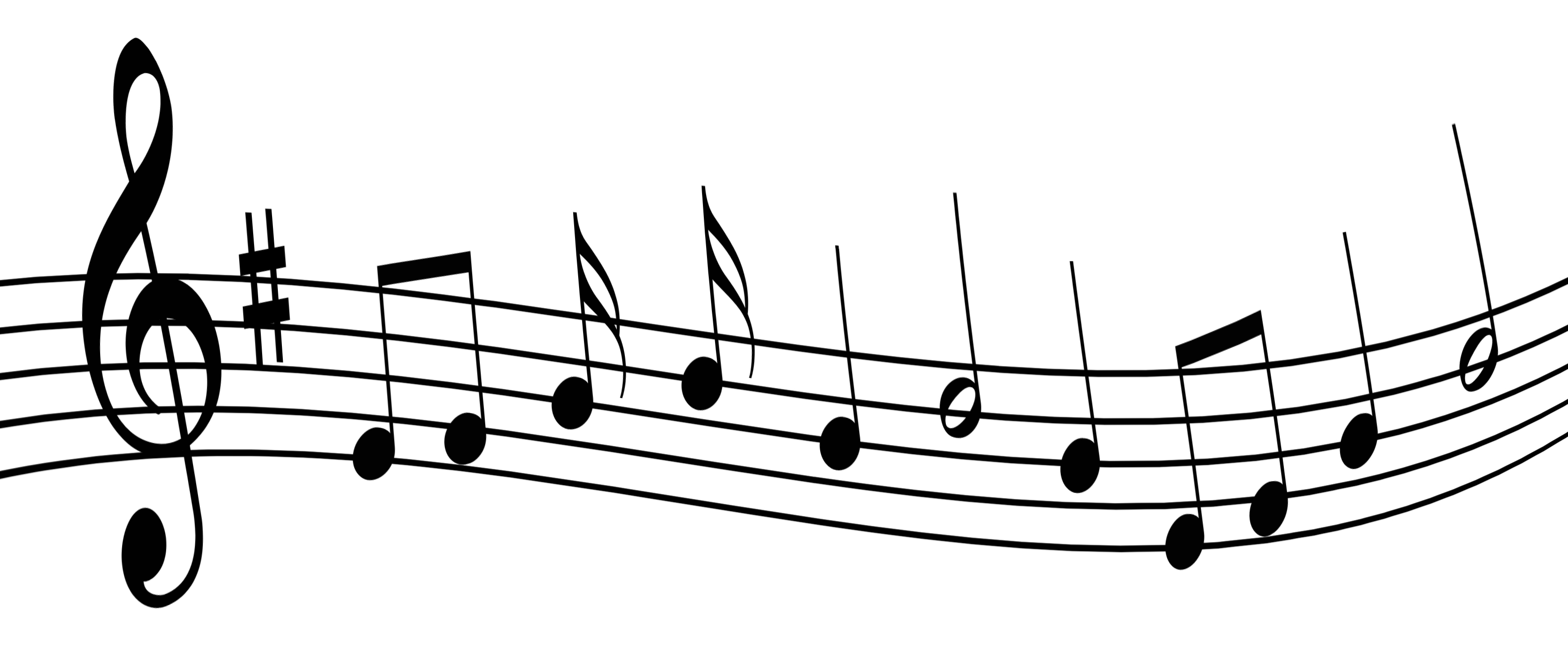
***Муниципальное бюджетное учреждение***

***дополнительного образования «Центр «Поиск»***



***Составил***

***руководитель творческого объединения «Мечтатели»***

***Патраков А.Н.***

***с.Саранпауль, 2016 год.***

*Здоровье – не все, но все без здоровья – ничто*

*(Сократ)*

**ТЕМА: «Волшебный массаж»**

**ЦЕЛЬ**: Повысить адаптивные возможности детского организма с помощью ознакомления с видами массажа применяющихся на занятиях вокалом.

**ЗАДАЧИ**:

***Обучающая:*** научить выполнять гигиенический и вибрационный массажи;

***Развивающая:*** способствовать развитию певческих навыков с использованием здоровьесберегающих технологий, исходя из возрастных особенностей детей;

***Воспитательная:*** формировать представления об охране здоровья, бережного отношения к себе  и к своему молодому организму;

***Оздоравливающая:*** создание системы профилактики и коррекции здоровья детей путём обучения методиками: дыхательная гимнастика по методу А.Н. Стрельниковой, гигиенический и вибрационный массажи, вокальные упраженения, логопедические упражнения (скороговорки), артикуляционная гимнастика, игра.

