

# **«Пойте малышу колыбельные»**

## *Консультация для родителей*

Очень часто уложить малыша на ночной сон оказывается непростой задачей. У каждой мамы есть свои особенные ритуалы: вечернее купание, сказка, легкий массаж, белый шум или классическая музыка. Но вот о колыбельных сегодня вспоминают все реже, а зря! Ведь звук маминого голоса как нельзя лучше успокоит даже самого неугомонного малыша и позволит ему уснуть быстрее.

Иногда мамы стесняются петь, переживая, что у них плохо получается. Но, поверьте, ребенку это совсем не важно. Малыш смотрит на мамино лицо, слышит нежные интонации, плавную размеренную речь и успокаивается, настраиваясь на сон. Ну а если петь совсем не получается, попробуйте выучить несколько стишков и рассказывать их нараспев.

## **5 причин петь колыбельные**

### **Колыбельные успокаивают ребенка**

Именно мамин голос малыш слышал еще будучи в животе. С ним связаны ощущения тепла и защищенности. Специалисты утверждают, что дети, которые в детстве засыпали под колыбельные песни, более успешны в жизни и меньше подвержены стрессу.

### **Колыбельные дают возможность настроиться на сон**

Нежная песня перед сном может стать замечательным семейным ритуалом. Малыш получит позитивную ассоциацию с укладыванием и будет ждать ее каждый вечер. К тому же ежедневно можно предлагать ребенку новую песенку и еще в обед начать подготавливать его к вечернему «рассказу»: «А сегодня я спую тебе про малыша медвежонка и его маму».

### **Колыбельные помогают установить распорядок дня**

Ежедневное выполнение одних и тех же ритуалов помогает малышу привыкнуть к распорядку. Как только мама берет его на ручки, качает и начинает петь, малыш понимает: приближается время сна. Когда ребенок получает такую подсказку, он легче засыпает.

### **Колыбельная укрепляет связь малыша с мамой**

При пении колыбельной чаще всего ребенок находится у мамы на руках, они раскачиваются в такт мелодии, мама поет песню в свойственном только ей ритме, тембре, с нужной громкостью. Под ритм даже происходит постепенная «синхронизация» — сердцебиения, дыхания. И, несомненно, налаживается эмоциональный контакт.

## **Колыбельная развивают речь ребенка**

При пении колыбельной ребенок слышит речь мамы, соответственно начинает работать слуховая память. Речь мамы обязательно должна быть четкой и понятной. Ребенок слушая маму непроизвольно повторяет слова колыбельной.

## **Несколько любимых песен из детства**

### **Спи, моя радость, усни!**

*слова С. Свириденко, музыка В.А. Моцарта*

Спи, моя радость, усни! В доме погасли огни,

Птички притихли в саду, рыбки уснули в пруду.

Месяц на небе блестит, месяц в окошко глядит.

Глазки скорее сомкни, спи, моя радость, усни!

В доме все стихло давно, в погребе, в кухне темно,

Дверь ни одна не скрипит, мышка за печкою спит.

Кто-то вздохнул за стеной, что нам за дело, родной?

Глазки скорее сомкни, спи, моя радость, усни!

Сладко мой птенчик живет: нет ни тревог, ни забот,

Вдоволь игрушек, сластей, вдоволь веселых затей.

Все-то добыть поспешишь, только б не плакал малыш!

Пусть бы так было все дни! спи, моя радость, усни!

### **Спят усталые игрушки**

*слова З. Петровой, музыка А. Островского*

Спят усталые игрушки, книжки спят, одеяла и подушки ждут ребят.

Даже сказка спать ложится, чтобы ночью нам присниться.

Ты ей пожелай: «Баю-бай».

В сказке можно покататься на луне и по радуге промчаться на коне,

Со слоненком подружиться и поймать перо Жар-птицы.

Глазки закрывай! Баю-бай.

Баю-бай, должны все люди ночью спать, баю-баю, завтра будет день опять.

За день мы устали очень, скажем всем: «Спокойной ночи!»

Глазки закрывай! Баю-бай.

### **Колыбельная медведицы (из мультфильма «Умка»)**

*слова Ю. Яковлева, музыка Е. Крылатова*

Ложкой снег мешая, ночь идет большая,

Что же ты, глупышка, не спишь? Спят твои соседи,

Белые медведи, спи скорей и ты, малыш (2 раза).

Мы плывем на льдине, как на бригантине,

По седым суровым морям. И всю ночь соседи,

Звездные медведи, светят дальним кораблям (2 раза).

### **Колыбельная Светланы (из кинофильма «Гусарская баллада»)**

*слова А. Гладкова, музыка Т. Хренникова*

Лунные поляны, ночь, как день, светла.

Спи, моя Светлана, спи, как я спала.

В уголок подушки, носиком уткнись.

Звезды, как веснушки, мирно светят вниз.

Лунный сад листьями тихо шелестит.

Скоро день настанет, что-то он сулит?

Догорает свечка, догорит дотла.

Спи, мое сердечко, спи, как я спала.

**Колыбельная Арины Родионовны** (из кинофильма «Усатый нянь»)

*слова Ю. Кима, музыка А. Рыбникова*

А баюшки-баюшки, уж вы мои заюшки.

Ай и где вы бегали? Ай и что вы делали?

Уж мы бегали в лесу, били волка по носу,

Запрягали комара, поезжали по дрова,

Торговали мишку за елову шишку.

А пока управились — до смерти упарились.

Уж вы, мои заюшки, спать ложитесь баюшки.

А я печку разожгу, оладушков напеку.

На березовой коре, на лазоревой воде,

На сметане, на меду, чтобы таяли во рту.

А баюшки-баюшки, уж вы мои заюшки,

А баюшки-баюшки, уж вы мои заюшки...