Гигиена голоса дошколят

Очень хочется заострить внимание родителей на одном примечательном факте ,которому ,надо признаться ,не уделяется достаточно внимания .

Речь идёт о гигиене голосового аппарата .

Большинство родителей не считают нужным акцентировать внимание детей на охране собственного голоса ,полагаясь на то ,что целью подготовки любого утренника является достаточно уверенное знание детьми песен , танцев ,игр ,исполняемых во время утренника . Однако наряду с этим воспитатели и родители непременно должны объяснять детям ,как надо обращаться с собственным голосовым аппаратом. Например ,детям следует напоминать ,что ни в коем случае нельзя громко кричать на улице ,тем более на улице нельзя петь ,особенно в сырую и холодную погоду .Мамы и папы должны ответственно подойти к тому ,что их дочкам и сыновьям вскоре предстоит выступать на утреннике ,где нужно будет петь песни .То есть на голоса детей ,их голосовые связки и дыхательные органы будет возложена достаточно серьёзная нагрузка .

В связи с этим ,недели за две до утренника юным артистам следует поберечь свой голосовой аппарат : многократное повторы одного и того же текста ,песен ,вокальных упражнений и т .д . являются дополнительным напряжением для голосовых связок .Чтобы установить определённый «щадящий график» ,нужно как можно реже покупать своим малышам :

* Мороженое
* Шоколад и шоколадные конфеты
* Лимон
* Подсолнечные семечки
* Любые холодные продукты

Голоса ваших детей в ваших руках