**Консультация для родителей**

**«Тайна колыбельной песни»**

Давно, очень давно родились колыбельные песни. Это ниточка из взрослого мира в мир ребенка. Когда мамы поют колыбельные песни, дети быстрее засыпают. Ребенку становится спокойнее, и ему снятся хорошие сны. Дети, которым поют в детстве песни, вырастают более нежными, добрыми. От того, какие песни пела ребенку мама, 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 певучих колыбельных у ребенка постепенно формируется фонетическая карта языка, он лучше воспринимает и запоминает эмоционально окрашенные слова и фразы, а значит, раньше начнет разговаривать.

  Колыбельная это первая в жизни музыка. Она воспринимается малышом с магической силой, потому что исходит от самого родного, самого дорогого человека - мамочки. С колыбельной песней ребенок получает первые представления об окружающем мире: животных, птицах, предметах.

Во время исполнения колыбельной своему ребенку мама рассказывает о настоящем и придумывает для него прекрасное будущее. При помощи музыки мальчики и девочки познают глубину, тонкость, сердечность отношения человека к человеку. Пойте своим детям, когда они укладываются спать, и продолжайте петь им еще в течение пяти минут после засыпания.

По мнению болгарского психотерапевта П.Рандева, колыбельные песни помогут нашим детям 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 многих лекарств.

Советую слушать музыку для того, чтобы изменить свое эмоциональное состояние.

Когда у Вас нет настроения, конечно, не воспринимается веселая музыка, зато, прослушивая элегии, ноктюрны и колыбельные песни, Вы почувствуйте некоторое облегчение, спокойствие. Недавно ученые провели эксперимент: на группе добровольцев изучили влияние различных медикаментозных средств и колыбельных песен на качество сна. Мелодии оказались намного эффективнее медикаментов: после их прослушивания сон у испытуемых был крепким и глубоким.

Итак, музыка — лучший психотерапевт. Когда человек засыпает под нежные мелодии, он всю ночь видит хорошие сны. Немецкие медики, изучавшие колыбельные со своих позиций, утверждают: если перед операцией пациенту дают прослушать колыбельную песню, необходимая доза анестезии снижается вдвое.

Пение колыбельной песни мамочкой включает механизм успокоения, расслабления и засыпания у детей. Колыбельные песни — это заговоры-обереги, основанные на магической силе воздействия слова и музыки, на их способности успокоить, уберечь, сохранить.

Пойте своим близким и любимым колыбельные!

