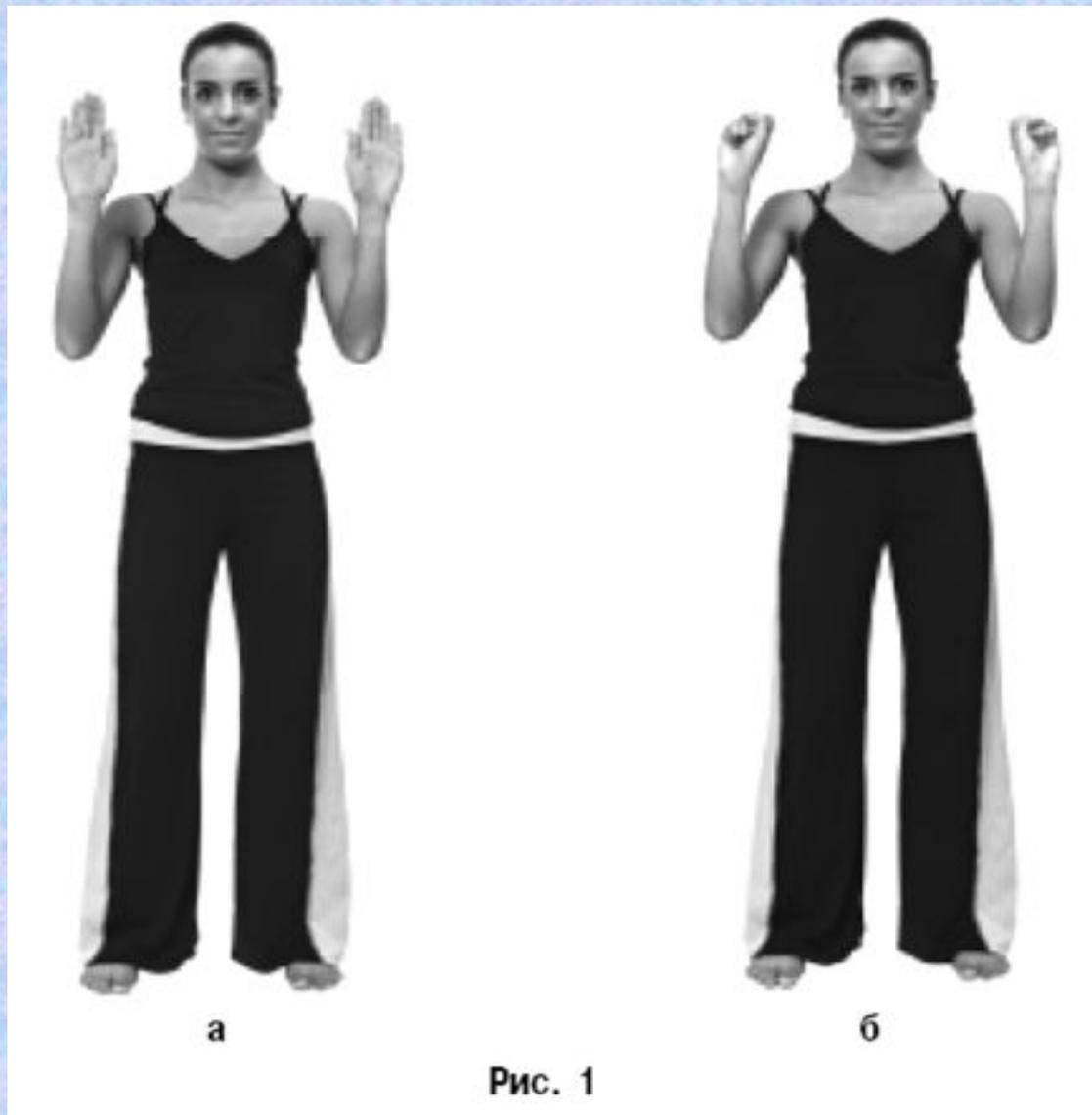


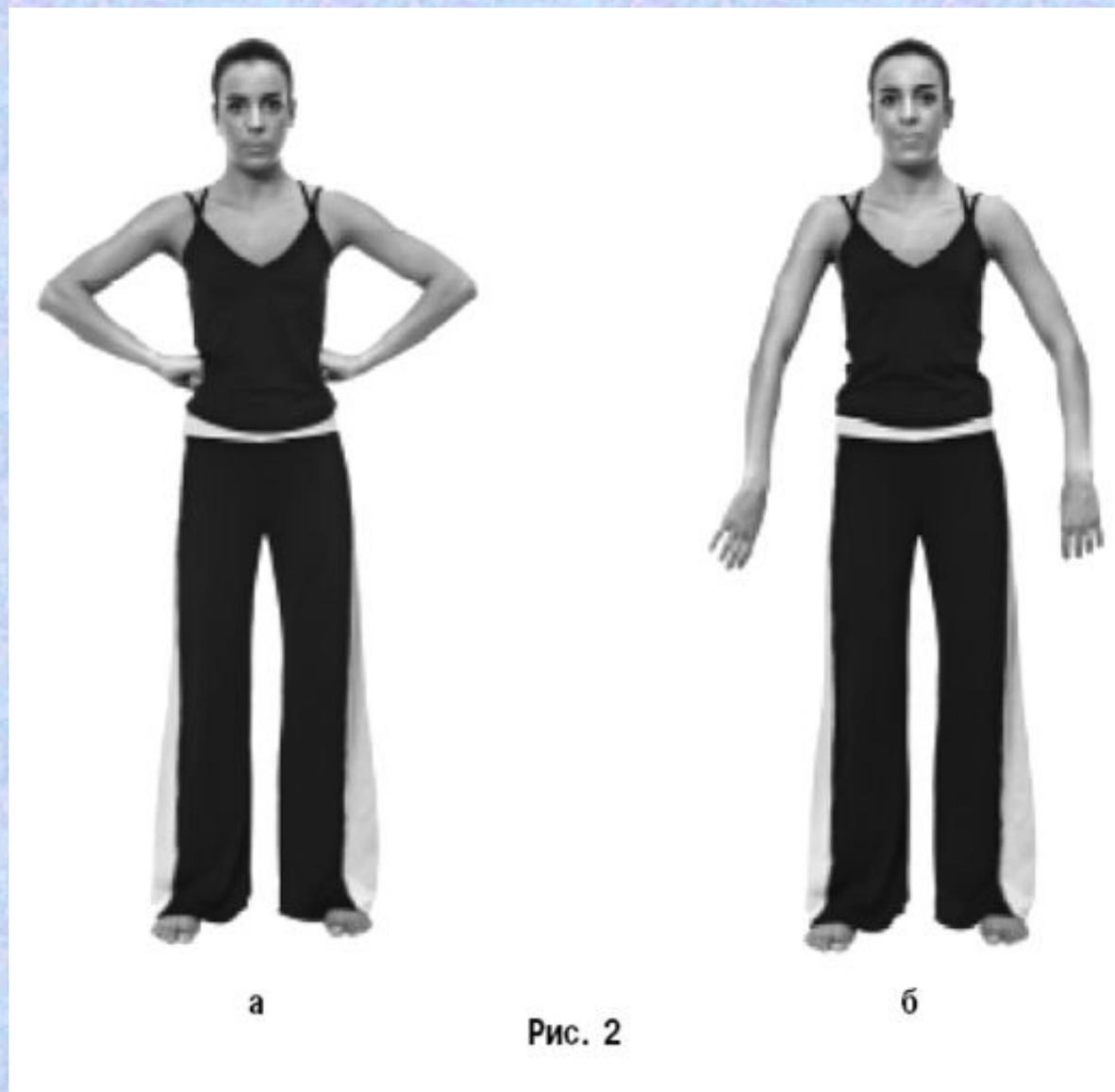
***Комплекс дыхательных
упражнений
по методике А.Н. Стрельниковой***

***Составитель: ПРОКОПЕНКО НАДЕЖДА
КОНСТАНТИНОВНА
учитель музыки
МОУ СОШ№3 г.Салехард***

Упражнение 1. «Ладони»



Упражнение 2. «Погончики»



Упражнение 3. «Насос»



