.

***Пение – путь к здоровью***

***Консультация для воспитателей и родителей.***

Музыка является одним из важнейших средств гармоничного развития личности. В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в музыкальном искусстве, в интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали еще в Древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония. Платон и его последователи полагали, что «…воспитание в музыке надо считать самым главным: Ритм и Гармония глубоко внедряется в душу, овладевает ею, наполняет ее красотой и делает человека прекрасно мыслящим…Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт».

Сегодня актуальность музыкального воспитания подрастающего поколения возрастает как никогда, поскольку в постоянно изменяющемся, непредсказуемом, агрессивном мире, где реальное общение часто подменяется виртуальным, современному человеку очень важно найти для себя способ эмоционального самовыражения. Музыкальное искусство, обладая уникальными свойствами воздействовать на эмоциональную сферу, является удивительно тонким и в то же время эффективным инструментом развития внутреннего мира ребенка, раскрытия его творческого потенциала, поистине всестороннего воспитания его личности.

Одним из видов музыкальной деятельности является пение. Развитие вокально-хоровых навыков у детей дошкольного возраста – важная и сложная задача, которая требует системы работы, включающей разнообразные игровые методы и приемы развития голоса ребенка.

Предлагаю материал, направленный на укрепление и развитие психического и физического здоровья детей через пение.

1. **Песенки – распевки.**

Несложные тексты и мелодии, состоящие из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат, подготавливают голос к пению.

Доброе утро! *(поворачиваются друг к другу)*

Улыбнись скорее!  *(разводят руки в стороны)*

И сегодня весь день *(хлопают в ладоши)*

Будет веселее.

1. **Дыхательная гимнастика.**

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Основными задачами дыхательных упражнений в непосредственной музыкально - образовательной работе являются:

* Укрепление физиологического дыхания детей (без речи).
* Формирование правильного речевого дыхания (короткий вдох – длинный выдох).
* Тренировка силы вдоха и выдоха.
* Продолжительный выдох.

Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие:

* Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани.
* Способствует восстановлению центральной нервной системы.
* Улучшает дренажную функцию бронхов.
* Восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

**Часики.**

Тик-так, тик-так, стучат часы,

И маятник качается.

У наших добрых малышей

День новый начинается!

*(Дети стоят ровно, руки вдоль туловища. На счет «раз» опустить голову вниз – выдох. На счет «два» откинуть голову назад – вдох).*

1. **Артикуляционная гимнастика.**

Основная цель артикуляционной гимнастики – тренировка мышц речевого аппарата. В результате этой работы повышаются показатели развития речи детей и певческих навыков. Задачи артикуляционной гимнастики в непосредственной музыкально – образовательной деятельности:

* Развитие певческих способностей детей.
* Формирование артикуляции различных звуков.
* Совершенствование дикции.
* Развитие музыкальной памяти, запоминание текстов.

**Жаба Квака.**

Жаба Квака с солнцем встала,

Сладко – сладко позевала, *(дети зевают)*

Травку сочную сжевала (*имитируют жевательные движения)*

Да водички поглотала . *(«глотают»)*

На кувшинку села,

Песенку запела:

«Ква-а-а-а-а! *(произносят звуки отрывисто и громко)*

«Квэ-э-э-э-э!

«Ква-а-а-а-а!

Жизнь у Кваки хороша!

1. **Оздоровительные и фонопедические упражнения.**

Фонопедические упражнения проводятся для укрепления еще не окрепших голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей, способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно – глоточного аппарата и деятельности головного мозга. Основная цель упражнений – активизация фонационного выдоха, то есть связь голоса с дыханием, отличающимся по энергетическим затратам от речевого.

**Капризка.**

Я не буду убирать!

Я не буду кушать!

Целый день я буду ныть,

Никого не слушать!

*Затем дети сначала кричат «А-а-а!», затем воют «У-у-у!», потом визжат «И-и-и!».*

1. **Пальчиковые игры.**

Исследователи давно установили прямую связь между движениями пальцев рук и произнесение слов. В связи с этим особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

**Веселый художник.**

Веселый художник веселою краской

(плавные движения кистями рук вверх – вниз)

В лесу на полянке цветочки раскрасил.

Белой – ромашку, розовой – кашку,

(загибают пальцы на правой руке по одному)

Фиалку – лиловой, а клевер – бордовой.

Краскою синей – красивый цветок,

Мой самый любимый резной василек.

Составил музыкальный руководитель **Сиротина И.Е.**

Используемая литература: Журнал «Музыкальная палитра» №4, 2012 г.

Ст. Т.Г. Ковалева «Пение - путь к здоровью»