Влияние колыбельных песен на развитие детей

Консультация для родителей

Педагог – психолог
Комогорова Наталья Юрьевна

Колыбельные для детей

Современные мамы… Весь день расписан поминутно, ребенок живет по одному расписанию. Тонны развивающих книжек, игрушек… Штудирование книг и сайтов по воспитанию, развитию, здоровью. А про самое главное, отход ребенка ко сну – все почему-то забывают. К сожалению чаще всего малыш засыпает под шум телевизора, смотря на отвернутое (в тот самый телевизор) лицо мамы… В современном мире, где магазины завалены развивающими игрушками, мало кто из мам понимает важность колыбельной как средства развития ребенка и общения с ним.

Влияние колыбельных на детей



Грустно, но сегодня все чаще малыши засыпают в своих кроватках под звук работающего телевизора. А ведь для нормального развития колыбельная песня на сон грядущий ребенку просто необходима, как нежные мамочкины объятия. Влияние пения колыбельных на детей трудно переоценить. Их никогда не бывает много. Родители знают, как бывает иногда непросто уложить малыша спать. Но ничего тут изобретать не нужно, испокон веков известно универсальное “снотворное” для детей и взрослых — колыбельные песни. Наши предки не зря считали, что воспитание ребенка берет свое начало с колыбельных, и придавали этим песням мистическое значение, в них сохранились таинственные языческие образы Дремы, Буки, Сна, Угомона… В прежние времена колыбельные выполняли роль заклинания, в песне мать просила дать ее малышу силы для сна и роста, чтобы он был богатым и здоровым в будущем. Каждому младенцу колыбельная причиталась своя — ее сразу после рождения сочиняла мать. Затем эта песня всю жизнь оставалась его оберегом. Колыбельная и сегодня является первым музыкальным впечатлением младенца.

Между прочим, известно более 500 авторских колыбельных, стихи к которым писали выдающиеся русские поэты — Жуковский, Лермонтов, Цветаева и другие. Не перечесть замечательных колыбельных, написанных знаменитыми детскими поэтами, современными бардами и звездами эстрады. Выходит, этот жанр востребован и сегодня все так же привлекает нас.

Колыбельные вместо таблеток

Можно смело сказать, что колыбельные песни являются универсальным терапевтическим средством. Начинать пение колыбельных малышу нужно еще в период беременности. Доказано, что ребенок в утробе матери воспринимает музыку, речь, интонации голоса. Новорожденный, слушая песенки, которые мама пела ему, узнает их и успокаивается, скорее начинает реагировать на мамин голос и издавать в ответ мелодичные звуки.

Пение колыбельных способствует улучшению психического состояния самой женщины — у нее уменьшаются проявления токсикоза, легче протекает беременность. У поющей происходит замедление ритма сердечных сокращений, давление приходит в норму, к

ребенку поступает большее количество кислорода. Происходит гармонизация его сердцебиения, а вместе с колебаниями околоплодных вод ребенок получает нежный массаж его тельца. В дальнейшем у мам улучшается лактация, идет установление более близких отношений с детьми; недоношенные младенцы быстрее набираются сил.

Специалисты прямо рекомендуют петь колыбельные детям, у которых перинатальная энцефалопатия (нарушение функции или структур головного мозга), нарушены ритмы дыхания, имеется брадикардия (уменьшение частоты сердечных сокращений), нарушением моторики кишечника. Также доказано, что отличное профилактическое средство против двигательных и речевых расстройств (заикание, тики, нарушения координации, моторные стереотипы) – уникальная ритмика колыбельных песен. Они могут служить как замечательное профилактическое средство. Пение колыбельной должно помочь ребенку поскорее заснуть, поэтому мелодии в песнях однообразные, зачастую монотонные. При этом ребенку неважно, какой у мамы музыкальный слух, достаточно ли красив у нее голос, он все равно проявляет лишь реакцию на тембр голоса, на мягкое исполнение, на лиричное звучание. Петь колыбельную лучше с улыбкой, тогда голос становится особенно сердечным!

