

«Берегите голос своего ребёнка»

Голос ребёнка легко поддаётся как полезному, так и вредному влиянию. Его можно, как развить, так и совсем испортить – сорвать! Особенно важна гигиена голоса в детстве, когда происходит формирование гортани.

Именно в этот период могут возникнуть голосовые расстройства и даже, заболевания, от которых нелегко избавиться ребёнка, а в последствие и взрослого человека.

При массовом обследовании детей в детских садах и школах выяснилось, что заболевания гортани занимают второе место среди заболеваний уха, горла и носа.

Дети с нарушениями голосовых функций, обычно испытывают затруднения в общении с окружающими. Они стараются больше молчать или наоборот, говорят слишком громко, что бы их услышали. Это ведёт к закреплению речевых патологий и в дальнейшем закрывает для многих путь к «речевым» профессиями.

Как часто можно наблюдать такую картину: маленький мальчик, или девочка, едет с мамой в автобусе и разговаривает так громко, что его слышат все окружающие. Или во дворе ребята играют в мяч, их крик, визг слышен в квартирах даже при закрытых окнах. Надо вызвать приятеля с верхнего этажа — скандируют хором. Да и в детском саду ребята далеко не всегда говорят спокойным голосом.

Первое правило: никогда не кричите сами (есть исключительные случаи, которые в жизни не так уж часты) и приучайте вашего ребенка говорить сдержанно. Каким образом? Конечно, через игру.

Ни в коем случае нельзя разговаривать с ребенком на улице при сильном морозе. Не пытайтесь перекрыть шум (например, транспортный). Если нет острой необходимости сказать что-то немедленно, лучше подождать, пока шум не стихнет или вы сами окажетесь в более тихом месте.

Не перенапрягайте голос ребенка при ангине, заболеваниях дыхательных путей, легких. И не только в разгар болезни, но и когда дело пошло на поправку.

Отрицательное действие на голос оказывает сухой воздух в помещениях во время отопительного сезона. Пользуйтесь увлажнителями или просто чаще проветривайте помещения.

На состояние голоса влияет и питание. Острая пища, содержащая пряности, много соли и уксуса, раздражает слизистую оболочку горла, ухудшает голос. Крайне отрицательно влияние курения взрослых.

Особого внимания требует голос 4—5-летнего ребенка, когда он начинает петь. Исполняемые им песни не должны выходить за пределы допустимой громкости — иначе это может привести не только к хрипоте, но и к более значительным стойким нарушениям голоса.

Приходится встречаться с фактами, когда родители разрешают детям петь дома «во весь голос» песни, предназначенные для исполнения взрослыми.

Постоянно растущий, находящийся в динамическом развитии голосовой аппарат дошкольника нуждается в бережном отношении. При злоупотреблении силой звучания утрачивается звонкость — важное качество голоса ребенка. При пении на крайних динамических уровнях появляются напряжение и функциональные расстройства голоса, вплоть до афонии (беззвучности).

Итак, подытоживая, кратко сформулируем, что же вредно для детского голоса:

1. Пение громким, резким звуком.
2. Небрежное отношение к речевому голосу: (крик, визг, очень громкая речь)
3. Пение на холоде или сыром воздухе.
4. Пребывание в помещении, где курят.
5. Подражание пению взрослых.
6. Употребление холодных продуктов.
7. Небрежное отношение к заболеваниям уха, горла, носа (нельзя переносить заболевание на ногах, не долечивать заболевание).

Каждый человек, родившись, получает драгоценный и великий дар, музыкальный инструмент – голос. Необходимо лишь научиться правильно владеть этим инструментом и беречь его.

Игры и упражнения для развития голоса

Как только в активном словаре ребенка появятся первые звукоподражания, *продемонстрируйте малышу, как можно говорить голосом разной силы: то тихо, то громко*. Например, озвучивая большую собаку, громко произнесите: «АВ-АВ!», а изображая маленькую собачку, то же звукоподражание произнесите тихо.

Учите малыша менять силу голоса не только в игре, но и в реальной жизни. Для этого сами сначала поговорите с ребенком тихо: скажите ему что-нибудь интересное, а затем продолжите разговор голосом обычной силы. В следующий раз, когда вы будете говорить тихо, малыш начнет прислушиваться.

Свяжите в сознании ребенка тихий и громкий голос с разными событиями повседневной жизни. Например, укладывая малыша спать, всегда разговаривайте с ним тихо. Перед сном пропойте тихонько колыбельную песню или расскажите ребенку сказку.

Учите малыша говорить не только голосом разной силы, но и шепотом. Объясните, что кукла спит и, чтобы ее не разбудить, надо говорить шепотом – вот так. Также объясните ребенку, что о некоторых вещах, особенно на людях, надо всегда стараться говорить очень тихо или даже шепотом, например, о том, что нужно сходить в туалет.

Учите ребенка говорить голосом разной высоты. Вот издали летит самолет – произнесите высоким голосом: «У-У-У...», а вот самолет подлетел близко и загудел низко: «У-У-У..»

Маленькие дети часто говорят в ускоренном темпе. Из-за этого ухудшаются внятность, четкость речи, артикуляция звуков, выпадают отдельные звуки и даже слоги (особенно часто «глотаются» окончания слов). Поэтому *важно постепенно вырабатывать у малыша умеренный темп речи*.

