

Влияние материнского пения на увеличение длительности периода лактации и улучшение здоровья детей

Михаил Львович Лазарев

Кандидат психологических наук

Институт детства Московского педагогического государственного университета

Москва, Россия

mlazarev@mail.ru

 0000-0000-0000-0000

Поступила в редакцию 15.08.2023

Принята 21.09.2023

Опубликована 30.10.2023

 10.25726/x6120-5610-9630-z

Аннотация

Представленная в статье программа «Музыка материнского молока» направлена на обучение беременной женщины навыкам общения с ребенком еще до его рождения, на оптимизацию состояния ее здоровья, улучшение самочувствия и подготовку к родам, формирование доминанты лактации. Программа включает цикл специально написанных песен («молочные песни»), которые исполняет сначала беременная женщина, а затем кормящая мама. Описано ретроспективное и проспективное исследование, проведенное с детьми, прошедшими и не прошедшими школу дородового воспитания по методу «Сонатал», с использованием программы «Музыка материнского молока». Установлено, что применение программы «Музыка материнского молока» в рамках метода «Сонатал» позволяет продлить период лактации до 12 месяцев у большинства кормящих матерей (более, чем у 65% женщин), в сравнении с группой контроля (не более 25%). Показано, что написанная для программы специальная «молочная музыка» встраивается в общую систему формирования личности ребенка грудного и раннего возраста, преобразуя процесс кормления – в процесс воспитания, способствует формированию у ребенка первичных моделей поведения, среди которых, прежде всего, можно выделить формирование биоритмов дня.

Ключевые слова

метод «Сонатал», молочные песни, грудное вскармливание, материнское молоко, педагогическая гармоникология, управляемая сенсорно-музыкальная среда.

Молоко – материализованная нежность матери
Профессор Р. П. Нарциссов

Введение

Необходимость и уникальность грудного вскармливания не вызывает сомнений, однако значительная часть женщин как в России, так и в большинстве развитых стран, предпочитает использование для вскармливания ребенка искусственных молочных смесей. Проблемы поддержки и охраны грудного вскармливания в настоящее время приобрели особую актуальность по инициативе ВОЗ/ЮНИСЕФ. Накопленный научный и практический опыт позволил Всемирной организации здравоохранения сформулировать известные десять принципов грудного вскармливания, являющихся основополагающими для сопровождения грудного вскармливания в ведущих странах мира, в которых особое внимание уделяется созданию и внедрению современных организационных технологий, позволяющих своевременно начать и успешно осуществлять вскармливание грудным молоком наиболее

уязвимых групп пациентов – недоношенных детей, в том числе родившихся крайне маловесными и больных новорожденных.

Эксперты ВОЗ акцентировали внимание медицинской общественности и родителей на необходимости обеспечения преемственного оказания медицинской помощи и поддержки грудного вскармливания, не только в раннем неонатальном периоде и младенчестве, но и на этапе пренатального наблюдения (первый этап сопровождения грудного вскармливания) (Руководство, 1993; Клинико-организационное, 2003; Глобальная, 2003; Национальная, 2009; Беляева, 2014).

Материалы и методы исследования

Примененная в исследовании программа «Музыка материнского молока» является фрагментом метода «Сонатал» (от лат. *sonus* — звук, *natal* — рожденный, музыка рождения), направленного на гармонизацию процессов морфофункционального и психоэмоционального созревания пренатального ребенка, стимуляцию его двигательной активности, профилактику пренатальной гипоксии.

Метод «Сонатал» реализует авторскую концепцию педагогической гармонииологии (Беляева, 2018) и представляет собой гимнастику, выполняемую беременной женщиной за счет вокально-речевой деятельности, сопровождаемой адекватными прикосновениями к животу и соответствующими движениями в определенное время дня. Метод осуществляется с подключением произвольных сфер жизнедеятельности пренатального ребенка, по мере его физиологического созревания. Неотъемлемой частью метода является обучение беременной женщины навыкам общения с ребенком еще до его рождения, направленность на оптимизацию состояния ее здоровья, улучшение самочувствия и подготовку к родам, что способствует формированию, в том числе, пренатальной и постнатальной доминанты лактации (Мамалыш, 2007; Мамалыш, 2012; Лазарев, 2015).

