Дорогие мамы, папы, бабушки и дедушки! Если ваш ребёнок ходит в детский сад, то вас наверняка приглашают на утренники. И это замечательно, ведь вы сможете еще раз убедиться в том, какой ваш ребёнок красивый, умный, талантливый, сообразительный, а чтобы и вы, и ребёнок не испытывали чувство разочарования после праздника, достаточно соблюдать **несколько простых правил.**

***Готовьтесь к утреннику!!!***

Если в детском саду вас попросили что-то купить для утренника или подготовить костюм для ребёнка, не отказывайте (конечно, при условии, что выполнение просьбы не предполагает серьёзных финансовых трат). Очень распространенной ошибкой родителей является то, что они рассматривают детский сад как некое предприятие сферы услуг, нечто вроде парикмахерской или химчистки, рассуждая при этом примерно так: «Мы вам сдали ребёнка, вот и занимайтесь его воспитанием, а нам некогда, мы деньги зарабатываем».  Это в корне неверно.  Воспитание ребёнка – процесс непрерывный и многогранный, и в нем должны принимать участие как работники детского учреждения, так и родители. Воспитатель должен быть с вами в тандеме, двигаться в одном направлении. Тогда результаты ваших общих усилий будут заметны.

***Приходите на праздники в детский сад!!!***

Понятно, что вы очень заняты. Но ваш приход крайне важен для вашего ребёнка! Ведь он хочет, чтобы именно вы оценили его успехи, именно вы слушали, как он читает стихи и поёт. Ребёнок не всегда чувствует себя артистом и получает удовольствие от самого выступления перед публикой, как такового. Для него принципиально отличается выступление перед зрителями «вообще» и выступление перед зрителями, среди которых есть родной и любимый человек. Если все же никто из членов семьи не может пойти на праздник, то обязательно честно предупредите об этом ребёнка, ни в коем случае не обнадеживайте. Возможно, кто-то из родителей будет снимать утренник на видеокамеру – попросите потом копию записи, ведь в наш век цифровых технологий и Интернета это сделать очень просто. И последующий семейный просмотр записи утренника сможет стать компромиссным решением этого вопроса.

***Не обесценивайте старания вашего ребёнка!!!***

Для ребёнка утренник – это серьёзное событие, очень ответственное. Он долго готовился, репетировал. И он, конечно же, волнуется!  Поддержите его, скажите, что вы им гордитесь. Пусть он во время выступления что-то забыл или перепутал, не придавайте этому внимания и уж ни в коем случае не устраивайте «разбор полетов» и не сравнивайте своего ребёнка с Машей, Сашей или Мишей. Ваш ребёнок – самый лучший и самый талантливый! И он должен понимать, что вы думаете именно так, и никак иначе.

Также не стоит передергивать ситуацию в другую сторону и активно восторгаться своим ребенком, при этом принижая способности и умения других  детей. Все дети талантливы и способны, только каждый по-своему.

***Придерживайтесь правил!!!***

Детский сад – это учреждение с определенными правилами. Вас могут попросить надеть бахилы, снять верхнюю одежду. Это делается для удобства и поддержания чистоты. Приходите на праздник вовремя. Не заставляйте вас ждать и задерживать общий праздник.

Постарайтесь не нарушать правила детского сада, тем более, что это совсем несложно.

***Участвуйте в празднике!!!***

Очень часто сценарии детских утренников предполагают интерактивность. Детям и родителям предлагают конкурсы, задания, совместные игры. Не отказывайтесь от участия! Вашему ребёнку будет очень приятно, да и вы, скорее всего, получите удовольствие, ненадолго «впав в детство».

Вот, пожалуй, и все. Желаем вам и вашим детям интересного праздника и хорошего настроения!

