

# Памятка для родителей

## Хоровое пение в детском саду и здоровье ребенка.

*Музыкальный руководитель МАДОУ №29 О.В.Кудряшова*

Забота о здоровье детей – важнейшая задача всего общества и должна осуществляться не только родителями, но и педагогами образовательных учреждений.

Каждый человек, родившись, получает от природы драгоценный дар — особого качества музыкальный инструмент — голос. Некоторые педагоги считают, что именно он способен стать основой, фундаментом всей музыкальной культуры человека в будущем. Необходимо лишь научиться правильно владеть этим инструментом.

Пение — является одним из любимых детьми видов музыкальной деятельности. Оно активизирует умственные способности, развивает эстетическое и нравственное представление детей, слух, память, чувство ритма, внимание, мышление, укрепляет лёгкие и весь дыхательный аппарат.

Очевидно воздействие пения на физическое развитие детей. Влияние музыки на организм человека в России первыми установили физиологи В.М. Бехтерёв, И.П. Павлов. Пение влияет на общее состояние организма ребёнка, вызывает реакции связанные с изменением и улучшением кровообращения (а значит и улучшение обмена веществ), дыхания (значительно сокращается частота заболеваний дыхательной системы, носоглотки).

Голос – это ещё и своеобразный индикатор здоровья человека. Обладатели сильного голоса, как правило, имеют крепкое здоровье. Петь полезно в любом случае, даже если нет ни слуха, ни голоса. Это отличное средство для снятия внутреннего напряжения и для самовыражения. В процессе пения – сольного или хорового – укрепляется певческий аппарат, развивается дыхание, положение тела во время пения (певческая установка) способствует воспитанию хорошей осанки. Все это положительно влияет на общее состояние здоровья детей.

Секрет благотворного влияния пения в том, что оно требует нижнего диафрагмального дыхания, которое естественно и очень полезно для здоровья. Такой способ дыхания позволяет рационально функционировать легким, максимально обогащает кровь кислородом, активизирует работу брюшной полости, вызывает приток крови к внутренним органам. В процессе пения участвуют не только голосовые связки, но и весь организм. Под

воздействием резонансных колебаний каждый внутренний орган вибрирует особым образом. Причем с больными и здоровыми органами это происходит на разных частотах. Вибрация, вызываемая пением, – не что иное, как активный массаж, активизирующий приток крови к больному органу и таким образом излечивающий его. Пение благотворно действует на бронхо-лёгочную систему, почки, на железы внутренней секреции, массирует гортань, щитовидную железу, сердце.

Моя задача на музыкальных занятиях – создать полноценные условия для поддержания и сохранения здоровья дошкольников; развить интерес к занятиям, включающим здоровьесберегающие технологии; внедрить эти технологии в образовательный процесс; закрепить навыки и умения детей, с целью улучшения их физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а так же здоровья психики детей и их комфортного состояния в образовательном процессе.

На музыкальных занятиях я применяю такие здоровьесберегающие технологии, как вокалотерапию, ритмотерапию, логоритмику. Разученные потешки, песенки, приговорки и прибаутки используются при проведении развлечений, календарных и народных праздниках.

