**Постановка певческого голоса у детей дошкольного возраста**

****

Голос– это важнейший механизм, который мы используем с первых дней жизни. Своевременная забота о голосовом аппарате помогает нам в успешном освоении профессии, в творческих начинаниях, самоопределении. Голос дает звучание нашей жизни и обогащает наш опыт.

Главное значение голоса в жизни каждого человека в том, что с его помощью человек способен говорить, выражать свои мысли, общаться. Без голоса человек потерял бы умение к коммуникативным функциям и к выражению своих чувств. Очень часто встречаются различные дефекты голосового аппарата, которые подобно потере голоса, усложняют коммуникационные процессы жизнедеятельности.

Чаще всего это происходит из-за неправильного распределения нагрузки на голосовой аппарат, неверной технике дыхания и звукоизвлечения, а также при различных голосовых и мышечных зажимах. Все вышеперечисленные факторы, говорят о неправильной постановке голоса. Поэтому процесс постановки голоса должен играть важную роль в жизни любого человека. Тем более, что для большого  процента людей, хорошо поставленный голос это неотъемлемая часть их профессии (ораторы, певцы, актёры, дикторы радио и телевидения, преподаватели, телефонисты, политические деятели и т.д.)

Одним из средств постановки голоса является правильно организованная вокальная работа. В процессе обучения могут возникнуть различные проблемы, которые в дальнейшем могут отрицательно повлиять на голос ребенка. Дошкольный возраст является чрезвычайно важным и сложным в развитии голоса. Требования, предъявляемые к певческому голосу детей, должны быть строго согласованы с их анатомо-физиологическими особенностями, чтобы обеспечить условия для нормального развития их голоса.

Для успешной постановки певческого голоса у младших школьников можно выделить следующие критерии:

1. Вокальное дыхание;

2. Певческая установка;

3. Работа артикуляционного аппарата;

4. Интонирование звука.

Упражнения для развития данных критериев необходимо вводить в работу постепенно, в игровой форме, доводя до навыка автоматизма. Упражнения для успешной постановки певческого голоса детей дошкольного возраста представлены ниже.



**Дыхательные упражнения для детей дошкольного возраста**

Для постановки певческого дыхания необходимо в игровой форме объяснить детям технику нижнереберно-диафрагматического типа дыхания. При вдохе- мышцы живота идут вперёд, при выдохе возвращаются на место. Удачнее всего это будет сделать с помощью упражнения **«Вдох и выдох» (по Н.И. Журавленко).** Ребенок кладет ладошки на живот. Преподаватель поднимает руку вверх и дает команду: «Вдох!». Ребенок делает энергичный вдох носом и задерживает дыхание. Руки должны почувствовать, как при вдохе напрягаются мышцы живота, а сам он немного выпячивается. Именно в такой технике учащийся продолжает работу над дыхательными упражнениями. Если с данным упражнением возникают трудности, то наиболее удачно работу мышц живота можно проследить в положении лежа, с помощью упражнения:

**2. «Прыгучий животик».** Данное упражнение отлично подойдет для детей дошкольного возраста. Ребенок ложится на коврик, педагог кладет на его живот игрушку или книгу. И называет задачу: «игрушка должна прыгать на твоем животе». Ребенок автоматически, в игровой форме, начинает работать мышцами живота именно так, как следует для нижнереберно-диафрагматического типа дыхания. После этого просим сосредоточить внимание на работу живота. Убираем игрушку или книгу, просим положить на живот руку и так же активно продолжить работу диафрагмой. Далее необходимо повторить упражнение стоя, так же обращая особое внимание на работу мышц живота.

После того, как ребенок привык к работе певческого (нижнереберно-диафрагматического типа дыхания), необходимо закрепить знания с помощью комплекса дыхательных упражнений, которые развивают навык певческого дыхания, длительность вокального выдоха и краткость вокального вдоха, доводя данные навыки до «автоматизма». Наиболее интересными для работы с детьми являются звуковые дыхательные упражнения.

1. **«Комплекс упражнений звуковой психорегуляции дыхания» (по М. Л. Лазареву).**

*«Муха».* Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, глаза закрыты. После глубокого вдоха носом негромко произносится звук «в» до полного выдоха воздуха из легких. Повторить 4 раза.