***Правила поведения родителей на детском празднике***

***Добро пожаловать на детский праздник к нам!***

***И с правилами ознакомиться мы предлагаем вам.***

***Мы в музыкальном зале рады видеть всех,***

***Всегда звучат здесь песни, детский смех.***

***И чтобы праздник был спокойней, веселей,***

***Не надо брать с собой грудных детей.***

***Устанут, будут плакать, и кричать,***

***Нехорошо артистов огорчать.***

***В день праздника вы постарайтесь раньше встать.***

***Чтобы на утренник в детсад не опоздать.***

***Чтоб ваша дочка или ваш сынок***

***Костюм надеть спокойно смог.***

***А вот фотоаппарат иль камеру возьмите,***

***И обязательно весь праздник наш снимите.***

***А что же можно? Спросите вы нас!***

***Мы очень просим, дорогие, вас***

***Аплодисментами поддерживать детей,***

***Чтобы артисты стали посмелей.***

***А если уж пришлось вам опоздать,***

***То постарайтесь никому не помешать.***

***Вы между номерами паузу дождитесь,***

***Пройдите в зал и у дверей садитесь.***

***И не забудьте снять пальто и шапки.***

***Снимите сапоги, наденьте тапки,***

***А лучше туфли на высоких каблуках.***

***Чтоб все вокруг сказали: «Ах!»***

***Ещё хотим, друзья вам предложить***

***Свои таланты в зале проявить.***

***Читать стихи, петь песни, танцевать,***

***Шутить, на сцене роль сыграть,***

***Танцуйте, пойте, веселитесь с нами***

***И знайте, ждем всегда мы встреч приятных с вами!***

**«Форма одежды на музыкальных занятиях и праздниках»**

Дети с радостью ходят на музыкальные занятия. От того, в какой одежде они присутствуют на занятиях, зависит их комфорт и эмоциональное состояние. Неудобная обувь и одежда мешает ребятам двигаться свободно. Часто в результате этого ребенок не может выполнить то или иное танцевальное движение, начинает стесняться, расстраиваться, что у него ничего не выходит. Кроме того, из-за неподходящей для танцев обуви, ребенок может получить травму, подвернуть ногу и т. д. Обувь должна быть по размеру. Слишком теплая одежда так же не подходит для музыкальных занятий. Дети много двигаются, им становится жарко. Не следует забывать и об опрятном внешнем виде. Нередко ребенок отказывается танцевать с тем или иным ребенком только из-за того, что он неопрятно одет. Музыкальный руководитель дает не только специальные музыкальные занятия, но и эстетические. Да и самому ребенку приятнее танцевать, когда он выглядит безупречно. Помогите своим детям подобрать удобную одежду и обувь и они будут радовать Вас на праздниках своими танцами и улыбками. Ниже привожу список одежды для музыкальных занятий.

**Форма одежды для детей**

Мальчики: балетки или чешки черные, шорты или черные брюки *(не джинсы)*, удобная рубашка или водолазка.

Девочки: балетки или чешки белые, купальник гимнастический белый, короткая юбка для танцев, аккуратная прическа.

На праздники рекомендуем приходить в нарядной праздничной одежде, аккуратно причесанными и с хорошим настроением. В зависимости от сценария детям выдаются костюмы или элементы костюмов. У детей на праздниках обувь всегда балетки или чешки. Родителей убедительно просим переодевать свою обувь, так как дети часто приглашают своих мам на танец и иногда родители участвуют в конкурсах и аттракционах.

Уважаемые родители, напоминаем, что ребенок должен посещать музыкальные занятия в специальной обуви: чешки или балетки *(как чешки, только с раздельной пяткой)*.

Специальная обувь нужна:

- для безопасности, поскольку двигательная нагрузка на музыкальных занятиях достаточно интенсивна;

- для формирования правильного свода стопы и профилактики плоскостопия, поскольку эта обувь обеспечивает хорошую подвижность стопы.

- для удобства выполнения различных танцевальных шагов, движений;

Одежда должна быть комфортной, не стесняющей движения. Девочкам обязательно посещать занятия в платьях или юбочках.

**«Роль дыхательной гимнастики, как метод оздоровления дошкольников»**

Дыхание - это жизнь. Справедливость такого утверждения вряд ли у кого-нибудь вызовет возражение. Действительно, если без твердой пищи организм может обходиться несколько месяцев, без воды - несколько дней, то без воздуха - всего несколько минут.

Речевое дыхание отличается от обычного дыхания. Речевое дыхание - это управляемый процесс. А поможет управлять этим процессом - дыхательная гимнастика. Дыхательная гимнастика помогает в коррекционной работе с детьми, заикающимися, с ОНР, другими речевыми расстройствами. Она необходима для часто болеющих детей, но так же и для здоровых детей, чтобы сохранить это самое здоровье. А. Н. Стрельникова утверждала: «Люди плохо дышат, говорят, кричат и поют, потому что болеют, а болеют, потому что не умеют правильно дышать. Научите их этому - и болезнь отступит».

Давайте поможем своим детям!

С чего же начать? Дыхательная гимнастика начинается с общих упражнений. Проще говоря, необходимо научить детей правильно дышать. Цель этих упражнений - увеличить объём дыхания и нормализовать их ритм. Ребёнка учим дышать при закрытом рте. Тренируем носовой выдох, говоря ребёнку: «Вдыхай глубоко и выдыхай длительно через нос». Предлагаем вам самим проделать это. На первый взгляд простое упражнение*(повторяют это упражнение 4-5 раз)*. Затем мы тренируем у ребёнка ротовой выдох, закрывая при этом ноздри ребёнка. Ребёнка учат задерживать вдох, добиваясь быстрого и глубокого вдоха и медленного, продолжительного выдоха.

