П! П! постепенно опуская руки вниз.

19. « Машина» (по В. Емельянову)

Слова произносятся как можно более низким голосом, при проговаривании слова Бр-р-р-р ощущать вибрацию губ.

Бр-р-р - ворчит мотор

Бр-р-р где мой шофѐр?

Бр-р-р урчит машина

Бр-р-р проверь-ка шины!

20. « Барбос» (сл. Макшанцевой.)

Дети пропевают звук «Р» на музыкальном звуке ДО

На дворе рычит барбос р-р-р-р

Он гоняет рыжих ос р-р-р-р

Отчего рычит барбос? р-р-р-р

Осы жалят его в нос р-р-р-р.

**Вокально – хоровые, « шумовые» упражнения:**

1. Исходное положение – китайский болванчик.

Страшная сказка (или медведь) – рычим (пугаем) на гласные звуки, добавляя каждый раз по одному: А-АО-АОУ-АОУЭ-АОУЭЫ

2. Добавляем согласные У-ШУ-ЖУ, У-МУ-МУ, У-СУ-ЗУ, У-РУ, У-НУ-НУ,

(следить, чтобы дети не поднимали нижнюю челюсть, должно быть рычание, не пение)

3. « Чайка» имитация крика чайки. Исходное положение – крыса, звук должен пролетать как по куполу Цирка, следить, чтобы он был плоским, это должен быть вой, а не крик или писк.

4. Постепенно глиссандо с верхнего (чайка) в нижний (медведь)

Регистр и наоборот.

5. Такое же глиссандо с добавлением согласных звуков (ш-ж, м, р, с-з, н) У –ШУ-ЖА, (вверх), У-ШУ-ЖА (вниз)

6. « Скрип» имитация скрипа дверей, (рот приоткрыт, звук издаѐтся связками).

7. « Динозаврик» голосом рисуем динозаврика. Маленькая круглая голова (звук средний между А – О в верхнем регистре

длинная шея – глиссандо вниз

большое туловище – медведь

и длинный хвост – скрип

8. « Трактор» - губы абсолютно расслаблены, имитация звука работающего мотора.

9. « По кочкам» - трактор губами, только движения вверх – вниз как по кочкам.

10. « Самолѐты» Тр-р… - в среднем регистре (мотор заработал)

Р-р-р…..- в низком регистре (полетел)