

Стишки для засыпания

Самым маленьким идеально подойдут короткие стишки для засыпания.

1. Баю-бай, усни, Катюшка,
Моя зайка-веселушка,
Глазки зайка закрывай,
Баю-баю-баю-бай.
2. Сладко спи, ребёнок мой,
Глазки поскорей закрой.
Баю-баю, птенчик, спать!
Будет мать тебя качать, Папа сон оберегать!
3. 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?!
4. Спи, малыш мой, сладко-сладко,
Пусть приснится шоколадка
Или зайчик, или мишка,
Или весёлая мартышка.
Спи, сыночек, засыпай.
Глазки, сладкий, закрывай!
5. 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.

Стихи-загадки

Деткам постарше читайте стишки подлиннее. Кроме того, с малышами от года можно поиграть перед сном в своеобразную игру. Рассказывая потешку, не произносите некоторые фразы, а предлагайте ребёнку самому угадать их.

1. Пять щенят спать хотят,
А шестой — не спит.

Пять щенят спать хотят,
А шестой — шалит!
Хвостиком виляет,
Громко, 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»).

2. 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».

3. 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 ещё 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...».

«Убаюкивающие» потешки

Если малыш боится засыпать один, спойте ему одну из успокаивающих потешек, а также стишки, которые настроят на добрые сны.

1. Баю, баю, баю, бай,
Ты, собачка, не лай.
Белолопа не скули,
Нашу дочку не буди.
Темна ноченька, не спится,
Наша доченька боится.
2. Дальний лес стоит стеной,
А в лесу, в глуши лесной,
На суку сидит сова,
Там растёт усни-трава.
Говорят, усни-трава
Знает сонные слова.
Как шепнёт свои слова,
Сразу никнет голова.
Я сегодня у совы
 Попрошу такой травы.
Пусть тебе усни-трава
 Скажет сонные слова.

Помогут вашему крохе уснуть, а также привить культурные традиции русские народные стишки для засыпания.

3. Ай, бай, бай, бай,
Ты, собачка, не лай!
Ты, корова, не мычи!
Ты, петух, не кричи!
А наш мальчик будет спать,
Станет глазки закрывать.
4. Баю-баю-баиньки,
В огороде заиньки.
Зайки травку едят,
Малым деткам спать велят.
5. Баю-баюшки-баю,
Не ложися на краю –
Придёт серенький волчок,
Он ухватит за бочок,
Он ухватит за бочок,
И потащит во лесок,
И потащит во лесок,
Под ракитовый кусток.
Ты, волчок, к нам не ходи,
Нашу Катю не буди!
6. Вот лежат в кроватке
Розовые пятки.
Чьи это пятки –
Мяжки да сладки?
Прибегут гусьтки,
Ущипнут за пятки.
Прячь скорей, не зевай,
Одеяльцем накрывай!
7. Как у нас в берлоге
Три бочонка мёду,
Как у наших деток —
Сладенькие лапки...
Первый сон — гречишный,
А второй — цветочный,
А как выйдет месяц —
Липовый приснится.
Соням и сладёнам,

Баловням-задирам,
Медвежовым деткам —
Баюшки под ушко!