



## Музыка в период беременности

Период вынашивания ребенка — это не только время радостного ожидания, но и процесс формирования будущего человека. Развитие ребенка до рождения происходит через ежедневные переживания беременной женщины, вызываемые обстановкой и культурой, окружающими ее.

### Будущей маме следует помнить

- Еще нерожденный ребенок очень восприимчив, он не только чувствует настроение и состояние матери, но и вместе с ней ощущает красоту и радость мира.
- Все материнские чувства станут целостнее и будут излучать гораздо большую любовь, если вы начнете регулярно слушать гармоничную музыку.
- Очень важно во время беременности осторожно подходить к процессу выбора музыки, так как она существенно влияет на состояние ребенка, все клеточки которого начинают вибрировать в такт с ней.
- Во время занятия несложной домашней работой рекомендуется напевать.
- Если вы чувствуете беспокойство ребенка, ласково поговорите с ним, послушайте спокойную, красивую музыку, спойте колыбельную — и ребенок затихнет.
- Ребенок в утробе уже взаимодействует с внешним миром через звуковые вибрации и движения.
- Следует избегать в доме шума, громкого прослушивания модных музыкальных шлягеров, раздраженных голосов и криков.

Создайте вокруг себя с помощью музыки пространство гармонии, красоты и радости, и родившееся дитя будет проявлять эти качества.

## Музыка в общении с грудным ребенком

• Если вы хотите активизировать развитие своего малыша, вызывать у него радостные эмоции, оживление и активность, используйте музыку, ведь она является источником удовольствия, о чем свидетельствуют улыбка, различные звуки и активные движения ручками и ножками, совершаемые малышом.

### Рекомендуются следующие упражнения

• Напевайте спокойную мелодию, наклонившись над кроваткой малыша. Можно тихонько подыгрывать себе погремушкой, бубном, играть мелодию на губной гармошке. Позже можно постепенно все больше удаляться от кроватки или обходить ее под напевание, заходя за изголовье. Так у ребенка будут развиваться слуховое сосредоточение, умение следить взглядом за источником звука. Если заниматься регулярно, то к 6—7 месяцам малыш будет внимательно вас слушать и следить за вашими движениями, с какой стороны кроватки вы бы ни находились.

• Возьмите малыша за ручки и напевайте веселую мелодию, осторожно сгибая и разгибая его ручки в локтях.

• Когда ребенок научится сидеть, то, играя на каком-либо музыкальном инструменте, скройтесь из его вида на несколько секунд и прекратите музицировать, а потом возобновите игру и покажитесь ребенку.

• Детям нравятся манипуляции взрослого с игрушками: кукла ходит под маршевую песню, пляшет под веселую мелодию, играет в прятки (появление куклы взрослый сопровождает радостным восклицанием), птичка чирикает, летает, садится на перила манежа, улетает и снова появляется.

• Малышей радуют движения взрослого под напевание с предметами и звучащими игрушками: взмахи флажка, платка, игра на бубне, погремушке. Предложите ребенку самостоятельно ударить в бубен или позвенеть погремушкой.

• Используйте различные потешки: напевайте их в моменты одевания, умывания, кормления, игр и др., и ребенок с удовольствием, без капризов откликнется на ваши действия.