**Оборудование, дидактический материал:**

Фортепиано, музыкальная аппаратура, нотный стан, головные уборы с названием нот, репродукции картин изобразительного искусства, музыкальные произведения классического и современного направления.

**ПЛАН ЗАНЯТИЯ:**

1. Организационный момент.

2. Повторение пройденного материала.

3. Изучение новой темы.

4. Закрепление новой темы.

5. Творческая часть.

6. Подведение итогов занятия.

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

**1. Организационный момент (2 мин.)**

**Педагог:** Здравствуйте, друзья мои!

Я очень рад вас видеть, и надеюсь, вы тоже пришли на занятие с хорошим   настроением. Тем более что сегодня у нас с вами  очень интересная тема: «Волшебный массаж».

**2. Повторение пройденного материала (10 мин.)**

**Педагог:** Ребята, назовите, пожалуйста, мне ноты, которые вы знаете.

***(ответ детей: до, ре, ми, фа, соль, ля, си)***

**Педагог:**Правильно! И сейчас мы попадем с вами в сказку, где каждый из вас будет ноткой. Я буду ноткой – ДО, а вы…

Каждому ребенку надевается головной убор, соответствующий определенной ноте.

**Педагог:** Ну вот, вы уже и превратились в нотки. Все нотки живут в домике – нотном стане. На сцене вы видите нотный стан. Но он пуст. Каждая нота имеет в домике свое место, но какое? Ну-ка нотки покажите, где в домике ваше место.

Дети по очереди становятся возле нотного стана, и показывают, где располагается каждая нота.

**Педагог:** Уважаемые мои нотки! Напомните, пожалуйста, что обязательно нужно, делать юным вокалистам, чтобы хорошо петь нотки.

***(ответы детей)***

**Педагог:** Правильно, заниматься вокальными упражнениями, дыхательной и речевой гимнастикой, и не забудем про ряд упражнений «Приключение язычка». Для этого мы проведем специальную настройку. У нас хорошее настроение?

***(ответы детей)***

**Педагог:** Сядьте удобно, закройте глаза ***(дети сидят на стульях полукругом).*** Мы готовы к работе на занятии по вокалу. Сделайте глубокий вдох и выдох ***(дети повторяют это упражнение 2-3 раза).***

Откройте глаза, еще раз глубоко вдохните и выдохните. Начинаем наше занятие с группы упражнений **«Приключение язычка»**

*- поднимаем язычок до носа и опускаем до подбородка* ***(растягивается нижняя часть язычка, и укрепляются мышцы нижней челюсти),*** *каждое упражнение повторяем 10 раз*

*- сворачиваем язычок в трубочку и делаем вдох через нос, а выдох осуществляем через язычковую трубочку* ***(упражнение на твёрдость формы)***

*- облизываем верхнюю и нижнюю губы по часовой, а затем против часовой стрелке* ***(упражнение на подвижность язычка)***

**Педагог:** Ребята у вас всё прекрасно получается. Продолжаем нашу работу и переходим к развитию и укреплению артикуляционного аппарата. И у меня к вам вопрос. Что это такое и для чего он нам нужен?

***(ответ детей)***

**Педагог:**Совершенно верно вы ответили на мой вопрос. Мы переходим  к следующему ряду упражнений:

*- верхнюю губку тянем  вниз и возвращаем в исходное положение*

*- нижнюю губку вытягиваем вперед, а затем прячем под верхнюю губку*

*- вытягиваем губы вперед и делаем движения вверх-вниз, вправо-влево*

*- вытянутыми губками делаем круговые движения в разные стороны*

*- упражнение «Поцелуй»*

*- растягиваем широко губы в улыбке так, чтобы были видны все зубы.*

*- упражнение «Рыбка»*

*- упражнение «Машинка»*

**Педагог**: Мы с вами завершили первый блок упражнений и чтобы перейти к следующему, я хочу, чтобы вы максимально расслабились сидя на своих стульчиках. Закрытыми  глазками послушали классическое произведение   Клода Дебюсси «Лунный  свет»

***(дети в тишине слушают музыку)***

**Педагог:** Продолжим занятие с вокальной разминки. Зачем нужна вокальная разминка? А может совсем не обязательно распеваться на каждом занятии?

