|  |
| --- |
| **Практические советы по развитию ребенка**  **Занятия с ребенком (6 месяцев)** |
|  |
| |  | | --- | |  |   **Развитие ребенка в 6 месяцев -**  **Ребенок обследует дом:** Если малыш начал самостоятельно передвигаться, он неизбежно начнет путешествовать по дому. Загородите подступы к лестнице, закройте дверь в ванную, прикройте штепсельные розетки, оберегайте малыша от острых углов, заприте на замок ящики в шкафу. Не допускайте случайностей! Все ядовитые вещества, моющие средства и лекарства должны быть надежно спрятаны.  **Сядьте на пол вместе с ребенком:** В этом возрасте детям необходимо удобное место для игры. Позволяйте им какое-то время находиться на полу. Это помогает ребенку научиться переворачиваться и ползать. Если ваш малыш не любит находиться в одиночестве, присоединитесь к нему и поиграйте вместе. Храните детские игрушки в небольших коробках. У ребенка начинает появляться интерес к мелким вещам. Храните его любимые игрушки в маленькой коробке или в корзинке, и пусть он сам их оттуда достает. Лучше использовать несколько маленьких коробок, чем один большой ящик.  **Называйте своими именами:** В течение нескольких месяцев вы часто разговаривали с малышом. Подражая звукам, которые он произносил, вы возбуждали в нем интерес к разговору и тем самым развивали его речь. Теперь, когда ребенку исполнилось шесть месяцев, вы можете более активно вести диалог. Придумайте упражнения, в которых упоминались бы части его тела - глаза, нос, руки, ноги, и во время игры называйте их.  **Пригласите в гости друзей:** Пригласите в гости малыша, который мог бы поиграть вместе с вашим ребенком. После того как дети посмотрят, потрогают и внимательно обследуют друг друга, они смогут обнаружить серьезные различия между игрушками и живыми людьми.  **Время игр**  **Новые открытия**  **Ладушки:** Поиграйте с малышом в ладушки. Спойте ему песенку: Ладушки, ладушки, Где были? У бабушки. Что ели? Кашку. Что пили? Бражку.  **Разговор с чашкой:** Соберите вместе несколько чашек разного размера и поставьте их в картонную коробку. Поднося по очереди каждую чашку ко рту, повторяйте какое-нибудь знакомое слово (например, имя ребенка). Малыш заметит, как по-разному звучит его имя. Продолжайте игру и старайтесь произносить самые разные звуки. Чем больше малыш будет их слушать, тем скорее начнет повторять.  **Шарик с водой:** Наполните воздушный шарик небольшим количеством воды и привяжите к нему шнурок. Покажите малышу, как меняется форма шарика, когда вы сжимаете и раскачиваете его, и пусть он проделает то же самое. Он скоро обнаружит, что шарик подпрыгивает, если его бросают, и качается, если его вертят. Не оставляйте ребенка одного. Помните: если ребенок возьмет его в рот, разорвавшийся шарик может принести вред.  **Игра со звуками:** Налейте в пластмассовые бутылочки разное количество воды. Ударяя ложкой по каждой из них, вы услышите разные звуки. Ребенок тоже заметит разницу и через некоторое время присоединится к игре.  **Фотографии мамы и папы:** При любой возможности произносите слова "папа" и "мама". Приколите к стене над детской кроваткой или стулом фотографии мамы и папы. Каждый раз, когда вы услышите, как малыш "гулит" "ма-ма" и "па-па", показывайте ему на фотографии и говорите: "Это мама, а это папа".  **Развитие координации**  **"Птички полетели":** Медленно рассказывайте ребенку какую-нибудь сказку о птицах. Когда вы произносите "Птички полетели", поднимите руки ребенка вверх и похлопайте в ладоши. Скоро он научится ждать этого момента и заранее будет смеяться. Старайтесь не раскачивать и не дергать ребенка за руки слишком сильно, их можно легко вывихнуть.  **Посадите ребенка на плечи:** Пусть папа посадит малыша себе на плечи и немного покатает его. Таким образом ребенок научится лучше сохранять равновесие, контролировать свои движения и увидит мир с высоты папиного роста.  **Покачайте малыша на ноге:** Сядьте на удобный стул и покачайте ребенка. Положите ногу на ногу и посадите малыша себе на лодыжку. Возьмите его за руки или поддерживайте за локти. Покачивайте ногой и пойте песенку, меняя темп исполнения. Соответственно этому качайте ребенка: то медленно, то быстро.  **Если ребенок научился ползать:** Соорудите перед ребенком забавную полосу препятствий, положив несколько подушек в наволочках из разной ткани. Пусть малыш попробует перебраться через них.  **Крутящийся шарик:** Отличный способ заставить малыша ползать - показать ему, как движется по кругу шарик. Начните медленно вращать его на некотором расстоянии от ребенка. Обратите внимание малыша на шарик, сказав: "Скорее иди сюда и возьми шарик".  **Игра с мячиком:** Посадите ребенка на пол и начните катать перед ним мячик туда и обратно. При этом пойте ему какую-нибудь песенку.  **Решение проблем**  **Третья игрушка:** Когда малыш держит в обеих руках игрушки, предложите ему взять третью. Сначала он попытается схватить ее, не выпуская из рук те, которые держит. Однако через некоторое время он поймет, что прежде, чем взять еще один предмет, нужно освободить руки.  **Игрушка, наполовину спрятанная под одеяло:** Спрячьте любимую игрушку ребенка под одеяло или накроите чем-нибудь другим, так чтобы был виден ее край. Малыш схватить ту часть игрушки которую увидит, и будет дергать за нее. В конце концов, он научится стаскивать с игрушки одеяло.  **Уроните куклу со стола:** Попробуйте перемещать тряпичную куклу по столу а затем позвольте ей упасть. Проделайте это несколько раз, и пусть малыш наблюдает за вашими действиями. Через некоторое время он научится ждать того момента, когда кукла упадет, и будет заранее смотреть на пол.  **Игра с формочками:** Дайте малышу несколько формочек для выпечки пирожных. Покажите, как нужно ударять ими друг о друга и о стол.  **Спрячьте радиоприемник:** Спрячьте радиоприемник под пеленку и понаблюдайте, сможет ли малыш найти его.  **Воздушный шарик:** Привяжите воздушный шарик к детской коляске. Малышу понравится дергать за веревочку и смотреть, как двигается шарик. Не оставляйте ребенка одного -- если вдруг шарик лопнет, малыш может взять его в рот.  **Дайте малышу "доску для игр":** Сейчас самое подходящее время, чтобы познакомить малыша с детской доской для игр. Выберите предметы, с которыми легко обращаться. Поместите доску в том месте, где малышу будет удобно играть.  **Помашите рукой на прощание:** Каждый раз, выходя ненадолго из комнаты, не забывайте на прощание помахать малышу рукой. Это подготовит ребенка к вашему длительному отсутствию.  **Повседневные дела**  **Время кормления**  **Во время кормления сажайте ребенка на специальный высокий стул:** В возрасте шести месяцев многие дети способны сидеть на высоком стуле со столиком или в детском креслице. Давая ребенку в руки маленькие кусочки еды, вы помогаете ему развивать движения пальцев. Начните тренировки с сухих завтраков или с несоленых крекеров.  **Прикрепите к детскому столику игрушку на присоске:** Существует много разных игрушек, которые можно прикрепить к детскому столу. Они развлекут малыша, в ожидании пока ему подадут обед.  **Помогите ребенку стучать по столу:** Если малыш начинает барабанить по столу, последуйте его примеру и посмотрите, получится ли из этого игра. Повторяйте слова "удар, ударять", чтобы в сознании малыша установилась связь между словом и действиями.  **Сладкое желе:** Приготовьте вкусное желе, смешав сок с желатином, и положите несколько кусочков на столик перед ребенком. Малышу понравится хватать сладкие скользкие кусочки и отправлять их в рот.  **Соломинки:** Если вы едите в ресторане, возьмите пластмассовые соломинки и крышки с дырочками от стаканчиков, используйте их в качестве игрушек. Наденьте несколько крышек на соломинку, оставляя пустое пространство между ними. Покажите малышу, как нужно стягивать их с соломинки.  **Время отдыха**  **Занимательная подушка:** Сшейте для ребенка подушку с изображением веселой и печальной рожицы. Покажите ему сначала одну сторону подушки, затем другую. Это поможет малышу различать выражения человеческого лица. Если его заинтересует новая мягкая игрушка, пусть он поиграет с ней.  **Большая тряпичная кукла:** Дайте малышу большую тряпичную куклу, и пусть он играет, двигая ее ногами и руками вверх и вниз. Короткими фразами объясните малышу, что он делает. |

