

Уважаемые, родители!

Искусство пения – это, прежде всего искусство правильного дыхания, которое является важнейшим фактором нашего здоровья.

Дыхательная гимнастика необходима как для часто болеющих детей, так и для здоровых детей, чтобы сохранить здоровье.

С чего же начать?

Дыхательную гимнастику можно начать с игровых упражнений.

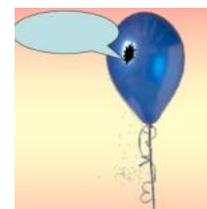
Дыхательное упражнение «Шум моря»

Слушаем (в записи) звуки моря, а затем - «дышим», как море. Делаем тихий, мягкий вдох животом и плавно поднимаем вверх руки. А потом – выдыхаем на звук «Ш» и опускаем руки.



Дыхательное упражнение «Воздушные Шарики»

Активный вдох, подносим воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы начинаем надувать его. Нужно следить глазами за тем, как шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Надо дуть осторожно, чтобы шарик не лопнул. А потом, можно показать красивые шары друг другу.



Дыхательное упражнение «Шарик спускается»

Глубокий медленный вдох – через нос, медленный выдох – через рот на звук «ссссс»

Дыхательное упражнение «Одуванчик»

Вдох через нос – лёгкий, бесшумный, выдох – через рот, со звуком восхищения «ах!».



Дыхательное упражнение «Пушистый одуванчик»

Активный долгий вдох - набираем много воздуха, чтобы сильно дунуть на одуванчик, который распушился. Можно использовать вату или пушинку (гусиный, утиный пух). Говорим, что создадим в комнате снегопад, удерживая пушинку в воздухе, как можно дольше.

Также предлагаю Вам вместе с детьми посмотреть музыкальную сказку "Дюймовочка" по мотивам сказки Г.Х. Андерсена. Композитор Евгений Крылатов.

<https://www.youtube.com/watch?v=EJvKUN2Yn6o>

После просмотра можно обсудить с ребёнком сказку, попросить передать впечатления в рисунке.

Музыкальный руководитель Седых Юлия Владимировна