Суть дыхания в том, чтобы впустить воздух в лёгкие и насытить кислородом кровь в лёгочных альвеолах. Дыхание распадается на два акта: вдох, во время которого грудь расширяется и воздух проникает в лёгкие, и выдох - грудная клетка возвращается к своему обычному объёму, лёгкие сжимаются и выталкивают имеющийся в них воздух. Ваша задача научить ребёнка хорошо очищать лёгкие. Если он полностью не выдыхает, то в глубине лёгких остаётся изрядное количество испорченного воздуха, а кровь получает мало кислорода, научив ребёнка дышать через нос, вы поможете ему избавиться от частого насморка, кашля, гриппа, ангины.

Дыхательные упражнения проводятся со стихотворным и музыкальным сопровождениям. Предлагаем один из многих комплексов упражнений:

«ЧАСИКИ»

Часики вперёд идут,

За собою нас ведут.

И. п. - стоя, ноги слегка расставить.

1 взмах руками вперёд «тик» *(вдох)*

2 взмах руками назад «так» *(выдох)*

«ПЕТУШОК»

Крыльями взмахнул петух,

Всех нас разбудил он вдруг.

Встать прямо, ноги слегка расставить,

руки в стороны -*(вдох)*, а затем хлопнуть ими по бёдрам, выдыхая произносить «ку-ка-ре-ку»

повторить 5-6 раз.

«НАСОСИК»

Накачаем мы воды,

Чтобы поливать цветы.

Руки на поясе. Приседаем - вдох, выпрямляемся - выдох.

Можно выпрямляясь произносить - «с-с-с»

«ПАРОВОЗИК»

Едет, едет паровоз

Деток в садик он привёз.

Дети двигаются по кругу. Руки согнуты в локтях и прижаты к телу, пальцы сжаты в кулачки.

Делая соответствующие движениядети приговаривают «чух-чух-чух».

Упражнение выполняется 20-30 сек.

«ДЫХАНИЕ»

Тихо - тихо мы подышим,

Сердце мы своё услышим.

И. п. - стоя, руки опущены.

1 медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнёт расширяться - прекратить вдох и сделать паузу*(2-3 сек)*.

2 - плавный выдох через нос.

Уважаемые коллеги, выходите на середину зала и на некоторое время вы станете детьми и поиграем.

После дыхательной гимнастики воспитатели возвращаются на свои места.

Кроме дыхательных упражнений с движениями, так же с детьми можно и нужно проводить статичные дыхательные упражнения в положении сидя на стуле. С некоторыми из них я вас сейчас познакомлю и расскажу об особенностях их выполнения.

«КОРАБЛИК»

Ребёнку предлагается широкая ёмкость с водой, а в ней - бумажные кораблики, которыми могут быть простые кусочки бумаги, пенопласта. Ребенок, медленно вдыхая, направляет воздушную струю на «кораблик», подгоняя его к другому «берегу».

«СНЕГОПАД»

Сделайте снежинки из ваты *(рыхлые комочки)*. Предложите ребёнка устроить снегопад. Положите «снежинку» на ладошку ребёнку. Пусть он правильно её сдует.

«ЖИВЫЕ ПРЕДМЕТЫ»

Возьмите любой карандаш, фломастер, катушку из-под ниток. Положите выбранный вами предмет на ровную поверхность стола. Предложите ребёнку плавно подуть на карандаш или катушку. Предмет покатится по направлению воздушной струи.

«ПУЗЫРЬКИ»

Эта игра, которую почти все родители считают баловством и не разрешают детям в неё играть. На самом деле, она является дыхательным упражнением и очень проста в использовании. Нужна лишь трубочка-соломинка и стакан воды. Обращаем внимание ребёнка на то, чтобы выдох был длительным, то есть пузырьки должны быть долго.

«ДУДОЧКА»

Используем всевозможные свистки, дудочки, детские музыкальные инструменты, колпачки от шариковых ручек, пустые пузырьки. Дуем в них.

«ФОКУС»

Это упражнение с кусочками ваты, которое помогает подготовить ребёнка к произнесению звука Р. Вата кладётся на кончик носа, ребёнку предлагается вытянуть язык, загнуть его, кончик вытянуть вверх и подуть. Ватка в идеале должна взлететь вверх.

«БАБОЧКА»

Вырежьте из бумаги несколько бабочек. К каждой привяжите нитку на уровне лица ребёнка. Затем предложите подуть на бабочку, чтобы она «взлетела»

«СВЕЧА»

Ребёнку предлагается подуть на огонёк горящей свечи так, чтобы не задуть её, а лишь немного отклонить пламя. Дуть нужно долго, потихоньку, аккуратно.

«ФУТБОЛ»

И кусочка ваты или салфетки скатайте шарик - это будет мяч. Ворота можно сделать из двух кубиков или брусков. Ребёнок дует на «мяч», пытаясь забить «гол».

