**Пойте своим детям колыбельные**

*Давно, очень давно родились колыбельные песни. Известно, когда мамы поют колыбельные песни, дети быстрее засыпают.*

*• Ребенку становится спокойнее, и ему снятся хорошие сны.*

*• Ребенок быстрее забывает свои беды, когда  его укладывают спать с лаской: именно ласка передается с колыбельной песней, пусть ребенок еще не слышит, но чувствует любовь, ласку, нежность мамы.*

*• Дети, которым поют в детстве песни, вырастают более нежными, добрыми.*

*• От того, какие песни пела ребенку мать, и пела ли она их вообще, зависит характер маленького человека, его физическое здоровье, степень развития.*

*• Слушая колыбельные песни, малыш защищает свою психику от стрессов и эмоциональной неустойчивости. Поэтому для крохи колыбельная — не только способ успокоиться и крепко заснуть, но и показатель того, что все в порядке: мамочка рядом и очень любит его.*

*Кроме того, последние исследования показали, что с помощью колыбельных ребенок раньше начинает разговаривать.*

*Со временем значение колыбельной меняется. Для* ***годовалого ребеночка*** *она становится важной частью вечернего ритуала. Ее черед наступает после купания и кормления. В этом возрасте нежная* ***песня нужна малышу даже больше, чем сказка.*** *Малыш еще не знает языка, не понимает слов, но слушая колыбельную, он успокаивается, затихает, засыпает. Это первая в его жизни музыка. Через колыбельную у ребенка формируется потребность в художественном слове, музыке. Постепенно привыкая к повторяющимся интонациям, ребенок начинает различать отдельные слова, что помогает ему овладеть речью, понимать ее содержание.*

*С колыбельной песней ребенок получает первые представления об окружающем мире: животных, птицах, предметах. Исследования последних лет показали, что колыбельные песни снимают тревожность, возбуждение, действуют на ребенка успокаивающе.*

*Кроме собственно исполнения, мама может использовать аудиозаписи или петь вместе с исполнителем.*

*Однако каждая мама по своему опыту знает, как порой бывает нелегко уложить ребенка спать. Что только не делается для этого! А секрет достаточно прост: чтобы ваш ребенок заснул, создайте ему те условия, которые вы желали бы для себя —* ***приглушенное освещение, тихая******музыка****… Кроме того, испокон веков существовало универсальное «снотворное» средство для детей и взрослых — это* ***колыбельные песни.*** *При помощи музыки мальчики и девочки познают глубину, тонкость, сердечность отношения человека к человеку.*

*Как считает болгарский психотерапевт* ***П.Рандев****, это «поможет им быть уравновешенными, спокойными и доброжелательными людьми в дальнейшем. Да и нам самим неплохо бы слушать на ночь колыбельные песни, так как их действие оказывается эффективнее медикаментов».*

*Колыбельные песни — это заговоры-обереги, основанные на магической силе воздействия слова и музыки, на их способности успокоить, уберечь, охранить.*

***Подарите своим близким и любимым колыбельные.***

Музыкальный руководитель

Борисова Ю.А.