

## Почему важно петь колыбельные

Пение колыбельных песен благоприятно влияет на:

### 1. Развитие речи малыша

Колыбельная песня – это первые уроки родного языка. Дети раньше начинают произносить звуки запоминать слова, их значения, порядок слов в предложении.

### 2. Психическое состояние малыша

Специалисты утверждают, что дети, которым мамы пели песенки, меньше подвержены психическим расстройствам, они более спокойны, а уровень интеллектуального развития у них выше, чем у сверстников, которым не пели колыбельных.

### 3. Нравственное воспитание малыша

Исполняя колыбельную песню, мать закладывает нравственные основы кодирует сына или дочь на определенный поведенческий стереотип, принятый в обществе.

**Успехов Вам!**

Министерство образования Иркутской  
области



Государственное автономное  
учреждение Иркутской области  
«Центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи»



## Зачем ребенку нужны колыбельные

Информационный буклет

Наш адрес:  
664022, г. Иркутск, Пискунова 42  
Т. 8(3952)700-940  
сайт: [www.cpmss-irk.ru](http://www.cpmss-irk.ru)  
E-mail: [gbabyhelp@bk.ru](mailto:gbabyhelp@bk.ru)  
<https://vk.com/public183768857>

Иркутск, 2025

## История колыбельных песен

**Колыбельные песни существуют на протяжении тысячелетий** и встречаются во всех культурах мира. Это древняя форма музыкального общения, которую использовали родители, чтобы успокоить своих детей. Колыбельные – самые древние песни человечества, обладающие огромной силой внушения. Колыбельная песня, исполняемая при убаюкивании ребенка, – одна из древнейших фольклорных жанров. Слово «колыбельная» происходит от глагола «колыбать» (колыхать, качать), соответственно пелась такая песня малышу, которого укачивали в колыбели.



## Готовимся ко сну

Ай, люли, люли, люленьки,  
Прилетели гуленьки,  
Сели гули на кровать,  
Стали гули ворковать,  
Стали гули ворковать,  
Стали детки засыпать.

Спит зайчонок и мартышка,  
Спит в берлоге мишка,  
Дяди спят,  
Тети спят,  
Спи и ты, малышка

Баю-баюшки-бай-бай!  
Поди, бука, под сарай,  
Мого Ваню не пугай.  
Я за веником схожу,  
Тебя, бука, прогоню.  
Поди, бука, куда хошь,  
Мого Ваню не тревожь!



## Игровой массаж

Всего 10–15 минут нежного массажа помогут ребенку быстрее уснуть, спать крепче, чувствовать себя в безопасности. Этот простой ритуал – ваш секрет спокойных ночей и гармоничного развития малыша.

**Спина:** «рисование» солнышка или елочки кончиками пальцев.

**Стопы:** нажатие на рефлекторные точки (успокаивает нервную систему).

**Лицо:** легкие касания от центра лба к вискам (снимает напряжение) говорите тихим голосом или напевайте колыбельную, и это усилит эффект;

