**«Справиться с детскими капризами помогут потешки!»**

  Потешка - это жанр устного народного творчества. Потешка развлекает и развивает малыша. Она учит маленького ребенка понимать человеческую речь и выполнять различные движения, которыми руководит слово. Слово в потешке неразрывно связано с жестом. Оно является главным и ведет за собой жест.

     Детям потешки доставляют огромную радость, поэтому родители могут начинать их использовать с самого раннего возраста. Веками потешки помогали родителям в самых разных моментах воспитания ребенка. Если ребенок упрямится и не хочет что-то делать, потешка очень выручает в таких случаях. Потешки помогают малышу настроиться на нужный лад и сделать в игровой форме то, что необходимо. Например, если ребенок проснулся утром не в духе или не хочет идти в детский сад, то это чудесная потешка поможет вам поднять ему настроение:

**Утром бабочка проснулась,**

**Улыбнулась, потянулась,**

**Раз - росой она умылась,**

**Два - изящно покружилась,**

**Три - нагнулась и присела,**

**На четыре - улетела.**

    Ваш маленький сынуля-грязнуля не хочет умываться, мыть руки после еды, и вам никак не удается удержать его в ванной? Потешки помогут вашим деткам полюбить мыло и расческу:

**Кран, откройся!**

**Нос, умойся!**

**Мойтесь сразу,**

**Оба глаза!**

**Мойтесь, уши,**

**Мойся, шейка!**

**Шейка, мойся**

**Хорошенько!**

**Мойся, мойся, обливайся!**

**Грязь, смывайся!**

**Грязь, смывайся!!!**

   Зарядка поможет малышу стать крепче и пластичнее. Она принесет пользу, если делать ее ежедневно и с удовольствием. Для малышей очень важен игровой момент, поэтому старайтесь весело обыгрывать любое упражнение, увлекая кроху собственным примером. Потешки помогут вам сделать занятия более интересными:

**Раз сюда, два сюда**

**(повороты туловища вправо и влево)**

**Повернись вокруг себя**

**Раз присели, два привстали**

**Сели, встали, сели, встали**

**Словно Ванькой-встанькой стали**

**А потом пустились вскачь**

**(бег по кругу)**

**Будто мой упругий мяч**

**Раз, два, раз, два**

**(упражнение на восстановление дыхания)**

**Вот и кончилась игра.**

Потешка за едой:

**- Ладушки, ладушки! Где были?**

**- У бабушки!**

**- Что ели?**

**- Кашку!**

**- Что пили?**

**- Бражку!**

**Кашка масленька,**

**Бражка сладенька,**

**Бабушка добренька.**

**Попили, поели,**

**Домой полетели,**

**На головку сели,**

**Ладушки запели!**

   Наша Маша громко плачет? И никакие уговоры не могут ее утешить? Выручат потешки-утешки. Потешка может ободрить, утешить и развеселить ребенка практически в любой ситуации:

**Ай, не плачь, не плачь, не плачь,**

**Я куплю тебе калач!**

**Если будешь плакать -**

**Куплю худой лапоть!**

    Потешки "по кочкам" и ее аналоги - едва ли не излюбленная игра малышей любого возраста. Берем ребенка на коленки и согласно сюжету качаем его, в яму - роняем. Сто раз будете повторять, сто раз будет смеяться. Очень полезными такие потешки бывают, когда нужно удержать малыша на руках. Например, чтобы надеть штанишки или в очереди к врачу. Потешки для игры на коленках развивают у детей чувство ритма, учат понимать речь и выполнять простые движения.

**Из-за леса, из-за гор**

**Едет дедушка Егор:**

**Сам на лошадке,**

**Жена на коровке,**

**Дети на телятках,**

**Внуки на козлятках.**

Чтобы ребенок не скучал во время одевания можно использовать следующую потешку:

**А сейчас пойдем гулять.**

**Будем с детишками играть.**

**Но чтобы Настенька моя**

**Не замерзла никогда.**

**Мы наденем шапочку,**

**Чтобы спрятать ушки,**

**У Насти на макушке.**

**А на шейку шарфик теплый,**

**Очень мягкий и большой.**

**Ну, теперь комбинезон**

**Настенькин любимый.**

**Станешь ты, как гномик,**

**Цветик мой, родимый!**

**Посажу тебя в коляску,**

**Расскажу интересную сказку.**

Через прикосновение, поглаживание мама дарит ребенку радость телесного общения, помогает малышу открывать собственное тело и его возможности:

**Стенка (прикасаемся пальцем к одной щечке малыша)**

**Стенка (прикасаемся пальцем ко второй щечке малыша)**

**Потолок (прикоснулись к лобику)**

**Окна (показали на глазки)**

**Двери (показали на ротик)**

**И Звонок Пи-и-ип! (нажимаем на носик)**

**Хозяин дома?**

**Гармонь готова?**

**Можно поиграть?**

И щекочете малявочку!!!

Визг и восторг! 

Что может быть лучше потешки, рассказанной любимой мамой перед сном? Выберете наиболее понравившуюся вам и вашему малышу потешку, и пусть она станет обязательной частью ежедневного ритуала отхода ребенка ко сну:

**Отзвенел звоночек.**

**Спать пора, цветочек.**

**Солнышко уснуло,**

**Тучка спать легла.**

**И волшебная синяя птица**

**Добрые сны тебе принесла.**

**Мамочка нежно обнимет тебя.**

**Засыпай моя деточка, радость моя!** 