а



б



в

Рис. 3

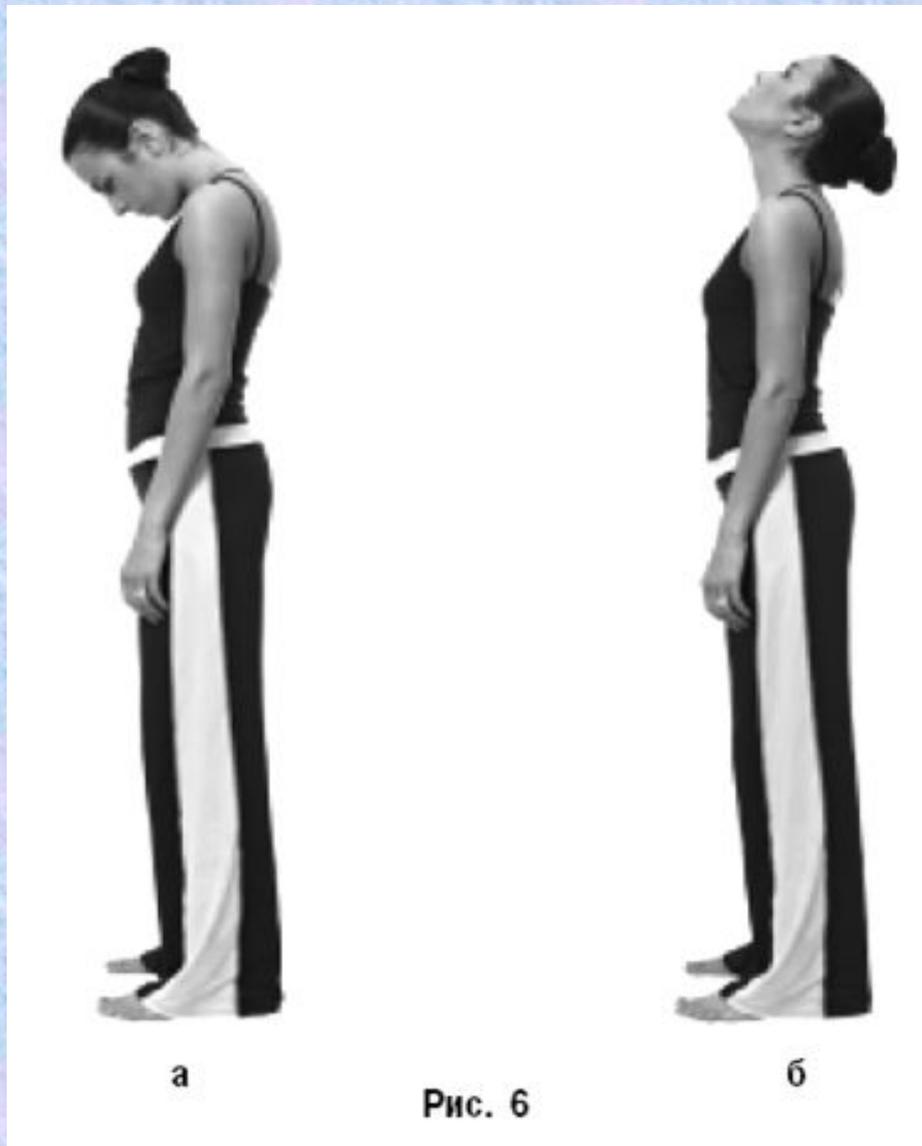
Упражнение 4. «Повороты»



