

**Консультация для родителей**  
**на тему: «*Пение - уникальная дыхательная гимнастика*»**

**Подготовила: музыкальный руководитель *Фадеева О.Н.***

## **«Пение - уникальная дыхательная гимнастика».**

Дети любят петь и охотно поют. Пение положительно влияет на здоровье и развитие ребенка: активизирует умственные способности, развивает эстетическое и нравственное представление, слух, память, речь, чувство ритма, внимание, мышление, укрепляет лёгкие и весь дыхательный аппарат. При соблюдении гигиенических условий, то есть при проведении занятия в проветренном чистом помещении, пение способствует развитию и укреплению лёгких и всего голосового аппарата. По мнению врачей, пение является лучшей формой дыхательной гимнастики.

Дети любят петь и охотно поют. Пение положительно влияет на здоровье и развитие ребенка: активизирует умственные способности, развивает эстетическое и нравственное представление, слух, память, речь, чувство ритма, внимание, мышление, укрепляет лёгкие и весь дыхательный аппарат. При соблюдении гигиенических условий, то есть при проведении занятия в проветренном чистом помещении, пение способствует развитию и укреплению лёгких и всего голосового аппарата. По мнению врачей, пение является лучшей формой дыхательной гимнастики.

Пение с предшествующей дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое и даже лечебное воздействие: положительно влияет на обменные процессы, способствуют восстановлению центральной нервной системы. улучшает функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание, исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки.

Основные правила при выполнении дыхательной гимнастики: вдох через нос - плечи не поднимать; - выдох должен быть длительным и плавным.

### **Дыхательные упражнения.**

#### **Упражнение: Поиграй на дудочке.**

Исходное положение: Ребёнок стоит. «Дует в дудочку» складывает руку в кулак глубоко вдыхает, затем медленно выдувает воздух кулак– ууу.

#### **Упражнение: Задуй свечи.**

У друга день рождение ему 10 лет. Надо помочь задуть 10 свечей. Ребенок глубоко вдыхает и медленно выдувает воздух, представляя, что задувает свечи.

#### **Упражнение: Подуем на бабочку**

Исходное положение: Ребёнок стоит, ноги слегка расставлены, руки опущены, делает вдох. Выдох – поворачивает голову направо и, сделав губы трубочкой, дует на плечо.

Голова прямо - вдох носом. Голову влево – выдох.