**Примерные занятия на развитие мелкой моторики и речи**

**у детей от 1 года до 1года 6 месяцев**

**с помощью рисования**



Занятие 1

Цель: знакомство с основными цветами.

1. Игра «Юный художник». Малышам даются карточки с различными предметами. Их задача — определить, какими цветами эти предметы могут быть окрашены (цветы — желтые, белые, синие, красные; елка — зеленая и т.д.).

2. Рисунок карандашом на бумаге (малышу предлагают нарисовать, что он хочет).

3. Домашнее задание: рисование цветными карандашами.

Занятие 2

Цели:

— продолжение знакомства с основными цветами (желтый, красный, синий), а также с зеленым, черным, белым;   
— научить ребенка пользоваться красками (гуашь) и кисточками.

Задание:

Раскрасить лист бумаги (1/2 обычного формата) в любой цвет по желанию ребенка. (Гуашь, кисть № 10.)

Занятие 3

Цель: научить ребенка смешивать цвета.

Задания:

1. Взять немного краски (например, желтой) и добавить немного синей, смешать.

2. Ребенок должен определить, какой цвет получился.

3. Предложить малышу поэкспериментировать.

Работа проводится на бумаге обычного формата, краски — гуашь, кисть № 10.

Занятие 4

Цель: смешивание основных цветов с белилами, получение различных оттенков.

Задания:

1. Раскрасить веер.

2. Раскрасить веер переходными тонами (например, от красного, добавляя белила, до белого).

Занятия 5, 6, 7

«Кисточка гуляет по бумаге»

Цель: научить ребенка пользоваться кистью, подбирать фон.

Задания:

Занятие 5 — картинка «Падающий снег».

Занятие 6 — «Цветы на лугу».

Занятие 7 — «Следы невиданных зверей».

Пособия: цветной картон.

Занятие 8

(Заключительное занятие из цикла «Основные цвета»)

Задание:

Нарисовать радугу (с помощью мамы).

Работа на бумаге или картоне белого цвета, краски — гуашь, кисть № 6.

Занятия 9—10

Цель: сравнение предметов по величине (большой — маленький, высокий — низкий, короткий — длинный).

Пособия: стройматериалы, куклы, игрушки различных размеров, ленты различной длины, цветные карандаши.

Задания:

1. Построить дом из стройматериала для большой и маленькой кукол. Определить, какой дом высокий, а какой низкий.

2. Игры: «Мишка большой, зайка маленький» (зайцев и мишек изображают дети); «Скатай ленту» (длинную и короткую).

3. Нарисовать карандашами прямые линии, различные по длине.

Занятие 11

Цель: рисование красками прямых линий, различных по цвету и длине.

Пособия: пакетик, изготовленный из бумаги, краски — гуашь, кисть № 6.

Задание:

Раскрасить пакетик для подарка куклам.

Занятие 12

Цель: знакомство с геометрическими фигурами: треугольник, квадрат, четырехугольник.

