

Роль дыхательных упражнений в развитии певческих способностей детей дошкольного возраста



Очень важно работая с детьми дошкольного возраста в развитии певческих навыков уделять внимание дыхательным упражнениям.

Существует выражение: «Искусство пения – искусство дыхания». Дыхание – это фундамент, на котором формируется певческий голос. От него зависит точность интонации, атака звука и красота голоса. Дыхание является двигательной силой голоса, поэтому вокальное занятие важно начинать с дыхательных упражнений, а чтобы голос был сильным и красивым, нужно развивать диафрагмальное дыхание. Такое дыхание очень полезно и для здоровья человека. Оно способствует полной вентиляции легких, усилению кровообращения, улучшению обмена веществ.

Дыхание – один из основных факторов голосообразования. Певческое дыхание требует волевых усилий. Оно состоит из вдоха, задержки дыхания и выдоха.

Дыхательные упражнения полезны для развития певческих навыков дошкольников и имеют ряд преимуществ:

Формируют правильное речевое дыхание. Упражнения помогают укрепить физиологическое дыхание детей, сформировать схему «короткий вдох — длинный выдох».

Тренируют силу вдоха и выдоха. Упражнения развивают продолжительный вдох.

«Разогревают» голосовой аппарат. Умеренный вдох и медленный выдох создают правильную установку мышц, вырабатывают физическую упругость и выносливость.

Обеспечивают наилучшее звучание голоса. Своевременный вдох и правильный последующий выдох создают условия для непрерывного и плавного звучания речи, для свободного скольжения голоса по высоте, для перехода от тихой речи к громкой и наоборот.

Укрепляют здоровье детей. Целенаправленное включение дыхательных упражнений в работу по музыкальному воспитанию дошкольников даёт положительные результаты не только в отношении вокально-исполнительского развития, но и укрепляет здоровье детей.

Цикл речевого и певческого дыхания состоит из трёх основных моментов: короткого спокойного вдоха, задержки дыхания и медленного постепенного выдоха. От качества дыхания зависит характер атаки (начала звучания) звука: твёрдый или мягкий. В детском возрасте лучше использовать мягкую атаку: спокойный вдох и постепенный выдох гарантируют мягкое и лёгкое звучание.

Некоторые рекомендации по работе с дыханием:

Убирать внешние признаки неправильных дыхательных движений. Например, часто дети, чтобы добиться более глубокого вдоха, поднимают плечи. Нужно показывать правильные дыхательные движения и объяснять их значение.

Соблюдать правила певческой установки. Голову нужно держать прямо, не опуская вниз и не запрокидывая, сидеть на краешке стула и опираться на ноги, корпус держать прямо.

Использовать игровую форму обучения. Дети лучше осваивают материал наглядно и в игре.

Подбирать репертуар с учётом развития навыка экономного распределения дыхания. Начинать нужно с коротких песен, попевок и постепенно переходить к более сложному репертуару.

Использовать напевные песни. Пение таких песен, удлиняя выдох и углубляя вдох, активизирует главную дыхательную мышцу — диафрагму, и вырабатывает умение постепенного расходования воздуха.

В результате проведения на каждом занятии дыхательной гимнастики повышаются показатели дыхательной системы, развитие певческих способностей детей. Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью.

Для детей при пении характерно ключичное дыхание. Но в певческой практике оно не приемлемо, так как ведёт к напряжению мышц шеи. При ключичном дыхании дети обычно поднимают плечи, следовательно педагог может обратить на это внимание и исправить ошибку. В развитии певческих навыков детей дошкольного возраста большое значение имеет умение правильно дышать - брать вдох, задерживать дыхание и делать долгий, плавный и ровный выдох. Во время дыхательных упражнений важно следить за тем, чтобы осанка была ровной, плечи не поднимались, а при глубоком

вдохе включалась в работу диафрагма. Детей необходимо научить правильно распределять дыхание во время пения. Сначала брать дыхание короткими фразами, постепенно удлиняя их и укрупняя. Чтобы упражнения на развитие певческого дыхания вызывали у детей положительный эмоциональный настрой, занятия лучше проводить в игровой форме. Для этого необходимо иметь методический и дидактический материал, комплекс игровых упражнений для развития дыхательной системы вокалиста, артикуляционного аппарата и дикции. Когда воспитанники хорошо освоят подготовительный этап по развитию певческих навыков, тогда можно говорить и о красоте звука и о полетности голоса. Однако нужно помнить, что чрезмерное увлечение дыхательными упражнениями может привести к гипервентиляции лёгких. И вместо пользы мы получим обратный результат. Поэтому с детьми дошкольного возраста на занятии допустимо использовать не более двух упражнений на развитие дыхания.

Каждое упражнение решает свою узкую задачу: развитие дикции, дыхания, диапазона, чистого интонирования, но решается на основе всего комплекса навыков. Эту работу необходимо проводить в системе, а не от случая к случаю.

Игровые распевки могут быть использованы, как игры в других частях занятия, что послужит закреплением певческих навыков. Данные упражнения можно разнообразить – спеть а капелла, канон, что достаточно сложно, но интересно. Можно разбиться на группы (мальчики, девочки), а можно инсценировать распевку, превратив ее в маленький спектакль.

Упражнение «Вырасти большой»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Методика проведения:

ИП: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз .

Упражнение «У кого дольше колышется ленточка».

Цель: развитие долгого выдоха

Методика проведения:

Каждый ребенок берет в руку узкую ленточку из тонкой цветной бумаги. Ноги на ширине плеч, руки внизу, слегка отведены назад. Спокойный вдох. На выдохе поднести ленточку ко рту, сделать небольшой наклон.

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребёнка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

Дыхательные упражнения — важный элемент в развитии певческих навыков у дошкольников, так как от правильного дыхания зависит качество звука голоса. При отсутствии работы над певческим дыханием дальнейшее развитие вокальных данных невозможно, более того, неправильное дыхание может привести к полной потере певческого голоса.

Список литературы:

1. М. Ю. Картушина "Вокально-хоровая работа в детском саду".
2. О. В. Кацер «Игровая методика обучения детей пению».
3. И. Новоскольцева, И. Каплунова «Ладушки».

Музыкальный руководитель
МАДОУ «Детский сад №21»
Екатерина Викторовна Бевзюк