**КАК ПРАВИЛЬНО БУДИТЬ ДЕТЕЙ**  
  
Потешки способствуют эмоциональному и речевому развитию ребенка, а также установлению доверительных отношений между взрослым и ребенком. От того как проснется ваш малыш, зависит настроение, с которым он проведет целый день. Поэтому почаще улыбайтесь своему ребенку и не забудьте сделать ему потягушечки!  
Едва открыв глаза, ваш малыш хочет видеть самое родное и знакомое ему лицо – маму. Проснувшись, ребенок должен ощутить Ваше присутствие, защиту и, конечно же, увидеть улыбку. Ваша улыбка подтвердит ему, что все хорошо, что он в безопасности. Используя для пробуждения потешки, Вы поднимите малышу настроение. Теперь отличный день вам и вашему крохе обеспечен!  
  
\*\*\*  
  
Потянушки-потягушки,  
Кто тут сладкий на подушке?  
Кто тут нежится в кроватке?  
Чьи тут розовые пятки?  
  
Это кто же тут проснулся,  
Кто так маме улыбнулся?  
И кого так любит мама?  
Вот тут кто любимый самый!!!!  
  
\*\*\*  
  
Мы проснулись, мы проснулись.  
Сладко, сладко потянулись.  
Маме с папой улыбнулись.  
  
\*\*\*  
  
Вот проснулись,  
Потянулись,  
С боку на бок.  
Повернулись!  
Потягушечки!  
Потягушечки!  
Где игрушечки,  
Погремушечки?  
Ты, игрушка, погреми,  
Нашу детку подними!  
  
\*\*\*  
  
Ты мне ручки подай,  
Да с кровати вставай,  
Умываться пойдем,  
Где водичка найдем!  
  
\*\*\*  
  
Потягушечки,  
Потягушечки!  
Поперёк толстушечки!  
Руки - хватушечки,  
Ноги - бегушечки.  
Потягунюшки,  
Порастунушки!  
В ножки - ходунушки,  
В роток - говорок,  
А в головку - разумок.  
  
\*\*\*  
  
Потягунюшки, порастунюшки (поглаживаем от головы до пяточек)  
Поперек толстунюшки,  
А в ножки – ходунюшки, (двигаем ножками)  
А в ручки – хватунюшки, (сжимаем и разжимаем кулачки)  
А в ушки — слышунюшки, (показываем ушки)  
  
А в глазки — глядунюшки, (показываем глазки)  
А носику — сопунюшки, (показываем носик)  
А в роток — говорок, (показываем ротик)  
А в головку — разумок!  
  
\*\*\*  
  
Утром бабочка проснулась,  
Улыбнулась, потянулась,  
Раз - росой она умылась,  
Два - изящно покружилась,  
Три - нагнулась и присела,  
На четыре - улетела.  
  
\*\*\*  
  
Поставлю на пятки  
Прямо у кроватки.  
Сниму штанишки  
С любимой малышки.  
Посажу на горшок.  
Обрадуй маму, мой дружок!  
  
\*\*\*  
  
Здравствуй, солнышко!  
Как цветочек мой спал?  
Как по маме скучал?  
Сейчас на ручки возьму,  
Прямо к сердцу прижму!  
Поцелую, обниму!  
К небу сына подниму.  
  
\*\*\*  
  
Тяги, тяги, потягушеньки,  
На детя порастушеньки,  
Расти, доченька, здоровая,  
Как яблонька садовая.  
Расти, сынок,  
словно крепкий дубок