**Дыхательная и артикуляционная гимнастика в процессе формирования навыка певческого дыхания.**

В процессе формирования у детей основных певческих умений и навыков (певческое дыхание, певческая установка, дикция (артикуляция), эмоциональность исполнения и т.д.) большинство педагогов прибегают к показу упражнений из комплекса дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой. Среди них чаще всего применяются базовые упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Насос». Следует заметить, что в гимнастике А.Н. Стрельниковой обязателен короткий и резкий вдох (через нос), а выдох происходит пассивно. Данные упражнения очень полезны перед началом распевания, голосовой аппарат «просыпается» автоматически при активной работе дыхательного аппарата. Но освоение певческого дыхания основывается на другой схеме: осознанный вдох (ртом и носом) – задержка дыхания – долгий выдох (со звуком).

Следовательно, гимнастика А.Н. Стрельниковой должна дополняться упражнениями и на длительный выдох и бесшумный вдох. Например, упражнение «парашютист»: короткий вдох с задержкой и длинный выдох на одну из согласных букв «ш», «щ», «ф», «с», «ц». Фонация должна происходить без толчков, без затихания на единой звучности. Также, очень полезное упражнение не только для дыхания, но и для формирования навыка понимания дирижерского жеста, улучшения внимательности и контакта педагога с учащимися – взятие и снятие дыхания по руке дирижера (педагога). Сначала один вдох – один выдох, затем два вдоха – два выдоха, можно два вдоха – три выдоха, педагог достаточно свободно может менять схему, ведь это упражнение скорее на внимательность, чем на запоминание.

Достаточно этих пяти упражнений («ладошки», «погончики», «насос», «парашютист», «взятие-снятие») перед распеванием для лучшего запоминания правильного певческого дыхания. Главное, постараться помочь учащимся перенести мышечные ощущения с дыхательных упражнений на процесс пения. И делать эти упражнения с улыбкой!

*Артикуляционная гимнастика*

«Кусаем кончик языка»: Прикусить зубами кончик языка. Повторить 4 раза (далее каждое задание выполняется 4 раза).

«Все удивились»: Одновременно приподнять мышцы под глазами и наморщить нос, пытаясь при этом широко открыть глаза и поднять брови.

«Круговые движения челюстью»: Сделать нижней челюстью круговое движение вперед-вниз-вправо-влево-вниз.

«Колобок»: Сделать языком круговое движение между губами и зубами с закрытым ртом. То же в противоположном направлении.

«Укольчики»: Упереться языком в верхнюю губу, нижнюю, в правую щеку, в левую, пытаясь как бы проткнуть их насквозь.

«Обиделись»: Нижнюю челюсть выдвинуть вперед, вывернуть наружу нижнюю губу, обнажив нижние зубы, и придать лицу обиженное выражение.

«Обрадовались»: Приподнять верхнюю губу, обнажив верхние зубы, придать лицу подобие улыбки.

«Зевающая пантера»: нажать двумя руками на обе щеки в средней части и произносить «вау, вау, вау…», подражая голосу пантеры, резко опуская нижнюю челюсть широко открывая рот, затем зевнуть и потянуться.

«Горячая картошка»: положить в рот воображаемую горячую картофелину и сделать закрытый зевок (губы сомкнуты, мягкое небо поднято, гортань опущена).

«Лошадка»: Щелкать языком, изменяя форму рта. Попытаться произвольно издавать более высокие и более низкие щелчки.

«Львиная семья»: Рычать как папа-лев в низком регистре, мама - в среднем регистре, и маленький львенок рычит в высоком регистре.