

Охрана детского голоса.

Детский голос отличается от голоса взрослого во всех своих компонентах: силе, высоте, тембре. В целом детский голос характеризуется следующими качествами: голос звонкий, в нем мало обертонов, диапазон его не велик (не более 1-2 звуков октавы), сила голоса небольшая. Его грудной резонатор мал по объему (в частности, емкость детских легких небольшая) и слаб, поэтому дыхание ребенка неглубокое, оно еще близко по своим механизмам к жизненному дыханию. Таким образом, у ребенка преобладает верхний резонатор, голос имеет головное звучание.

Гортань маленького ребенка в 2-2,5 раза меньше гортани взрослого, а голосовые связки колеблются только краями, так как мышцы (вокальные), заложенные в толще голосовых связок, еще мало развиты. Такое колебание голосовых связок характерно для фальцета и для твердой голосовой атаки голоса, что мы и наблюдаем в крике младенца в первые месяцы его жизни. Очень хорошо, когда в семье входит в традицию совместное пение взрослых и детей. Песня приводит в мир музыки. Приобщая детей к музыке и пению, взрослым нужно помнить, что голосовой аппарат ребенка отличается от голосового аппарата взрослого тем, что он очень хрупкий, нежный, непрерывно растет в соответствии с развитием всего организма ребенка. Голосовые связки тонкие и короткие. Поэтому звук детского голоса высокий и очень слабый и нуждается в бережном отношении к нему.

Голос очень ранимый инструмент, поэтому необходима его охрана. Все правила гигиены в отношении детских голосов должны тщательно выполняться. Хрупкий голосовой аппарат ребенка, находящийся в постоянном развитии, требует особого внимания и бережного отношения.

Крайне важно, по возможности:

- воздерживаться от громкой речи;
- от пения во время болезни, так как перенапряжение голосовых связок в это время может привести к серьёзным хроническим нарушениям голоса;
- не следует петь и кричать после бега или в сильном волнении, так как это делает дыхание неорганизованным, прерывистым, что мешает правильному голосообразованию.

Кроме того, есть правила, игнорирование которыми может непосредственно привести к срывам голоса:

- не следует допускать постоянный крик в быту;
- резкое напряженное, крикливое или слишком продолжительное пение.

Никогда не нужно говорить детям: «Что ты там мурлычешь себе под нос? Поешь – так громко пой!» И ребенок постепенно привыкает к мысли, что петь громко – это значит петь хорошо.

Ни в коем случае нельзя петь на улице в холодную и сырую погоду, есть мороженое в разгоряченном состоянии, так как голосовые складки воспаляются и голос становится грубым и сиплым. Очень полезно закаливать горло полосканием. Каждое утро, почистив зубы, нужно набрать глоток воды в рот и, запрокинув назад голову, произнести протяжно следующие звуки: А-а-а, Э-э-э, И-и-и, О-о-о, У-у-у.

Звуки нужно произносить поочередно, на каждый новый глоток воды – новый звук. Таким образом, ребенок закаливает горло – это как обливание холодной водой.

Берегите детский голос!

Помните о том, что, сорвав его, дети не смогут петь всю ЖИЗНЬ.