Задание:

Игра в геометрическую мозаику: используя различные геометрические фигуры, сложить картинку. Следует обращать внимание ребенка на отличие в размерах, цветах.

Занятие 13

Цель: рисование красками снежинок, звезд на небе.

Пособия: цветной синий или голубой картон, черная тонированная бумага, гуашь, кисть № 6.

Задание:

Нарисовать снежинки на голубом небе, звезды — на черном.

Во время проведения этих занятий необходимо обращать внимание детей на различные по форме и размерам снежинки, звезды.

После завершения работы дети сравнивают рисунки, определяют, у кого получились самые большие звезды и снежинки, а у кого — самые маленькие.

Занятие 14

Цель: знакомство с понятием формы.

Пособия: предметы различной формы (пакеты из-под молока прямоугольной формы; кубики, пластмассовые шары, брусочки, пирамидки различных цветов и размеров), бумага или картон, гуашь, кисть № 6.

Задания:

1. Игра с предметами, формочками различных размеров, цветов, формы. Составление пирамидок.

2. Дорисовать свои рисунки (занятие 13) или нарисовать новые: зимний пейзаж — сугробы, падающий снег.

Занятия 15—16

Цель: рисование предметов круглой формы.

Задания:

Рисование красками картин: «Одуванчик», «Танцующие цветы», «Спящие цветы».

Во время проведения занятий обратить внимание ребенка на цвет, размер, форму изображаемых им предметов, соотношение цвета рисунка и фона.

Занятие 17

Цели:

— сравнение предметов округлой формы по цвету, величине;   
— научить ребенка работать с трафаретами геометрических фигур.

Пособия: бумага писчая, трафареты кругов различных размеров, цветные карандаши, фломастеры.

Занятие 18

Цель: научить ребенка рисовать красками точки.

Пособия: пакетик из бумаги, гуашь, кисть № 6.

Задание:

Украсить пакетик точками — маленькими кружочками разного цвета.

Занятие 19

Цель: знакомство с геометрическими фигурами: треугольник, квадрат, четырехугольник.

Пособия для занятий 19—21: геометрическое лото, цветная бумага, клеящий карандаш, картон.

Задание:

Игра в геометрическую мозаику: используя различные геометрические фигуры, сложить картинку. Следует обращать внимание ребенка на отличия в размерах и цветах.

Занятия 20, 21 (продолжение занятия 19)

Задания:

1. Какие предметы бывают в форме треугольника, круга, квадрата, четырехугольника?

2. Аппликации с использованием различных геометрических фигур — составление из частей целого.

Занятие 22

Цель: знакомство с понятиями «вершина», «угол», «сторона».

Пособия: аппликация с геометрическими фигурами (с выделением сторон, вершин, углов), геометрические фигуры различных размеров.

Задание:

На геометрических фигурах уметь определить сторону, вершину, угол.

Занятие 23

Цель: рисование красками различных по форме предметов.

Пособия: бумага для рисования, гуашь, кисть № 6.

Задания:

1. Нарисовать яблоки, сливы, помидоры, огурцы и др.

2. Определить, чем отличаются друг от друга данные предметы (по величине, форме, цвету).

Занятие 24

Цель: рисование геометрических фигур по трафаретам.

Задания:

1. Нарисовать геометрические фигуры по трафаретам.

2. Раскрасить их в различные цвета.

Цикл занятий «Пространственное расположение фигур»

Занятие 25

Цель: знакомство с пространственными понятиями «на» и «под», «один» и «много».

Задание:

Нарисовать два дерева: на первом — одно яблоко, под вторым — много яблок. (Контур дерева рисует мама, ребенок раскрашивает.)

Занятие 26

Цель: знакомство с понятиями «в», «рядом», «внутри», «снаружи».

Пособия: коробки, игрушки, матрешки.

Задания:

1. Положить игрушки в коробку, рядом с коробкой.