Методологические основы программы предполагают формирование у матери доминанты лактации, а у ребенка – мотивации к грудному вскармливанию. При этом главной особенностью программы является то, что процесс питания (вскармливания) грудного ребенка становится основой процесса его воспитания, закладывая основы первичных моделей поведения ребенка: биоритмической (питание, сон/бодрствование); социо-коммуникативной; познавательной; двигательной; индивидуально-личностной; художественно-игровой; гендерной; гигиенической. Кормление встраивается в общую систему формирования личности ребенка грудного и раннего возраста, который осваивает культурные программы, в прямом смысле «впитывая культуру с молоком матери».

Специально написанные авторские песни, играющие роль управляемой **сенсорно-музыкальной среды**, которые поет сначала беременная женщина, а потом кормящая мама своему ребенку до, во время и после кормления грудью, являются одновременно образовательными программами, с которых начинается воспитание его личности. Эти песни, названные «молочными песнями» («Молочная нежность», «Гимн материнскому молоку», «Травка-муравка», «Кушай, кушай милый», «Молочная песенка», «Молочная музыка» и другие) исполняют певица А.Маркова, юные солистки Детского музыкального театра г. Реутов Н. Кузнецова и Д. Майорова (худ.рук., засл.работник культуры РФ – И.Тульчинская), а также автор песен – М. Лазарев. Клавишные – С. Макеев.

Программа «Музыка материнского молока» издана в виде пособия с музыкальным приложением (Лазарев, 2015). Каждая песня выполняет свою задачу, являясь по сути музыкальным тренажером, способствующим оптимизации процесса лактации. Так, некоторые песни (Песни «Молочная нежность», «Зернышко» и «Гимн материнскому молоку» (Молочная, 2008; Зернышко, 2009) начинают исполняться в конце третьего триместра беременности (с 35-36 недель), способствуют настрою на кормление грудью, формированию доминанты лактации. После рождения они пропеваются несколько раз в день, в промежутках между кормлением ребенка (за 15-20 минут до следующего сеанса кормления). Пение может сопровождаться соответствующими темпоритму музыки покачиваниями тела. Дополнительно во время пения кормящей маме рекомендуется проводить нежный массаж груди в темпе музыкальных фраз. У ребенка данные песни способствуют формированию рефлекса на определенное время кормления. Другую задачу выполняет песня «Травка-муравка», которая всегда исполняется перед едой, играя роль своеобразного сигнала к началу кормления. Во время беременности, начиная с 16-18 недели,

маме рекомендуется перейти на 6-7 разовый режим собственного питания. При этом во время пения мамой производится медленное поглаживание своего живота строго по часовой стрелке (1 оборот на фразу). После рождения ребенка песня поется перед каждым кормлением грудью, с одновременным поглаживанием живота ребенка по часовой стрелке мягкими медленными движениями (теплыми руками).

Песня «Кушай, кушай» во время беременности исполняется через 5-6 минут после того, как мама закончила принимать пищу. Также производится медленное поглаживание живота по часовой стрелке. Для уже рожденного ребенка песня поется после окончания кормления, способствуя улучшению процессов переваривания пищи.

При исполнении игровой песни «Козлик», которая поется после кормления, ребенок переводится в вертикальное положение. Могут быть использованы игровые пособия: музыкальный инструмент – маленький тамтам, или кастаньеты, игрушки. Для расширения впечатлений ребенка о тех образах, о которых поется в песне, желательно не просто выкладывать перед ним игрушки, а читать про них короткие детские рассказы и сказки.