«ГРЕЕМ РУКИ»

Предложите ребёнку контролировать выдох ладошками *(тыльной стороной)* - дуем на ладошки. Это же упражнение используется при постановке свистящих и шипящих звуков. Если «ветерок» холодный и воздушная струя узкая, значит звук С произносится правильно. При произнесении звука Ш «ветерок» тёплый, «летний», воздушная струя широкая, ладошки греются.

«КТО СПРЯТАЛСЯ?»

На предметную картинку, размером с четверть альбомного листа наклеиваем с одного края гофрированную бумагу, изрезанную бахромой. Получается, что картинка спрятана под тоненькими полосками бумаги. Ребёнок подует на бахрому, так, чтобы она поднялась и увидит картинку.

Прежде чем проводить дыхательную гимнастику со всеми детьми, следует ознакомиться с их медицинскими картами. Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца и при некоторых других заболеваниях!

**«Дети в мире природы и музыки»**

Даже самые маленькие дети прекрасно воспринимают классическую музыку. Чистая и светлая музыка положительно влияет на здоровье и творческие способности детей.

1. Пер Гюнт. Утро-муз. Эдвард Григ
2. Времена года. Зима-муз. Антонио Вивальди
3. Времена года. Ноябрь. На тройке-муз. Петр Чайковский
4. Времена года. Весна-муз. Антонио Вивальди
5. Времена года. Апрель-Подснежник-муз. Петр Чайковский
6. Времена года. Лето-муз. Антонио Вивальди
7. Щелкунчик. Вальс цветов-муз. Петр Чайковский
8. Времена года. Июль-Песня косаря-муз-Петр Чайковский
9. Сказка о царе Салтане. Полет шмеля-муз. Николай Римский-Корсаков
10. На охоте. Полька-муз. Йозеф Штраус
11. Маленькая ночная серенада-муз. Вольфганг Моцарт
12. Времена года. Осень-муз. Антонио Вивальди
13. Времена года. Октябрь-Осенняя песня-муз. Петр Чайковский
14. Щелкунчик. Сцена в сосновом лесу-муз. Петр Чайковский
15. Карнавал животных. Лебедь-муз. Шарль Камиль Сен-Санс

Желаем приятного прослушивания!

**«Чудесные свойства улыбки»**

Установлено, что доброжелательное выражение лица возбуждает центры положительных эмоций, приводит в хорошее настроение, помогает трудиться и жить. Поэтому нельзя ходить с мрачным, скучным лицом даже тогда, когда настроение у вас неважное.

Человек с естественной, приветливой улыбкой и сам обретает бодрость и жизнерадостность, повышает настроение у окружающих. Улыбка и смех - возбудители положительных эмоций. По образному выражению Стендаля, смех убивает старость. Намек на улыбку, сдержанная улыбка, нежная улыбка, радостная улыбка - каждая хороша по-своему. Ничто не стоит так дешево и не ценится так дорого, как вежливость, украшенная приятной улыбкой.

Очень полезно каждый день начинать так. Утром перед зеркалом нужно вспоминать что-нибудь приятное, что поможет придать лицу приветливое выражение. Только с таким выражением вы вправе обращаться к окружающим. Конечно, деланная улыбка, не отражающая положительных эмоций, способна произвести на окружающих самое неприятное впечатление. Улыбка “по заказу” как и истерический смех или хохот без оттенка искренности и радости, ничего общего не имеют с задачами самовоспитания.

Общеизвестно, что можно воздействовать на поток мыслей и эмоций, видоизменяя напряжение мышц всего тела. Можно, например, скуку или дурное настроение попробовать преодолеть с помощью ритмичных движений под хорошую эстрадную музыку, и вы увидите, что такой танец даже в одиночку вызовет у вас мышечную радость.

Если кому-то ритмичные движения неприятно выполнять под эстрадную музыку, можно легко и эффективно делать их под любую подходящую мелодию *(“Юпитер” Моцарта)*. Угнетенное состояние легко снимается, а плохое настроение повышается от тихого насвистывания мелодии “с настроением”. Попробуйте, например, насвистывать мелодию композитора Блантера, вникая в смысл слова:

“Когда душа поет и просится сердце в полет -

В дорогу далекую, небо высокое, к звездам нас зовет”.

Посвистывая про себя, особенно на лоне природы, в тиши лесных просторов, иногда под аккомпанемент птичьих голосов, является одновременно и эстетотерапией *(лечение красотой)*, и двигательно-вокальной терапией.

Такое же воздействие оказывают звукодвигательные дыхательные упражнения. Знаменитая танцовщица Айседора Дункан утверждала, что естественный танец, выражающий эмоции в виде движений в соответствии с характером музыкального произведения, является не только эфорективным методом самовыражения, но и мощным методом повышения культуры эмоций.

Лучезарная улыбка помогает доброжелательно относительно относиться к людям, с которыми общаешься, и избегать критических ситуаций, способных испортить настроение. Доброжелательная улыбка, как правило, вызывает улыбку и соответствующее настроение и у окружающих.

