**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Королёв Московской области «Детская музыкальная школа микрорайона Юбилейный»**

**Методическая работа**

**на тему:«*Активизация дыхательного и артикуляционного аппаратов учащихся музыкальной школы на занятиях младшего хора»***

в рамках темы года **«Системно-деятельностный подход к обучению учащихся в условиях реализации ФГОС»**

 преподаватель младшего хора и музыкально-теоретических дисциплин ДМШ мкр. Юбилейный

Деревягина Е.А.

**Вступление.**

Изучение музыкального произведения – сложный многоступенчатый процесс, требующий применения различных методов и приёмов работы. Конечно же, большинство детей, впервые посетившие занятие младшего хора, не имеют представления о работе, которая должна вестись на занятии, не могут верно пользоваться дыхательным и артикуляционным аппаратами, слабо держат интонацию и т.д. А ведь каждое занятие направлено на отработку конкретных приёмов, звуковедения, чистоты интонации, художественного видения произведения.

Как известно, перед сольфеджированием и вокализацией необходимо распеть учащихся на разные гласные, согласные звуки, слоги, скороговорки и т.п. Но также учащиеся должны понимать, как формируется звук, каким образом следует брать дыхание, какой должна быть верная посадка на занятии и ещё многие аспекты, которые влияют на звукоизвлечение.

Каждый урок хора (тем более, младшего, т.к. именно на данном этапе становления личности лучшим образом формируются и развиваются все необходимые качества и возможности исполнителя, вокалиста) должен содержать в себе следующие виды деятельности:

1. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой.
2. Дыхательные упражнения, направленные на активизацию работы диафрагмы.
3. Артикуляционная гимнастика.
4. Произношение скороговорок.
5. Распевки.
6. Работа над музыкальным произведением.

**Основная часть** работы будет посвящена рассмотрению дыхательных и артикуляционных упражнений, выполнение которых необходимо осуществить до начала вокализации.

***Целью*** данной работы является ознакомление учащихся с данном видом практической работы перед началом вокализации с дальнейшим успешным применением полученной информации и опыта на практике.

Для успешного достижения цели самым важным фактором становится *практическая подача материала и показ хормейстером верного выполнения упражнений*, так как дети хорошо осознают и запоминают правильность выполнения упражнений посредством неоднократного повторения их за педагогом.

**Основная часть**

1. **Главная информация об основателе дыхательной гимнастики, выяснение положительных аспектов выполнения данной гимнастики.**

Александра Николаевна Стрельникова – педагог-фониатр, создатель системы дыхательных упражнений, изначально предназначенных для улучшения вокальных данных (дыхания и голоса). Александра Николаевна, вместе со своей мамой, Александрой Северовной, начали разрабатывать эту гимнастику, когда у А. Н. пропал голос.

Однажды ночью, спустя несколько лет, Александра Николаевна проснулась от того, что не может дышать. В этот момент она вспомнила дыхательные упражнения, разработанные совместно с Александрой Северовной.

Позднее выяснилось, что выполнение данных упражнений крайне полезно для здоровья, так как происходят:

* тренировка длинного выдоха;
* массажное воздействие звука на грудную клетку;
* укрепление мышц грудной полости, диафрагмы, носоглотки;
* снятие спазма мышц, мешающих удержанию темпа речи и т.д.

**2. Базовые упражнения дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой.**

**Основной принцип дыхательной гимнастики – быстрый шумный вдох носом, губы при этом должны быть сомкнуты. Выдох осуществляется уже пассивно, через рот (не выталкиваем воздух, а спокойно выдыхаем). Также важно, чтобы плечи оставались в покое, не поднимались.**

Рассмотрим несколько упражнений из дыхательной гимнастики.

1. **“Ладошки”. Исходное положение: руки согнуты в локтях, ладони будто бы обращены к зрителю. С**жимаем ладони **–** делаем шумный быстрый вдох носом, разжимаем **–** спокойный выдох ртом (24 повтора по 4 раза, перерыв **–** 3-5 секунд).
2. **“Погончики”.**  **Исходное положение: руки согнуты в локтях, ладони перед собой сжаты в кулак на уровне пояса.** Нужно опустить ладони вниз и раскрыть их, сделав вдох, а затем вернуть в исходное положение, спокойно выдыхая (8 вдохов-движений, повторяющихся 12 раз, с перерывом 3-5 секунд).
3. **“Обними плечи”.** **Исходное положение:** руки перед собой согнуты в локтях и подняты на уровне плеч. Бросаем руки навстречу друг друга, как бы обнимая себя (сжимаем грудную клетки) делаем вдох, затем возвращаем руки в исходное положение и выдыхаем (8 вдохов-движений, повторяющихся 12 раз, с перерывом 3-5 секунд).

Выполнение данной гимнастики позволяет подготовить дыхательный аппарат учащихся и резонаторы к активной работе на уроке.