Песня «Молочная музыка» во время беременности начинается с произнесения звука «М», сопровождаемого наклоном всего тела вперед (глубокое звучание, имитация мычания коровы или быка). Физиологический смысл этой песни с движениями заключается в улучшении микроциркуляции крови и обмена веществ в области нижней части грудной клетки и живота (стимуляция процесса пищеварения). Для уже рожденного ребенка в качестве музыкального инструмента, предваряющего исполнение этой песни, может быть введен колокольчик, которым производится звук в течение нескольких секунд. После этого исполняется сама песня. Пение, также как и во время беременности, начинается с произнесения низкого грудного (молочного) звука «М», и наклона всего тела вперед на «Му-у». Во время исполнения этой песни на хорошо видимом расстоянии перед ребенком выставляется игрушка «корова».

Важную роль в программе «Музыка материнского молока» играет не только режим исполнения песен, но и алгоритм их разучивания и исполнения: сначала песня прослушивается, затем отбивается ее ритм, поется мелодия, проговариваются слова, исполняется песня с движениями, подключаются (там, где необходимо) музыкальные инструменты. Средняя длительность исполнения песен – не более 2-3 минут.

На возможный вопрос мамы «Что делать, если у меня нет музыкального слуха», педагог объясняет, что музыка материнского голоса для ребенка важнее любой другой музыки. Но, при этом маме предлагается проводить ежедневную интонационно-двигательную гимнастику (техника «гравитационного интонирования») (Лазарев, 2018).

Результаты и обсуждение

В исследовании, кроме автора статьи, принимали участие: Ахмерова Ф. Г., к.м.н., руководитель Сонатал-школы ГДП№109; Бомбардинова Е. П. – проф., д.м.н., главный научный сотрудник отделения для недоношенных детей НИИ педиатрии ФГБНУ НЦЗД; Митиш М. Д., д.м.н., ведущий научный сотрудник отделения для недоношенных детей НИИ педиатрии ФГБНУ НЦЗД; Зайниддинова Р. С., докторант отделения для недоношенных детей НИИ педиатрии ФГБНУ НЦЗД; Харитоновна Н. А., канд. мед. наук, старший научный сотрудник отделения для недоношенных детей НИИ педиатрии ФГБНУ НЦЗД; Потехина Т. В., канд. мед. наук, научный сотрудник отделения для недоношенных детей НИИ педиатрии ФГБНУ НЦЗД; Евдокимова А. Н., врач-неонатолог отделения для недоношенных детей НИИ педиатрии ФГБНУ НЦЗД.

Было изучено влияние метода «Сонатал» (с программой «Музыка материнского молока») на продолжительность периода кормления грудью (2009/2014 гг.). Исследование строилось как ретроспективное (городская детская поликлиника № 109 СЗАО г. Москвы – ГДП№109) и проспективное (ФГБНУ Научный центр здоровья детей - НЦЗД). Были изучены три целевые группы: две группы исследования и одна группа контроля. Группы исследования (группа «С») составляли дети, чьи мамы, будучи беременными, посещали Сонатал-школу в ФГБНУ НЦЗД и ГДП № 109 СЗАО г. Москвы. Группа контроля (группа «К») была сформирована из детей детской поликлиники, с использованием их

медицинских карт, выбранных из картотеки методом случайных чисел. Некоторые вопросы уточнялись в ходе беседы и анкетирования (группа «Сонатал») или по телефону (группа контроля). Были учтены критерии включения и исключения, которые диктовались необходимостью учета разнообразных физиологических, социальных и психологических факторов, способных влиять на продолжительность грудного вскармливания.

Количество матерей: НЦЗД, группа «СОНАТАЛ» (С), n=57; ГДП №109: группа «СОНАТАЛ» (С), n=84, группа «Контроль» (К), n=96. Дети всех трех групп родились доношенными.

