

Роль пения в семье с детьми!

Брайченко Татьяна Александровна, музыкальный
руководитель



Самый доступный вид музыкальной деятельности дома – пение.

В пении успешно формируется весь комплекс музыкальных способностей, развивается музыкальный слух, чувство ритма, память ребёнка, пение позволяет выразить чувства, объединяет малыша и взрослого общим настроением, помогает глубже воспринимать музыку.

Во-первых, в процессе пения у ребенка вырабатывается гормон счастья-эндорфин.

Во-вторых, увеличивается объем легких, так как процесс дыхания является неотъемлемой частью пения.

В-третьих, у ребенка уходят внутренние зажимы, он становится более артистичным, раскованным и повышается уверенность в себе.

В-четвертых, улучшается память, так как необходимо запомнить текст песни, мелодию и ритм.

В-пятых, у детишек формируется музыкальный вкус, благодаря этому, он чаще будет слушать классическую музыку и со временем научится ее понимать.

Когда человек поет, лишь 20% звука уходит во внешнее пространство, а 80% — во внутренние органы.

Пение благотворно действует на почки, на железы внутренней секреции, массирует гортань, щитовидную железу, сердце.

Петь в любом случае полезно, даже если нет ни слуха, и голоса. Научившись выражать свое состояние голосом, человек получает эффективнейшее средство снятия внутреннего напряжения и самовыражения.

Пением успешно лечат заикание, кашель, бронхиальную астму, снимают усталость и переутомление.

В своей книге «Здоровье по нотам» С.В.Шушарджан говорит о благотворном влиянии на здоровье человека напевного, протяжного произнесения гласных звуков.

Так, звук «а — а» массирует глотку, гортань, щитовидную железу;

Звук «о — о» оздоравливает среднюю часть груди;

звук «о — и — о — и» массирует сердце;

звук «и — э — и» воздействует на мозг, почки, железы внутренней секреции;



звук «а — у — э — и» помогает всему организму в целом.
(Каждый звук произносится 3 — 4 раза).



Советы



Самой простой естественной формой включения музыки в жизнь ребёнка может и должно быть пение взрослого, которое органично сопровождает различные моменты жизни:



- колыбельные, чтобы успокоить малыша при укладывании спать;
- пестушки, потешки, приговорки – для развлечения, оздоровления и развития ребёнка;
- протяжные и лирические песни – во время какой-то работы и т.д.
- необходимо подбирать песни, в которых есть красивые и осмысленные слова и красивая музыка, удачное сочетание музыки и слов.



Приобщению детей к пению также помогают игровые упражнения и игры.



- «Собачки» — подражание лаю собаки, дышать, как собачка (после продолжительного бега собака дышит очень часто, высунув язык);
- «Насос» — надуть «мячик» (активный вдох и выдох одновременно носом и ртом);
- «Ветер» — рисовать своим дыханием разные образы ветра (порывами, сильного, спокойного, мягкого и т.д.);
- «Задуваем свечи на торте»



Игра «Кто первый запоет?»



Взрослый начинает напевать без слов мелодию известной детям песни. Кто первый узнает песню или кто больше узнает песен, тот получает (например, поощрительный приз).



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.



**«Поющий» человек –
счастливый человек! Пение – это
своеобразный антидепрессант, оно
расслабляет, успокаивает,
воодушевляет, вдохновляет.**



**Позвольте себе быть счастливыми
и пойте на здоровье!**

