**Охрана детского голоса**

За окном осень, скоро наступит зима, а значит сейчас пора острых воспалительных заболеваний верхних дыхательных путей, таких как ангина, тонзиллит, фарингит, ларингит, трахеит, бронхит и т.п. Особенно таким заболеваниям подвержены дети со слабым голосовым аппаратом. Для профилактики воспалительных заболеваний верхних дыхательных путей следует избегать переохлаждения, закаливать организм, а также беречь детский голос от перегрузок.

Детский голос существенно отличается от взрослого. Он слабее по силе, так как голосовые складки детей колеблются не всей поверхностью, а краями, то есть с меньшей амплитудой. Голосовые складки детей короче, чем у взрослых, таким образом, детский голос выше. Голосовая функция созревает в течение длительного периода и претерпевает изменения на протяжении всей жизни.

В целом голосовой аппарат как ребенка, так и взрослого человека чутко реагирует на любые негативные изменения в общем состоянии организма. Причиной заболеваний голоса могут быть нервное перенапряжение, переутомление в общем и переутомление голосового аппарата, злоупотребление верхними звуками, криком, болезнь.

**Вот несколько советов по бережному отношению к детскому голосу.**

1. С детьми необходимо говорить спокойным тоном (без крика), размеренно (то есть выдерживая паузы), стараясь говорить как можно ниже (подражая Левитану Ю.Б. записи которого в большом количестве имеются в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»), так как подобная речь воспринимается детьми, да и взрослыми, как речь руководителя. Дети постепенно начнут реагировать именно на такую речь. Таким образом, совместными усилиями постепенно и воспитателям, и родителям станет легче в общении с детьми, а также на детский голос будет гораздо меньше нагрузки.

2. Не разрешайте детям петь на улице в сырую и холодную погоду.

3. Не следует поощрять пение детьми взрослых песен, песен из рекламы и тому подобных, так как они не подходят для детского голоса.

Многие дети поют мелодию недостаточно чисто, иногда «гудят» на одном звуке. Это не всегда зависит от недостаточно развитого музыкального слуха. Иногда это является следствием недостаточно развитого голосового аппарата. Для развития слуха и голоса ребенка полезно больше рассказывать стихи вслух, петь попевки, народные мелодии.

4. Также в жизни наших деток очень много шума (шум в детском коллективе, шумы на улице, дома телевизор и другие гаджеты), а голосовые связки всегда очень активно реагируют на любой шум, особенно на громкий. Таким образом, доступ детей к гаджетам крайне необходимо ограничить по времени, телевизор и музыку не включать в присутствии детей слишком громко.

5. Если вы слышите, что ребенок, играя громко говорит или говорит гораздо выше своего голоса (подражает маленьким и т.п.), то после таких игр можно выполнить с ребенком следующие упражнения, чтобы дать голосу отдохнуть:

* по урчать с закрытым ртом, подражая кошке;
* порычать без звука и со звуком.