Помимо этого, были сформированы три аналогичные дополнительные группы, включающие матерей, дети которых родились недоношенными: НЦЗД, группа «Сонатал» (С), n=12; ГДП №109: группа «Сонатал» (С), n=15, группа «Контроль» (К), n=20. Включение в исследование недоношенных детей продиктовано было все более возрастающим сегодня интересом к поддержке и охране грудного вскармливания у этой категории детей (Беляева, 2014).

Были учтены те же критерии включения и исключения. Поскольку исключительно грудное вскармливание рекомендуется только для детей, родившихся с массой более 2000 г (Национальная, 2009), то ограничением стал вес менее 2000 г. По этим причинам в группах исследования не было глубоко недоношенных детей с присущими им тяжелыми заболеваниями.

Общее количество наблюдений составило: матери, занимающиеся по методу «Сонатал» — 168 человек (из них 69 в НЦЗД, 99 – в ГДП №109), контрольная группа включала 116 матерей (ГДП №109).

Период наблюдения составил не менее 2 лет жизни ребенка. Использовалась медицинская документация (женской консультации и детской поликлиники в дальнейшем), проводился осмотр детей в динамике, обследование с помощью теста «Гном», беседы с матерями. Кроме того, применялись специально разработанные анкеты, включающие пункты для самооценки женщиной эффективности занятий в отношении лактации. Статистическая обработка данных: методы описательной статистики с расчетом средних, медиан, интерквартильного размаха; расчет углового коэффициента Фишера. Достоверность различий считали достаточной при $p < 0,05$.

Основные и контрольные группы матерей и доношенных, и недоношенных детей, были сопоставимы по возрасту («С»: в НЦЗД $29,1 \pm 0,5$; $28,2 \pm 0,37$ – в ГДП №109; «К»: $28,3 \pm 0,48$ у матерей доношенных детей; «С»: в НЦЗД $28,2 \pm 0,9$; $27,9 \pm 0,7$ – в ГДП №109; «К» – $28,0 \pm 0,7$ у матерей недоношенных детей), уровню образования и бытовым условиям, спектру сопутствующих заболеваний, протеканию беременности и родов, характеру перинатальной и младенческой заболеваемости родившихся детей. Все матери старались сохранить грудное вскармливание в течение, как минимум, первого года жизни ребенка, находились под регулярным медицинским наблюдением. Ослабление и прекращение лактации не было связано с заболеваниями матери и ребенка, психологическим настроением, эмоциональными стрессами, необходимостью выхода на работу/учебу. Недоношенные дети родились на $35 \pm 0,7$ неделе, имели при рождении средний вес $2458,7 \pm 199,3$ г и длину $48,4 \pm 1,2$ см. Грудное вскармливание проходило без значимых затруднений, с рождения, с ранним прикладыванием к груди, по требованию. Прикорм у подавляющего большинства детей вводился согласно рекомендациям последних лет (4), в интервале от 4 до 6 месяцев.

По результатам исследования установлено, что применение метода «Сонатал» с программой «Музыка материнского молока» способствует улучшению у мам психоэмоционального состояния, удлиняет период лактации у матерей доношенных и недоношенных детей. Так, общая продолжительность грудного вскармливания у доношенных детей «С»-группы составила 13 мес [10 – 15мес] (25%–75% центили), в контрольной значительно меньше: 4 мес [2 – 8,2 мес] соответственно, $p < 0,0001$. Средние значения ($M \pm m$) у «С» - группы: в НЦЗД: $13,5 \pm 0,4$ месяцев; $12,9 \pm 0,46$ месяцев – в ГДП №109; у «К»-группы: $5,55 \pm 0,4$ месяцев у матерей доношенных детей, $p < 0,0001$ и $p < 0,0001$ с группой «К» соответственно. У матерей недоношенных детей: «С»: в НЦЗД $14,6 \pm 0,9$; $10,6 \pm 0,7$ – в ГДП №109; «К» – $8,3 \pm 0,7$ у матерей недоношенных детей, $p < 0,05$ и $p < 0,05$ при сравнении с группой «К» соответственно. Наиболее важно кормление грудью в первый год жизни ребенка.

