# Восемь фактов пения:

* у людей, которые регулярно занимаются пением, увеличивается жизненная ёмкость лёгких и добавляет организму запас прочности;
* во время пения человек вдыхает воздух быстро, а выдыхает медленно;
* в процессе пения в крови снижается содержание кислорода и соответственно увеличивается доза углекислого газа;
* углекислый газ ­– раздражитель, который активизирует внутренние защитные силы организма, которые во время заболевания начинают работать в усиленном режиме;
* пение – отличная профилактика простудных заболеваний;
* американские учёны провели исследования среди певцов оперной группы. Оказалось, что пение не только хорошо развивает лёгкие и грудную клетку, но и укрепляет сердечную мышцу;
* продолжительность жизни большинства профессиональных певцов значительно выше средней;
* хорошие певцы – люди физически здоровые и долгожители.