**ПЕНИЕ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ**

Развитие вокально-хоровых навыков у детей дошкольного возраста – сложная и важная задача. И требует она работы в системе. Для этого разработаны и опробованы игровые методы и приёмы развития голоса ребёнка. Деятельность музыкального руководителя направлена не только на эстетическое развитие детей, но и на укрепление психического ми физического здоровья. И, пение, как раз тот вид музыкальной деятельности, который содействует развитию в вышеуказанных направлениях. С большим успехом можно применять незатейливые упражнения в домашних условиях, с родителями. Это увлекает и развивает. Аналогов этим играм, упражнениям, гимнастикам можно нейти в огромном количестве. Успехов!

1. **Песенки – распевки**

Несложные тексты и мелодии, состоящие из звуков мажорной (радостной) гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат, подготавливают голос к пению. Например: **ДОБРОЕ УТРО**

Доброе утро! *(повороты друг к другу)*

Улыбнитесь скорее! *(разводят руки в стороны)*

И сегодня весь день *(хлопают в ладоши)*

Будет веселей!

1. **Дыхательная гимнастика**

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Необходимо обратить внимание на часто болеющих детей, имеющих различные речевые нарушения. Основными задачами дыхательных упражнений в непосредственно - образовательной работе являются:

* укрепление физиологического дыхания детей (без речи);
* формирование правильного речевого дыхания (короткий вдох – длинный выдох);
* тренировка силы вдоха и выдоха;
* продолжительный вдох;

Пение, с предшествующей ему дыхательной гимнастикой, оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и, даже, лечебное воздействие;

* положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе, в легочной ткани;
* способствует восстановлению центральной нервной системы;
* улучшает дренажную функцию бронхов;
* восстанавливают нарушенное носовое дыхание.

Например: **КОШКА**

Мягкие лапки,

А в лапках царапки.

Ты погладь её немножко –

Сразу замурлычет кошка.

Дети стоят ровно, руки согнуты в локтях, кисти расслаблены. как кошачьи лапки. На «раз» - поворот тела вправо – вдох. На «два» - поворот влево – выдох. На «три», «четыре» - повтор, 4 раза по 4 вдоха.

1. **Артикуляционная гимнастика**

Основная цель артикуляционной гимнастики – тренировка мышц речевого аппарата. В результате этой работы повышаются показатели развития речи детей и певческих навыков.

Задачи артикуляционной гимнастики:

* развитие певческих способностей детей;
* формирование артикуляции различных звуков;
* совершенствование дикции;
* развитие музыкальной памяти, запоминание текстов песен.

Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участием голоса. Например: **КВАКА**

Жаба Квака с солнцем встала,

Сладко-сладко позевала, *дети «зевают»*

травку сочную сжевала, *имитируют жевательные движения*

Да водички поглотала *«глотают»*

На кувшинку села, песенку запела,

«Ква-а-а-а! Квэ-э-э! *произносят звуки отрывисто и*

Ква-а-а-а!» *громко*

Жизнь у Кваки хороша!

1. **Оздоровительные и фонопедические упражнения**

Фонопедические упражнения проводятся для укрепления еще не окрепших голосовых связок детей, подготовки к пению, профилактика заболеваний верхних дыхательных путей, способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. Основная цель упражнений – активизация фонационного выдоха, то есть связь голоса с дыханием, отличающимся по энергетическим затратам от речевого. Например:

**«КАПРИЗКА»**

Я не буду убирать! Я не буду кушать!

Целый день я буду ныть. Никого не слушать!

*Затем, дети сначала кричат: «А-а-а!», затем воют: «У-у-у!», потом визжат: «И-и-и!».*

1. **Пальчиковые игры**

Исследователи давно установили прямую связь между движениями пальцев рук произнесением слов. В связи с этим. особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Пальчиковые игры развивают речь ребёнка, двигательные качества, повышают координированные способности пальцев рук, соединяют пальцевую пластику с выразительными мелодическими и речевыми интонациями, формируют образно-ассоциативные мышление.

Например: **БЕЛОЧКА**

Белочка – резвушка, *ритмичные хлопки чередуются со шлепками по коленям*

Лесная веселушка,

Целый день старается *стучат кулачками в кулачок*

На зиму запасается.

С ветки – прыг, *поднимают руки вверх*

на ветку – скок! *опускают руки на плечи*

Раз – грибок, два – грибок! *загибают пальчики, соответственно тексту*

Три – орешек в скорлупе,

Будет он лежать в дупле.

И зимою, в холода, *шлёпают ладонями по плечам*

Будет Белочка сыта! *хлопают в ладоши*

Калинина Лариса Викторовна, музыкальный руководитель ВКК