Анализ продолжительности лактации убедительно продемонстрировал эффективность применения метода «Сонатал». При этом продолжительность лактационного периода на первом году

жизни существенно не различалась у матерей доношенных и недоношенных детей. Как показало исследование, 75,4% матерей основной группы в первые 6 месяцев сохраняли грудное вскармливание, в то время как в контрольной группе к этому времени прекратили лактацию более половины (56,4%) матерей. Во втором полугодии различия значительно увеличились и к концу первого года грудное вскармливание сохранили только 20% матерей контрольной группы, в то время как занятия по методу «Сонатал» способствовали сохранению лактации у 65,5% матерей.

Обращает на себя внимание и благоприятное преодоление периода лактационных кризов в 3-4 и 7-8 месяцев жизни ребенка матерями доношенных детей. Аналогичная тенденция отмечена и у матерей недоношенных детей. Этому могла способствовать выработанная с помощью метода «Сонатал» мотивация на продолжительную успешную лактацию.

В группах контроля 28,7% матерей доношенных и 37,5% недоношенных детей имели затруднения с лактацией в этот период (гипогалактия, нарушение общего самочувствия, гипертермия, болезненные ощущения со стороны грудной железы), а в более позднем периоде наступление гипогалактии приводило к полному отказу от грудного вскармливания.

Для оценки уровня нервно-психического развития детей в динамике использовался отечественный стандартизированный клинико-психологический тест «Гном», (Козловская Г.В., Горюнова А.В., Самохвалова В.И., 1989 г.). Эта методика позволяет оценить в баллах состояние пяти основных сфер развития ребенка: сенсорной, моторной, эмоционально-волевой, познавательной и поведенческой. С помощью теста «Гном» можно также получить качественную и количественную характеристику нервно-психического развития ребенка.

В сенсорной сфере оцениваются зрительные, слуховые и тактильно-кинестетические реакции ребенка; в моторной – статика, кинетика, тонкая моторика и мимика; в эмоционально-волевой сфере – формирование и дифференцирование эмоциональных реакций; в познавательной – внимание, предречевые реакции, игра. Поведенческая сфера оценивается преимущественно по пищевому и социальному поведению (способность установления внешних контактов и контактов в системе «Мать-дитя»). По итогам проведения теста «Гном» определяется количество баллов по каждой из тестируемых сфер (от 0 до 20 баллов) и суммарная общая оценка, которая обычно составляет при соответствующих возрасту темпах развития 90-100 баллов. Помимо баллов, определяется степень задержки развития (при ее наличии) – при задержке в пределах одного периода тестирования (1 мес на первом году, 3 мес – на втором году) задержка расценивается, как легкая; в пределах двух – как средне-тяжелая, задержка на 2-3 периода – это грубая (тяжелая) задержка развития.

В исследовании оценивалось нервно-психическое развитие здоровых доношенных детей, наблюдавшихся в поликлинике №109 и достигших возраста 18 месяцев. Оценка уровня нервно-психического развития проведена у 32 детей, чьи матери занимались по методике «СОНАТАЛ» и у 25 детей контрольной группы. Результаты исследования представлены в табл. 1.

Таблица 1. Психомоторное развитие детей сравниваемых групп в 18 месяцев

Сферы развития ребенка	Баллы теста «Гном» (M±m)		
	Основная группа	Группа сравнения	Достоверность различия
Сенсорная сфера	18,3 ± 0,1	17,5 ± 0,2	P=0,34
Моторика	17,1 ± 0,3	16,9 ± 0,2	P = 0,12
Эмоционально-волевая сфера	19,7 ± 0,1	16,1 ± 0,3	p <0,05
Познавательная сфера	19,6 ±0,2	17,1 ± 0,1	p <0,05
Поведение	19,4 ± 0,3	16,7 ± 0,1	p <0,05

Таким образом, дети, матери которых занимались по программе «Сонатал», имели более высокие темпы нервно-психического развития в сравнении с детьми контрольной группы, что, возможно,

объясняется, с одной стороны, большей продолжительностью грудного вскармливания в этой группе, с другой – мотивацией родителей на сенсорно-стимулирующие занятия с младенцами.

