



Берегите голос ребёнка

*Музыкальный руководитель Валова Татьяна
Александровна*

Давайте позаботимся об охране детского голоса

Пение должно доставлять удовольствие, чтобы гортань не напрягалась

Детям петь и разговаривать без напряжения, не подражать громкому пению взрослых

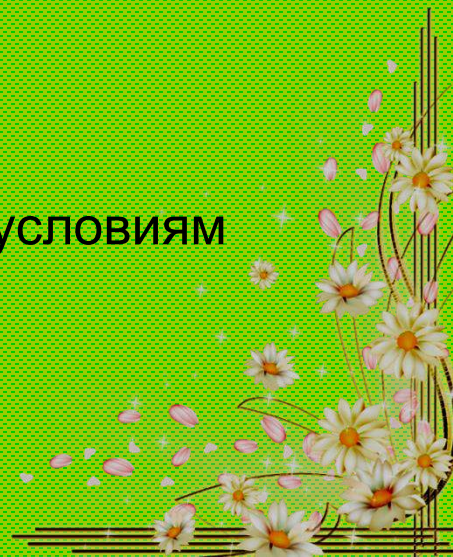
Родителям не поощрять пение детьми взрослых песен, оберегать от эстрадной манеры исполнения

Не выходить на мороз сразу после пения

Не нервничать, соблюдать режим сна

Не пить в жару холодные напитки

Одеваться соответственно погодным условиям

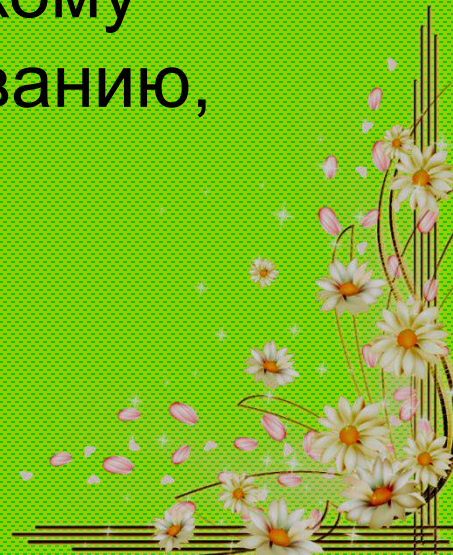


Причины ранимости детского голоса

Усиленный рост гортани опережает её развитие

В период совершенствования гортани задерживается её рост

При всех видах нарушения голоса следует уделить внимание общему физическому развитию: прогулкам, играм, закаливанию, утренней гимнастике, личной гигиене.



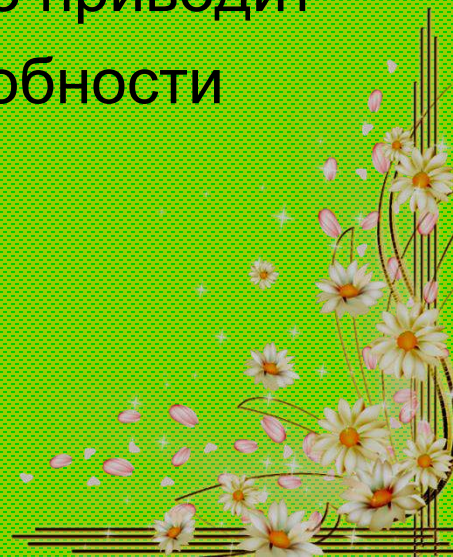
Вредно для голоса

Сухой воздух (старайтесь его увлажнять)

Острая пища (раздражает слизистую оболочку гортани)

Крик и плач на улице (воспаляются связки, голос теряет чистую окраску)

Пение во время насморка (наступает длительное расслабление голосовых мышц, а во время болезни часто наблюдается несмыкание связок, что приводит к ослаблению сократительной способности мышц гортани)



Средства, применяемые при начальных формах нарушениях голоса

При жжении и сухости в горле хорошее действие оказывает полоскание горла настоем ромашки, или же липового цвета. Важно, чтобы раствор не был ни горячим, ни холодным, а имел комнатную температуру. С этой целью можно использовать и другие лекарственные травы или минеральные воды: например боржоми, которую рекомендуется смешивать с теплым молоком (*полстакана минеральной воды и полстакана молока*).

Если вы занимаетесь с ребёнком пением, ему полезно есть морковь, апельсиновую кожицу, кукурузу, сливочное масло. Закапывание в нос масла, например персикового или витамина Е, по 2 капли (*не больше*) также помогает при жжении и сухости. В это время не рекомендуются паровые ингаляции, слишком горячие или слишком холодные напитки.



Упражнения для постановки голоса

1. Широко открыть рот и сделать так, чтобы маленький язычок поднялся вверх, и послушать, где звучит голос.
 2. «Мычание» в переднюю часть головы слогов «мо», «му-му-му-му мо-мо-мо-мо му-мо-му-мо».
 3. Считать вслух на одном дыхании 3-4 раза. Делать это лучше без посторонних, чтобы ребёнок не смущался.
 4. Стихотворный текст
 5. Рассказывание любого текста вслух
- Интервал занятий 2-3 дня



Игра на формирование певческой установки

Если хочешь сидя петь, не садись ты, как медведь.

Спину выпрями скорей, ноги в пол упри сильней.

Раз! Вдох! И запел, птицей звук полетел.

Руки, плечи – все свободно, петь приятно и удобно.

Если хочешь стоя петь – головою не вертеть!

Встань красиво, подтянись, и спокойно улыбнись.

Раз! Вдох! И запел, птицей звук полетел.

Руки, плечи – все свободно,

Петь приятно и удобно



Игра на развитие дыхания

Это очень интересно – научиться песни петь.

Но не каждому известно, как дыханием владеть.

Мягким делать вдох старайтесь,

Вдыхай носом, а не ртом.

Да смотри – не отвлекайся,

Сделай вдох – замри потом.

Выдох делай тихим, плавным, как кружение листа.

Вот и выйдет песня славной, и свободна и чиста.





Желаем вам удачи!

Здоровый голосовой аппарат
поможет музыкальному развитию
ребенка!

