

«С песней по жизни»

Материал подготовила
Босых Г.И.
музыкальный руководитель
МАДОУ «Детский сад № 160»
г.Краснодар

Петь любят даже те, кто начисто лишен голоса и слуха. Возможно, для окружающих слышать эти рулады – мука, а для самих вокалистов – удовольствие, и притом полезное. Доказано – вокал улучшает самочувствие, снимает боль и даже продлевает жизнь. Так что не стоит комплексовать из-за таких мелочей, как отсутствие певческих данных. Хочешь петь – пой! Вокал по рецепту

Ты налегаешь на витамины и иммуномодуляторы, обливаешься холодной водой и бегаешь по утрам? А оказывается, все, что тебе нужно, - это завернуть в ближайшее караоке и излить душу в любимом шлягере. И, тем не менее, пение действительно защищает верхние дыхательные пути от инфекций и стимулирует выработку антител. При регулярных занятиях вокалом в организме повышается уровень иммуноглобулина-А и кортизола, а это и есть признаки хорошего иммунитета.

Занятия вокалом сродни медитации и долгим пешим прогулкам. Кроме того, у людей, которые идут с песней по жизни, улучшается снабжение органов кислородом, благодаря чему повышается кровообращение тканей и общий тонус организма. У поющего человека уменьшается частота сердцебиения и артериальное давление. А еще уходят напряжение и боль.

Пение является основным средством музыкального воспитания. Дети любят петь и охотно поют. Пение развивает у детей музыкальный слух, чувство ритма, способность воспроизводить голосом мелодии по памяти. Так же пение оказывает большую помощь и в развитии речи у детей.

При пении приходится выговаривать слова протяжно, нараспев, что помогает правильному, четкому произношению отдельных звуков и слов.

Можно ли учить ребенка петь? Конечно, можно и нужно, но делать это необходимо, зная и учитывая возрастные особенности детей.

Голосовой аппарат ребенка отличается от голосового аппарата взрослого. Гортань с голосовыми связками в два-три с половиной раза меньше, чем у взрослого. Голосовые связки тонкие и короткие. Поэтому звук детского голоса высокий, а диапазон (объем голоса) от нижнего звука до верхнего очень небольшой.

Дети должны петь естественным, высоким, светлым звуком, без крика и напряжения. Для развития чистоты интонации, прежде всего надо выбирать песни, удобные по диапазону, тесситуре и дыханию. Очень важно

систематически повторять с детьми разученные песни и при этом петь их без инструментального сопровождения, максимально выразительно, естественно, с точной интонацией и дикцией.

Хороший, яркий, выразительный образец исполнения песни – это основа для воспитания у малышек интереса к пению. Особенно желательно, чтобы взрослые пели на высоком звучании, так как, слушая такое исполнение, дети быстрее начинают подражать ему.

Один из важнейших компонентов пения — дыхание. От характера дыхания зависит качество звучания детского голоса (вялый, напряженный, тусклый, звонкий). Дыхание – это двигательная сила голоса. Чтобы голос был сильным и красивым, нужно развивать диафрагмальное дыхание. Диафрагма – мышца, отделяющая грудную клетку от брюшной полости.

Она является своего рода дверцей, форточкой, которая не дает воздуху моментально выйти из нижних отделов наших легких, тем самым, позволяя нам сказать или пропеть целую фразу. Вообще такое дыхание очень полезно и для здоровья человека. Оно способствует полной вентиляции легких, усиливается кровообращение, улучшается обмен веществ. У людей «поющих» гораздо меньше встречаются заболевания дыхательных путей.

Существует множество игровых упражнений, позволяющих детям овладеть дыханием «животиком»:

«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»

Вы можете делать эти упражнения дома вместе с ребенком.

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

Позвольте себе быть счастливыми и пойте на здоровье!