**Советы музыкального руководителя для любящих родителей**

**"Песня матери - главная песня в мире;
начало всех человеческих песен".
*Расул Гамзатов***

      Современные мамы… Все расписано по часам, и ребенок живет строго по расписанию. Сейчас мамы если и поют своему ребенку колыбельные песни, то только для того, чтобы уложить его спать. А часто вместо колыбельной просто ставится тихая музыка, или ребенок засыпает под звук телевизора. В современном мире, где магазины завалены развивающими игрушками, мало кто из мам понимает важность колыбельной как средства развития ребенка и общения с ним.

Между тем специалисты утверждают: дети, которым в детстве не пели колыбельные песни, **менее успешны в жизни и чаще страдают психическими расстройствами.**

*В чем же волшебство таких, казалось бы, незатейливых песенок?*

В первую очередь, это установление особых **эмоциональных отношений между мамой и малышом.** Ведь мама, убаюкивая ребенка, оставляет далеко от его колыбели все накопившиеся за день тревоги и волнения, полностью обращена к нему, передает ему свои тепло и нежность, ласково поглаживает малыша. Малыш воспринимает её интонации, тембр её голоса, такой родной и любимый, который дает ему чувство тепла и защищенности, очень важные для завершения дня и спокойного сна. Поэтому если мама не уверена в своих музыкальных способностях, это не повод лишать малыша колыбельных песен перед сном. Несравнимо более важен эмоциональный посыл, который она направляет ребенку…

***Взгляд с научной точки зрения…***

Современные ученые-физики утверждают: ритмически построенные фразы, мелодикой напоминающие молитву или белый стих, способны однозначно оказывать **благоприятное биоэнергетическое воздействие на человека.** Использование ритмически организованной формулы, а тексты большинства колыбельных высокоритмичны и такими формулами как раз и являются, по большому счету напоминает **магическое средство для достижения различных практических целей.**

Исследователи считают, что хорошая колыбельная песня сродни активной медитации. **Мать сначала создает у себя в голове светлый образ прекрасного, а затем уже на этой волне передает ощущения ребенку**. Чаще всего колыбельная песня имеет музыкальный размер 4/4, который восходит к звуковому порядку, самым естественным образом накладывающемуся на биение спокойного сердца (ритм 68-72 удара в минуту). Благодаря равномерному музыкальному рисунку происходит **гармонизация биоритмов матери и ребенка.**

***Как «правильно» петь колыбельные?***

Пение колыбельной преследует единственную цель - усыпить ребенка, поэтому мелодия используется однообразная, зачастую монотонная. При этом вовсе не обязательно обладать отменным голосом или безупречным слухом. Ребенок все равно реагирует прежде всего **на тембр голоса, на мягкость исполнения, лиричность звучания,** и по большому счету ему все равно, кто поет для него колыбельную - мама, папа, бабушка или дедушка. **Главное - чтобы от души!**

А для того чтобы выйти на необходимый тембр звучания, специалисты советуют представить и воспроизвести нежно-восторженный, ласкающий выдох ртом, так называемое **шепотное дыхание.** Для того чтобы ощутить его, попробуйте выдохнуть теплый воздух на ладонь и запомнить это ощущение. В принципе точно так же нужно поступать, читая детям сказки на ночь. Это та же музыка, только в словесной форме. **Как отмечают ученые**, в основе восприятия человеческим организмом музыки лежит воздействие биологически активных веществ на определенные структуры мозга. **А педиатры говорят**, что наиболее мягкое, щадящее воздействие оказывает именно исполнение колыбельных песен. Нанизывание вымышленных образов воздействует на маленького человека как **психотерапевтическая метафора**, погружающая развивающийся детский мозг в трансовое состояние.

***О чем поем мы детям…***

Сфера воздействия убаюкивающей песни на ребенка гораздо шире прикладного назначения "усыпить, успокоить". Колыбельная песня не только закладывает прочный фундамент **физического, психического и нравственного здоровья человека, но и представляет собой некую голограмму жизни человека, которая реализуется впоследствии.**

Сегодня молодые мамы зачастую поют своим детям напевы, перечисляя какие-либо значимые качества, которые они хотели бы видеть в своем ребенке. Например, талант, артистизм, смелость. И вполне возможно, что таким образом происходит некое **кодирование, программирование будущей личности.**

Исследователи отмечают еще один интересный момент: колыбельная песня близка старинным народным заговорам, поскольку и здесь, и там имеют место особый тип исполнения, схожая структура, магические элементы. Ведь не секрет, что *многие колыбельные песни сохранили языческие таинственные образы - Дремы, Буки, кота, серого волка.* Кстати, ученые провели опыт: прочтение одного из древних заговоров от сглаза вызывает у ребенка состояние сонливости, эйфории, глубокого покоя и наслаждения. То есть вызывает практически те же ассоциации, что и колыбельная. И в связи с этим, специалисты считают, что колыбельная песня осмысливается часто не только как заклинание с целью дать ребенку сон и рост в настоящий момент, богатство и здоровье в будущем; но и как знахарский текст, имеющий целью поправить здоровье ребенка в том случае, если он болен, или как оберег от чужого негативного воздействия. И потому мы советуем родителям:

**"Творите своего ребенка, как творят искусники, волшебники и маги. Пойте колыбельные песни, которые обязательно помогут ему стать сильным, умным, красивым, удачливым".**

***Колыбельные песни – такие разные,***

***красивые, прекрасные…***

**Песенка из мультфильма "Умка"**

Ложкой снег мешая, ночь идет большая,
Что же ты, глупышка, не спишь?
Спят твои соседи - белые медведи,
Спи скорей и ты, малыш!

