

# Голос - это дар!

Каждый человек, родившись, получает от природы драгоценный дар - особого качества музыкальный инструмент - голос.

Голос – это не только средство передачи информации, но и способ эмоционального взаимодействия. С его помощью дети учатся выражать свои чувства, желания и мечты.

Каждый голос уникален и имеет свою историю, и наша задача – помочь ему зазвучать ярко и красиво.

Необходимо научиться правильно владеть этим инструментом. Пение способно излечить ребёнка от закнутости, неуверенности в себе, а некоторым помогает избавиться от речевых дефектов. И конечно, пение превращает каждого ребёнка в настоящего артиста.



# Голос надо беречь!

Голосовые связки требуют к себе бережного отношения. На музыкальных занятиях уделяется особое внимание охране детского голоса.

Следим за тем, чтобы дети не перегружали голос, связки, следили за плавным голосоведением. Крик, шум портит голос детей, притупляет слух и отрицательно влияет на их нервную систему.

Для защиты певческих голосов на занятиях используются различные оздоровительные упражнения: прежде всего дыхательные упражнения. Это очень помогает детям со слабыми речевыми данными.

## Полезно для голоса:

Для развития голоса ребёнка полезно больше читать стихи вслух. Следите, чтобы ребёнок говорил звонким, ясным и высоким голосом, а не низким, глухим.

Можно петь дома попевки, потешки, простые народные мелодии, состоящие из двух-трёх звуков



## Советы, как сохранить голос:

- ✓ Пейте достаточно воды, чтобы увлажнить связки.
- ✓ Избегайте крикливых разговоров и слишком громкой музыки.
- ✓ Уделяйте время отдыху для голосовых связок.
- ✓ Если вы много говорите, делайте перерывы и давайте себе время для восстановления.

### **“Голосовая разрядка”**

#### **7 упражнение “Звуковая гимнастика”**

Спокойное, расслабленное состояние, стоя, с выпрямленной спиной. Сначала делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично произносим звук.

Пропеваем следующие звуки:

- А** — *воздействует благотворно на весь организм;*
- Е** — воздействует на щитовидную железу;
- И** — воздействует на мозг, глаза, нос, уши;
- О** — воздействует на сердце, легкие;
- У** — воздействует на органы, расположенные в области живота;
- Я** — воздействует на работу всего организма;
- М** — воздействует на работу всего организма;
- Х** — помогает очищению организма;
- ХА** — помогает повысить настроение.