Улыбка, так же как и хорошая шутка, радостное мироощущение, создает благоприятную атмосферу для общения.

Улыбайтесь для себя, улыбайтесь для других.

**Играем вместе с детьми.**

***Игра « Озорное эхо».***

*Для игры понадобится мячик, разрисованный символическим изображением эха*

*- с одной стороны веселая гримаса, окруженная словами, например:*

*« Ау», «Солнышко», «Здравствуй»,*

*с другой – грустная гримаса, окруженная словами: « Дождик», «Тучка», «Ослик».*

Ход игры: Дети стоят, образуя круг, в центре которого находится взрослый с мячиком-эхом. Бросая мячик – эхо кому- либо из играющих, взрослый пропевает его имя или слово-настроение. Ребенок должен вернуть мяч, интонационно точно повторяя музыкальную фразу, пропетую взрослым.

***Игра « Музыкальный домик».***

*Для игры понадобится « музыкальный домик» - ширма и различные инструменты, окружающие ребенка в повседневной жизни дома.*

Ход игры. Взрослый устанавливает домик-ширму и объясняет ребенку, что это – необыкновенный домик, в котором живут различные инструменты. «Поскольку эти инструменты наши хорошие знакомые, ты можешь узнать их по звучанию», - говорит взрослый. Взрослый поочередно извлекает звуки из различных инструментов. Ребенок должен узнать их.

***Игра « Колокольцы - бубенцы»***

Ход игры: Дети и взрослые, взявшись за руки, водят хоровод по кругу, исполняя песенку: «Колокольцы-бубенцы

                 Раззвонились, удальцы.

                 Дили –дили, дили-дон-

                 Угадай, откуда звон».

В центре круга стоит ребенок с завязанными глазами. Последнюю фразу в песенке исполняет ребенок, которому взрослый вручает колокольчик. Ребенок, стоящий в центре круга, должен узнать поющего по голосу. Если узнавание происходит, поющий ребенок, звеня колокольчиком, перемещается внутрь круга, а водящий, с завязанными глазами, пытается его поймать, идя на звон колокольчика. В конце этого этапа игры поющий ребенок становится водящим.

***Игра « Ритмическое эхо».***

Ход игры: Взрослый предлагает  ребенку превратиться в эхо, только в эхо необычное, а ритмическое, и оговаривает с ним правила игры, которые заключаются в том,  что эхо абсолютно точно повторяет пример, предложенный взрослыми, а именно:

- точное воспроизведение ритмического рисунка, темпа, способа выражения ( хлопки, шлепки, притопы);

-эхо окрашено тихой динамикой.

Взрослый прохлопывает или прошлепывает, протопывает ритмический рисунок, а ребенок его повторяет, выполняя правила игры.

**Советы для родителей.**

**«Музыка в общении с ребенком»**

Музыка дарит и родителям и детям радость совместного творчества, насыщает жизнь яркими впечатлениями. Не обязательно иметь музыкальное образование, чтобы регулярно отправляться с вашим ребенком в удивительный мир гармонии звуков.

Создайте домашнюю фонотеку из записей классики, детских песенок, музыки из мультфильмов, плясовых, маршевых мелодий и др. Сейчас выпускается много музыкальных записей импровизационно-романтического характера. Такую музыку можно включать на тихой громкости при чтении сказок, сопровождать ею рисование, лепку или использовать при укладывании ребенка спать.

Организуйте домашний оркестр из детских музыкальных инструментов, звучащих покупных и самодельных игрушек и сопровождайте подыгрыванием на них записи детских песен, различных танцевальных и маршевых мелодий.

Чтение стихов, сказочных историй также может сопровождаться подыгрыванием на музыкальных инструментах.

Развивать тембровый и ритмический слух ребенка можно с помощью игр и загадок с включением в них детских музыкальных инструментов.

Все дети очень подвижны, и если поощрять их двигательные импровизации под музыку, то таких детей будут отличать координированность и грациозность движений.

Инсценирование – еще один вид совместной деятельности. Инсценировать можно не только песни, но и стихи, даже некоторые картины, что, безусловно, развивает фантазию малышей.

Различные звукоподражания ,производимые в процессе чтения сказок, а также песенные импровизации – передающие то или иное состояние или на заданный текст – вызывают у детей большой интерес и активно развивают их творческое начало.

Совместные походы на детские спектакли, концерты обогатят впечатления малыша, позволят расширить спектр домашнего музицирования.

Предлагаем привести несколько примеров музыкальных игр, в которые можно играть с ребенком.

