



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования города Краснодар  
«Центр развития ребёнка – детский сад №110 «Теремок»

---

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ**

**для родителей**

### **«Пойте малышу колыбельные»**

Музыкальный руководитель

Зубова О.В.

Нежные песни помогают быстрее уснуть и стать ближе с ребенком. 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-засыпалок и рассказывать их нараспев.

*5 причин петь колыбельные:*

Они 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 спою 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.

Колыбельные развивают речь ребенка

Когда мама поет малышу перед сном, он следит за артикуляцией, движениями губ и соотносит их со звуками, которые слышит. Профессор детской психологии в Эдинбургском университете Колвин Тревартен на протяжении многих лет изучал, как мама и ребенок взаимодействуют в первые месяцы жизни. Его исследования показывают, что дети от природы музыкальны и обладают прекрасным чувством ритма. Он уверен, что пение младенцу — это естественный и эффективный способ поделиться с ним новыми словами и звуками.

К тому же пение колыбельных и маме помогает расслабиться, отдохнуть от суеты дня и настроиться на отдых.

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...