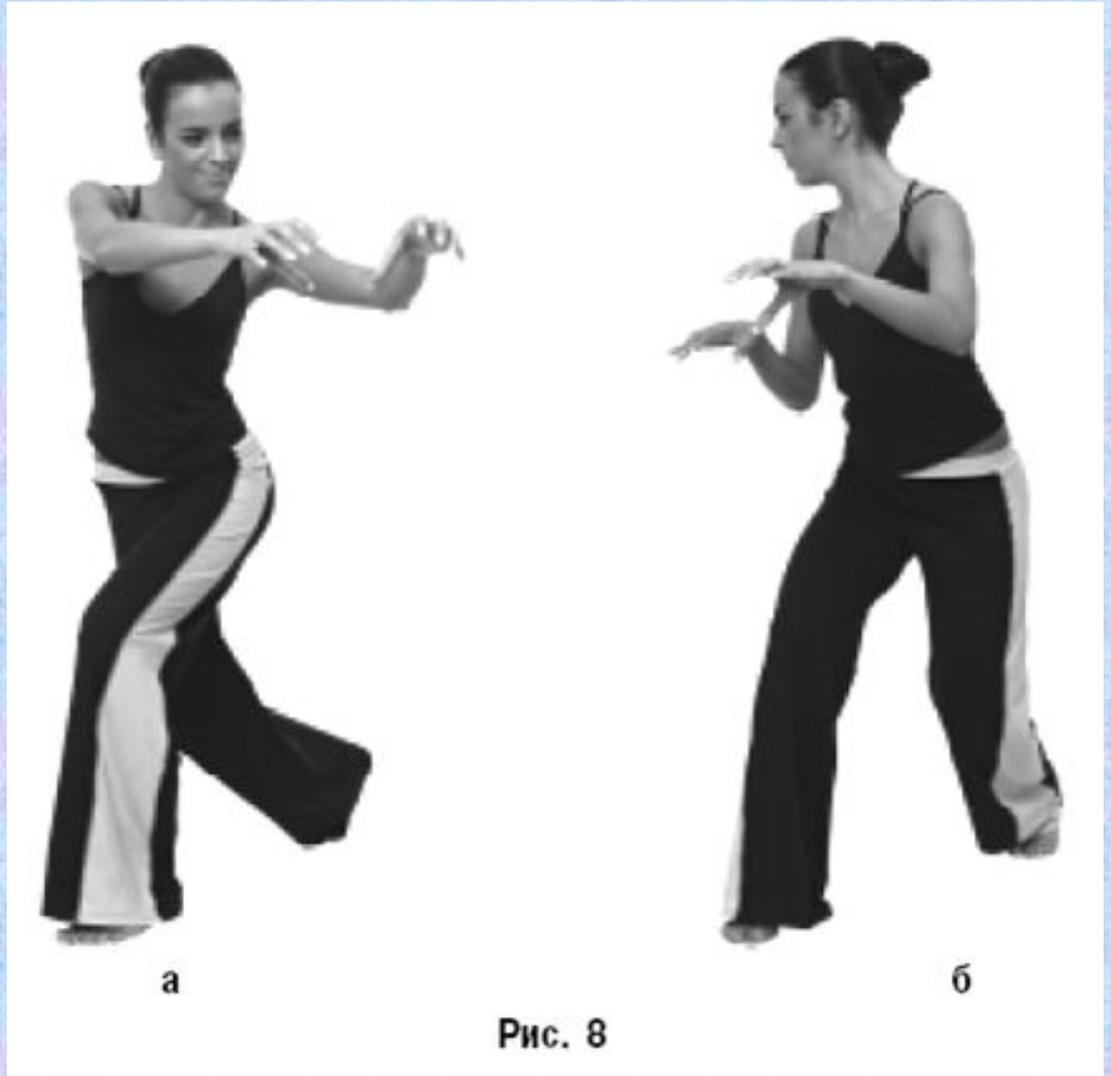
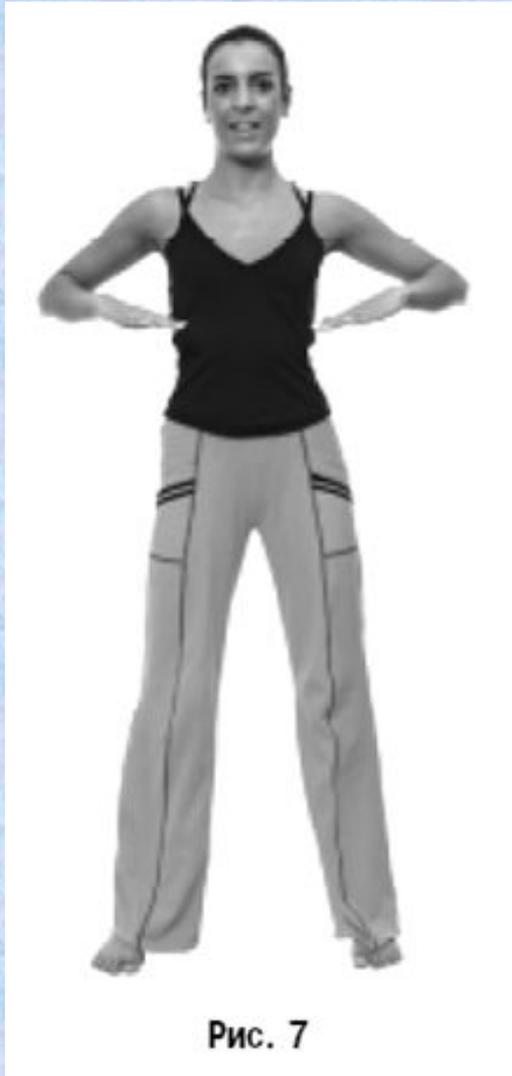
Упражнение 5. «УШКИ»



