

Пойте своим детям колыбельные

Давно, очень давно родились колыбельные песни. Это ниточка из взрослого мира в мир ребенка.



Когда мамы поют колыбельные песни, дети быстрее засыпают. Ребенок быстрее забывает свои беды, когда его укладывают спать с лаской, передаваемой ему с колыбельной песней. От того, какие песни пела ребенку мать, и пела ли она их вообще, зависит характер маленького человека, его физическое здоровье, степень развития.

Для ребенка колыбельная - не только способ успокоиться и крепко заснуть, но и показатель того, что все в порядке: мамочка рядом и очень любит его.

Последние исследования показали, что с помощью певучих колыбельных у ребенка постепенно формируется фонетическая карта языка, постепенно привыкая к повторяющимся интонациям, ребенок начинает различать отдельные слова, что помогает ему овладеть речью, понимать ее содержание. Плавное, медленное звучание часто повторяемых слов, отпечатывается в подсознании, и всплывают позже, облегчая первые попытки ребенка изъясняться с помощью издаваемых им звуков. С колыбельной песней ребенок получает первые представления об окружающем мире: животных, птицах, предметах.



В зависимости от возраста значение колыбельной меняется. Для годовалого ребеночка она становится важной частью вечернего ритуала. В этом возрасте нежная песня нужна малышу даже больше, чем сказка.

Малыш еще не знает языка, не понимает слов, но слушая ритм колыбельной, обычно соотнесенный с ритмом дыхания и сердцебиения матери и ребенка, он успокаивается, затихает, засыпает.

Для детей постарше значение колыбельной меняется. Ребенок часто переполнен впечатлениями и эмоциями, ему тяжело бывает просто перейти в спокойное состояние отдыха. Колыбельная расслабляет, помогая в этом – причем, не только словами, но и мелодией.

Во многих семьях ежевечерняя колыбельная – это ритуал. Ребенок знает уже, что сейчас мама споет песенку и можно закрыть глаза и уснуть, ведь мама – самое дорогое и родное существо – посредством колыбельной убеждает в том, что все хорошо и сон не будет нарушен.

Второе значение колыбельной состоит для ребенка в получаемой им из песни информации. Бессмысленных колыбельных не бывает. Эти песни являются, по сути, кодом, призванным донести до младенца необходимый объем информации. А еще их считают замечательным терапевтическим средством.

По заявлениям медиков, колыбельные способны служить профилактикой двигательных и речевых расстройств, благотворно влияют на детей чрезмерно впечатлительных, нервных, или же переживших какую-либо душевную травму, перенесших стресс. Этому способствуют плавная мелодия, ритмическое сочетание слова и движения (легкое покачивание, но не тряска!).

«Малыш заснул!» - сколько облегчения часто слышится в таких словах. Для домашних это время, когда появляется возможность заняться какими-то срочными и нужными делами, а для молодой мамы - немного отдохнуть.

Однако, каждая мать по своему опыту знает, как порой бывает нелегко уложить ребенка спать. А секрет достаточно прост: чтобы ваш ребенок заснул, создайте ему те условия, которые вы желали бы для себя - приглушенное



освещение, тихая музыка...



Пойте своим детям, хотя бы до трех лет, когда они укладываются спать, и продолжайте петь им еще в течение пяти минут после засыпания. Да и нам самим неплохо бы слушать на ночь колыбельные песни, так как их действие оказывается сильнее таблеток

Подарите своим любимым малышам колыбельные.