РОЛЬ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В МУЗЫКАЛЬНОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Выполнение дыхательной гимнастики для детей – отличная профилактика заболеваний органов дыхания. Такая гимнастика укрепляет иммунитет ребенка, развивает еще не совсем совершенную дыхательную систему малыша. Особенно эффективно зарекомендовали себя дыхательные упражнения у деток, которые страдают бронхиальной астмой, бронхитами, частыми простудными заболеваниями. Дыхательную гимнастику часто назначают врачи в дополнение к лекарственному и физиотерапевтическому лечению болезней дыхательной системы. Ее применение значительно облегчает течение болезни, уменьшает риск развития осложнений.

Противопоказаний к занятиям упражнениями на дыхание для детей немного, но все же они существуют. Такую гимнастику не рекомендуется делать тем деткам, которые имеют выраженный остеохондроз позвоночника в шейно-грудном отделе, травмы позвоночника или головного мозга, высокое артериальное, глазное или внутричерепное давление, частые кровотечения. Лучше всего проконсультироваться с врачом, какие именно дыхательные упражнения для детей подойдут ребенку.

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ.

необходимо использовать на занятиях перед пением песен для выработки правильного певческого дыхания.

Пение, мелодекламация, специальные речевые игры способствуют развитию голоса (основой которого является правильное дыхание). Перед пением песен нужно заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, фонопедическими и оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок, которые влияют на здоровье часто болеющих детей, а так же детей имеющих речевые нарушения. Основными задачами дыхательных упражнений на музыкальных занятиях являются:

1. Укрепление физиологического дыхания детей (без речи);

2. Тренировка силы вдоха и выдоха;

3. Развитие продолжительности вдоха.

В результате проведения на каждом занятии дыхательной гимнастики повышаются показатели дыхательной системы, развитие певческих способностей детей.

Приведем в качестве примера упражнения на формирование диафрагматического дыхания с использованием музыкотерапии.  
  
Представьте себе, что у вас в животе поселился маленький-маленький воздушный шарик. Ему очень нравится, когда его надувают и сдувают. Попробуйте надуть его. Чтобы надуть его большим, воздух надо вдыхать через нос, а выдыхать через рот. Давайте посмотрим, у кого шарик получится самый большой.

Упражнения для малышей.

«Бегемотик» Выполняется лежа или сидя. Ребенок кладет ладонь на область диафрагмы и глубоко дышит. Вдох и выдох производится через нос. Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой: Сели бегемотики, потрогали животики. То животик поднимается(вдох), То животик опускается(выдох).

«Веселый паровозик». Детям дается установка: «Чей паровозик проедет дольше?» Предлагается сделать глубокий вдох носом. По знаку муз. руководителя паровозик едет: «Чух-чух-чух - так долго, на сколько хватит дыхания. Победит тот «паровозик», у которого дольше хватило дыхания.

«Исполнение скороговорки» Егорка.

Она должна произноситься на одном выдохе, без дополнительного вдыхания воздуха:  
Как на горке, на пригорке

Жили 33 Егорки,

Раз Егорка, два Егорка

Чем больше «Егорок» сможет назвать ребенок, тем больше у него объем легких.  
«Эхо»  
Глубоко вдохнуть и громко на выдохе произнести «ты кто-кто-кто-кто…» С каждым произношением слова «кто» голос должен становится все тише и тише.