Колыбельные и развитие речи

Через пение ребенок получает первые уроки развития речи. В ответ маме он начинает “гулить”, а значит, развивается его гортань – главный инструмент нашей речевой деятельности. Колыбельная рассчитана на свойства памяти младенца, который еще не может прочно запоминать словесную информацию. Привыкая к повторяющимся интонациям песни, ребенок начинает делать различие между отдельными словами, что помогает ему лучше и быстрее овладевать речью, делать для себя понятным ее содержание. Колыбельные песни состоят практически из существительных и глаголов, в текстах песен находит отражение только то, что малыш в состоянии реально воспринимать: предметы и их движение. Характерным для колыбельных являются различные повторения, в которых фигурируют звуковые сочетания, слоги, отдельные слова и их цепочки — за счет этого идет обогащение словаря ребенка. Однако колыбельные нужны не только младенцам, но и более взрослым детям. Они дают азы грамматического строя речи, помогают образовывать однокоренные слова (например, “кот”, “котенька”, “коток”, “котик”, “котя”).

В старшем дошкольном возрасте важной задачей становится выработка дикции. Известный факт, что у ребенка в этом возрасте еще недостаточно координированно и четко работают органы речедвигательного аппарата. Многие дети отличаются излишней торопливостью в речи, нечетким выговариванием слов, “проглатыванием” окончаний или излишне замедленной манерой произношения слов. Колыбельные лаконичные и четкие по форме, они глубокие и ритмичные, поэтому, повторяя их, дети преодолевают эти недочеты речи. Главное влияние пения колыбельных на детей – развитие гибкости и подвижности речевого аппарата ребенка, формирование правильного произношения звуков, освоение интонационных богатств и различного темпа речи.

Влияние пения колыбельных важно также для развития мышления ребенка. От того, какие песни пела ему мама (и пела ли вообще), зависят характер маленького человека, его физическое здоровье, степень психологической устойчивости. В колыбельных песнях всегда утверждается высшая ценность занимаемого ребенком места. Для полноценного развития малышу важно знать, что он желанен и любим, его мама — самая лучшая, а родной дом — самый теплый и уютный.

Более того, в колыбельных песнях мама выстраивает окружающий мир вокруг ребенка, как бы противопоставляя всем опасностям внешнего мира теплоту и защищенность дома. Нежность, ласку, сердечность, задушевность, покой несут эти песни, они снимают

излишнюю тревожность, возбуждение. Дети, которые не знали колыбельных, вырастают более эгоистичными и злыми, они чаще подвержены разным психическим расстройствам.

Колыбельные и шум



Специалисты называет очень опасной тенденцию приучать детей находиться в постоянном шуме, будь то работающий телевизор, включенный компьютер, просто громкая речь. Утверждение, будто ребенок “прекрасно” засыпает под звуки рок-музыки или “попсы”, отчасти могут соответствовать действительности. Только малыш не засыпает-он впадает в состояние измененного сознания, говоря молодежным языком, “вырубается”. Дело в том, что при очень громких звуках происходит заметное торможение деятельности коры головного мозга и растормаживание подкорковых центров. Это сродни состоянию опьянения.

Самое легкое и неопасное, чего можно добиться, заменив колыбельные песни телевизором — развить у малыша синдром дефицита внимания (СДВ). В настоящее время, по оценкам психиатров, этой психопатологией страдает примерно 15-20% современных детей. Она выражается в неспособности сосредоточиться. Дети, страдающие СДВ, не имеют возможности нормально учиться, они страдают от проблем в отношениях с окружающими. В самом деле, кому захочется дружить с ребенком, которому не под силу спокойно дожидаться своей очереди в игре, который вырывает игрушки у других, ломает их, «плюет» на всяческие игровые правила? Взрослым с СДВ часто присущи маниакально-депрессивные расстройства, отмечается склонность к насилию, злоупотреблению алкоголем и наркотиками.

Синдром дефицита внимания, к счастью, поддается коррекции. А вот первичная алекситимия — неспособность выражать свои чувства словами — коррекции практически не поддается. Есть основания считать, что эмоциональное развитие человека находится в прямой зависимости от модели отношений “мама-ребенок” в период раннего детства. Отсутствие тепла и контакта между мамой и малышом оборачивается со временем многими проблемами. Проведенные исследования показывают, что 5-23% населения Земли имеют те или иные алекситимические черты, причем мужчины страдают в 7-8 раз чаще, чем женщины. Эти люди многословно описывают свои физические ощущения (на примерах, сравнениях), затрудняясь, однако, четко их сформулировать. Их межличностные связи, как правило, скудны, им свойственна натянутость в позе и движениях, бедность мимики.

Первой встретить ребенка в этом мире призвана колыбельная песня – удивительный дар прошлого. Созданная в далеких веках, передаваясь из поколение в поколение, она дошла и до нашего времени, ведь древние не зря говорили, что воспитание человека начинается с колыбельных песен.

