



Лечебные эффекты пения

© Савельева Т.Г.
© ДШИ
им. А.К. Лядова
Сахалинской области.



***ГОЛОС – это уникальный
музыкальный «инструмент»,
данный человеку самой
Природой.***

***И более совершенного
музыкального инструмента
просто не существует.***



*Испанский писатель и
ученый-фольклорист
Федерико Гарсиа Лорка
первым в мире сделал
вывод о том, что песня
предшествовала языку.*



*Петь в любом случае
полезно, даже если
нет ни музыкального
слуха, ни голоса.*



Искусство пения – это прежде всего правильное дыхание, которое и является одним из важнейших факторов здоровой жизни.

Из всех средств музыкотерапии самое сильное воздействие на организм оказывает именно ПЕНИЕ.



***Методы
ВОКАЛОТЕРАПИИ
активно используются
во всем мире для лечения
и профилактики неврозов,
болезненных страхов,
депрессии, бронхиальной
астмы, головных болей...***

*Оперные певцы чаще всего
люди физически здоровые и,
как правило, долгожители.*



*Народная артистка СССР
Ирина Архипова*



*Испанский оперный певец
Пласидо Доминго*



Пение очень полезно для будущих мам. Органы слуха малыша получают необходимую им тренировку и стимулируют головной мозг. В результате на свет появляются более жизнеспособные, спокойные и крепкие малыши.



*На Руси славяне считали,
что поет в человеке сама
ДУША и пение – это
ее естественное состояние.
Поэтому работа со звуком,
ритмом, дыханием,
обеспечивает успех
в кропотливой работе
над формированием личности
человека.*

Со времен самых древних цивилизаций человечества людям известна целительная сила отдельных звуков и звукосочетаний, произносимых собственным голосом.

ГЛАСНЫЕ ЗВУКИ (кроме звуков <Е> и <Ё>):

<А> – снимает любые спазмы, лечит сердце и желчный пузырь;

<И> – лечит глаза, уши, стимулирует сердечную деятельность, “протищает” нос;

<О> – оживляет деятельность поджелудочной железы, способствует устранению проблем с сердцем;

<У> – улучшает дыхание, стимулирует и гармонизирует работу почек;

<Ы> – лечит уши, улучшает дыхание;

<Э> – улучшает работу головного мозга.



ЗВУКОСОЧЕТАНИЯ:

<ОМ> – снижает кровяное давление;

<АЙ>, <ПА> – снижают боли в сердце;

<АП>, <АМ>, <АТ>, <ИТ>, <УТ> – исправляют дефекты речи;

<УХ>, <ОХ>, <АХ> – стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергии.



Ребенок пользуется голосом не задумываясь – кричит и говорит, как дышит, в отличие от многих взрослых, с годами утрачивающих природную способность выражать себя в звуках и словах.



Во всем мире с помощью хорового пения успешно лечат детей от заикания. Ребенок слушает, как поют другие, старается попадать в такт и при этом постепенно избавляется от своего недуга.



*Поющие, танцующие и
рисующие дети получают
больше пятерок по всем учебным
предметам.*

Музыкальный слух (как и голос) можно развивать, тренировать, совершенствовать. И чем раньше начать музыкальные занятия, тем лучше.





***ПОЙТЕ ВМЕСТЕ С
ДЕТЬМИ И БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!***