

Охрана детского певческого голоса.

Цель работы: создание условий для развития знаний, умений и навыков на уроке вокала.

Гигиена и охрана голоса детей – тема, требующая пристального внимания со стороны взрослых. У детей гораздо чаще, чем у взрослых наблюдаются острые заболевания. К заболеваниям, которые связаны с повышенной профессиональной нагрузкой на голос, относятся певческие узелки.

Пение – это нагрузки на голосовой аппарат. Голосовой аппарат у ребенка отличается от голосового аппарата взрослого тем, что он очень хрупкий и нежный. Для правильного развития и охраны детского голоса родителям и педагогам необходимо знать особенности развития детского голоса в разные периоды.

Охрана детского голоса предусматривает правильно поставленное обучение пению. Этому во многом содействует продуманный подбор музыкального материала – репертуар, соответствующий певческим возрастным возможностям детей.

Певческий голос сравнивают с музыкальным инструментом, которым ребенок пользуется с малых лет. Голосу постоянно следует уделять внимание., его необходимо беречь. Существует такое понятие, как «охрана певческого голоса».

Голосовой аппарат находится в зависимости от погодных условий и атмосферного давления, от малейших изменений в организме, от нашего самочувствия, от эмоционального состояния. Даже воздух в помещении влияет на состояние голоса и голосового аппарата – чистый воздух или пыльный, влажный или сухой. Помещение, в котором занимаются дети, должно быть хорошо проветренным.

Любая деятельность человека связана с потерей энергии. Требуется отдых, общий режим. Певец – это прежде всего здоровый человек с устойчивой психикой, нервами и здоровыми внутренними органами. Любое недомогание влияет на голос.

Дети, которые занимаются постановкой голоса, должны быть в вокальной форме каждый день. Для этого им надо придерживаться определенных гигиенических правил. Надо беречь голосовой аппарат от утомления: много

не разговаривать, не перепевать, не злоупотреблять высокими нотами и громким пением. Необходимо следить за состоянием слизистых оболочек верхних дыхательных путей, не допуская воспаления.

Голосовой аппарат певца должен быть здоровым. Рекомендуется избегать резкой смены температуры, сухого пыльного воздуха и дышать по возможности носом. Запрещается петь не распеваясь. Занятия следует распределять в течение всего дня, не допуская пение более часа подряд. Нельзя пренебрегать небольшими перерывами во время урока. В занятиях следует использовать все факторы способствующие снижению утомляемости: проводить урок интересно, творчески, поддерживать высокий тонус занятия.

Педагог должен так планировать вокальные занятия, чтобы основные гигиенические правила были соблюдены.

Человек – это самонастраивающаяся система, - это свойство психического склада человека позволяет ему настраивать себя на нужную эмоциональную волну и управлять собой в процессе пения. Способ пения – это прежде всего способ мышления.