Ребенок еще не родился, но уже живет. Наука доказала что уже в утробе матери ребенок слышит музыку, речь, интонации голоса поэтому можно уже в период беременности слушать музыку.

Конечно, музыка должна у мамы вызывать положительные эмоции, ведь ее психоэмоциональное состояние в огромной степени влияет на развивающееся в ее утробе дитя.

Музыка должна быть спокойной, красивой, мелодичной, вызывать состояние «снизошла благодать». Если мама в период беременности много поет своему еще не родившемуся малышу, после рождения он скорее, чем другие дети начинает реагировать на мамин голос и тоже пытаться издавать мелодичные звуки.

Пение будущей мамы способствует улучшению ее психического состояния и эмоциональной стабильности. Специалисты Российской академии медицинских наук

установили, что у мам, которые поют своим детям колыбельные, улучшается лактация, а в дальнейшем устанавливаются более близкие отношения с детьми.

Если мама будет регулярно напевать недоношенному ребенку, он гораздо быстрее наберется сил. У матерей, начавших петь колыбельные своим детям еще до их рождения, снимались проявления токсикоза, облегчалось течение беременности.

Во время пения колыбельных у мамы снижается ритм сердечных сокращений, нормализуется давление. Ребенок поющей мамы получает больше кислорода, его сердцебиение гармонизируется, а колебания околоплодных вод нежно массируют тело малыша, помогая ему созревать. Кроме того, это прекрасный дыхательный тренинг для мамы и ребенка.

Бывает, что будущие мамы не поют своему ребенку сами, сомневаясь в своих вокальных способностях, боятся повредить музыкальному слуху ребенка. А между тем именно пение мамы целительно для малыша.

Отсутствие музыкальных способностей — не повод отказывать ребенку в колыбельных песнях. Самое главное — помнить, что музыку надо пропустить через себя. Как это сделать? Просто тихонечко подпевайте. Сама фонетика этих звуков несет положительную окраску, вне зависимости от того, каким голосом их исполняют.

Слушая колыбельные песни, ребенок как бы купается в ласке, песни внушают чувство уверенности, защищенности от бед.

Колыбельные песни снимают тревожность, возбуждение, действуют на ребенка успокаивающе. Этому способствуют плавная мелодия, ритмическое сочетание слова и движения (легкое покачивание, но не тряска).

Последние исследования показали, что с помощью певучих колыбельных у ребенка постепенно формируется фонетическая карта языка, он лучше воспринимает и запоминает эмоционально окрашенные слова и фразы, а значит, раньше начнет разговаривать.

Чтение ребенку поэзии оказывает такой же эффект. В отличие от обычной речи, стихи обладают ритмом, о благотворном влиянии которого на растущий организм уже говорилось.

Сопровождайте чтение стихов ритмическим похлопыванием животика, и, если стихи понравятся малышу, вы заметите ответное ритмичное постукивание вашего разумного крохи.

Давно, очень давно родились колыбельные песни. Колыбельная песня выбирает нас самая первая. Это ниточка из взрослого мира в мир ребенка. Колыбельные песни — это заговоры-обереги, основанные на магической силе воздействия слова и музыки, на их способности успокоить, уберечь, охранить.

Когда мамы поют колыбельные песни, дети быстрее засыпают. Ребенку становится спокойнее, и ему снятся хорошие сны. Ребенок быстрее забывает свои беды. Его укладывают спать лаской, именно ласка передается с колыбельной песней, пусть ребенок еще не слышит, но чувствует любовь, ласку, нежность мамы. Дети, которым поют в детстве песни, вырастают более нежными, добрыми.

Слушая колыбельные песни, малыш защищает свою психику от стрессов и эмоциональной неустойчивости.

Поэтому для крохи колыбельная — не только способ успокоиться и крепко заснуть, но и показатель того, что все в порядке: мамочка рядом и очень любит его.

Со временем значение колыбельной меняется. Для годовалого ребеночка она становится важной частью вечернего ритуала. Ее черед наступает после купания и кормления. В этом возрасте нежная песня нужна малышу даже больше, чем сказка. Ему легче воспринимать мелодичные истории. Через колыбельную у ребенка формируется потребность в художественном слове, музыке.

Слушание колыбельных песен поможет детям, которые по разным причинам лишены живого материнского общения. Здесь уже речь идет не столько о музыкальном развитии, сколько о формировании психоэмоциональной сферы человека, развитии его душевных качеств.