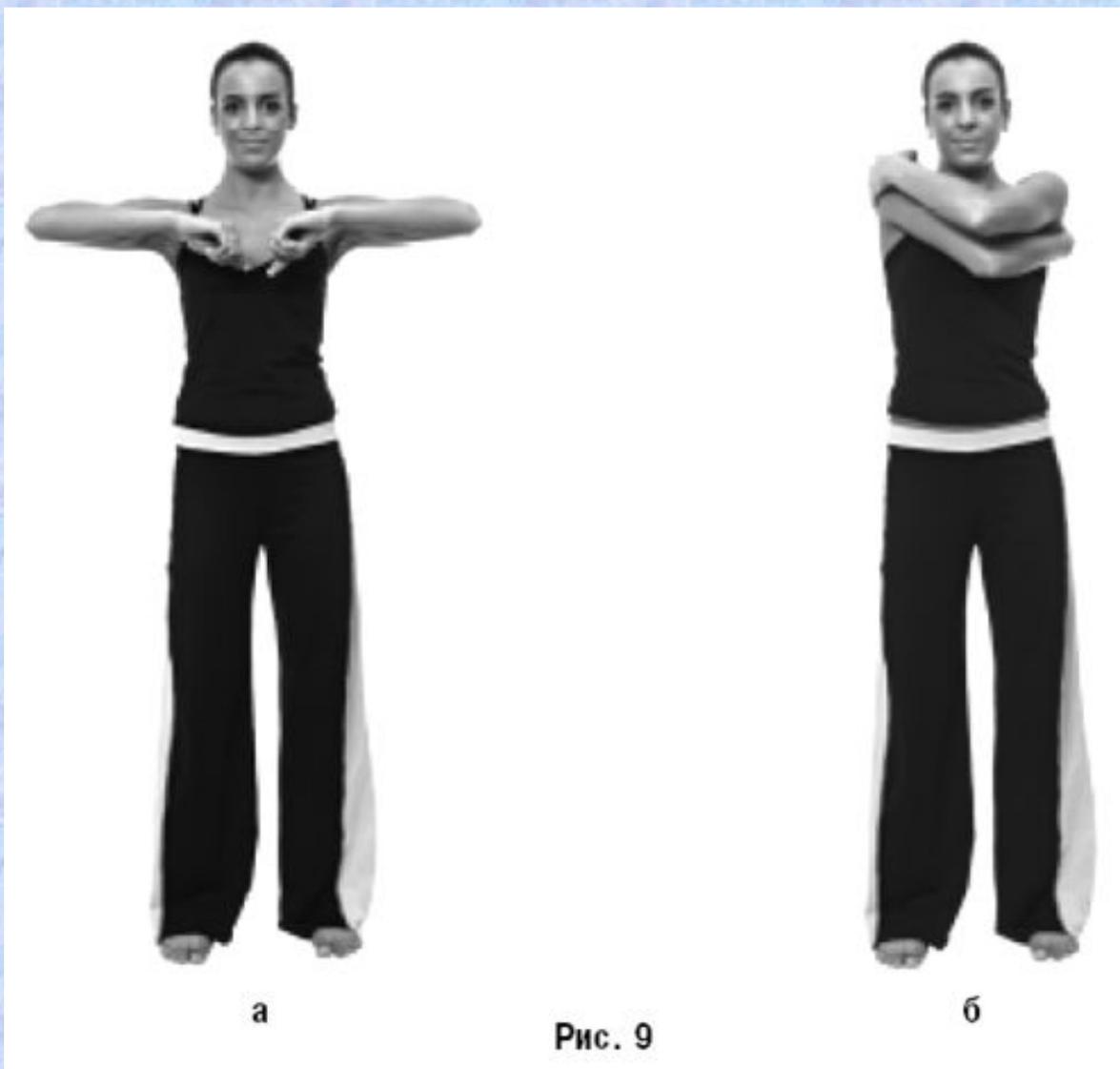
Упражнение 6. «Маятник»