*«Комар».* Исходное положение: стоя, расслабив все тело, и положив ладонь одной руки на шею спереди. После глубокого вдоха носом не громко произносится звук «з» до полного выдоха воздуха из легких. Повторить 4 раза.

*«Жук*». Исходное положение: стоя, расслабив все мышцы и закрыв глаза. Ладонь положить на грудь. После глубокого вдоха не громко произносится звук «ж» до полного выдоха воздуха из легких. Повторить 4 раза.

*«Звуковая релаксация».* Исходное положение: лежа на спине с закрытыми глазами. Тихо произносить звук «ф», пытаясь тянуты его как можно дольше. Затем так же произносить звуки «х-ц-ч-ш-щ-с». Каждый звук повторить 2 раза.

*2. «Губное резонирование»* (по Т. В. Охомуш). На счет 1-2-3 - вдох, а выдох - как можно дольше, с одновременным произнесением звука "в", держа губы полусомкнутыми и ощущая работу диафрагмы. Так же упражнение помогает петь, чувствуя работу мышц спины.

*3. Произнесение текста активным шепотом* (по Г. П. Стуловой) способствует активизации дыхательной мускулатуры и приучает к чувству опоры звука на дыхание.



**Правильная певческая установка**

1. Поза человека поющего, должна быть удобной и естественной. Он должен уметь хорошо и удобно стоять на двух(!) ногах, что обеспечивает устойчивость тела, равномерное распределение нагрузки на все мышцы и мускулы, мобилизует нервную систему.

2. Плечи должны быть хорошо развернуты на прямом позвоночнике. Это помогает полноценно брать дыхание в легкие и использовать грудной резонатор.

3. Голову не опускать и не запрокидывать, она должна смотреть прямо перед собой, находясь на свободной, не зажатой шее — это обеспечивает свободу гортани и глотки, их естественное состояние. Все должно способствовать полноценному звучанию голоса.

4. Лицо поющего должно быть свободно от гримас и подчинено общей задаче — идее творчества.

5. Руки должны быть свободны, не напряжены, не зажаты за спиной или на груди, а опущены по бокам, что в любой момент позволяет сделать свободный, произвольный жест.



**Артикуляционные упражнения**

Еще одной важной частью коррекции постановке певческого голоса является артикуляция. Наиболее благоприятной формой в развитии работы артикуляционного аппарата является артикуляционная гимнастика. Артикуляционная гимнастика помогает устранить напряжение и скованность артикуляционных мышц; разогреть мышцы языка, губ, щек, челюсти, обеспечивая им наибольшую подвижность; развить мимику, артикуляционную моторику, развить выразительную дикцию.

*Артикуляционная гимнастика по системе B. В. Емельянова.*

1. Четыре раза слегка прикусите зубами кончик языка. Повторить 4 раза. (Далее каждое задание выполняется 4 раза).

2. Покусайте язык попеременно правыми и левыми боковыми зубами, как бы жуя его. Сделайте языком круговые движения между губами и зубами с закрытым ртом. То же в противоположном направлении.

3. Пощелкайте языком, изменяя форму рта. Обратите внимание на изменения щелкающего звука.

4. Покусайте нижнюю губу, верхнюю губу, втяните щеки и закусите боковыми зубами их внутреннюю поверхность.

5. Выверните наружу нижнюю губу, обнажив десны и придавлицу обиженное выражение.

6. Приподнимите верхнюю губу, обнажив десны и придав лицу подобие улыбки.

7. Чередуйте два предыдущих упражнения в ускоряющемся темпе.

8. Губы соберите в «трубочку», вытяните вперед и сделайте поцелуйчик.

9. «Прокалывайте» щечки язычком до болевых ощущений, постепенно ускоряя темп.

10. Растягивайте рот вертикально и горизонтально, чередуя движения.

11. Сделайте нижней челюстью круговое движение вперед- назад.

12. Сделайте нижней челюстью круговое движение вперед-вправо-назад-влево-вперед.

Исполнение упражнений, связанных с работой губ и открыванием рта, необходимо контролировать в зеркале. В дальнейшей работе также желателен постоянный визуальный контроль. Для того чтобы детям было интересней выполнять упражнения, можно преподнести их в сказочно- игровой форме.

