

О пользе колыбельных песен



. Многие современные мамы пользуются огромным ассортиментом готовых записей с красивой, успокаивающей музыкой и колыбельными. Это, конечно, неплохо и даже благотворно действует на ребенка. И, все-таки — по силе своего положительного воздействия нет ничего лучше маминых колыбельных.

Зачастую, мамы интуитивно напевают эти поистине волшебные мелодии, когда их крошка находится еще в животике. Это в них говорит материнский инстинкт. Каждая мама уже задолго до появления на свет своего малыша интуитивно чувствует, что для него лучше.

Так чем же полезны колыбельные песни для малышей?

- В первую очередь тем, что для маленького крохи нет ничего роднее, приятнее и любимее маминых объятий, молочка и голоса! Особенно голоса, ведь именно его он узнает еще до своего рождения, именно он успокаивает его после. Мамочка рядом, он ее слышит, а значит - он в безопасности.
- Форма и ритм колыбельных песен имеет отточенные веками, идеальные для восприятия и слуха малышей успокаивающие и усыпляющие звуки. Нежные, тихие и спокойные мелодии идеально подготавливают кроху ко сну.



- Укладывая своего малыша спать и напевая ему колыбельную песню, мама вкладывает в нее всю свою любовь, заботу и нежность. Конечно, это передается ребенку и на подсознательном уровне он запомнит эти моменты на всю свою жизнь.

Доказано, что между детьми и мамами, которые пели им колыбельные песни - в будущем устанавливаются доверительные, близкие отношения и хорошее взаимопонимание.

- Колыбельные песни имеют особенный «ритмичный рисунок», повторы сочетаний звуков, слогов, простых слов. Все это способствует развитию речи у ребенка.

Замечено, что дети, которые с рождения слушали колыбельные раньше и активнее начинают гулить, произносить слоги и затем - говорить.

- Образы, которые несут в себе колыбельные песни это не что иное, как окружение малыша: близкие и родные люди, быт, эмоции, различные персонажи, животные, еда и пр. Благодаря колыбельным, ребенок знакомится с окружающим миром, укладом жизни. И преподносится это в самой простой форме.

А что к этому могут добавить психологи и другие специалисты?

А психологи в унисон с другими специалистами утверждают:

- Колыбельные песни благоприятно действуют на психику ребенка. Дети становятся спокойнее, уравновешеннее, у них улучшается качество сна.
- Колыбельная песня полезна для здоровья. Многие специалисты уверяют, что дети, которые регулярно слушали мамины колыбельные — реже болеют. А мамы, поющие эти волшебные песни, тоже успокаиваются, а еще — у них повышается лактация.
- Колыбельные хорошо действуют на интеллектуальное и эмоциональное развитие ребенка.
- Между поющими колыбельные песни мамами и их детьми очень сильна эмоциональная связь. И длится она на протяжении всей их жизни.
- Дети, слушавшие мамины колыбельные, растут уверенными в себе, они легче добиваются поставленных целей, имеют хорошие адаптационные способности, коммуникабельны, хорошо социализированы.



По-моему, внушительный список, не так ли? Исходя из собственного опыта, скажу, что действительно — колыбельные песни успокаивают, как малыша, так и маму. Умиленно глядя на своих крошечных сыночков, мне хотелось баюкать их, тихо напевая колыбельные песенки. Я пела и чувствовала, как меня наполняет бесконечная любовь к малышу, нежность и теплота.

Постепенно уходили накопившиеся за день: усталость, нервное напряжение, тревога и раздражение.