Например, игра на развитие слуха: «Угадай что звучит». Для этой игры Вам понадобится несколько предметов быта, которые есть в каждом доме. Пусть это будут, например, стеклянная бутылка, кастрюля, тарелка, стакан, фарфоровая чашка. Возьмите карандаш, только держите его за самый кончик, чтобы не заглушать звук, и постучите по каждому предмету по очереди. Затем, попросите малыша отвернуться и постучите по какому-либо одному предмету. Когда малыш повернется к Вам, дайте карандаш ему, и пусть он отгадает, по какому предмету Вы постучали.

Сначала малыш будет отгадывать методом проб. То есть, будет сам стучать по каждому предмету, пока не услышит нужное звучание. Если он ошибется, повторите попытку. Чем чаще Вы будете играть в эту игру, тем лучше ребенок будет ориентироваться в звучании данных предметов. В эту игру можно начинать играть с ребенком примерно от 3,5 лет. Когда Ваш ребенок становится старше, ее можно усложнять. Например, добавлять другие предметы, похожие по звучанию, или угадывать звучание не одного предмета, а последовательности звуков.

Можно играть в такую игру на развитие музыкального слуха. Назовем ее «Музыкальные бутылки» (стаканы, бокалы). Для игры нужны какие-либо идентичные стеклянные сосуды, например, бутылки, или рюмки, или стаканы и еще металлическая ложка, или вилка. Пусть в начале их (сосудов) будет 2, чем старше ребенок, тем больше сосудов. Я буду рассказывать на примере бутылок.

Наберите в одну бутылку немного воды, и постучите по горлышку бутылки ложкой, держа ее (ложку) за самый край. Попросите Вашего ребенка, с помощью воды и другой бутылки сделать такой же звук. Пусть Ваш малыш самостоятельно набирает какое-то количество воды в пустую бутылку, стучит по ней ложкой, и добивается нужного звука.

Далее с теми же предметами можно сочинять какие-либо простые мелодии. Предложите ребенку набрать в бутылки различное количество воды и выстроить их по звуку. То есть, бутылки, которые звучат низким звуком - слева, и, соответственно, которые звучат высоким - справа. Поверьте, ребенку 5-6 лет будет очень интересно этим заняться. Потом можно попробовать соединять звуки и выстраивать какую-либо наипростейшую мелодию. Сначала сочините что-то Вы, а затем предложите Вашему малышу. Чем чаще Вы будете играть в эту игру, тем быстрее можно будет ее усложнять, например, добавлять больше бутылок, или комбинировать звуки бутылок, например, с колокольчиками.

Есть еще одна игра, которая поможет Вам развить у Вашего ребенка чувство ритма мелодии. Назовем эту игру «Угадай мелодию». А правила игры очень просты. Задумайте какую-либо хорошо известную Вашему малышу песенку, и прохлопайте ее. То есть прохлопайте ритм песенки. Не забывая, что когда в оригинале мелодия тихая, нужно хлопать тихо, а когда громкая - соответственно, громко. Пусть Ваш малыш угадает эту мелодию, а затем загадает свою.

Но не забывайте, что ребенку 4-6 лет трудно удержать в памяти большой отрывок мелодии, поэтому в игре испытывайте только припев песенки, или даже всего несколько строчек. Например, если Вы загадали «Антошку» достаточно прохлопать только «АнтОшка, АнтОшка, пойдем копать картОшку». Это будет приблизительно так: 3 хлопка (2-й хлопок более громкий); пауза; 3 хлопка (2-й хлопок более громкий); пауза; два хлопка; пауза; два быстрых хлопка; пауза; 3 хлопка (второй более громкий); пауза. Все нужно повторить два раза. Если ребенку будет трудно угадать, добавьте к хлопкам еще звуки, например «пам-пам-пам». Но не нужно петь мелодию, просто проговаривайте ритм. Не забывайте предлагать Вашему ребенку прохлопать мелодию вместе с Вами, так ему легче будет сориентироваться.

**Пение и органы дыхания.**

***Искусство пения – это, прежде всего искусство правильного дыхания,* которое является важнейшим фактором нашего здоровья. Тренируется диафрагмальное дыхание, дыхательная мускулатура, улучшается дренаж легких .**

***Пение не только снимает приступ бронхиальной астмы, но и излечивает этот недуг.***

***Вокальные занятия являются профилактикой в первую очередь* *простудных заболеваний.*Вокал нужен, чтобы “прокачивать” все наши трахеи и бронхи. Вокальная работа – отличная тренировка и вентиляция легких. Это очень важно для растущего организма ребенка. У людей, которые систематически занимаются пением, увеличивается жизненная емкость легких и добавляется организму запас прочности.**

**Ученые провели исследования среди певцов одной оперной труппы. Оказалось, что *пение* не только хорошо развивает легкие и грудную клетку , но и *укрепляет сердечную мышцу*. Продолжительность жизни подавляющего большинства профессиональных певцов значительно выше средней.**

