

неликова, А. А. Свирид, Н. П. Федорова // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – 2011. - № 10 (80). – С. 60-64.

3. Долбышева, Н. Г. Спортизація неолімпійського спорту як соціокультурного явища / Н. Г. Долбышева // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. - № 1 (39). – С. 33-36.

Киселев С.Н., Ворошнин В.А.

МБУ ДО «Детско-юношеский центр»
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия

ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ПЕНИЯ НА РЕБЕНКА

Аннотация. Пение – как синтез творческого развития и физического оздоровления ребенка. Здоровьесбережение при систематических занятиях с детьми вокально-хоровым творчеством на уроках в учреждении дополнительного образования.

Ключевые слова: дети, факторы укрепление состояния здоровья и профилактики простудных заболеваний, творческое воспитание.

Kiselev S. N., Voroshnin V. A.

MBU TO "Children and youth centre"
Yekaterinburg, Sverdlovsk oblast, Russia

HEALTH EFFECTS OF SINGING ON THE BABY

Abstract. Singing as a synthesis of creative development and physical health of the child. Health care in systemic work with children choral work on the lessons in further education institutions.

Keywords: children, factors strengthening health and preventing colds, creative education.

«Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка, - это прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества»
Сухомлинский В.А.

В музыкальном творчестве ведущую роль играет синтез эмоциональной отзывчивости с мышлением, логики и интуиции, творческого воображения и активности. Известно, что у дошкольников и младших школьников ярко проявляется творческое начало, они легко воспринимают образное содержание музыкального материала, им свойственна природная активность. Все это является ценным источником их творческого развития и ведущее место в этом принадлежит хоровому пению, вокальному кружку – на сегодняшний день основному средству массово-

го приобщения детей к музыкальному искусству. Коллективное пение раскрепощает детей и усиливает их самооценку.

Но при этом немаловажным является оздоровительное воздействие пения на ребенка, на которое обратила внимание и современная медицина, и психологи, и его влияние невозможно переоценить.

Голос – уникальный музыкальный инструмент. Он вибрирует, когда человек говорит, когда кричит и даже шепчет. Во время пения звуковые частоты активизируют развитие ребенка. У поющего ребенка вибрации пронизывают весь организм, чем улучшают кровообращение. Обертоны резонируют с костями черепа и с головным мозгом, благодаря этому стимулируется иммунитет. Определенно, поющий ребенок гораздо меньше простужается. В процессе вокальных тренировок оздоравливается голос и улучшается состояние всего организма. Планомерное и целенаправленное применение упражнений весьма способствует укреплению и развитию голоса, улучшению его гибкости и выносливости.

Пение – это правильное дыхание, которое, в свою очередь, является важным фактором здоровья. Активная работа диафрагмы во время пения не только способствует правильному звукоизвлечению, но и улучшает работу органов брюшной полости и кишечника. Вокал является отличным средством самомассажа внутренних органов.

Нельзя не сказать о том, что занятия вокалом являются профилактикой простудных заболеваний. Процесс распевания – пение определенных мелодий на гласные звуки, на слоги – не только формируют их ровность и округлость при исполнении. При систематических занятиях пением увеличивается емкость легких, хорошо развиваются грудная клетка, трахеи, бронхи, что очень важно для растущего ребенка; уменьшаются приступы у детей с бронхиальной астмой, укрепляется сердечная мышца, добавляя организму запас прочности.

Вокально-хоровые занятия хорошо совершенствуют речевую функцию. Параллельно с изучением текстов песен и вокально-хоровых произведений проводится дикционная работа, используются метроритмические упражнения и скороговорки. Неритмичный ребенок слушая, как поют другие певцы, стараясь попадать в такт, постепенно приучается слышать и правильно исполнять ритмический рисунок мелодии. Запоминание песенных текстов, стихов, изучение и исполнение музыки иностранных авторов на языке оригинала интенсивно развивает память ребенка и его музыкальный слух.

Известно также, что хоровое пение успешно помогает избавляться от заикания. И это особенно касается детей. Чем раньше начаты занятия пением, тем большая вероятность, что ребенок избавится от заикания. Одной из проблем, возникающей у заикающегося, является произнесение первого звука в слове. В пении же одно слово перетекает в другое и сливается с музыкой, при этом сглаживается акцент на первом звуке. Мето-

дика лечения легкой степени заикания вокальными упражнениями признана во всем мире.

Ну и наконец, во время пения вырабатывается эндорфин, благодаря которому человек ощущает радость, у него повышается жизненный тонус. Хороший исполнитель выражает чувства и вызывает у слушателей положительные эмоции, а это в свою очередь избавляет от стрессов.

В итоге с помощью пения можно: «привести в порядок» легкие и внутренние органы, голову и сердце; помочь с профилактикой респираторных и простудных заболеваний; исправить осанку; улучшить дикцию и постановку разговорной речи, помочь в исправлении такого дефекта, как заикание.

Все перечисленные факторы помогут в полной мере улучшить и укрепить состояние здоровья ребенка. А это, в свою очередь, будет способствовать успешному формированию учебных задач: эмоциональной отзывчивости, любви к окружающему миру, творческому росту, формированию художественного вкуса, личностных качеств; поможет воспитать и привить любовь и уважение к духовному наследию, а также созданию атмосферы значимости, увлеченности каждого поющего участника хора или ансамбля.

Кишмерешкина Л.Л.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ОСОБЕННОСТИ ВОЛЕВОЙ АКТИВНОСТИ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Аннотация: Спортивная деятельность многообразна. Ее условия в каждом конкретном виде различаются. Однако существуют и некоторые общие специфические особенности спортивной деятельности, типичные для всех ее разновидностей и в то же время отличающие ее от других.

Ключевые слова: проявления личности, активность, особенности жизнедеятельности, волевые качества, природные предпосылки.

Kishmereshkin L. L.

Russian state vocational pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

FEATURES OF VOLITIONAL ACTIVITY A VARIETY OF SPORTS

Abstract: Athletic activity is diverse. The conditions in each species differ. However, there are some General and specific features of the sports activities that are common to all its varieties and at the same time distinguishing it from others.