2. Положить маленьких матрешек внутрь большой, поставить рядом с большой.

Занятие 27

Цель: знакомство с понятиями «справа», «слева», «между», «вверху», «внизу».

Задание:

Выполнить аппликацию (домик, машинка, солнышко на небе, цветы на лужайке).   
Аппликация выполняется с помощью мамы (заготовки делаются дома). Ребенок наклеивает заготовки на лист картона.   
Во время работы следует обращать внимание ребенка на изучаемые понятия (дерево расположено справа от дома, машина стоит между домом и деревом, цветы посажены слева от домика, вверху на небе — солнышко, внизу на лужайке — цветы).

Занятия 28, 29, 30 (Завершающие занятия по двум циклам)

Задание:

Выполнение различных аппликаций с использованием геометрических фигур (коврик, мордочка; разноцветные квадраты).

**Примерные занятия на развитие мелкой моторики и речи**

**у детей до 1года**

**с помощью рисования**



Занятие 1

Цель: знакомство с основными цветами.

1. Игра «Юный художник». Малышам даются карточки с различными предметами. Их задача — определить, какими цветами эти предметы могут быть окрашены (цветы — желтые, белые, синие, красные; елка — зеленая и т.д.).

2. Рисунок карандашом на бумаге (малышу предлагают нарисовать, что он хочет).

3. Домашнее задание: рисование цветными карандашами.

Занятие 2

Цели:

— продолжение знакомства с основными цветами (желтый, красный, синий), а также с зеленым, черным, белым;   
— научить ребенка пользоваться красками (гуашь) и кисточками.

Задание:

Раскрасить лист бумаги (1/2 обычного формата) в любой цвет по желанию ребенка. (Гуашь, кисть № 10.)

Занятие 3

Цель: научить ребенка смешивать цвета.

Задания:

1. Взять немного краски (например, желтой) и добавить немного синей, смешать.

2. Ребенок должен определить, какой цвет получился.

3. Предложить малышу поэкспериментировать.

Работа проводится на бумаге обычного формата, краски — гуашь, кисть № 10.

Занятие 4

Цель: смешивание основных цветов с белилами, получение различных оттенков.

Задания:

1. Раскрасить веер.

2. Раскрасить веер переходными тонами (например, от красного, добавляя белила, до белого).

Занятия 5, 6, 7

«Кисточка гуляет по бумаге»

Цель: научить ребенка пользоваться кистью, подбирать фон.

Задания:

Занятие 5 — картинка «Падающий снег».

Занятие 6 — «Цветы на лугу».

Занятие 7 — «Следы невиданных зверей».

Пособия: цветной картон.

Занятие 8

(Заключительное занятие из цикла «Основные цвета»)

Задание:

Нарисовать радугу (с помощью мамы).

Работа на бумаге или картоне белого цвета, краски — гуашь, кисть № 6.

Занятия 9—10

Цель: сравнение предметов по величине (большой — маленький, высокий — низкий, короткий — длинный).

Пособия: стройматериалы, куклы, игрушки различных размеров, ленты различной длины, цветные карандаши.

Задания:

1. Построить дом из стройматериала для большой и маленькой кукол. Определить, какой дом высокий, а какой низкий.

2. Игры: «Мишка большой, зайка маленький» (зайцев и мишек изображают дети); «Скатай ленту» (длинную и короткую).

3. Нарисовать карандашами прямые линии, различные по длине.

Занятие 11

Цель: рисование красками прямых линий, различных по цвету и длине.

Пособия: пакетик, изготовленный из бумаги, краски — гуашь, кисть № 6.

Задание:

Раскрасить пакетик для подарка куклам.

Занятие 12

Цель: знакомство с геометрическими фигурами: треугольник, квадрат, четырехугольник.

Задание:

Игра в геометрическую мозаику: используя различные геометрические фигуры, сложить картинку. Следует обращать внимание ребенка на отличие в размерах, цветах.

