**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**

****

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.



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)