Заключение

В исследовании научно обоснована и апробирована технология оптимизации процесса грудного вскармливания детей с использованием управляемой сенсорно-музыкальной среды (программа «Музыка материнства и детства» по методу «Сонатал»).

Апробация технологии показала, что она способствует оптимизации эмоционального состояния кормящей матери, увеличению длительности периода грудного вскармливания, улучшению развития ребенка, а также закладывает основы для формирования поведенческих моделей у ребенка грудного возраста.

Список литературы

1. Ахмерова Ф. Г. Состояние репродуктивного здоровья детей и подростков и пути его укрепления в условиях городской детской поликлиники: автореферат дис. ... канд. мед. наук: 14.00.33 / науч. рук. В. Ю. Альбицкий. Казан. гос. мед. ун-т. Казань. 1999. 24 с.
2. Беляева И. А., Намазова-Баранова Л. С., Турти Т. В., Лукоянова О. Л., Бомбардинова Е. П. Внедрение принципов успешного грудного вскармливания в системе оказания медицинской помощи детям, родившимся раньше срока // Педиатрическая фармакология. 2014; 11 (5): 71-76.
3. Глобальная стратегия по кормлению детей грудного и раннего возраста / Женева: ВОЗ. 2003. 34 с.
4. Голубева Г. Н. Формирование активного двигательного режима ребенка до 6-ти лет средствами физического воспитания в основные периоды адаптации к условиям среды: автореферат доктора педагогических наук: 13.00.04 / Место защиты: Моск. гос. акад. физ. Культуры. Малаховка. 2008, 47 с.
5. Зернышко. Автор сл. и муз. М. Лазарев. Поет А. Маркова. Клавишные – С. Макеев [Электронный ресурс] <https://sparkmusic.ru/?mp3=Анжелика+Маркова+--+09+Зернышко>
13. Клинико-организационное руководство по грудному вскармливанию. Проект «Мать и дитя» / Российско-американское межправительственное сотрудничество. 2003. 63 с.
6. Коломинская А. Н. Совершенствование системы профилактики инвалидности детей высокого неврологического риска в амбулаторных условиях (начиная с периода новорожденности): дис. ... кандидата медицинских наук: 14.02.03 / Место защиты: Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова. Москва. – 2010. 24 с.
7. Кошаева Т. В. Влияние системы пренатального воспитания на состояние здоровья детей раннего возраста: специальность 14.02.00 "Профилактическая медицина": диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Казань. 2001. 191 с. EDN XWKLBH.
8. Лазарев М. Л. Музыка материнского молока / Педиатр. Москва. 2015. 32с.
9. Лазарев М. Л. Миссия плода / Москва. Коломенская типография, 2018. 272с.
10. Маляренко Т. Н. Пролонгированное информационное воздействие как немедикаментозная технология оптимизации функций сердца и мозга: автореферат дис. ... доктора медицинских наук: 14.00.51 / Пятигорск. 2004. 24 с.
11. Мамалыш или рождение до рождения / Москва: ОЛМА Медиа Групп, 2007. 848 с. ISBN 7895373013017. EDN XRRBHJ.M.
12. Метод пренатальной профилактики и оздоровления беременной женщины и плода «Сонатал-лактация». Методические рекомендации для врачей. Приняты на заседании Ученого совета НЦЗД РАМН. Протокол № 4 от 25.04.2012.
13. Молочная нежность. Автор сл. и муз. М.Лазарев. Поет А.Маркова. Клавишные – С.Макеев [Электронный ресурс] <https://androsound.ru/?song=Анжелика+Маркова+--+08+Молочная+нежность>
14. Национальная программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в РФ. - М. 2009; 70.

