**ИГРЫ – ЗАСЫПАЛОЧКИ**

****

Все знают о существовании колыбельных песенок, но мало кто догадывается, что существуют детские стишки для засыпания. Это один из жанров русского народного творчества. Расскажите эти стишки своим детям, с ними они быстрее перейдут на спокойный лад и уснут.

**ЗАСЫПАЛОЧКА**

Нам **ножки** сегодня сказали:
«Мы так сегодня устали,
Мы столько сегодня прыгали,
Что больше совсем не хотим,
Чтобы нами опять дрыгали.
Мы хотим полежать, отдохнуть,
Чтоб завтра снова пуститься в путь!»

И **ручки** сказали:
«Мы тоже очень устали,
Мы одевали, кормили и мыли,
И еще рисовали,
Вы знаете, как мы устали?»

И каждый **пальчик** сказал:
«Я тоже устал!
Я тоже трудился и помогал!
И ложку держать и глаза умывать!
Дайте теперь нам поспать!»
И **ушки** вдруг зашептали:
«И мы тоже устали,
Мы целый день
Всех внимательно слушали,
Мы столько узнали…
Мы были бы рады,
Если б поспали!»

И **глазки** сказали:
«Ох, а мы как устали!
Мы так устали, что аж защипали.
Мы столько сегодня видели,
А теперь хотим мы поспать,
Давайте нас закрывать!»

И **ротик** сказал и зазевал:
«Я тоже устал,
Я жевал, я кусал и кричал.
Давайте скорей отдыхать,
Чтобы завтра опять
»Доброе утро" сказать!"

И **язычок** пролепетал:
«А сколько я рассказал,
Почмокал, почавкал и прорычал,
Я тоже очень устал!»

И только **носик** промолвил:
«А я не устал!
Вы все тихонько лежите,
Отдыхайте и спите,
А я буду вас охранять,
Спокойно дышать и дышать...»

**ВЕЧЕРНЯЯ ПЕСЕНКА**

Метёт за окошком
Вечерний снежок.
Скорей одеялом
Укройся, дружок!
Метель каруселью
Кружится,
Крылом укрывается
Птица.
Ежонок укрылся
Осенним листом.
Пушистая белочка —
Тёплым хвостом.
А мишка —
Своей косолапой,
Своею лохматою
Лапой.
Кусты и деревья
Уснули кругом,
Укрылись они
Голубым серебром.
Лишь серому волку
Не спится,
Он по лесу ходит
И злится.
А знаешь, дружок,
Почему он сердит?
Он ищет того,
Кто ещё не укрыт.
А ты одеялом укройся
И серого волка не бойся.
(В. Орлов)

**СЧИТАЛКА-ЗАСЫПАЛКА**

РАЗ – пора ложиться спать,
И игрушки убирать.
ДВА – не надо нам лениться,
Перед сном водой умыться.
ТРИ – не ныть, а раздеваться.
На ЧЕТЫРЕ – постараться
Аккуратно, не спешить!
Вещи рядышком сложить.
Ну, конечно же, на ПЯТЬ
Нужно быстро лечь в кровать.
И приятно будет очень
Всем сказать: «Спокойной ночи!»
ШЕСТЬ – на правый лечь бочок,
Не крутиться, как волчок!
СЕМЬ – закрыть покрепче глазки.
ВОСЕМЬ – ДЕВЯТЬ – слушать сказки,
Но глазами не моргать.
А на ДЕСЯТЬ – крепко спать!

**В ГАМАКЕ**
После вкусного обеда
Спит котенок-непоседа.
Спит - головку на бочок.
Он заснул, и мы молчок...
(В. Степанов)

**ЗАСЫПАЛОЧКА ДЛЯ КРОХИ**
Добра молодца
На руках ношу,
На руках ношу
Да поглядываю:
Спят ли глазоньки
Простодушные?
Спят ли рученьки
Непослушные?
Ой, спят, спят. спят.
Рас-та-я-ли...
Всё веселье на потом
Ос-та-ви-ли...

(Нина Пикулева)

 **А КУДА ПОЕДЕМ ДНЕМ, ПЕРЕД СНОМ?**
Со станции Топтушкино
До станции Кровать
Скорей добраться нужно нам!
И чу-у-уточку поспать.

На станции Вставайкино
Проснешься — выйдешь сам!
И побежишь в Играйкино,
К друзьям и чудесам!

Ну, а пока — приехали
На станцию… Кровать!
На этой самой станции
Так сладко засыпать…

(Н. Пикулева)

**ПЯТЬ КОТЯТ**

Пять котят
Спать хотят,
А шестой не спит.
Пять котят
Спать хотят,
А шестой шалит!
Хвостиком виляет,
Громко лает!
Он бы лаял до утра,
Да подумал: «Спать пора!»
Мирно хвостиком вильнул
И быстрее всех уснул
И тебе он, между прочим,
Пожелал«Спокойной ночи!»

(Н. Пикулева)

 **ЕЖАТА**
Трое маленьких ежат
На кровати в ряд лежат.
Рядом мамочка-ежиха
Говорит им тихо-тихо:
Вам давно пора уж спать,
Чтобы рано утром встать,
Посмотреть, как на поляне,
Лошадь белая в тумане,
Тихо будит облака.
Как притихшая река
Ветки ивы умывает,
Как туман под солнцем тает,
Как, рассеивая тень,
К нам приходит новый день.
А пока, ежатки, спите,
В новый день во снах летите

**ПАЛЬЧИКИ**
Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик — прыг в кровать,
Этот пальчик уж вздремнул,
Этот пальчик уж уснул.
Этот крепко, крепко спит,
И тебе он спать велит.

**ДЕДУШКА-ВРЕДУШКА**

Дедушка-Вредушка
К нам не заходи!
Дедушка-Вредушка
Дом наш обойди.
Нет у нас
Капризных деток —
Нет, нет, нет!
Видишь, спать ложимся?
Видишь — выключаем свет?!