**Консультация для родителей**

**«Музыка и подготовка ко сну»**

**Звуки окружающего мира ребенок слышит, еще в утробе матери: голоса, мелодии, пение птиц – все это знакомо малышу после его рождения, и он без труда вспоминает все то, что слышал ранее. Именно поэтому психологи и педиатры рекомендуют будущим мамам слушать спокойную музыку во время беременности – она положительно влияет на гармоничное развитие крохи. Музыка для сна детям, успокаивающая и негромкая, нужна не меньше, чем, к примеру, чистый воздух, поскольку она способна расслабить малыша, успокоить его.**

**Благодаря правильным музыкальным произведениям дети быстро засыпают, а их сон крепкий и качественный. Детишки, регулярно слушающие тихую, успокаивающую музыку, растут более спокойными и лучше спят. Музыка перед сном способна вызывать у детей положительные эмоции. Они будут засыпать и просыпаться в хорошем настроении, что станет отличной мотивацией для контакта с другими людьми и выполнения каких-то поставленных перед ним задач.**

**Классика действует на детей как успокоительное. Если превратить музыкотерапию перед сном в ежедневный ритуал, вскоре малыш будет ассоциировать выбранные композиции именно с этим. Он начнет быстрее погружаться в глубокий сон, а укладывать малыша станет намного проще.**

**Влияние музыкотерапии на человека доказано давно, но укладывая своего малыша спать, мы даже не догадываемся, насколько полезна музыка для сна детям. В зависимости от выбранной композиции может развиваться эмоциональный фон малыша, его психика и даже музыкальный вкус.**

**Классическая музыка для детей перед сном поможет быстро и спокойно уснуть. Это важно для их эмоционального развития. Кроме того, спокойные и мелодичные произведения избавят от стресса и помогут ребенку расслабиться. Прослушивание разных мелодий помогает умственному развитию детей. Регулярная музыкотерапия полезна для быстрого усвоения полученной информации. Музыка перед сном**

**ускорит развитие речи, а в будущем малыш будет легче изучать точные науки. Спокойные мелодии помогают в концентрации внимания.**

**Для успокоения малыша нужно выбирать музыкальные произведения в медленном темпе, например, вы можете включить малютке вторую часть «Маленькой ночной серенады» Моцарта, «Аве Мария», «Зиму» из «Времен года» Вивальди. Вы можете купить диски с традиционной классической музыкой или классикой, аранжированной специально для малышей (где в ансамбле инструментов присутствуют колокольчики). Вы увидите по реакции своего ребенка, какой вариант ему больше понравится.**

**Используйте записи классической музыки на фоне звуков природы — шума прибоя, звуков леса и т. д.**

**Один из лучших способов укачать ребенка — это спокойная, мелодичная музыка. Она не только успокаивает ребятишек, но и способствует их**

**физическому, психическому и умственному развитию. Музыка должна звучать тихо. Используя одно и то же произведение вырабатывается рефлекс засыпания.**

**Необходимо знать некоторые подробности при прослушивании музыки с детьми.**

**• Нельзя давать маленьким детям слушать музыку через наушники, т. к. это может испортить слух, уши у ребенка воспринимают только рассеянный звук.**

**• Музыку следует слушать негромко, примерно так, как вы разговариваете с ребенком, это самое оптимальное прослушивание.**

**• При прослушивании музыки работа сердца и дыхания подстраиваются под ритм музыки, поэтому вы должны понимать, какую музыку и какого ритма стоит включать ребенку, а какую нет. Многие дети, которые с раннего возраста слушают различные**

**произведения, в период взросления больше тянутся к творческим профессиям. Это не значит, что эти дети станут музыкантами- виртуозами, но найти цель в жизни будет намного проще. Кроме того,**

**развивается чувство стиля, музыкальный вкус и ощущение прекрасного.**

