  Родители всегда хотят для своих детей самого лучшего. И самое дорогое, что они могут дать своему малышу – это собственную любовь и заботу. С самых первых дней кроха чувствует теплоту маминых прикосновений, слышит ее полный нежности голос. Огромную роль играют колыбельные песни. Именно они являются первым источником, посредством которого ребенок начинает свое знакомство с миром.   
       Колыбельная песня – музыка, которая льется прямо из маминого сердца. Ребенок может еще и не понимать слова, но он отлично воспринимает интонацию и вибрации голоса, успокаивается и засыпает. Уже давно известно, что дети, которым в младенчестве пели колыбельные вырастают уверенными в себе, меньше подвержены фобиям и лучше выражают свои эмоции.   
Убаюкивающее действие колыбельных основано на их особом ритме. Колыбельная песня в исполнении мамы нормализует сердечный ритм и давление ребенка.      
      Доказано, что хорошая колыбельная сродни активной медитации. Мать сначала создает у себя в голове прекрасный образ, а затем, уже на благоприятной волне, передает ощущения ребенку. На маму колыбельная тоже действует позитивно, сочетаясь с эмоциональной разрядкой, облегчением собственных переживаний.

     Ребёнку не важно, есть ли у мамы слух, красивый ли у нее голос. Сама фонетика этих песен несет положительную окраску, вне зависимости от того, каким голосом их исполняют. Ребенок реагирует прежде всего на тембр голоса, мягкость исполнения, лиричное звучание. Главное, чтобы от души. Тем не менее замечено, что именно папин голос успокаивает малыша быстрее, и потому мамино полуторочасовое укачивание и папино десятиминутное напевание «Там вдали за рекой» по эффективности не уступают друг другу.

**Дорогие родители!** Исполнение колыбельной песни для Вашего ребенка не займет у Вас много времени, зато принесет малышу немало приятных минут перед сном.

*Старший воспитатель*