**Обратите внимание – *хорошие оперные певцы – люди физически здоровые и, как правило, долгожители.***

***Пение и легкая форма заикания*.**

***Занятия вокалом совершенствуют речевую функцию организма*. Те люди, которые страдают заиканием, очень полезно начать заниматься пением. Особенно это касается детей. Чем раньше заикающийся ребенок начнет заниматься пением, тем больше у него есть шансов избавиться от этого недостатка.**

**Одно из препятствий, которое стоит перед заикающимся, это произношение первого звука в слове. В пении одно слово перетекает в другое и как бы льется вместе с музыкой. Ребенок слушает, как поют другие, и старается попадать в такт. При этом происходит сглаживание акцента.**

**Уже доказано, что *легкая степень заикания может устраниться полностью, если человек занимается пением регулярно*. Во всем мире с помощью хорового пения детей успешно лечат от легкой формы заикания*. Главное – это регулярные занятия.***

***Пение и депрессия.***

**Положительное действие пения на человека, использовалось нашими предками для излечения от самых разнообразных заболеваний. Известно давно, что*пение – как сольное, так и хоровое –  применяется для лечения душевных недугов.***

**Аристотель и Пифагор рекомендовали пение при лечении *душевных расстройств*. На Тибете монахи до сих пор лечат нервные болезни пением. В Древней Греции с помощью хорового пения лечили от*бессонницы*. В древности люди интуитивно угадывали наличие в пении большой оздоровительной силы, но не могли научно обосновать этот факт.**

**Петь в любом случае полезно, даже если человек считает, что у него нет ни голоса, ни слуха. Научившись выражать свои эмоции голосом, человек получает эффективное средство для снятия стрессов, внутреннего напряжения.**

***Занятия пением способствуют психическому развитию и укреплению нервной системы.***

***Пение – отличный способ снятия стрессов, эмоциональной стабильности.***

**На Руси люди считали, что поет в человеке сама душа и пение – это ее естественное состояние.**

**Если у вас плохое настроение, вы часто болеете, испытываете усталость и напряженность – совет один – пойте!**

**Пойте все, что вы можете и помните, даже если никогда этому не учились. Пусть научатся ваши дети в музыкальной школе, и вы будете петь вместе с ними.**

**Гораздо полезнее петь не в одиночестве, а всей семьей.**

***Влияние пения на здоровье человека.***

Со времен самых древних цивилизаций людям известна целительная сила звуков произносимых собственным голосом. Современная медицина давно уже обратила внимание на то, что пение, особенно профессиональное занятие вокалом, оказывает благотворное влияние на здоровье человека. Пение – тот самый необходимый инструмент, позволяющий найти не только радость жизни, но и значительно улучшить свое здоровье. По образному выражению ученых гортань – второе сердца человека. Голос, оздоравливаясь в процессе вокальной тренировки, оздоравливает весь организм.

Пение помогает избавляться от стрессов. Ученые обнаружили, что в мозге во время пения вырабатываются эндорфин, вещество, благодаря которому человек ощущает радость, умиротворение, прекрасное настроение и повышенный жизненный тонус. Таким образом, с помощью пения можно вызвать и выразить те или иные чувства. При помощи пения можно привести в порядок легкие ,улучшить кровообращение и цвет лица, исправить осанку, улучшить дикцию и постановку разговорной речи, даже исправить такой дефект, как заикание.

Особенно важно пение для детей. Работая с голосовым аппаратом  ребенка, укрепляется его здоровье.

Вокал – это уникальное средство самомассажа внутренних органов, который способствует их функционированию и оздоровлению. Ученые считают, что каждый из внутренних человеческих органов имеет свою определенную частоту вибраций. При заболевании частота органа становится другой, вследствие чего и возникает разлад в работе всего организма. Пением человек вполне может воздействовать на больной орган, возвращая здоровую вибрацию. Дело в том, что когда человек поет, только 20% звука направляется во внешнее пространство, а 80% внутрь, в наш организм, заставляя более интенсивно работать наши органы. Звуковые волны, попадая в резонансные частоты, соответствующие тому или иному органу, вызывают его максимальную вибрацию, оказывая на этот орган непосредственное воздействие

*Во время пения активно работает диафрагма, тем самым массируя печень и предотвращая застой желчи. В то же время улучшается работа органов брюшной полости и кишечника. Воспроизведение некоторых гласных заставляет вибрировать гланды, железы и помогает очищать организм от шлаков. Есть звуки, которые могут полностью восстановить кровообращение и устранить застойные явления*. Такую звукотерапевтическую практику давно знали, и до сих пор используют в Индии и Китае.

**Гласные.**

***“А”***– помогает снять боли различного происхождения, лечит сердце и верхние доли легких, помогает при параличе и респираторных заболеваниях, оказывает мощное действие на весь организм, способствуя насыщением тканей кислородом.

