

## «Пойте и будьте здоровы!»



О целебной силе **музыки** свидетельствуют многие научные исследования.

Сегодня мы рассмотрим вопрос, о том, как пение влияет на здоровье дошкольника, в том числе на его **речь**.

Дети очень любят петь. В процессе пения у них развиваются **музыкальные способности**: музыкальный слух, память, чувство ритма. Пение способствует развитию и укреплению лёгких и всего голосового аппарата. ***По мнению врачей, пение является лучшей формой дыхательной гимнастики.***

Большинство детских песенок состоит из простых, часто повторяющихся слов, а основным средством овладения языком и развития речи является повтор. Дети даже не осознают, что через повторение они заучивают слова, так как произносят их снова и снова, запоминание куплетов из песен развивает умение составлять фразы и предложения. И сами того не замечая, дети изучают основы поэзии!

Пение требует четкой работы артикуляционного аппарата (губ, языка) -это, конечно, помогает развитию четкой дикции ребенка..

Пение помогает развитию даже навыка чтения. Дети овладевают ритмическим строем языка, ведь им приходится пропевать каждый слог. В песнях есть рифма, а умение чувствовать рифму – важный навык для детей с речевыми проблемами.

**Речь** ребенка можно развивать через другие виды **музыкальной деятельности**. Например, через **музыкальные пальчиковые игры**. Как известно, развитие мелкой моторики положительно влияет на активизацию речевых центров в головном мозге. Малышам нравятся потешные игры с пальчиками. Приговаривая при этом веселые стишки, напевая короткие попевки («Сорока-ворона», «Ладушки», «Водичка, водичка, умой мое личико»), можно превратить развивающие упражнения в увлекательное развлечение. Песни, сопровождающиеся жестами, движениями, способствуют не только прочному запоминанию, но и развитию координации движений. Получается, что мы *«раскрашиваем»* песню с помощью простых движений. При этом дети учатся петь с точной интонацией, подчиняться определенному темпу и ритму. Оригинальные тексты упражнений вызывают у детей интерес, создают у них радостное настроение, делают их впечатления эмоционально богаче, помогают легче преодолеть отрицательные комплексы и речевые нарушения.

При пении песен мы используем дыхание. Правильное дыхание развивает легкие, что способствует лучшей циркуляции крови в организме. Это, со своей стороны, дает оздоровительный эффект. У людей *«поющих»* гораздо меньше встречаются заболевания дыхательных путей.

Таким образом, пение способствует:

развитию **музыкальных способностей**: мелодического и метроритмического слуха, ладового чувства, **музыкальной памяти и др.** ;

активизации работы левого (*логического*) и правого (*образного*) полушарий мозга, что проявляется в повышении работоспособности, улучшении настроения, активизации внимания;

развитию и укреплению дыхательной системы, что особенно важно в детском возрасте;

тренировке мышц гортани, голосовых связок;

улучшению тембра голоса, что содействует выразительности речи и пения;

расширению диапазона голоса;

созданию благоприятных условий для формирования общей **музыкальной культуры**.

В заключении, хочется отметить, что **музыка** предназначена не только для талантливых. Вся наша жизнь пронизана **музыкой**: мы поем, напеваем, насвистываем и прихлопываем.

*А что делать, если ваш ребенок не хочет сам петь? Как сделать так, чтобы ребенок получал удовольствие от своего пения? Вот несколько советов.*

### Советы родителям

- Не заставляйте ребенка петь! Не волнуйтесь, если ребенок долго не начинает петь. Малыш должен много раз услышать одну и ту же песенку, прежде чем сам начнет ее петь. Необходимо, чтобы в его памяти отложилось правильное звучание, иначе он не увидит разницы между верным вариантом и своим собственным неуверенным исполнением.
- **Никогда не говорите ребенку, что он поет фальшиво!** Правильность воспроизведения **музыкальных** звуков тесно связана с верой в себя. Если малыш поет неверно, скажите ему, что он поет почти правильно, но звук надо сначала прослушать мысленно, а уж потом петь. Никогда не говорите, что у него нет слуха!
- **Хвалите!** Чаще хвалите, радуйтесь успехам малыша, подпевайте ему.
- **Пойте!** Не бойтесь петь дома, даже если это не очень хорошо получается. Говорите ребенку, что петь – это замечательно. Пойте вместе с ним, пойте с другими членами вашей семьи. Петь можно онлайн (<https://karaosha.ru/karaoke/tags/children/> , <https://audiobaby.net/karaoke-dlja-detej-onlajn>, [http://www.karaoke-online.pro/iz\\_multifilmov/](http://www.karaoke-online.pro/iz_multifilmov/) и др.), подпевать героям знакомых мультфильмов или вспомнить песни из своего детства.

«*Поющий*» человек – счастливый человек! Пение – это своеобразный антидепрессант, оно расслабляет, успокаивает, воодушевляет, вдохновляет. Позвольте себе быть счастливыми и пойте на здоровье!

Музыкальный руководитель: Филоненко Н.А