***10 лучших способов разбудить утром ребенка.***

Все родители знают, как порою трудно поднять утром малыша с постели. Что говорить, взрослым тоже это сделать непросто, но если мы хотя бы можем себя заставить, понимая необходимость данной жертвы, а как объяснить это ребенку, которому пока еще кажется, что все в этом мире должно быть так, как ему хочется? Мы предлагаем вам воспользоваться несколькими простыми, но очень действенными способами.

**1.** Один из самых приятных способов разбудить ребенка утром – сделать ему легкий массаж. Возьмите руки малыша в свои и слегка потрите ладошки, помассируйте пальчики. Сделайте то же самое с ножками. Легонько разомните ушки, и немного помассируйте голову. Только старайтесь, чтобы ваши прикосновения были не успокаивающими, а бодрящими. Можете даже немного пощекотать малыша.

**2.** Придумайте какую-нибудь забавную и интересную игру. Например, скажите, что ночью к нему приходила мышка и принесла гостинец, но он спрятан, и его нужно найти. Наверняка, ваш малыш сразу же вскочит с постели. Главное, не забудьте на самом деле приготовить какой-то маленький сюрприз, который он должен найти.

**3.** Если у вас есть какие-то домашние питомцы – кошка, кролик, собачка, хомяк – можно подключить их к процессу пробуждения. Вы можете начать разговаривать со зверьком, понемногу вовлекая в разговор и ребенка, предложить малышу погладить своего любимца. Сыграйте на его любопытстве, воскликнув: "Надо же, как наш хомяк вырос за ночь!" или "Посмотри, как забавно кролик грызет морковку!"

**4.** Если у вас несколько детей, вы можете придумать для них какое-то утреннее соревнование. Не обязательно поощрение должно выражаться в какой-то материальной форме. Это может быть, к примеру, разрешение пойти вечером в постель на 10 минут позже братика или сестрички.

**5.** Подберите бодрящие песенки для вашего ребенка, которые ему нравятся, и под которые он будет вставать с удовольствием.

**6.** Найдите в программе телеканалов мультфильм, который нравится вашему малышу и начинается как раз в то время, когда ему нужно вставать. Вспомните себя в детстве. Одно дело – встать с кровати просто так, и совсем другое – чтобы посмотреть что-то по телевизору.

**7.** Запишите на будильник забавное утреннее приветствие для ребенка, которое будет его веселить.

**8.** Наверняка у вашего ребенка есть любимая игрушка – например, кукла или медвежонок. Скажите, что мишке пора вставать, и чтобы его добудиться, вам никак не обойтись без своего маленького помощника.

**9.** Придумайте интересный план на день и расскажите о нем ребенку. Обратите его внимание на то, что если не встать прямо сейчас, вы можете не успеть сделать самое интересное из того, что запланировано.

**10.** И самое главное – пробуждение для вашего малыша всегда должно быть позитивным моментом! Никогда не позволяйте себе кричать на ребенка, резко его дергать, говорить грубые слова или что-то требовать. Помните, что если с детства ребенок привыкнет просыпаться с чувством радости, это очень поможет ему и во взрослой жизни.