Занятие 13

Цель: рисование красками снежинок, звезд на небе.

Пособия: цветной синий или голубой картон, черная тонированная бумага, гуашь, кисть № 6.

Задание:

Нарисовать снежинки на голубом небе, звезды — на черном.

Во время проведения этих занятий необходимо обращать внимание детей на различные по форме и размерам снежинки, звезды.

После завершения работы дети сравнивают рисунки, определяют, у кого получились самые большие звезды и снежинки, а у кого — самые маленькие.

Занятие 14

Цель: знакомство с понятием формы.

Пособия: предметы различной формы (пакеты из-под молока прямоугольной формы; кубики, пластмассовые шары, брусочки, пирамидки различных цветов и размеров), бумага или картон, гуашь, кисть № 6.

Задания:

1. Игра с предметами, формочками различных размеров, цветов, формы. Составление пирамидок.

2. Дорисовать свои рисунки (занятие 13) или нарисовать новые: зимний пейзаж — сугробы, падающий снег.

Занятия 15—16

Цель: рисование предметов круглой формы.

Задания:

Рисование красками картин: «Одуванчик», «Танцующие цветы», «Спящие цветы».

Во время проведения занятий обратить внимание ребенка на цвет, размер, форму изображаемых им предметов, соотношение цвета рисунка и фона.

Занятие 17

Цели:

— сравнение предметов округлой формы по цвету, величине;   
— научить ребенка работать с трафаретами геометрических фигур.

Пособия: бумага писчая, трафареты кругов различных размеров, цветные карандаши, фломастеры.

Занятие 18

Цель: научить ребенка рисовать красками точки.

Пособия: пакетик из бумаги, гуашь, кисть № 6.

Задание:

Украсить пакетик точками — маленькими кружочками разного цвета.

Занятие 19

Цель: знакомство с геометрическими фигурами: треугольник, квадрат, четырехугольник.

Пособия для занятий 19—21: геометрическое лото, цветная бумага, клеящий карандаш, картон.

Задание:

Игра в геометрическую мозаику: используя различные геометрические фигуры, сложить картинку. Следует обращать внимание ребенка на отличия в размерах и цветах.

Занятия 20, 21 (продолжение занятия 19)

Задания:

1. Какие предметы бывают в форме треугольника, круга, квадрата, четырехугольника?

2. Аппликации с использованием различных геометрических фигур — составление из частей целого.

Занятие 22

Цель: знакомство с понятиями «вершина», «угол», «сторона».

Пособия: аппликация с геометрическими фигурами (с выделением сторон, вершин, углов), геометрические фигуры различных размеров.

Задание:

На геометрических фигурах уметь определить сторону, вершину, угол.

Занятие 23

Цель: рисование красками различных по форме предметов.

Пособия: бумага для рисования, гуашь, кисть № 6.

Задания:

1. Нарисовать яблоки, сливы, помидоры, огурцы и др.

2. Определить, чем отличаются друг от друга данные предметы (по величине, форме, цвету).

Занятие 24

Цель: рисование геометрических фигур по трафаретам.

Задания:

1. Нарисовать геометрические фигуры по трафаретам.

2. Раскрасить их в различные цвета.

Цикл занятий «Пространственное расположение фигур»

Занятие 25

Цель: знакомство с пространственными понятиями «на» и «под», «один» и «много».

Задание:

Нарисовать два дерева: на первом — одно яблоко, под вторым — много яблок. (Контур дерева рисует мама, ребенок раскрашивает.)

Занятие 26

Цель: знакомство с понятиями «в», «рядом», «внутри», «снаружи».

Пособия: коробки, игрушки, матрешки.

Задания:

1. Положить игрушки в коробку, рядом с коробкой.

2. Положить маленьких матрешек внутрь большой, поставить рядом с большой.

Занятие 27

Цель: знакомство с понятиями «справа», «слева», «между», «вверху», «внизу».

