**Тема :** Певческое дыхание. Его роль в звукообразовании, разновидности дыхания

**Ход занятия**

**Педагог**: Здравствуйте, я рада видеть вас на занятии. На каждом занятии мы учимся правильно и красиво петь, работаем над голосом и пытаемся научиться им владеть.

А что такое голос? (ответ учеников)

Голос – это наш инструмент, который необходимо правильно настраивать, как и любой музыкальный инструмент.

Мы уже с вами знакомы с понятием голосовой аппарат. Назовите мне основные части голосового аппарата? (ответы учащихся)

Правильно – это легкие с дыхательными путями и дыхательными мышцами, гортань с голосовыми складками, где зарождается звук, и артикуляционный аппарат – совокупность резонаторов.

Все части голосового аппарата находятся в непосредственной взаимосвязи и взаимозависимости.

Но, весьма существенным для правильной работы голосового аппарата является правильное певческое дыхание – это база вокально-хоровой техники, так как от него зависит качество звука.

Певческое дыхание отличается от физиологического, и существует

**4 основных типа певческого дыхания:**

1.ключичное или верхнегрудное – активно работают мышцы плечевого пояса, такое дыхание неприемлемо для пения;

2. грудное – активные движения грудной клетки, диафрагма при вдохе поднимается, живот втягивается;

3. брюшное или диафрагматическое – дыхание осуществляется за счет активных сокращений диафрагмы и мышц живота, живот вперед

4. смешанное или грудобрюшное дыхание, задействованы работа мышц как грудной, брюшной полости, и мышц нижнего отдела спины. Этот тип дыхания является самым идеальным для певца.

Дыхание тесно связано с другими элементами вокальной техники – атакой звука, дикцией, динамикой, регистрами голоса, интонированием.

Например: из-за перебора дыхания возникают излишние мышечные напряжения в голосовом аппарате, зажатость артикуляционных органов.

Из-за этого страдает дикция, появляется напряженность звучания голоса, наступает быстрая утомляемость певца. Так же отсутствие одномоментной задержки дыхания перед атакой звука порождает звук интонационно не точный.

Существует ряд упражнений на постановку вокального дыхания. И я хочу вас познакомить с системой дыхательных упражнений Александры Николаевны Стрельниковой, которая является универсальной. Она может быть и лечебной, и оздоровительной.

Александра Николаевна была оперной певицей, работала в театре Станиславского и Немировича – Данченко, и один раз она сильно заболела, потеряла голос, у нее началась бронхиальная астма, приступы удушья. И как то, изучая разные методики восстановления голоса, она наткнулась на методику, которую из Италии привезла известная оперная певица Полина Виардо. Там был комплекс упражнений на дыхание, который ей помог справиться с недугом. И после этого Наталья Николаевна разработала систему упражнений на дыхание.

**Упражнение 1- Ладошки:**

 Исходное положение – стоять ровно и прямо. Ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, локти опущены, ладошки развернуты. На вдох ладошки сжимаем в кулак, на выдох разжимаем. Вдох активный, в живот, через нос. Выдох медленный. 4х8

**Упражнение 2 – Насос:**

Исходное положение – стоять слегка ссутулившись, руки согнуты в локтях, соединены кулаками. Имитация насоса. Активный вдох через нос, активный выдох. 4х8

**Упражнение 3 – Обними плечи:**

Исходное положение – стоять ровно и прямо, ноги шире, чем на ширине плеч, руки согнуты в локтях, подняты на уровень груди и разведены в стороны. На счет раз бросаем согнутые руки в локтях навстречу друг другу, делая вдох через нос, на счет два приводим в исходное положение – выдох. Вдох и выдох активны.4х8

**Педагог:**  Мы с вами познакомились с тремя основными упражнениями из комплекса дыхательной гимнастике по системе Стрельниковой, и переходим к разогреву голосовых связок – распеванию. Распевание очень важная часть вокальной работы, так как мышцы гортани нужно обязательно разогреть, подготовить голосовые связки для пения.

Обратите внимание, что при пении упражнений положение живота всегда вперед. Плечи не поднимаются. В вокальной практике вдох перед пением всегда берется активно и обязательно в нос.

**Упражнение 1:**

Прима на закрытый рот, звук м, ощущение головного резонатора активно.

**Упражнение 2:**

Звук м. закрытый рот. Без «подъезда» Поступенно терция. Пределы септима.

**Упражнение 3:**

На слоги ле- ли – ле, тетрахорд. Пределы ля второй октавы.

**Упражнение 4:**

Выполняется в положении наклон, слоги ма-мэ-ми-мо-му. Поступенно движение в квинту. Пределы тердецима. При переходе из примарной зоны. Звук становится легкий, светлый.

**Упражнение5:**

Попевка « У кота воркота, колыбелька хороша», поступенно терция. Пределы ми второй октавы. Важно обратить внимания, что попевка поется на одном дыхании, единой фразой. При переходе на верхний звук наклон вперед, рука вниз.

**Заключение**