**3. Дыхательные упражнения для улучшения работы диафрагмы.**

**Помимо выполнения дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой, следует использовать упражнения, направленные на улучшение певческого дыхания учащихся, а именно – на активизацию работы диафрагмы.**

**Приступим к разбору следующих упражнений:**

1. **“Шарик”: вдох животом - пауза - равномерный и продолжительный выдох на звук “с” (можно произносить “ш”). Звук должен быть ровным, не прерываться и не ослабевать. Желательно выдыхать звук от 15 секунд и дольше. Данное упражнение направлено на грудное резонирование на согласных звуках и на тренировку равномерного выдоха.**
2. **“Насос”: вдох животом - пауза - прерывистые активные выдохи звука “с” (также “ч”, “ш”, “щ”, “ц”, “тс”). На выдохе живот должен сдуваться, как бы выталкивать звук. Упражнение направлено на освоение естественного вдоха и упругого выдоха.**

**Выполнение данных упражнений помогает активизировать верную работу диафрагмы. Если выполнять эти упражнения постоянно, то с каждым разом дети начнут делать вдох именно животом, задействуя диафрагму, что скажется на правильном и красивом звукоизвлечении.**

**4. Артикуляционные упражнения для улучшения дикции.**

**При исполнении музыкального произведения следует стремиться не только передать художественный смысл, чисто интонируя, но и чётко произносить текст, пропевать согласные, окончания, дабы слушатель мог понять каждое слово.**

**Чтобы дикция была более чёткой, можно работать над скороговорками и выполнять простые артикуляционные упражнения:**

1. **“Улыбка-трубочка (хоботок)”. Чередование положений губ: сомкнутыми губами следует растянуть губы в улыбке, затем вытянуть губы вперёд длинной трубочкой (выполнять 5-10 раз).**
2. **“Футбол (укольчики языком)”. Исходное положение: губы сомкнуты, челюсть опущена. Нужно толкать попеременно кончиком языка левую и правую щёки (выполнять 5-10 раз).**
3. **“Вальс (чистка зубов)”: перемещать языком по часовой стрелке и против часовой стрелки, между губами и зубами, при сомкнутых губах (по 5-10 раз в каждую сторону).**
4. **“Качели”: Исходное положение: рот открыт, челюсть опущена. Касаемся кончиком языка верхнего ряда зубов, затем** – **нижнего. Язык должен касаться внутренней стороны зубов, как бы прячась за ними (выполнять 5-10 раз).**
5. **“Пятачок”: вытягиваем губы трубочкой и перемещаем их влево-вправо, вниз-вверх, вращаем по кругу сначала по часовой стрелке, затем** – против **(повторить 5 раз и более).**

**С помощью осуществления данных упражнений каждый учащийся сможет научиться лучше управлять не только своим артикуляционным аппаратом, но и мимикой, которая содействует осветлению гласных, более объёмному звучанию и т.п.**

**Заключение. Данная методическая работа охватывает лишь малую часть упражнений, направленных на активизацию дыхательного и артикуляционного аппаратов учащихся перед вокализацией на уроке хора.**

**В силах каждого педагога обогатить знания и опыт учащихся, а также сберечь и совершенствовать прекрасные голоса детей, выполняя необходимую подготовительную работу дыхательного и артикуляционного аппаратов.**

**Хормейстер способен извлечь максимальную пользу из данного вида разминки, тем самым подготовив детей к певческой работе на занятии и развив их потенциал для дальнейшего предпрофессионального и профессионального обучения музыке.**

**Эта методическая работа является результатом анализа занятий с младшим хором и направлена на выявление наилучших способов, методов и упражнений, содействующих активизации и развитию дыхательного и артикуляционного аппаратов.**

Список литературы:

1. Щетинин Михаил Николаевич. Дыхательная гимнастика Стрельниковой/ М. Н. Щетинин. – 2-е изд., перераб. И доп. – М.: Издательство АСТ, 2021. – 256 с.: ил. – (Честно о здоровье).
2. Чесноков Павел Григорьевич. Хор и управление им. Пособие для хоровых дирижёров/ П. Г. Чесноков. – 3-е изд. – М.: Государственное музыкальное издательство, 1961 г. – 240 с.
3. Соколов Владислав Геннадиевич. Работа с хором/ В. Г. Соколов. – 3-е изд. – М.: Издательство “Музыка”, 1967 г. – 227 с.
4. Стулова Галина Павловна. Хоровой класс. Теория и практика вокальной работы в детском хоре: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2119 “Музыка”/ Г. П. Стулова. – М.: Просвещение, 1988 г. – 126 с.
5. Осеннева Марина Степановна, Самарин Владимир Аркадьевич. Хоровой класс и практическая работа с хором: Учеб. пособие для студ. муз. фак. высш. пед. учеб. заведений/ М. С. Осеннева, В. А. Самарин. – 3-е изд. – М.: Издательский центр “Академия”, 2003 г. – 192 с.

**Приложение 1**

