

# Пение - путь к здоровью!



«Искусство пения —это искусство дыхания»  
(Франческо Ламперти - профессор пения).

### Дыхательные упражнения

1. «Задуть свечу»
2. «Нюхаем цветок»
3. «Хомячок»
4. «Шарик» - надуть и сдуть. (Живот)  
«Бегемотик»
5. «Холодно, мороз» «Ззззз...»
6. «Греем руки»
7. «Дровосек» (бам)
8. «Бабушка и дедушка»
9. «Пчёлки»
10. «Воздушный шар»





Дыхание- основа всего  
живого!

Дыхание определяет  
биоэнергетику всего  
организма.



Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой способствует:

- Улучшению носового дыхания, восстановлению нарушенного носового дыхания
- Улучшению звучания голоса (сила звука)
- Ликвидации заболеваний верхних дыхательных путей
- Улучшению состояния сердечно-сосудистой системы
- Ликвидации различных неврозов (в том числе логоневроза)
- Улучшению работы системы пищеварения (язвы, колиты)
- Укрепление сосудов на ногах
- Улучшение работы мочеполовой системы
- Улучшает дренажную функцию бронхов
- Повышает общую сопротивляемость организма, его тонус, улучшает нервно - психическое состояние.

Вывод: Дыхательная гимнастика не только восстанавливает дыхание и голос, но и благотворно воздействует на организм в целом.

## Правила:

- Тренировать только вдох носом. Вдох — резкий, короткий, шумный
- Выдох - через рот, не слышный, бесшумный
- Одновременно со вздохом делаются движения
- Счет выполняется мысленно, и только на 8
- Упражнения разрешено выполнять в любом положении — стоя, лежа, сидя



## Основной комплекс упражнений:

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| - Ладшки          | - Маятник головой |
| - Погончики       | - Насос           |
| - Кошка           | - Обними плечи    |
| - Повороты головы | - Большой маятник |
| - Ушки            | - Перекаты        |
|                   | - Шаги            |





# Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

- Укрепление мышц речевого аппарата
- Формирование правильных , полноценных движений артикуляционных органов (язык, губы, нижняя челюсть)
- Улучшение дикции (особенно полезно детям с нарушениями)



## Окошко

- широко открыть рот «жарко»
- Закрыть рот «холодно»



## Заборчик

Улыбнуться, с напряжением обнажив верхние зубы



## Дудочка

С напряжением вытянуть вперед губы



## Лошадка

- Приоткрыть рот
- Поцокать кончиком языка (как цокают копытами лошади)



## Месим тесто

- Улыбнуться
- Пошлёпать языком между губами «ля-ля-ля»
- Покусать кончик языка зубами



## Чистим зубки

- Улыбнуться, открыть рот
- Кончиком языка «почистить» поочередно верхние и нижние зубы



**Цель распевок -**  
подготовка голосовых  
связок к пению и  
упражнение в чистом  
интонировании  
определенных интервалов.

Распевание

**Задачи:**

- предупреждать  
заболевания верхних  
дыхательных путей
- укреплять хрупкие  
голосовые связки детей,  
подготовить их к пению
- Формировать  
правильное певческое и  
речевое дыхание
- Развивать  
артикуляционный  
аппарат, дикцию





# Пение



1. Подготовка
  - Дыхательная гимнастика, упражнения
  - Артикуляционная гимнастика, упражнения
2. Распевание (разогрев)
  - Распевки
  - Попевки
  - Чистоговорки
3. Пение



The slide features a light green background with a subtle gradient. Scattered across the slide are several musical notes in orange, blue, and green. Some notes are accompanied by small starburst effects. The central text is in a bold, green, sans-serif font.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

Презентацию подготовила  
Музыкальный руководитель  
Зеленюк О.В.