При проблемах в произношении определенных букв и звуков, рекомендуется провести комплекс логопедических чистоговорок по И. Б. Мусовой, делая акценты на буквы, которые ученик не может произнести.

*Логопедические чистоговорки (по И.Б. Мусовой.)*

Инструкция: Ребенку следует повторить чистоговорку. Одни из примеров (акцент на буквы «А», «П», «Б», «Н»).

1. Апы-апы-апы — у волка сильные лапы,

апа-апа-апа — у волка болит лапа; где больная лапа?

Апе-апе-апе — (тут) ранка на лапе;

апу-апу-апу — мы полечим лапу.

2. Ба-ба-ба — на крыше есть труба,

бу-бу-бу—надо чистить трубу,

бы-бы-бы — валит дым из трубы,

бе-бе-бе — я играю на трубе.

3. На-на-на — я стою у окна,

но-но-но — я смотрю в окно,

ну-ну-ну — ну-ка, подойди к окну,

не-не-не — свет горит в нашем окне.



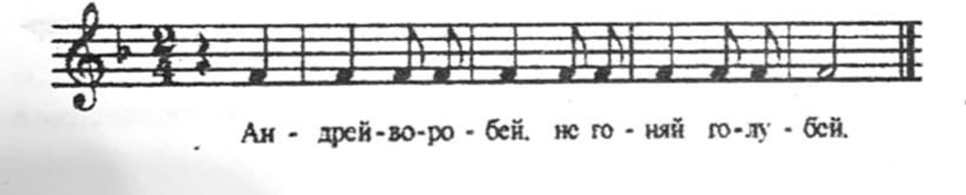
**Вокальные интонационные упражнения.**

В работе с детьми дошкольного возраста широко используются русские народные песенки попевки, скороговорки и упражнения в игровой форме. Упражнения необходимо выполнять на примарном диапазоне голоса учащегося, без напряжения, следить за правильным вокальным дыханием. Петь следует на умеренном звучании, заняв правильную певческую установку.

***«Здоровьесберегающие упражнения» (по Ю. Б. Волеговой).***

Для коррекции не точной интонации звука подойдут следующие упражнения:

**Упражнение № 1** «Песенка-дразнилка». Помогает сформировать активную артикуляцию и опорное дыхание, не дающее интонационно сползать с заданной ноты.



**Упражнение № 2.**



**Упражнение № 3** направлено на развитие широкого певческого дыхания, точное интонирование.



**Упражнения № 4 и 5**



**Упражнение № 6** предназначено для развития продолжительности звучания и для выравнивания гласных. Для более точной атаки добавляются согласные: д, м, л, н, р.



Следует обращать внимание на то, чтобы звуки не были крикливыми, исполнялись свободно и легко. На этапе постановки певческого голоса, мы можем заметить различные психологические и физические зажимы. Некоторые виды зажима выявляются при наблюдении за поведением ребенка в процессе пения: зажим корпуса, шеи, рук, нижней челюсти. Заметив у ребенка сильные зажимы, необходимо провести беседу о правильной певческой установке. А также, необходимо попросить его продолжить пение, но при этом очень спокойно и свободно пройтись по залу. Необходимо полностью расслабиться, освободить руки, выпрямить спину.

*Для устранения зажимов и для освобождения звукового канала также полезно использовать следующие упражнения:*

1. Рот слегка открыт, пальцы рук фиксируют положение подбородка около передней части шеи. Произносить медленно про себя «О - У – А», не меняя положения рта (Н. Б. Гонтаренко).

2.Раскрыть рот (расстояние между зубами - 2 пальца), протянуть звукосочетание: AMM… АММ. (звук «А» - тихим шепотом, «М» - протяжно, звучно). Переносить вибрацию с «М» глубоко в глотку (Н. Б. Гонтаренко).

3.Мышцы тела расслаблены. Правая рука на груди (для ощущения вибрации). Левую руку поднести к губам для проверки теплого дыхания и тихо, низко простонать на разные гласные, начиная с «У» и «О», как самых удобных для стона. Делать по схеме: короткий, небольшой вдох, теплый выдох со стоном, то есть стон звучит как бы в середине выдоха. Никакого напряжения быть не должно.