**Для предупреждения различных голосовых расстройств очень важна охрана и воспитание голоса с раннего детства.**

**Рекомендации по предупреждению нарушений голоса:**

1. Следите за тем, чтобы Ваш ребенок не употреблял слишком горячее, острое и холодное.
2. Постарайтесь оградить Вашего ребенка от простудных заболеваний ЛОР органов.
3. Не забывайте о том, что закаливание является профилактикой не только простудных заболеваний, а также нарушений голоса.
4. После и во время простуды ограничьте речевую активность ребенка.
5. Ограничьте речевое общение ребенка на улице во время сырой погоды.
6. Постарайтесь уберечь Вашего ребенка от чрезмерных переживаний и стресса.
7. Объясните ребенку, что громкий крик, плачь может неблагоприятно сказаться на его голосе.
8. Поощряйте занятие теми видами спорта, которые совершенствуют работу дыхательного аппарата: гимнастика, лёгкая атлетика, теннис, волейбол, плавание.
9. Следите за тем, чтобы Ваш ребенок длительно не разговаривал по телефону (20 минут телефонного общения равнозначно часу голосовой нагрузки).

Детям **также полезны игры**, в которых приходиться тихо говорить или говорить шепотом (*«Эхо»*) взрослый произносит слово громко, а ребенок повторяет тихо. Полезно произносить уже заученный стишок так: первую строку взрослый произносит громко, а 2-ую ребёнок произносит тихо.

Поиграть в ту же игру "Эхо", но ребенок изображает человека, а взрослый — эхо. С ребенком, который говорит тихо, лучше разговаривать на большом расстоянии — незаметно для себя он будет усиливать свой **голос**, но никогда не следует принуждать его говорить обязательно громко — он станет избегать разговора и превратится в "молчальника". Ласка, подбадривание — вот главные рычаги успеха в этом случае.

*Берегите себя и Вашего ребенка!*

**Памятка для родителей по вопросам профилактики голосовых нарушений у детей дошкольного возраста**

****

****

**Источники:**

**1.** Логопедия: Учебник для студентов дефектол. фак. пед. вузов / Под ред. Л.С. Волковой, С.Н. Шаховской. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998. – 680 с.

**2.** Алмазова, Е.С. Логопедическая работа по восстановлению голоса у детей : учеб. пособие / Е.С. Алмазова. – М. : Айрис-пресс, 2005. – 192 с.

**Голос** - *важная черта человеческого облика, которая либо способствует активному человеческому общению, либо затрудняет его.* Это значимо для каждого человека в любой ситуации. **Голос**, *как и взгляд*, наиболее непосредственно, а именно - прямо и мгновенно, **передает эмоциональное состояние человека, его отношение к окружающим.** Чистый, звонкий, сильный, достаточно подвижный голос имеет для устной речи такое же значение, как и правильное произношение звуков в словах, грамматически верное построение предложений. Хорошо владея и управляя голосом, говорящий способен донести до слушателя гораздо больше информации, полнее, точнее выразить свою мысль, свое отношение к окружающим событиям.