**Пойте детям перед сном.**

**Консультация  для  родителей**.

«Баю-баюшки-баю, баю  милую  свою, баю  славную  свою…». Сколько  ласковых слов  находит  мать, убаюкивая  свое  дитя. Сколько  нежности   в  пении,  обращенном  к  ребенку! Малыш  еще  не  знает  языка, не  понимает  слов, но, слушая колыбельную,  он  успокаивается,  затихает,  засыпает. Это  первая  в  его  жизни музыка. Она  воспринимается  малышом  с  магической  силой,  потому  что  исходит  от  самого  родного, самого дорогого  существа – матери. **Колыбельные способствуют засыпанию** Конечно, главная цель мамы, напевающей малышу, — его скорейший сон. Неспроста «колыбельная» — производное от слова «колыбель», («люлька»). Именно в люльке еще с древних времен мамы укачивают детей, приговаривая в такт протяжные фразы. Однообразные движения в совокупности с «мурлыкающими» звуками действуют на малышей как маятник: их веки тяжелеют, глазки закрываются, начинается волшебный крепкий сон... Ритм  колыбельной  песни,  обычно соотнесенный  с  ритмом  дыхания  и  сердцебиения  матери  и  ребенка,  играет  важную  роль  в  их  душевном единении. При  такой  внутренней  настройке  слова  образы  песни  проникают  в  глубину  души  маленького  существа. 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. **Колыбельные успокаивают: мама рядом** Голос матери — главный «мостик», связывающий малыша с внешним миром. Поэтому врачи и психологи рекомендуют напевать колыбельные еще во время беременности. В удобной позе, в спокойном месте, гладя животик, будущей маме необходимо разговаривать с малюткой. Уже к середине беременности крошка слышит родной голос, понимая: бояться нечего. Поэтому даже 10 минут пения в день дают вероятность, что и после рождения ребенку будет легче заснуть под знакомую мелодию. В  колыбельных  песнях   утверждается  высшая  ценность занимаемого  ребенком  места, потому  что  для полноценного  психического  развития  ребенку важно утвердиться в  том,  что  место, занимаемое  его «Я»  в  этом  мире  – самое  хорошее, его  мама – самая  лучшая, а  дом – самый  родной. Кроме  осознания  собственного «Я» колыбельная  песня  знакомит  ребенка  с  пространством  окружающего  мира. Сначала  это  пространство  выстраивается  вокруг  ребенка,  как  бы  противопоставляя  теплоту,  защищенность  дома  опасностям  внешнего  мира. Эти два  мира  разделены  границей, которую  не  должен  переступать  ребенок. Она (граница)  обозначается   понятием «край»: **Колыбельные имеют терапевтический эффект:** Тихие песенки перед сном буквально «лечат». Если мама поет искренне, расслабившись и забыв обо всех тревогах, малыш засыпает быстрее и крепче. Монотонный ритм нормализует дыхание, биение сердца обоих и даже благотворно влияет на лактацию! Интересно, что колыбельные помогают не только маленьким. Например, воины раньше приглушали боль от ранений, напевая себе знакомую мелодию из детства. А современные ученые говорят, что если больной послушает колыбельную перед операцией, положенную дозу анестезии можно смело уменьшать вдвое. Самое  важное в  колыбельной  песне – это  сама   материнская  нежность, любовь, которая  придает  малышу  уверенность  в  том,  что  жизнь  хороша,  и  если  станет  плохо – ему  помогут,  его  не  бросят. На  этом  глубинном  чувстве  защищенности,  базового  доверия  к  жизни  будет  основан  жизненный   оптимизм  взрослого,  его  желание  жить  на  свете вопреки  всем  невзгодам. Как  неоценимо  важна  такая  уверенность  для  ребенка, который  войдет  в  наш  сложный, противоречивый  и  обманчивый  мир!  А  как  важна  привычка   постоянного  общения  с  матерью!      **Колыбельные формируют доверие к миру:** Для младенца мама — это целый мир. И именно через общение с ней ребенок узнает, что его ждет в жизни дальше. Очевидно, что добрая, сердечная связь с самым родным человеком помогает ему быстрее и лучше адаптироваться в социуме. Множество экспериментов подтверждают: колыбельные, спетые вживую, влияют на развитие детей лучше, чем аудиозаписи. И уж конечно, совершенно не важно, есть у мамы музыкальный слух или нет. Главное — передать голосом ласку и заботу. Попросту — петь душой. Не стесняйтесь петь колыбельные сами. Мамин голос терапевтичнее самой качественной аудиозаписи. Прекрасно,  если привычка общения с мамой  сохраняется  в  семье  и  тогда,  когда  ребенок  взрослеет.  В  такие  минуты  общения  к  нежной  песне   присоединяется  рассказывание  сказок,  историй,  задушевные   разговоры  о  самом  главном  на  сон  грядущий.  А  сон,  как  известно, дан  человеку  не  только для  отдыха,  но  и  для  глубинной  обработки  той  информации,  которая  накопилась  за  день. Поэтому,  все, о  чем  говорится  перед  сном,  закладывается  глубоко  в  душу  человека  и  сохраняется  там  на  всю  жизнь. Доверительные  отношения,  которые  возникают  в  моменты  такого  общения,  будут  важны  для   ребенка  не  только,  пока  он  мал  и  ходит  в  детский  сад,  но  и  в  школе.  И  даже  тогда,  когда  ваш  малыш  вырастет,  он  будет  знать,  что  у  него  есть  человек,  который  его  всегда     выслушает,  поймет,  с  которым  так  приятно  общаться  и  просто  положить  голову  на  плечо. **Колыбельные приучают к режиму:** Вряд ли мама начнет петь колыбельную просто так. Как правило, это часть особого ритуала — подготовки ко сну. Когда действие повторяется изо дня в день, ребенок понимает: поиграли — искупались — оделись — приглушили свет — послушали мамину «баюшку» — будем спать и смотреть сладкие сны. И если предпоследний пункт однажды исключить, малыш может запутаться. Что делать дальше? Точно спать? А почему мама молчит? Что-то случилось? Тревога сегодня перерастет в страх, а завтра и далее станет нормальным состоянием. Поэтому важно соблюдать сложившийся порядок. **Колыбельные развивают речь и слух:** В колыбельных заложена та же логика, что при знакомстве ребенка с чтением. Недаром в них часто повторяются похожие слоги и звуки. Одни и те же фразы, которые слушаешь постоянно, запоминаются автоматически. А если они зарифмованы — этот процесс становится еще легче. Так, маленькому человеку куда понятнее песенка про усталых игрушек, чем монотонный разговор мамы с папой. Разумеется, любая детская песня должна исходить от взрослого с доброй и ласковой интонацией. Крошке мало выучить слова — нужно почувствовать и запомнить энергетику, с которой они были сказаны-спеты. **Колыбельные знакомят с внешним миром:** Каждый, кто внимательно вчитается в слова любой колыбельной, поймет — там есть всё. Страшный волчок, трусливый заинька, загадочный Дрема, белые медведи, лунные полянки, звездная ночка, чистое небо… Это же первые уроки окружающей среды и сказкотерапия чистой воды!

Родителям станет проще объяснить многие вещи, когда с первых месяцев ребенок будет слышать о них перед сном. И если на утро рассматривать на картинках то, что было пропето накануне, результат не заставит долго ждать. Малыш совсем скоро начнет узнавать, а потом и называть изображения. Колыбельные — это первая сказкотерапия. Значительной роли колыбельных в жизни человека посвящено много статей и научных трудов. Если покопаться, можно серьезно удивиться невероятным результатам таких исследований… Но, даже без этого ясно одно — напевая малышу ещё до его рождения, мама словно подаёт сигнал: не переживай, я всегда рядом. И пока ребенок особенно нуждается в нежности и защите, колыбельные ему просто необходимы.

**Дочка-лапочка спит в кроваточке,**

**Дочка-лапочка видит сны.**

**Дочка вырастет, а в кроваточках**

**Чьи-то дочки уснут, сыны..**

**Жизнь не кончится, не замедлится.**

**Дочка вырастет — станет дочь!**

**А пока она дочка-лапочка,**

**Бережём ей сон я и Ночь...**