***(ответы воспитанников)***

**Педагог:**Правильно ребята. Распеваться на каждом занятии обязательно, так как голосовые связки крепнут, растут. Мы приобретаем навык правильного произношения слова в песне.

Голос как любой музыкальный инструмент требует правильной настройки. Правильно поставленное пение организует деятельность голосового аппарата, укрепляет голосовые связки, развивает приятный тембр голоса.

Правильная поза влияет на равномерное и более глубокое дыхание.

Пение развивает координацию голоса и слуха, улучшает детскую речь.

Пение с движениями формирует хорошую осанку, координирует ходьбу. Поэтому огромную роль в позитивной ориентации личности во время пения играет манера звукоизвлечения: звук посылается в пространство, губы растягиваются в улыбке.

Звук, извлекающийся на улыбке, становится светлым, чистым и свободным.

В результате постоянной тренировки улыбки, качества звука переходят и на личность человека.

Вскоре улыбка внешняя становится улыбкой внутренней, и уже поющие люди с улыбкой смотрят на мир и на других людей.

Давай улыбнёмся с вами друг другу и продолжим наше занятие.

**Начинаем  с распевок:**

*Упражнение № 1*

На одной ноте поём ма-э-и-о-у (восходящее движение по хроматизму)

*Упражнение № 2*

Поём по слогам «Я пою» по звукам T53 при нисходящем движении.

*Упражнение № 3*

По восходящему и нисходящему  хроматическому движению поём да-да-да-да-да-да-да-да.

*Упражнение № 4*

Поём по слогам «Сияла ночь» по звукам T53 при нисходящем движении.

*Упражнение № 5*

Поем «Вот иду я вверх, вот иду я вниз»

*Упражнение № 6*

До-ре-до;  до-ре-ми-ре-до; до-ре-ми-фа-соль-фа-ми-ре-до. Распевка поётся вверх по хроматизму.

*Упражнение № 7*

Поём по слогам «Мы идём» по звукам T53 при нисходящем движении.

*Упражнение № 8*

По звукам T53 при восходящим движении поём  да-дэ-ди-до-ду;  бра-брэ-бри-бро-бру; за-зэ-зи-зо-зу.

**Педагог:** Завершаем блок распевок мы всегда скороговорками. А для чего нам нужны скороговорки? (ответы воспитанников). Совершенно верно. Скороговорки раскрепощают речевой аппарат.

*Упражнение № 9*

Поём скороговорку «Шла Саша по шоссе и сосала сушку».

*Упражнение № 10*

Проговариваем скороговорку «Мышка мыла мишке шишке»

*Упражнение № 11*

Проговариваем скороговорку « Тигрёнок громко рыкнул р-р-р-р.

**3. Изучение новой темы (20 мин.)**

**Педагог**: Мы повторили все знакомые вам упражнения и готовы приступить к новой теме. А называется она «Волшебный массаж». А делали ли вам массаж? ***(ответы воспитанников).*** Вы совершенно правы, массаж бывает разный, в том числе и для вокалистов.

Сегодня мы с вами познакомимся  с гигиеническим и вибрационным  массажами. Упражнения  эти просты, но очень необходимы при занятии вокалом. Вы готовы к новым к упражнениям? ***(ответы воспитанников).***

**Упражнения гигиенического массажа:**

*1. Пальцами обеих рук делаем лёгкие поглаживания, от середины лба к вискам.*

*2. Пальцами обеих рук делаем лёгкие поглаживания от середины носа по крыльям носа, по верхнечелюстным пазухам вверх к вискам.*

*3. Расслабленные губы (рот слегка приоткрыт). От середины верхней губы вниз к уголкам, массируем указательными пальцами обеих рук поочерёдно. Нижняя губа массируется аналогично, только вверх.*

*4. Подбородок – выполняем активные касательные движения вправо-влево.*

**Педагог:** Мы с вами познакомились с гигиеническим массажем. А для хорошей работы резонаторов необходимо всем вокалистам выполнять следующие упражнения вибрационного массажа.