«Нет слов, какими бы можно было передать материнские чувства, выраженные в прекрасной мелодии колыбельной песни. Они волнуют сердца подростков. При помощи

музыки мальчики и девочки познают глубину, тонкость, сердечность отношения человека к человеку. Нежность, ласковость, сердечность, задушевность — именно эти чувства я старался пробудить музыкой, которая, «чудесно прикасаясь к глубине души» (М. Горький), открывает самое дорогое, что есть в человеке, — любовь к людям, готовность творить и утверждать красоту. Чувство сердечной нежности, утонченной ласковости пробуждает в юных сердцах музыка, которая раскрывает тонкую красоту природы, любви, восхищения, удивления, благоговения перед женщиной» Сухомлинский В. А. «Сердце отдаю детям»

Пойте своим детям, хотя бы до трех лет, когда они укладываются спать, и продолжайте петь им еще в течение пяти минут после засыпания. Пение колыбельной песни матерью включает механизм успокоения, расслабления и засыпания у детей. Впоследствии для взрослого человека слышать колыбельную песню — значит мгновенное включение тех же самых механизмов.

Да и нам самим неплохо бы слушать на ночь колыбельные песни, так как их действие оказывается эффективнее медикаментов.

Пение колыбельных детям поможет им вырасти уравновешенными и доброжелательными людьми. Колыбельная — это магия. Влиянием пения колыбельных на детей определяются самые сильные эмоции и чувства, такие как ласка, любовь, забота. Они рождаются в душах поющих и слушающих колыбельную. Сумейте же правильно воспользоваться этими чарами!

Колыбельная “Баю-баюшки-баю”

Баю-баюшки-баю,
Не ложися на краю:
Придет серенький волчок,
Тебя схватит за бочок
И утащит во лесок,
Под ракитовый кусток;
Там птички поют,
Тебе спать не дадут.

Колыбельная Медведицы

Ложкой снег мешая,
Ночь идет большая,
Что же ты, глупышка, не спишь?
Спят твои соседи,
Белые медведи,
Спи и ты скорей, малыш.

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

Колыбельная песня “За печкой поет сверчок”

(Из телефильма “Долгая дорога в дюнах”)
За печкой поет сверчок.
Угомонись, не плачь, сынок,-
Вон за окном морозная,
Светлая ночка звездная.

Что ж, коли нету хлебушка,
Глянь-ка на чисто небушко,

Видишь, сияют звездочки,
Месяц плывет на лодочке.

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

Будут орехи, сладости,
Будут забавы, радости,
Будут сапожки новые
И пряники медовые.

Ну, отдохни хоть капельку,
Дам золотую сабельку,
Только усни скорей, сынок,
Неугомонный мой сверчок.

Колыбельная песня “Спи, моя радость, усни”

Спи, моя радость, усни.
В доме погасли огни,
Дверь ни одна не скрипит,
Мышка за печкою спит.
Птички уснули в саду,
Рыбки заснули в пруду.
Глазки скорее сомкни,
Спи, моя радость, усни.
В доме все стихло давно,
В комнате, в кухне темно.
Месяц на небе блестит,
Месяц в окошко глядит.
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!
Усни… Усни…

Колыбельная песня “Спят усталые игрушки…”

Спят усталые игрушки, книжки спят.
Одеяла и подушки ждут ребят.
Даже сказка спать ложится,
Что бы ночью нам присниться.
Ты ей пожелай:
Баю-бай.
Обязательно по дому в этот час
Тихо-тихо ходит дрема возле нас.
За окошком всё темнее,

Утро ночи мудренее.
Глазки закрывай,
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 с четырьмя дождями

Дождь прохожих осыпает, в окна моросит.
Мой мальчишка засыпает, но еще не спит.
– Мама, расскажи мне о дожде…
И пою я тихо сыну днем и под луной:
Дождь бывает желтый, синий, серый, голубой…
Голубой, он самый добрый, с ним цветы цветут.
Голубой идет недолго – его долго ждут.
А приходит летний вечер, шмель в траве гудит.
И летят земле навстречу синие дожди.
Синий дождь раскрасит сливы у тебя в саду.
Синий дождь, он самый сильный, от него растут.
Осень озеро остудит, клен озолотит.
В сентябре приходят к людям желтые дожди.
Желтый дождь протянет руки к той судьбе и к той.
Желтый дождь, он для разлуки, он пока не твой.
-Мама, а бывают черные дожди?
И пою я тихо сыну днем и под луной:
Дождь бывает желтый, синий, серый, голубой…
Спи, мой сын, приходят к людям разные дожди.
Только черный дождь не будет на твоем пути.
Верю, черный дождь не будет на твоем пути.

