

"Охраняйте голос ребёнка"

Голос дошкольника – очень хрупкий и легко травмирующийся инструмент.

В годы дошкольного детства голосовой аппарат ещё не сформирован (связки тонкие, небо малоподвижное, дыхание слабое, поверхностное) и укрепляется вместе с общим развитием организма и созреванием голосовой мышцы, которая развивается у детей от 5 до 12 лет. Образование звука у дошкольников происходит за счёт натяжения краёв связок, поэтому следует исключить крикливый разговор и форсированное пение.

Крикливость искажает тембр голоса. Дети должны петь и говорить, не напрягаясь, естественным, светлым звуком. При форсированности звука у них развивается низкое, не свойственное им звучание.

На 4-м году жизни ребёнка голосовые связки находятся в зачаточном состоянии. Певческий голос ещё довольно слабый, естественное пение отрывистое. У детей уже проявляется тип певческого голоса: высокий, средний, низкий.

На 5-м году жизни голосовой аппарат ребёнка по-прежнему не сформирован, связки очень тонкие, дыхание слабое и короткое, поэтому продолжительность пения не должна превышать 5 минут. Во время разговора и пения нельзя опускать голову, т.к. при этом гортань сдавливается, затрудняется прохождение воздуха, вследствие чего возникает перенапряжение голосового аппарата.

На 6-м году жизни совершенствование высшей нервной деятельности оказывает положительно влияние на формирование голосового аппарата ребёнка, но он по-прежнему отличается

хрупкостью и ранимостью. Гортань с голосовыми связками ещё недостаточно развиты. Связки короткие.

На 7-м году жизни повышается работоспособность нервной системы. Ребёнок обладает достаточно окрепшим голосовым аппаратом, хотя вокальные связки ещё не сформированы окончательно. Для детей этого возраста характерно негромкое, но напевное и звонкое пение. Дети могут самостоятельно петь подолгу, но это не всегда желательно. Взрослым необходимо постоянно заботиться об охране детского голоса.

Важная задача взрослых – научить ребёнка правильно пользоваться своим голосом.

- Напомните ему, чтобы он не кричал, не говорил очень громко, иначе это приведёт к перенапряжению голосовых связок, в результате чего может возникнуть хрипота.

- Не следует также допускать, чтобы ребёнок перенапрягал голос при пении, стараясь всех перекричать. Песни, которые поёт дошкольник, должны соответствовать возрастному объёму (диапазону) его голоса (без слишком высоких или низких нот). Поэтому не позволяете детям петь взрослые песни, которые они слушают по радио, телевидению, в аудиозаписи. Неправильное, фальшивое исполнение таких песен не способствует развитию музыкального слуха у ребёнка, а особенно громкое их исполнение наносит вред его слабым голосовым связкам. Стараясь спеть непосильную для детского голоса мелодию, ребёнок может сорвать его.

Иными словами, нужно приучать ребёнка не превышать возможностей своего голоса. Взрослые иногда разговаривают резким голосом, на повышенных тонах, а ребёнок им невольно подражает. Заботясь об уменьшении шума, взрослые тем самым оберегают детский голос. Крик, шум портят не только голос, но и притупляют слух, отрицательно влияют на нервную систему детей.

Но может быть и так, что у ребёнка слишком тихий голос. Это обычно наблюдается у детей физически ослабленных, робких, застенчивых. В таком случае хорошо начинать разговор с ребенком на

большом расстоянии. Незаметно для себя ребёнок начнёт усиливать свой голос. Так же нужно побуждать его читать стихи, рассказывать сказки, удалившись в другой конец комнаты. Но никогда не следует принуждать ребёнка говорить громко. Только подбадривание, ласковые уговоры приведут к желаемому результату.

Чтобы избежать серьёзных нарушений голоса, которые впоследствии будет трудно устранить, необходимо соблюдать ряд мер:

1. При насморке у ребёнка или при малейших признаках охриплости нужно следить за тем, чтобы он как можно меньше говорил, а тем более пел;
2. Постоянно следить за тем, чтобы дети не перенапрягали свой голосовой аппарат;
3. Не кричали, не пели на холоде и в сырую погоду;
4. Нельзя позволять детям пить холодную воду, есть мороженное в разгорячённом состоянии во избежание простуды, заболеваний голосового аппарата;
5. Отрицательно влияет на неокрепшие голосовые связки ребёнка употребление кофе, крепкого чая; шоколада, конфет в неумеренном количестве;
6. Такое же влияние оказываю часто повторяющиеся заболевания, вирусные и воздушно-капельные инфекции; недосыпание ребёнка (несоблюдение режима сна);
7. Пыльный, прокуренный воздух также может вызвать заболевание голосовых связок.

Таким образом, только от взрослых зависит, каким будет состояние голосового аппарата наших детей.