

Как пение влияет на здоровье ребенка

Музыкальный руководитель
Беленова Алсу Мазгаровна



Голосовой аппарат ребенка.

Большое внимание при вокальном воспитании детей следует уделять гигиене голоса. Голосовой аппарат ребёнка отличается от голосового аппарата взрослого тем, что голос ребенка нежный хрупкий. Связки детей тонкие и короткие. Поэтому звук, издаваемый ребёнком высокий и слабый.

Дети должны петь естественным звуком, **без напряжения и крика.**

Крик и шум портят голос ребенка, притупляют его слух. Вредно петь и разговаривать громко, не только в домашних условиях, но особенно на улице в сырую и холодную погоду. Нельзя есть мороженое в разгорячённом состоянии, пить холодную воду. Плохо влияют на голосовые связки ребёнка шоколад, чипсы, газированные напитки.

Предупреждение простудных заболеваний.

Занятия вокалом это, прежде всего, предупреждение простудных заболеваний так, как оно прокачивает трахею и бронхи, вентилирует и тренирует легкие. Таким образом, пение **способно предупреждать респираторные инфекции** благодаря возникающему при вокале «газовому дисбалансу» в организме. Иммуитет при этом, начинает работать активнее.

Во время пения тренируется дыхательная мускулатура и развивается диафрагмальное дыхание, что улучшает дренаж легких. Известна методика лечения бронхиальной астмы при помощи обучения пению. Ребенка с таким диагнозом врачи направляют петь в хоре. Пение не только избавляет от приступов этого недуга, но и излечивает его.

Развитие координации движений.

Песни, сопровождающиеся жестами, движениями, способствуют не только прочному запоминанию, но и развитию координации движений.

Последнее может осуществляться либо путем «подстройки» ритма движений под ритм музыки (хлопки, притопы в такт музыки), либо с помощью пальцев: на каждую строчку песни-считалочки загибается один палец. Это может выражаться пальцами и руками: движение пальцев или рук может означать определенные слова или общее настроение песни. Это могут быть и целевые танцы-постановки.

Избавление от стрессов.

Еще одно важное достоинство пения – оно помогает расслабиться, избавляет от стрессов, облегчает общение. Эти свойства пения особенно ценны для современных детей. Русский физиолог И. Р. Тарханов доказал, что мелодии (*именно мелодии*) песен, доставляющие человеку радость, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, расширяют сосуды и нормализуют артериальное давление, в то время как раздражающая музыка вызывает противоположный эффект.

Коллективное пение.

Коллективное пение способствует дружбе между детьми. От сверстников их отличает положительная эмоциональность, самодостаточность.

Развитие речи

Пение также обладает дополнительным преимуществом; оно требует более четкой артикуляции со стороны педагога, и ученика. Обогащается его словарный запас, совершенствуется артикуляционный аппарат, улучшается детская речь. Развивается навык чтения - при пении дети неосознанно

рифмуют определенные слоги. Они могут определить, какие слоги рифмуются, а какие могут рифмовать целые слова или подбирать слова, которые рифмуются по определенному звуку или букве.

В песнях есть рифма, а умение чувствовать рифму – важный навык для детей с речевыми проблемами. Через занятия вокалом у детей решаются многие логопедические проблемы и часто лечится заикание.

ПОЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ!

Памятка родителям, которые хотят научить ребенка петь

- Создайте дома небольшую фонотеку с детскими песнями, музыкальными сказками, с классической музыкой для детей.
- По возможности чаще пойте с ребенком выученные песни, как под фонограмму, так и без нее. Ребенок должен слышать правильное пение взрослого и по возможности правильно ему подпевать.
- Учите детей петь негромко, слушая свой голос и голос других.
- Умейте слушать поющего ребенка.

Помните:

1. Пение улучшает настроение ребенка, он забывает про свои невзгоды, обиды.
2. Пение способствует развитию речи. Слова выговариваются протяжно, нараспев, что помогает четкому произношению отдельных звуков и слогов.
3. Пение развивает психические процессы: память, внимание, мышление — и музыкальные способности: чувство ритма, певческие навыки, гармонический, мелодический, динамический, тембровый слух.
4. Ребенок хочет и любит петь!

