Рекомендации для родителей

«Волшебство колыбельных песен»

В наше время стремительного развития науки, техники и компьютерных технологий, все такой же востребованной является мамина колыбельная песня. Ее не заменит интерактивная кукла, которая умеет рассказывать сказки, ни классическая музыка, ни звуки природы.

Только присутствие матери, близость с ней, ее любовь и ласка успокаивают малыша и обеспечивают ему спокойный сон. Младенцы не понимают слов, но улавливают тепло и безграничную любовь матери. Детки постарше уже понимают слова колыбельной песни, и они запоминаются им на всю жизнь. Колыбельная песня играет очень большую роль для развития речи у ребенка. Ведь в ответ на мамино пение малыш тоже издает разные звуки. Успокаивающая песня может быть и без слов, только мелодия. Песня, которая убаюкивает, действует на правое полушарие мозга, и таким образом влияет на подсознание и эмоции.

Колыбельные песни обладают и терапевтическим эффектом, кроме того что доносят определенную информацию. Особенно они незаменимы для детей, у которых нарушены структуры или функции головного мозга, которым сопутствуют нарушение дыхательного ритма, общее угнетенное состояние организма. Также они полезны для детей с измененным ритмом сердечных сокращений или проблемами с моторикой кишечника.

Учеными доказано, что при нарушении координации, заикании и тиках колыбельная является профилактическим средством. Эта музыкотерапия влияет на ребенка и на мать. Она получает эмоциональную разрядку, переживания облегчаются. Женщина быстрее восстанавливается после родов, у нее повышается лактация. Ученые рекомендуют после кормления несколько раз в сутки петь малышам колыбельные. Для этого не надо выучивать специальные длинные тексты. Достаточно одни и те же песни повторять по кругу, главное чтобы это было душевно и приятно матери и ребенку.

Наши предки не зря считали, что **воспитание ребенка берет свое начало с колыбельных**, и придавали этим песням **мистическое значение.** В колыбельных, по сей день, сохранились таинственные языческие образы Дремы, Буки, Сна, Угомона. **Колыбельные выполняли ту же функцию, что заговоры.** В песне мать просила дать ее малышу силы для сна и роста, чтобы он был богатым и здоровым в будущем. Каждому младенцу полагалась своя – ее сразу после рождения сочиняла мать, затем **эта песня всю жизнь оставалась его оберегом.** Но, конечно, если у вас не получается сочинить колыбельную, можно петь и какую-нибудь, из известных.

**Влияние пения колыбельных важно также для развития мышления ребенка.** От того, какие песни пела ему мама (и пела ли вообще), **зависит характер маленького человека, его энергетическое здоровье, степень психологической устойчивости.** Для полноценного развития малышу важно знать, что он желанен и любим, его мама – самая лучшая, родной дом – самый теплый и уютный, а это всегда присутствует в колыбельных.

• **В колыбельных песнях мама выстраивает окружающий мир вокруг ребенка, как бы противопоставляя всем опасностям внешнего мира теплоту и защищенность дома. Нежность, ласку, сердечность, покой несут эти песни, они снимают излишнюю тревожность, возбуждение. Дети, которые не знали колыбельных, вырастают более эгоистичными и злыми, они чаще подвержены различным психическим расстройствам.**

**СЛУШАЕМ ТИШИНУ…**
**Очень опасно приучать детей находиться в постоянном шуме,** будь то **работающий телевизор, магнитофон, просто громкая речь.** Утверждение, будто ребенок «прекрасно засыпает» **под звуки рок-музыки**, отчасти может соответствовать действительности. Только **малыш не засыпает – он впадает в состояние измененного сознания, говоря современным языком, «вырубается».**

Дело в том, что **при очень громких звуках происходит заметное торможение деятельности коры головного мозга и растормаживание подкорковых центров. Это сродни состоянию опьянения.** Заменив колыбельные песни телевизором, **можно, в частности, развить у ребенка синдром дефицита внимания (СДВ).** Он выражается в неспособности сосредоточиться.

**Дети, страдающие СДВ, не имеют возможности нормально учиться, они страдают от проблем в отношениях с окружающими**. Кому захочется дружить с ребенком, которому не под силу спокойно дожидаться своей очереди в игре, который вырывает игрушки у других? **Так пойте же своим детям колыбельные, хотя бы до трех лет! Это поможет им вырасти уравновешенными и доброжелательными людьми. Колыбельная – это настоящая добрая магия.**