**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!

C:\Program Files\Microsoft Office\MEDIA\OFFICE12\Bullets\BD15136_.gifC:\Program Files\Microsoft Office\MEDIA\OFFICE12\Bullets\BD15136_.gifC:\Program Files\Microsoft Office\MEDIA\OFFICE12\Bullets\BD15136_.gif

"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...