**Домашнее задание для учащихся ансамбля народной песни «Жаворонушки»**

1. **Дыхательная гимнастика**

1) Упражнения по методу А.Н. Стрельниковой:

<https://www.youtube.com/watch?v=B4YHatj0450>

2) В положении лёжа на спине. Лёжа легко контролировать движения мышц.

Выполнение упражнения:

1. Лечь на спину, закрыв глаза и согнув ноги в коленях, постараться расслабить всё тело.
2. Положить на грудь левую ладонь, правую — на живот.
3. При дыхании контролировать положение левой руки, она должна оставаться на месте. Рука на животе, в свою очередь, должна подниматься в момент вдоха, а с выдохом идти вниз.

3) Упражнение на брюшное дыхание с грузом

Выполнение:

1. Лягте на пол, положите на живот груз (подойдёт обычная книга).
2. Начинайте дышать, как описано в технике упражнения лёжа, чтобы груз поднимался и опускался в процессе дыхания.

Упражнение с грузом можно выполнять 15–20 минут.

4) В положении стоя. Тренировка позволяет более тщательно проработать навык диафрагмального дыхания:

1. Делаем неглубокий вдох через нос.
2. Во время вдоха как «воздушный шарик» надувается живот.
3. Выдох длительный через слегка приоткрытый рот.
4. Выдох длиннее вдоха в 2 раза.
5. Равномерно распределить струю вдоха на всю длину.
6. **Распевание.**

Повторить все выученные распевки.

1. **Дикция.**

Выучить новые скороговорки:

1. Выдра в ведро от выдры нырнула.  
   Выдра в ведре с водой утонула.
2. На опушке в избушке  
   Живут старушки-болтушки.  
   У каждой старушки лукошко,  
   В каждом лукошке кошка,  
   Кошки в лукошках шьют старушкам сапожки.
3. Мышка залезла под крышку,  
   Чтобы под крышкой сгрызть крошку,  
   Мышке, наверное, крышка –  
   Мышка забыла про кошку!
4. **Вокально-интонационная работа с партиями песен** «Аленький наш цветок», «Земляничка, моя ягодка»

* Играть на инструменте партитуры песен (партии двух голосов), одновременно исполняя свой голос
* Петь свою партию, одновременно играя на инструменте второй голос (своя партия при этом на инструменте не играется)

**Аленький наш цветок**

**ал.TIF**

1. Аленький наш цветок,

Лазоревый весялой.

2. Дорогой мой гостек,

Александр Васильевич.

3. Где ж тебя посадить,

Да чем тебя угостить?

4. Посажу, посажу,

Во горнице за столом.

5. Угощу, угощу

Пряниками сладкими.

Zemlyanichka_moya_yagodka.tif

Свадебная Костромской области. Запись Т. Кирюшиной

1. Земляничка моя, ягодка,  
2. Недоспела, недовызрела.  
3. С корешка долой свалилася.  
4. К черной грязи применилася.  
5. Ты встречай, встречай, подруженька.  
6. Ты встречай, встречай, голубушка.  
7. Мы не будем больше к вам ходить.  
8. Мы не будем больше троп тропить.  
9. Зарастайте, наши тропочки.  
10. Частым ельничком, березничком.  
11. Молодым густым орешничком.

(каждая строчка повторяется 2 раза)