

Анастасия Финченко

Засынай, ослик!

Сказки, которые помогают уснуть



Анастасия Финченко
Засыпай, ослик! Сказки,
которые помогают уснуть

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=49603784

ISBN 9785449801487

Аннотация

Сказки для вечернего чтения, которые помогут любому непоседе расслабиться и настроиться на крепкий сон. Из первой сказки маленькие почемучки узнают: почему маленький ослик не хотел спать, как спят слоны, дикие лошади и пингвины. И второй сказки: как ослик искал свой сон, как летучая мышь видит в темноте, кто такая ласка и какой рецепт хорошего сна помог ослику крепко заснуть.

Содержание

Вместо предисловия	5
Засыпай, ослик!	7
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Засыпай, ослик! Сказки, которые помогают уснуть

Анастасия Финченко

Художник Татьяна Куликова

© Анастасия Финченко, 2020

ISBN 978-5-4498-0148-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вместо предисловия

Путешествие в сказку

Многие мамы знают, как порой нелегко уложить ребенка спать.

Дети активничают допоздна. А потом растягивают ежевечерний ритуал отхода ко сну так долго, как только могут.

На помощь мамам придут сказки из этой книги.

Чтение на сон грядущий оказывает седативный эффект даже на самых активных малышей.

При этом можно просто прочитать сказку. А можно создать атмосферу путешествия в сказочную страну, которого ребенок будет ждать с нетерпением каждый день.

Воспользуйтесь рекомендациями, приведенными ниже, чтобы укладывание спать стало максимально простым и наполнилось волшебством.

– После ужина исключите любые занятия, которые возбуждают нервную систему. Выключите телевизор, отложите гаджеты, замените активные игры более спокойными.

Выбирайте рисование, лепку, чтение, настольные игры, конструкторы.

– В качестве фона для занятий можно тихо включить спокойную музыку, звуки природы.

– Купание или душ помогут ребенку расслабиться и настроиться на последующий сон.

– Выключите в помещении яркий свет, включите ночник.

– Уложите ребенка в постель, пусть слушает сказку лежа.

– Сядьте рядом с ребенком, обнимите его, чтобы он чувствовал тепло вашего тела.

– Читайте сказку расслабленным голосом, медленно, делая паузы.

Вы оглянуться не успеете, как ваш малыш будет сладко посапывать в своей кроватке.

Засыпай, ослик!

Сказка про ослика, которая помогает уснуть

В сказочном лесу жил со своими родителями маленький ослик. Больше всего на свете он любил нюхать красивые цветы и танцевать. А еще играть в веселые игры, как и ты.

По вечерам он наблюдал за звездами. Ослик мог бы всю ночь напролет смотреть, как темнота медленно опускается на лес. Словно накрывая теплым одеялом мир вокруг.

Как солнышко скрывается за горизонтом, окрашивая небо в непривычно яркие цвета: желтый, красный, оранжевый... И ждать, не упадет ли с неба звезда, чтобы загадать какое-нибудь заветное желание.



Художник: Татьяна Куликова

Но обычно с наступлением темноты к ослику подходила мама и напоминала:

– Малыш, тебе давно пора спать. Тебя ждет твоя кроватка.

– Но мама, я совсем не хочу спать, – отвечал маме ослик.

При этом он сладко зевал и потягивался: «Аааах...». Потому что очень уставал. Каждый день он просыпался, вдохновленный тем, как много ему предстоит увидеть и узнать. Вскакивал со своей маленькой постельки, радовался и приветствовал солнышко. Бежал к весело журчащему ручью умываться. Потом завтракал вместе с мамой и папой: ел траву, сладкие ягоды и закусывал корой деревьев. И бежал играть в салки, жмурки и прятки со своими друзьями: кабанчиком и барсуком.

Обычно к вечеру ослик был совсем без сил. Но ему казалось, что он еще мог бы поиграть в догонялки и побегать вокруг деревьев наперегонки.

– Мама, ну еще пять минут, пожалуйста, – говорил он.

При этом он широко зевал «Аааах»... А его глазки слипались.

И как только его голова касалась подушки, он засыпал, не успевая дослушать мамину колыбельную. И крепко спал до первых лучиков солнца.

Ему снилось, что он летает над лугом, словно яркая бабочка, рассматривая разноцветные цветы. Он легко отрывался от земли и парил, подставляя свою мордочку ветру.

– Как жаль, что ослики не умеют летать... Аааах.., – вздыхал, позевывая, ослик.

Вот и в этот вечер ослик сидел на полянке и смотрел на звезды, когда к нему подошла мама. Она встала рядом и прижалась к нему, согревая своим теплом.

– Дорогой, прислушайся, как тихо в лесу... Звери и птицы легли спать. Они набираются сил для завтрашнего дня. Пойдем домой! Твоя мягкая воздушная подушка уже соскучилась по тебе. А теплое одеяло хочет скорее обнять тебя и согреть.

– Мама, мне так понравился сегодняшний день! Я так не хочу, чтобы он заканчивался!

– Сынок, сегодняшний замечательный день устал и тоже хочет отдохнуть. А завтра будет новый день. Сейчас он как

раз готовится к встрече с тобой.

– Правда? И он будет рад встрече так же, как я?

– Конечно! Пошли скорее домой. Тебя ждет стакан теплого молока для крепкого сна. И мягкая уютная постель уже заждалась моего маленького ослика.

Нехотя ослик поднялся и пошел за мамой домой. Вдруг он почувствовал себя очень-очень уставшим. Ему захотелось поскорее лечь в свою теплую, мягкую кроватку, пахнущую свежей травой.

– Аааах, – зевнул ослик.

Дома ослик выпил стакан теплого молока, почистил зубы и умылся. А потом сел на коврик возле своей кроватки и стал строить башню из разноцветных кубиков. Ему казалось, что ее нужно построить непременно сегодня.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.