Задание:

Выполнить аппликацию (домик, машинка, солнышко на небе, цветы на лужайке).   
Аппликация выполняется с помощью мамы (заготовки делаются дома). Ребенок наклеивает заготовки на лист картона.   
Во время работы следует обращать внимание ребенка на изучаемые понятия (дерево расположено справа от дома, машина стоит между домом и деревом, цветы посажены слева от домика, вверху на небе — солнышко, внизу на лужайке — цветы).

Занятия 28, 29, 30 (Завершающие занятия по двум циклам)

Задание:

Выполнение различных аппликаций с использованием геометрических фигур (коврик, мордочка; разноцветные квадраты).

**Рекомендации родителям**

1.Массаж пальцев: перебирая пальцы ребенка можно произносить потешки, прибаутки:

1.«Пальчик-мальчик,

Где ты был?»-

«С этим братцем

В лес ходил.

С этим братцем

Щи варил.

С этим братцем

Кашу ел.

С этим братцем

Песни пел.

2.Этот пальчик в лес пошел,

Этот пальчик гриб нашел,

Этот пальчик чистить стал,

Этот пальчик жарить стал,

А этот-все съел!

От того и потолстел.

3.Мыши водят хоровод,

На лежанке дремлет кот.

Тише мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите,

Вот проснется Васька-кот,

Разобьет весь хоровод.

При выполнении массажа и в течение дня можно и нужно использовать потешки, песенки русского народа

2.Делая массаж ног уместно произносить потешки:

1.Заинька, походи!

Серенький, походи!

Вот так, вот так, походи!

Заинька повернись!

Серенький, повернись!

Заинька, попляши!

Серенький, попляши!

Вот так, вот так попляши!

Заинька, топни ножкой!

Серенький, топни ножкой!

Вот так, вот так, топни ножкой!

2.Киска,киска,киска брысь!

На дорожку не садись-

Наша деточка пойдет,

Через киску упадет.

3.Катя, Катя - маленька,

Катенька, удаленька!

Пройди по дороженьке,

Топни Катя ноженькой.

4.Большие ноги

Шли по дороге:

Топ-топ-топ

Маленькие ножки

Бежали по дорожке:

Топ-топ-топ! Топ-топ-топ! Топ!

3.Укачивая малыша на руках, или убаюкивая его в кроватке, нежное поглаживание или легкое похлопывание является не только успокаивающим фактором, но и легким массажем спины. Если в это время взрослый тихим голосом напевает или приговаривает, это еще больше помогает расслаблению и засыпанию ребенка:

1. Поди, котик, ночевать,

Мою милую качать.

Уж как я тебе, коту,

За работу заплачу:

Дам кувшин молока

Да кусок пирога.

Уж ты ешь, не кроши,

Больше, котик, не проси.

2. Ай люлиньки - люлиньки

Прилетели гулиньки.

Сели гули на кровать,

Стали деточку качать.

3. Чики, чики, кички,

Березовые лычки!

Летели две птички,

Собой невелички

Где они летели,

Все люди глядели,

Где они садились,

Все они дивились,

Сели - посидели,

Взвились, полетели,

Песенки запели.

Пели, распевали,-

Ванюшку качали

4. Вот и люди спят,

Вот птицы спят,

Зайцы спят на травушке,

Утки на муравушке,

Ребятки- по коечкам,

Спят- поспят,

Всему миру спать велят.

5.При пробуждении ребенка рекомендуется поглаживание тела, рук и ножек ребенка со словами:

Потягушки, потягунушки!

Поперек толстунушки,

А в ножки ходунушки,

А в роток-говорок,

А в голову разумок.

Трака-муравка

Сосна поднялась,

Птица-синица

За зерно взялась,

Зайка-за капустку,

Мышки-за корку,

Детки-за молоко.

Вот проснулся петушок,

Встала курочка,

Подымайся, мой дружок.

Встань мой Юрочка.