ПОТЯГУШКИ - ПОРАСТУШКИ

Ребенок просыпается, нежится в кроватке. Нужно пользоваться моментом и провести маленькое занятие «Потягушки». Это поможет установить телесный контакт с ребенком, научит малыша прислушиваться к голосу мамы, создаст благоприятную атмосферу и даст массу положительных эмоций и ребенку и маме.

Ниже- ссылка на видео в инстаграме.

<https://www.instagram.com/reel/CXXulTijQlU/?utm_medium=share_sheet>

Если видео не открывается, привожу примеры потягушек. Движения придумать можно самим, попробуйте.

|  |  |
| --- | --- |
| Потянушки-потягушки, *Говорить спокойным голосом, нараспев* Кто тут сладкий на подушке?  Кто тут нежится в кроватке*? И гладить ребенка- «потягивать»* Чьи тут розовые пятки? *Помассажировать ступни*  Это кто же тут проснулся, *Соединить ручки и ножки ребенка* Кто так маме улыбнулся? *И поворачивать его туловище влево- вправо* И кого так любит мама? Вот тут кто любимый самый!!! *Опять гладим.*  Vk.com/feed?w=wall-46991432937 <https://www.inpearls.ru/> | |
| Для девочек  Кто-кто в этом доме живет? Кто-кто вместе с солнцем встает? Это (имя вашей дочки) проснулась, Маме с папой улыбнулась И, откинув одеяло, Вдруг сама на ножки встала! Здравствуй, солнышко, Колоколнышко! | Для мальчиков  Глазки открываются, Глазки просыпаются, Потягушки – ножки, Потягушки – пяточки, Ручки и ладошки, Сладкие ребяточки! Дай-ка локоточек Мама поцелует! Славный мой сыночек! Как тебя люблю я! |