Мы плывем на льдине, как на бригантине,
По седым суровым морям.
И всю ночь соседи - звездные медведи -
Светят дальним кораблям...

**Спят усталые игрушки**

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!

Обязательно по дому в этот час
Тихо-тихо ходит Дрема возле нас.
За окошком все темнеет,
Утро ночи мудренее,
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

**Спи, моя радость, усни!**

Спи, моя радость, усни!
В доме погасли огни;
Пчелки затихли в саду,
Рыбки уснули в пруду.
Месяц на небе блестит,
Месяц в окошко глядит...
Глазки скорее сомкни,
Спи, моя радость, усни!
Усни! Усни!

В доме все стихло давно,
В погребе, в кухне темно,
Дверь ни одна не скрипит,
Мышка за печкой спит.
Кто-то вздохнул за стеной...
Что нам за дело, родной?
Глазки скорее сомкни,
Спи, моя радость, усни!
Усни! 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!
Усни! Усни!



"Там, где шиповник рос аленький,
Гномы нашли колпачки..."
Мама у маленькой Валечки
Тихо сняла башмачки.

"Солнце глядело сквозь веточки,
К розе летела пчела..."
Мама у маленькой деточки
Тихо чулочки сняла.

"Змей не прождал ни минуточки,
Свистнул - и в горы скорей..."
Мама у сонной малюточки
Шелк расчесала кудрей.

"Кошку завидевши, курочки
Стали с индюшками в круг..."
Мама у сонной дочурочки
Вынула куклу из рук.

"Вечером к девочке маленькой
Раз прилетел ангелок..."
Мама над дремлющей Валенькой
Кукле вязала чулок.

***(М. Цветаева)***

Баю-баю, баю-бай!
И у ночи будет край,
А покуда детвора
Спит в кроватках до утра.

Спит корова, спит бычок,
В огороде спит жучок.
И котенок рядом с кошкой
Спит за печкою в лукошке.

На лужайке спит трава,
На деревьях спит листва,
Спит осока у реки,
Спят сомы и окуньки.

Баю-бай крадется дрема,
Он разносит сны по дому.
И к тебе пришел, малыш -
Ты уже так сладко спишь...

***(Из русской народной поэзии)***

**Сон приходит на порог**

Сон приходит на порог,
Крепко-крепко спи ты,
Сто путей,
Сто дорог
Для тебя открыты!

Все на свете отдыхает:
Ветер затихает,
Небо спит,
Солнце спит,
И луна зевает.

Спи, сокровище мое,
Ты такой богатый:
Все твое,
Все твое -
Звезды и закаты!

Завтра солнышко проснется,
Снова к нам вернется.
Молодой,
Золотой
Новый день начнется.

Чтобы завтра рано встать
Солнышку навстречу,
Надо спать,
Крепко спать,
Милый человечек!

Спит зайчонок и мартышка,
Спит в берлоге мишка,
Дяди спят,
Тети спят,
Спи и ты, малышка!

1935

***(В. Лебедев-Кумач )***

**Колыбельная.**

Легкий ветер присмирел,
Вечер бледный догорел,
С неба звездные огни
Говорят тебе: "Усни!"
Не страшись перед судьбой,
Я, как няня, здесь с тобой,
Я, как няня, здесь пою:
"Баю-баюшки-баю".

Тот, кто знает скорби гнет,
Темной ночью отдохнет.
Все, что дышит на земле,
Сладко спит в полночной мгле.
Дремлют птички и цветы;
Отдохни, усни и ты,
Я всю ночь здесь пропою:
"Баю-баюшки-баю"…

***(К. Бальмонт, 1904)***

**Колыбельная Светланы**

Лунные поляны,
Ночь, как день, светла...
Спи, моя Светлана,
Спи, как я спала.

В уголок подушки
Носиком уткнись...
Звёзды, как веснушки,
Мирно светят вниз.

Лунный сад листами
Сонно шелестит.
Скоро день настанет,
Что-то он сулит.

Догорает свечка,
Догорит дотла...
Спи, моё сердечко,
Ночь, как сон, светла.

Догорает свечка,
Догорит дотла...
Спи, моё сердечко,
Спи, как я спала.

 **«Где-то есть город…» *(исп. С.Пьеха)***

Где-то есть город, тихий, как сон,
Пылью тягучей по грудь занесен.
В медленной речке вода, как стекло.
Где-то есть город, в котором тепло.
Наше далекое детство там прошло.

Ночью из дома я поспешу.
В кассе вокзала билет попрошу.
Может, впервые за тысячу лет
Дайте до детства плацкартный билет.
Тихо кассирша ответит: Билетов нет.

В городе этом сказки живут.
Шалые ветры с собою зовут.
Там нас порою сводили с ума
Сосны до неба, до солнца дома.
Там по сугробам неслышно шла зима.

Где-то есть город, тихий, как сон,
Пылью тягучей по грудь занесен.
В медленной речке вода, как стекло.
Где-то есть город, в котором тепло.
Наше далекое детство там прошло…

 **«За печкою поет сверчок…»**

За печкою поет сверчок,
Угомонись, не плачь сынок.
Вон за окошком темная,
Зимняя ночка звездная,
Зимняя ночка звездная...

Ты спи, а я спою тебе,
Как хорошо там на небе
Как нас с тобою серый кот
В санках на небо увезет.
В санках на небо увезет...

Будут орехи-сладости,
Будут забавы-радости
Будут сапожки новые

И пряники медовые,
И пряники медовые...