Упражнение 7. «Кошка»



Упражнение 8. «Обними плечи»



Упражнение 9.
«Большой маятник»
(«Насос» +
«Обними плечи»)

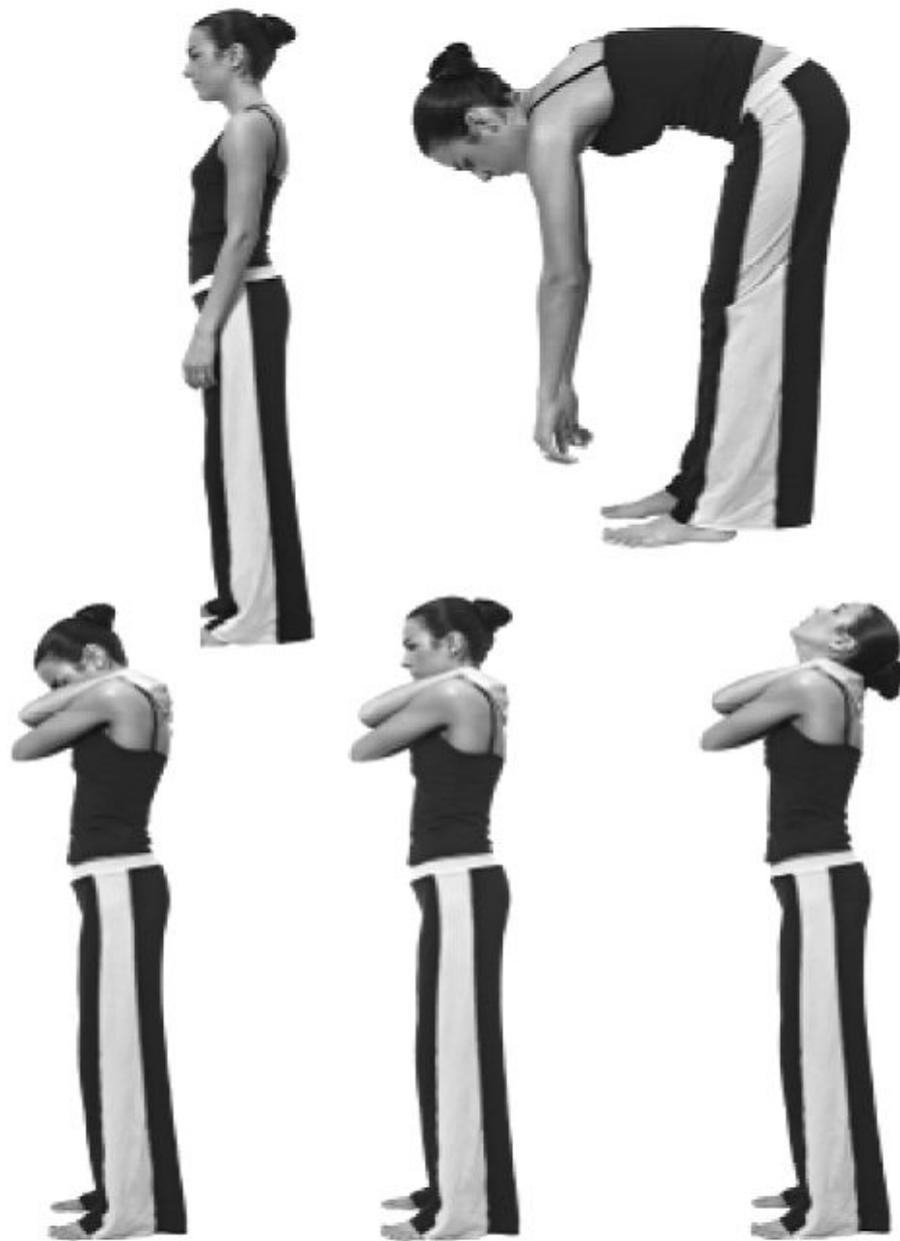


Рис. 10

Упражнение 10.

«Перекаты»



Рис. 11

Упражнение 11.

«Шаги»



Рис. 12