15. Консультирование по грудному вскармливанию: курс обучения Руководство для преподавателей / ВОЗ. ЮНИСЕФ, 1993. 435 с.
16. Садыков М. М. Оптимизация амбулаторно-поликлинической помощи детям мегаполиса: автореферат дис. ... доктора медицинских наук: 14.00.33, 14.00.09 / Место защиты: Науч. центр здоровья детей РАМН. Москва. 2008. 46 с.
17. Толчинская Е. А. Динамика психического состояния беременных женщин в процессе музыкотерапии: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.04 / Место защиты: С.-Петербург. гос. ун-т. Санкт-Петербург. 2010. 24 с.
18. Шихабутдинова Т.Н. Роль пренатального воспитания в снижении осложнений беременности, родов, перинатальных потерь: автореферат дис. ... кандидата медицинских наук: 14.00.01 / Место защиты: Казан. гос. мед. акад. Казань. 2007. 24 с.

The influence of maternal singing on increasing the duration of lactation and improving the health of children

Mikhail L. Lazarev

Candidate of Psychological Sciences

Institute of Childhood of Moscow Pedagogical State University

Moscow, Russia

mlazarev@mail.ru

 0000-0000-0000-0000

Received 15.08.2023

Accepted 21.09.2023

Published 30.10.2023

 10.25726/x6120-5610-9630-z

Abstract

The program "Music of mother's milk" presented in the article is aimed at teaching a pregnant woman the skills of communicating with a child even before his birth, at optimizing her health, improving well-being and preparing for childbirth, the formation of a dominant lactation. The program includes a cycle of specially written songs ("milk songs"), which are performed first by a pregnant woman, and then by a nursing mother. A retrospective and prospective study conducted with children who have passed and have not passed the prenatal education school using the "Sonatal" method, using the program "Music of mother's milk" is described. It was found that the use of the program "Music of mother's milk" within the framework of the "Sonatal" method allows to extend the lactation period up to 12 months in the majority of nursing mothers (more than 65% of women), in comparison with the control group (no more than 25%). It is shown that the special "milk music" written for the program is integrated into the general system of personality formation of an infant and young child, transforming the feeding process into the process of upbringing, contributes to the formation of primary behavioral patterns in the child, among which, first of all, the formation of biorhythms of the day can be distinguished.

Keywords

the "Sonatal" method, milk songs, breastfeeding, mother's milk, pedagogical harmoniology, controlled sensory-musical environment.

References

1. Ahmerova F. G. Sostojanie reproduktivnogo zdorov'ja detej i podrostkov i puti ego ukreplenija v uslovijah gorodskoj detskoj polikliniki: avtoreferat dis. ... kand. med. nauk: 14.00.33 / nauch. ruk. V. Ju. Al'bickij. Kazan. gos. med. un-t. Kazan'. 1999. 24 s.