**Вибрационный массаж**

*1. Лоб - выполняем лёгкие постукивания с самым высоким звуком «м».*

*2. Гайморовые пазухи - выполняем лёгкие постукивания, понижая высоту звука «м».*

*3. Верхняя губа - выполняем лёгкие постукивания, понижая высоту звука «в».*

*4. Нижняя губа - выполняем лёгкие постукивания, понижая высоту звука «з».*

*5. Верхняя часть спины и груди – выполняем лёгкие постукивания, понижая высоту звука «м».*

**Педагог:** Спасибо большое. А теперь напомните мне, какие упражнения мы ещё сегодня не выполняли?

***(ответы детей)***

**Педагог:**Правильно. Упражнения на дыхание. Ведь они нам очень необходимы перед началом занятия вокалом, потому что если перед началом пения не взять дыхание, то звук прозвучит не так как надо. Сейчас, мы с вами выполним дыхательные упражнения. Следите за тем, чтобы плечи во время вдоха не поднимались. Напомните мне, какие нужно соблюдать правила при выполнении этих упражнений.

***(ответы воспитанников и   выполнение упражнения вместе с педагогом «Маятник», «Насос», «Кошка», «Перекаты»)***

**4. Закрепление новой темы (5 мин.)**

Неожиданно для всех детей в зал входит Шапокляк. Напевая песенку.

**Педагог:**  Кто вы такая? И что вы здесь делаете?

**Шапокляк:**

Кто я!?

Кто людям помогает

Тот тратит время зря.

Хорошими делами

Прославиться нельзя

Ха-ха-ха-ха.

Я старуха Шапокляк.

**Педагог**: А зачем Вы к нам пришли?

**Шапокляк**: Я хоть и старушка, вернее женщина почтительного возраста, но и то знаю, как нужно петь и что для это нужно делать. Сейчас я вам расскажу. Хотите? (ответы детей). Итак, слушайте меня внимательно, и записывай в ваши тетрадочки. Необходимо есть конфеты перед занятием, регулярно прогуливать занятия. Дышать ртом…

**Педагог:** Шапокляк, что-то ты путаешь. Ребята уже все знают. Как соблюдать гигиену голосового аппарата. Регулярно посещают все занятия и с удовольствием делают все упражнения показанные педагогом. Правда, ребята? Ну-ка, расскажите старушке Шапокляк, что мы сегодня на занятии узнали.

***(ответы детей)***

**Шапокляк:** И, правда, знаете много. Видно моя информация устарела.  Ребята, может вы мне какую-нибудь хорошую песню споёте. Вы согласны?

**Дети**: Согласны. Мы споем Вам песню «Шарики воздушные».

**5. Творческая часть (4 мин.)**

Дети исполняют песню: «Шарики воздушные».

**Шапокляк:** Какие вы молодцы. Теперь я точно знаю, что вы умеете правильно петь, и я теперь спокойно могу отправиться домой. Но помните, что моя Крыска – Лариска за вами наблюдает. Учитесь хорошо, выступайте, побеждайте на конкурсах и может быть, станете настоящими артистами. До свидания.

Шапокляк уходит.

**6. Подведение итогов занятия (4 мин.)**

**Педагог:** Ну, что, нам пора возвращаться из сказки.

Педагог снимает с детей головные уборы.

**Педагог**: Я очень вами горжусь ребята. Наше занятие подходит к концу. Я надеюсь, что сегодня вы узнали много нового, и вам было интересно на занятии. Если это действительно так, прикрепите на наш нотный стан улыбающиеся нотки, а если – нет, то грустные.

Дети прикрепляют нотки.

**Педагог:** Спасибо ребята. До следующего занятия.

**Используемая литература.**

1. Дубровская С. В. Знаменитая дыхательная гимнастика Стрельниковой. – М.: РИПОЛ классик, 2008.

2. Емельянов В. В. Развитие голоса. Координация и тренинг. – СПб: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007.

3. Жавинина О., Зац Л. Музыкальное воспитание: поиски и находки // Искусство в школе. – 2003. –  № 5.

4. Морозов В. П. Искусство резонансного пения. Основы резонансной теории и техники. – М.,  2002.

5. Психотерапевтическая энциклопедия. — СПб: ПИТЕР, 2000.

6. Разумов А. Н., Пономаренко В. А., Пискунов В. А. Здоровье здорового человека.  – М., 1996.