***“И”*** – помогает в лечении глаз, ушей, тонкого кишечника. “Прочищает” нос, стимулирует работу сердца.

***“О”*** – лечит кашель, бронхит, трахеит, воспаление легких, снимает спазмы и боли, облегчает течение туберкулеза легких.

***“У”*** – улучшает дыхание, стимулирует работу почек, лечит горло и голосовые связки, а также все органы, расположенные в области живота.

***“Ы”*** – помогает при лечении ушей, улучшает дыхание.

***“Э”*** – улучшает работу головного мозга.

**Согласные.**

Научно доказана целебная сила некоторых согласных звуков.

***“В”, “Н”, “М”*** – улучшают работу головного мозга.

***“К”, “Щ”*** – помогают при лечении ушей.

***“Х”*** – освобождает организм от отработанных веществ и негативной энергии, улучшает дыхание.

***“С”*** – помогает при лечении кишечника, полезен для сердца, сосудов, желез внутренней секреции.

**Звукосочетания.**

***“ОМ”*** – помогает в снижении артериального давления. Он приводит в баланс тело, успокаивает ум, устраняя причину повышенного давления. Этот звук распахивает сердце, и оно становится способным принимать мир, любя, не сжимаясь от страха или негодования.

***“УХ”, “ОХ”, “АХ”*** – стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергетики.

Данные звуки надо не просто произносить, их обязательно необходимо пропевать. Обязательно следует обращать внимание с какой интенсивностью пропеваются звуки. Если протекает сердечно – сосудистое заболевание, то не следует делать упражнение слишком интенсивно; если необходима терапия органов брюшной полости – наоборот, чем интенсивнее, тем лучше.

***Целительная магия музыки.***

         *Среди различных видов искусства самым сильным средством воздействия на человека является музыка. Эффект воздействия музыки на эмоционально-психическое состояние людей и народов, заключается в её в общедоступном языке. Это язык чувств и эмоций, символичный и понятный всем, не зависимо от национальности. Вызывая различные ассоциации радости или горя, торжества побед или горечи поражения, светлой мечты или скорбного одиночества, музыка как бы раскрывает наше подсознание, выпуская на поверхность пережитые нами чувства, воспоминания, нереализованные способности и скрытые силы.*

*Но чтобы воздействие музыки на здоровье человека, в том числе и ребенка, оказалось благотворным, а не отрицательным, не следует забывать и о причинах разрушительного влияния её  на организм человека.  К таким негативным явлениям можно отнести чрезмерно громкое и долгое воздействие ритмическим звуковым потоком музыки, которое не соответствует жизненным ритмам(пульсу, дыханию, моторике движений) и возрасту. Например, длительное звучание композиций тяжелого рока может вызвать у молодых слушателей состояние гипервозбуждения и агрессии, а у старшего поколения состояние отупения и подавленности.*

*Слушая медитационную музыку, человек может войти в состояние глубокого транса. Эффект « музыкальной шкатулки», т.е. бесконечное повторение одного музыкального фрагмента, оказывает угнетающее воздействие на психику человека.*

*Общеизвестно благотворное влияние гармоничной музыки. Она по ритму близка к «золотому сечению вселенной». Это звуки природы, пение птиц, народная и классическая музыка.*

***Музыкальные произведения рекомендуемые для прослушивания.***

**Музыка В.А  Моцарта***– это гимнастика души, так его 41 симфония (ре мажор) поднимает жизненный тонус, улучшает настроение.*

**Музыка П.И Чайковского***, снимает неврозы – это музыка внутреннего очищения.*

**Музыка И.С Баха***- воспитывает личность, его 24 прелюдии и фуги подойдут для каждого человека.*

**«Венгерская  рапсодия» Ф.Листа, «Фиделио» Бетховена,«Американец в Париже» Гершвина***– помогают от головной боли.*

**«Лунная соната» Бетховена, «Кантата  № 2» и «Итальянский концерт» Баха, симфонии Гайдна***– снимают раздражительность*

**Музыка из балета « Лебединое озеро» Чайковского,«Ноктюрн ре минор» Шопена, «Концерт ре минор для скрипки» Баха***– снижают кровяное давление.*

**«Финал симфонии № 6» Чайковского, «Грустный вальс» Сибелиуса, «Музыкальный момент си минор» Рахманинова,«Прелюдия ми минор» Шопена***– рекомендуется при агрессии.*

**«Симфоническая поэма» Листа, «Финал симфонии № 1» Чайковского, «Балеро» Равеля, «Гимн великому городу» Глиэра –***эффективны при раздражительности.*

***Особое внимание хочется уделить музыкальным инструментам*.**

**Так:**

**флейта***- активизирует работу головного мозга;*

**арфа***- улучшает работу сердца;*

**скрипка***- наполняет любовью сердце и душу;*

**виолончель***- положительно влияет на работу всех внутренних органов человека.*