«Кошка и котенок»

Приготовьте игрушки или картинки «Кошка» и «Котенок». Озвучьте каждую из игрушек: кошка мяукает громко: «МЯУ!», а котенок – тихо: «мяу!» Предложите ребенку самому изобразить, как мяукают мама-кошка и котенок.

Можно провести игры, изображая голоса коровы с теленком, мышки с мышонком, собаки со щенком и т. д.

Игра учит ребенка владеть своим голосом, менять его силу, говоря то громко, то тихо.

«Скажи на ушко»

Для игры понадобится игрушка-собачка. Возьмите игрушечную собачку и на глазах ребенка шепните ей на ушко, чтобы она легла малышу на колени. Собачка «выполняет» вашу просьбу. Потом шепотом скажите собачке, чтобы она лизнула ребенка в щеку. Собачка с радостью это сделает.

Предложите малышу самому попросить о чем-нибудь собачку, но предупредите, что на ушко надо говорить только шепотом.

Игра способствует развитию силы голоса ребенка, учит говорить шепотом.

«Большой и маленький»

Вам понадобятся картинки с часами, большими и маленькими.

Покажите ребенку картинку с большими часами и изобразите, как они тикают. Для этого громко произнесите: «ТИК-ТАК, ТИК-ТАК». Затем покажите картинку с маленькими часиками и тихо произнесите: «тик-так, тик-так».

Попросите ребенка самого озвучить каждую из картинок. Показывайте ребенку по очереди изображения то больших, то маленьких часов.

Аналогичным образом можно обыграть картинки «Большой и маленький молоток» («ГУК» – «тук»), «Колокольчик» («ДИНЬ-ДОН» – «динь-дон»).

Игра способствует развитию силы голоса ребенка.

«Передай»

Приготовьте игрушечную кошку и блюдце. Поручите ребенку спросить у кошки шепотом на ушко, хочет ли она молочка. После того как кошка «полакает молоко», попросите малыша узнать у нее, что киса хочет сказать. Скорее всего, вежливая кошечка скажет: «Спасибо».

Так же шепотом малыш может спросить у кошки, во что она хочет поиграть (в мячик или в прятки), нет ли в доме мышей, дружит ли она с собачкой.

Игра закрепляет навык ребенка говорить шепотом.

«Две машинки»

Приготовьте две машинки: побольше и поменьше. Покажите ребенку, как можно рукой вести машинки по воображаемой дорожке и одновременно длительно пропевать звукоподражание: «БИ-БИ-И-И...» Обратите внимание малыша, что большая машина гудит низким голосом, а маленькая – высоким голосом.

Предложите ребенку поиграть сначала с большой, а потом с маленькой машинкой, меняя при этом высоту голоса.

Игра учит ребенка владеть своим голосом, менять его высоту.

«Быстро и медленно»

Вам понадобится игрушка-зайчик. Покажите ребенку, как зайчик не спеша скачет по дорожке, и одновременно произносите звукоподражание: «Прыг-скок, прыг-скок!» Затем скажите, что зайчик поскакал быстрее. При этом ускорьте темп движений и темп произнесения звукоподражаний: «Прыг-скок, прыг-скок, прыг-скок!»

Попросите ребенка самого показать, как зайчик умеет скакать быстро и медленно, и озвучить каждый из видов движений.

Аналогичным образом можно с помощью пальчиковых игр показать, как быстро и медленно стучит молоток (тук-тук) – стучите кулачком по столу в разном темпе, пилит пила (вжик-вжик) – ребром ладони водите по столу вперед-назад в разном темпе, звенит колокольчик (динь-дон) – соберите пальцы в щепоть и качайте ими воображаемый колокольчик в разном темпе, идет человечек (топ-топ) – средним и указательным пальцем шагайте по столу в разном темпе, едет поезд (чух-чух) – вращайте руками, сжатыми в кулаки, перед грудью, изображая колеса поезда, капает дождик (кап-кап) – стучите пальцами по столу в разном темпе.

Игра развивает у ребенка чувство темпа, учит его менять темп произнесения одних и тех же звукоподражаний.

«Ветер и ветерок» (с 3 лет)

Покажите ребенку, как дует сильный ветер. Для этого длительно и громко пропевайте звук «У» и энергично качайте руками над головой – так дерево качает ветвями на ветру. Потом продемонстрируйте, как веет легкий

ветерок, – тихо и долго пропевайте звук «У» и лишь слегка покачивайте руками.

Предложите малышу самому изобразить дерево на ветру. Для этого ребенку нужно встать, поднять вверх руки-ветви и качать ими с определенной силой, в зависимости от ваших команд. Сначала скажите: «Дует сильный ветер», а затем: «Дует легкий ветерок».

Одновременно с движениями пусть малыш пропевает звук «У» с разной силой.

Игра способствует развитию силы голоса, речевого дыхания и слухового внимания.

«Три медведя» (с 3 лет)

Для подготовки к игре понадобится книга Л. Толстого «Три медведя». Расскажите ребенку сказку, а затем вместе с малышом изобразите голоса всех трех медведей: самым низким голосом говорите за Михайла Ивановича, обычным голосом – за медведицу Настасью Петровну и высоким голосом – за медвежонка Мишутку.

Дайте задание повторить голосом разной высоты сначала звукоподражание: «Э!», а затем и некоторые фразы из сказки (например, «Кто сидел на моем стуле?», «Кто ел из моей чашки?»).

Игра учит ребенка владеть своим голосом, менять его высоту.