

## **Консультация для родителей:**

### **Вокалотерапия как средство реализации здоровьесберегающих технологий**

Сегодня перед детским садом стоит важная задача – создание условий для сохранения здоровья детей, т.е. разработка мер по здоровьесбережению, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.

К такой здоровьесберегающей технологии относятся занятия пением, которая называется вокалотерапия. Музыкальная терапия вместе с арттерапией, т.е. терапией средствами изобразительного искусства, может стать эффективным методом лечения детских неврозов, которые сегодня все больше поражают детей как в процессе получения образования, так и в современной жизни вообще. Нынешний детский сад должен всеми возможными средствами помочь обществу решать эти проблемы. В этой связи представляются уникальными возможности занятий музыки как средства реализации здоровьесберегающих технологий в дошкольных учреждениях.

История оставила немало фактов, свидетельствующих об успешном использовании с древнейших времен терапевтических возможностей музыкального искусства и в частности - занятия пением. Пение сопровождает нас в течении всей нашей жизни, начиная с колыбельных песен. Пение – самый доступный и самый любимый вид музыкальной деятельности детей. Музыкальный образ песни, благодаря словесному тексту, становится понятным и близким детям. Это развивает у них эмоциональную отзывчивость на музыку – главную составляющую музыкальности. В пении, как ни в каком виде музыкальной деятельности, очень успешно и быстро развивается интонационный звуковысотный слух – одна из основных музыкальных способностей, без которой музыкальная деятельность невозможна вообще.

Развиваются и все другие музыкальные способности, в частности – тембровый и динамический слух, музыкальное мышление, музыкальная память. После занятий пением дыхание становится более экономным, а по утверждению ученых, от этого напрямую

зависит работоспособность человека. Правильный подбор дыхательных и голосовых упражнений обеспечивает и более качественное функционирование сердечно-сосудистой системы, поскольку большая нагрузка приходится на диафрагму, межреберные мышцы, мышцы брюшного пресса, за счет которых происходит массаж внутренних органов. Вот почему пение, как средство лечения назначается детям с заболеваниями дыхательных путей, таким образом мы создаем условия для увеличения объема легких и их качественной вентиляции, усиливаем релаксацию.

Кроме того, при занятиях пением, конечно же, происходит и общее развитие ребенка – формируются его высшие психические функции, развивается речь; происходит накопление знаний об окружающем; ребенок учится взаимодействовать со сверстниками в коллективном пении.

Таким образом, сделаем вывод о том, что в занятиях пением заключён большой потенциал эмоционального, музыкального, познавательного и физического развития ребенка.