2. Beljaeva I. A., Namazova-Baranova L. S., Turti T. V., Lukojanova O. L., Bombardirova E. P. Vnedrenie principov uspehnogo grudnogo vskarmlivanija v sisteme okazaniya medicinskoj pomoshhi detjam, rodivshimsja ran'she sroka // *Pediatricheskaja farmakologija*. 2014; 11 (5): 71-76.
3. Global'naja strategija po kormleniju detej grudnogo i rannego vozrasta / Zheneva: VOZ. 2003. 34 s.
4. Golubeva G. N. Formirovanie aktivnogo dvigatel'nogo rezhima rebenka do 6-ti let sredstvami fizicheskogo vospitaniya v osnovnye periody adaptacii k uslovijam sredy: avtoreferat doktora pedagogicheskikh nauk: 13.00.04 / Mesto zashhity: Mosk. gos. akad. fiz. Kul'tury. Malahovka. 2008, 47 s.
5. Zernyshko. Avtor sl. i muz. M. Lazarev. Poet A. Markova. Klavishnye – S. Makeev [Jelektronnyj resurs] <https://sparkmusic.ru/?mp3=Anzhelika+Markova+--+09+Zernyshko>
13. Kliniko-organizacionnoe rukovodstvo po grudnomu vskarmlivaniju. Proekt «Mat' i ditja» / Rossijsko-amerikanskoe mezhpriatel'stvennoe sotrudnichestvo. 2003. 63 s.
6. Kolominskaja A. N. Sovershenstvovanie sistemy profilaktiki invalidnosti detej vysokogo nevrologicheskogo riska v ambulatornyh uslovijah (nachinaja s perioda novorozhdenosti): dis. ... kandidata medicinskih nauk: 14.02.03 / Mesto zashhity: Mosk. med. akad. im. I. M. Sechenova. Moskva. – 2010. 24 s.
7. Koshaeva T. V. Vlijanie sistemy prenatal'nogo vospitaniya na sostojanie zdorov'ja detej rannego vozrasta: special'nost' 14.02.00 "Profilakticheskaja medicina": dissertacija na soiskanie uchenoj stepeni kandidata pedagogicheskikh nauk / Kazan'. 2001. 191 s. EDN XWKL BH.
8. Lazarev M. L. Muzyka materinskogo moloka / *Pediatr.* Moskva. 2015. 32s.
9. Lazarev M. L. Missija ploda / Moskva. Kolomenskaja tipografija, 2018. 272s.
10. Maljarenko T. N. Prolongirovanoe informacionnoe vozdejstvie kak nemedikamentoznaja tehnologija optimizacii funkcij serdca i mozga: avtoreferat dis. ... doktora medicinskih nauk: 14.00.51 / Pjatigorsk. 2004. 24 s.
11. Mamalysh ili rozhdenie do rozhdenija / Moskva: OLMA Media Grupp, 2007. 848 s. ISBN 7895373013017. EDN XRRBHJ.M.
12. Metod prenatal'noj profilaktiki i ozdorovlenija beremnoj zhenshhiny i ploda «Sonatalaktacija». Metodicheskie rekomendacii dlja vrachej. Prinjaty na zasedanii Uchenogo soveta NCZD RAMN. Protokol № 4 ot 25.04.2012.
13. Molochnaja nezhnost'. Avtor sl. i muz. M.Lazarev. Poet A.Markova. Klavishnye – S.Makeev [Jelektronnyj resurs] <https://androsound.ru/?song=Anzhelika+Markova+--+08+Molochnaja+nezhnost'>
14. Nacional'naja programma optimizacii vskarmlivanija detej pervogo goda zhizni v RF. - M. 2009; 70.
15. Konsul'tirovanie po grudnomu vskarmlivaniju: kurs obuchenija Rukovodstvo dlja prepodavatelej / VOZ. JuNISEF, 1993. 435 s.
16. Sadykov M. M. Optimizacija ambulatorno-poliklinicheskoy pomoshhi detjam megapolisa: avtoreferat dis. ... doktora medicinskih nauk: 14.00.33, 14.00.09 / Mesto zashhity: Nauch. centr zdorov'ja detej RAMN. Moskva. 2008. 46 s.
17. Tolchinskaja E. A. Dinamika psihicheskogo sostojanija beremnyh zhenshhin v processe muzykoterapii: avtoreferat dis. ... kandidata psihologicheskikh nauk: 19.00.04 / Mesto zashhity: S.-Peterb. gos. un-t. Sankt-Peterburg. 2010. 24 s.
18. Shihabutdinova T.N. Rol' prenatal'nogo vospitaniya v snizhenii oslozhnenij beremennosti, rodov, perinatal'nyh poter': avtoreferat dis. ... kandidata medicinskih nauk: 14.00.01 / Mesto zashhity: Kazan. gos. med. akad. Kazan'. 2007. 24 s.