**Усвоение певческих навыков. Артикуляционная гимнастика.**

Артикуляция – это работа речевого аппарата для правильного создания звука. При правильной артикуляции происходит четкое расчленение звуков, которые мы можем различать.

Понятия артикуляция и дикция тесно связаны между собой. Постановке правильной дикции предшествует артикуляционная гимнастика, активизирующая каждую из частей речевого аппарата. Для того, чтобы добиться хорошей дикции, сначала необходимо разогреть и подготовить органы, участвующие в произношении звуков (язык, небо, гортань и т.д.). Этому способствуют артикуляционные упражнения.

Артикуляционные упражнения и гимнастика направлены на то, чтобы натренировать мышцы речевого аппарата, добиться их свободной подвижности. Обратите внимание на то, чтобы во время выполнения артикуляционной гимнастики нагрузка была направлена только на необходимые для работы мышцы. Особенно следите за свободой мышц шейно-плечевого отдела. Для достижения максимальной эффективности темп артикуляционных упражнений должен быть замедленный. Проделав артикуляционную гимнастику и убедившись, что все части речевого аппарата по отдельности работают активно, обратите внимание на общую артикуляцию во время разговора или чтения текстов. Речь должна быть внятной, но ненавязчивой!

**Разработка мягкого неба.**

1) «Пасть льва» – зевок с закрытым ртом.

2) «Маляр» – расслабленным языком в виде лопатки достать до мягкого неба и вернуться к верхним альвеолам (основания нижних и верхних зубов).

3) Произносить гласные звуки с позевыванием.

4) Имитировать полоскание горла.

**Разработка нижней челюсти.**

1) «Противостояние» – нижняя челюсть давит вниз, кулачки давят снизу на челюсть, рот слегка приоткрыт.

2) Движения челюсти вперед – назад, вниз до максимальной точки, круговые.

**Разработка щёк**

1) «Полоскание» – надувание и втягивание обеих щек одновре­менно.

2) «Шарик» – перегонка воздуха из одной щеки в другую, затем под верхнюю губу и под нижнюю.

3) «Шарик-2» – напрягаем губы и щёки, пытаемся преодолеть их сопротивление и вытолкнуть шарик – воздух из полости рта наружу (после упражнения в губах должно быть легкое покалывание).

4) «Рыбка» – втянуть щёки в ротовую полость, нижняя челюсть опущена, губы собраны в рыбий рот, поработать – смыкать и размыкать.

**Разработка губ**

1) «Улыбка – хоботок» – зубы сомкнуты, улыбнуться с напряжением, обнажив зубы, затем с напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать на счет 10.

2) «Хоботок» – вверх, вниз, в стороны, круговые, зубы всегда сомкнуты.

3) «Скольжение» – пожевали верхнюю и нижнюю губу. Рот приоткрыли, губы натягиваются на зубы, затем растягиваются в улыбке.

4)«Кролик» – верхняя губа подтягивается кверху, обнажая верхние зубы, затем нижняя – вниз, обнажая нижние зубы. Представьте, что губу тянут за невидимые ниточки.

5)«Лошадка» – пофыркали.

6)«Бублик» – хоботок, затем округлить губы (зубы сомкнуты), чтобы были видны зубы. Удерживать до 10 секунд.

**Разработка языка.**

1) «Вертушка» – вращать языком по кругу между челюстями и губами с задержкой и уколом языка то в правую щеку, то в левую (челюсти неподвижны).

2) «Печем пироги»

а) «Месим тесто» – размять язык зубами,

б) «Лепим пирог» – похлопать губами по языку,

в) «Остужаем пирог» – подуть на кончик языка, находящийся в распластанном положении на нижней губе.

3) «Лопаточка-иголочка» – язык тянуть «иголочкой» до противоположной стены, затем положить «лопаточкой» на нижнюю губу, т.е. расслабить – все выдерживать на счет 10.

4) «Качели» – дотянуться кончиком языка до носа и до подбородка.

5) «Трубочка» – сложить язык трубочкой, выдвигать вперед-назад, затем выдувать в трубочку воздух.

6) «Спираль» – поворачивать язык то на один бок, то на другой.

7) «Чашечка» – кончик языка поднять, слегка приподнять края языка, сначала

вынести «чашечку-язык» перед губами, затем внести в середину рта. Подуть на

кончик носа.

8) «Горка» – кончик языка у основания нижних зубов, середина поднята к небу и выгибается дугой, прикасаясь к верхним зубам. Рот приоткрыт, челюсть неподвижна.

9) «Внутренний крестик» – кончик языка к верхним альвеолам и к нижним, затем уколы в правую и левую щеку. Не размазываться, все делать точно и четко.

10) «Наружный крестик» – кончик языка к верхней губе, затем к нижней, в правый уголок губ и в левый. Движения точные и чистые.

11) «Зонтик» – кончик языка вверх к нёбу, удерживать, затем расслабить.

12) «Прилипала» – присосать широкий язык к небу, не отрывая языка, открывать и закрывать рог. Закончить щелканьем языка.

13) «Болтушка» – бла-бла-бла- расслабленный язык колеблет верхнюю губу.

14) «Лошадка» – пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот приоткрыт, кончик языка не вытянут и не заострен. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, нижняя челюсть неподвижна.

15) «Барабан» – язык упирается в верхние зубы, рот приоткрыт, многократно и отчетливо произносим Д-Д-Д, затем ТД -ТД-ТД.

16) «Комарик» – язык поднять за верхние зубы, длительно произносим звук 3-3-3-3.

17) «Моторчик» – во время длительного произнесения звука Д-Д-Д или 3-3-3 прямым указательным пальцем производить частые колебательные движения из стороны в сторону под языком.

18) «Ослик» – кончик языка упирается в нижние основания зубов, с силой произносить звукосочетание ИЕ.

19) «Поймаем звук Л» – во время произнесения звука А широкий кончик языка закусить зубами. Постепенно увеличивая темп движения, вы услышите звук Л.

Перед тем как перейти к упражнениям для дикции обязательно сделайте артикуляционную гимнастику и разогрейте свой речевой аппарат. Очень полезно делать артикуляционную гимнастику по утрам (перед работой или учебой). Уделяйте этому 5 минут утром, и хороший тонус мышц речевого аппарата на целый день Вам обеспечен.

После артикуляционной гимнастики можно переходить к развитию дикции. Хорошая дикция очень важна не только ораторам, актерам, лекторам и певцам, но и всем другим людям, хотя бы потому, что мы живем в обществе и постоянно общаемся с людьми.