Одевание:

1. Не шуметь, не баловаться

Сейчас мы будем одеваться.

Чтоб быстрей идти гулять.

Дружно, весело играть.

1. Колготки, колготки пусть оденут наши ножки.

А теперь возьмём носочки – вот одели молодец!

 Кофточку красивую одеть тебе я помогу.

Штанишки тёплые наденем и песни запоём.

Шапку мы наденем ловко, не замёрзнешь ты головка.

Курточку и шарфик, вот и всё в порядке!

1. Вот они сапожки,

Этот с правой ножки,

Этот с левой ножки.

Вот какой молодец , сам надел и готов!

1. Язычок твой помолчал,

Одеваться помогал.

Пусть не так носки надел

И кофту наизнанку.

Зато оделся, как сумел

Не звал на помощь няньку.

1. Мама варежку надела,

Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал.

Вот он пальчик, я нашла!

Сон:

1 Ляг малышка на бочок,

 Под головку кулачок.

 Ветерок над головой.

 Спите глазки, спите ручки.

 Спите ножки.

 Отдохните хоть немножко.

2. Белоснежная кровать вас детишки манит спать.

 Тиши, тиши, тишина

 Тихо в комнату вошла.

 Закрывай скорей глаза

 На неё смотреть нельзя.

3. Баю, баю, баиньки

 Птички спят и заиньки.

 Ровно в девять надо спать,

 Поскорей ложись в кровать.

4.Реснички опускаются, глазки закрываются.

 Мы спокойно отдыхаем,

 Сном волшебным засыпаем.

 Дышится легко, ровно, глубоко.

 Наши ручки отдыхают,

 Ножки тоже отдыхают.

 Отдыхают, засыпают…

 Шейка не напряжена

 И расслаблена она.

 Дышится легко, ровно, глубоко.

 Напряженье улетело,

 И расслаблено всё тело.

Удачи вам и вашим малышам!!!