

## РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Безусловно, пение полезно детям любого возраста. Однако стоит придерживаться некоторых рекомендаций, которые помогут уберечь от таких неприятностей, как разрыв голосовых связок, потеря голоса или простуда:

- Учите ребенка петь спокойно: кричать песни во все горло не желательно, так как голосовые связки детей, в отличие от взрослых, тонкие и короткие, поэтому запредельные нагрузки могут травмировать их
- Отдавайте предпочтение детским песням, а не «взрослым» современным. Во-первых, так вы привьете малышу хороший музыкальный вкус, поскольку в большинстве современных песен для взрослых тексты далеко не высокохудожественные, а порой и вообще пошлые и сквернословные. Во-вторых, детские музыкальные произведения созданы специально для детей, их тексты простые и понятные, мелодии легкие для технического исполнения



Недаром в народе говорят, что в человеке поет душа. Действительно, в пении – душа человека. Вам плохо и нет настроения? Пойте! Вы болеете? Пойте!

Вы устали и слишком напряжены? Пойте! Пойте всегда и везде, даже если никогда этому искусству не учились. Более того, учите петь своих детей, водите их в музыкальные школы или студии, запишите в хоровой коллектив. И вскоре вы увидите, как изменится ваш ребенок, изменится и физически, и эмоционально, причем в лучшую сторону. Ведь музыка и пение – лучшее лекарство от многих хворей!

## ПОЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ!



МАДОУ "Детский сад №3"  
г. Березники

# ПОЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ!

Музыкальный руководитель:  
Хузина К. А.



## КАК ПЕНИЕ ВЛИЯЕТ НА ЗДОРОВЬЕ:

- Во время пения в мозгу человека вырабатываются особые химические вещества, которые помогают ощутить покой и радость
- пение улучшает кровообращение, что благотворно влияет на голосовые связки, миндалины и многочисленные лимфоузлы, а значит, значительно повышает местный иммунитет
- улучшение кровоснабжения при пении ведёт к активизации деятельности головного мозга: он начинает работать интенсивнее, улучшается память, легче воспринимается любая информация



- в настоящее время разработаны методики, лечащие от заикания посредством пения и помогающие улучшить дикцию
- пение очень полезно при заболеваниях лёгких, так как не только заменяет дыхательную гимнастику, но и способствует развитию грудной клетки, правильному дыханию, что значительно уменьшает число обострений



## ПОЛЬЗА ОТ ЗАНЯТИЙ ВОКАЛОМ:

- развивают слух и чувство ритма;
- прививают музыкальный вкус;
- улучшают память (поскольку ребенку нужно запоминать мелодию, текст, паузы, ритм и пр.);
- способствуют развитию способностей к импровизации;
- стимулируют речевую активность ;
- нормализуют, развивают и улучшают дыхательную функцию ;
- эффективно устраняют речевые нарушения (например, во время пения ребенок перестает заикаться);
- развивают коммуникативные способности, внимательность, дружелюбность, умение работать в коллективе;
- раскрепощают, устраняют комплексы, страхи