



Эта книга принадлежит  
самому любимому малышу, которого зовут



**Кстати...** психологи утверждают, что, просто читая детям каждый день сказки, вы повышаете их IQ, пополняете словарный запас и формируете навыки чтения!

### **Вам в помощь**



подсказки психолога



вопросы для обсуждения



продолжительность чтения

★ С. МАРШАК ★ С. МИХАЛКОВ ★ К. ЧУКОВСКИЙ  
★ В. СУТЕЕВ ★ И НЕ ТОЛЬКО...



«МАСТЫШ»

УДК 821.161.1-053.2  
ББК 84(2Рос=Рус)-6  
С42

*Дизайн обложки Галины Смирновой*

*Рисунки на обложке  
А. Ипатовой, С. Бордюга и Н. Трепенюк, И. Костриной*



*Автор психологических подсказок  
и вопросов к сказкам Ирина Терентьева,  
детский психолог и сказкотерапевт,  
главный редактор  
интернет-ресурса «Детология» (detologiya.ru)*



**С42** **Сказки на ночь.** С простыми подсказками для умных родителей / автор доп. текста И. Терентьева; худ. В. Сутеев, Б. Тржецкий, И. Кострина и др. — М. : Издательство АСТ, 2018. — 174, [2] с. : ил. — (Лучшие сказки с подсказками).  
ISBN 978-5-17-107851-5.

Вечер — прекрасное время, чтобы побыть наедине с ребёнком, восполнить чтением сказок и доверительной беседой своё дневное отсутствие. Эта книга подарит вам целых 300 минут увлекательного чтения и общения! Ваши маленькие непоседы погрузятся в удивительный мир сказок из золотого фонда детской литературы, которые превратятся в цветные сны. И утром малыши будут полны сил и прекрасного настроения, необходимых для интенсивного роста и развития. Простые подсказки опытного психолога и сказкотерапевта Ирины Терентьевой помогут правильно организовать режим сна и бодрствования, быстро избавиться от ночных страхов. Ориентируйтесь на время чтения каждой сказки, чтобы идеально спланировать вечерние ритуалы.

Для дошкольного возраста.

**УДК 821.161.1-053.2**  
**ББК 84(2Рос=Рус)-6**

ISBN 978-5-17-107851-5.



© Козлов С. Г., текст, насл., 2018  
© Маршак С. Я., текст, насл., 2018  
© Михалков С. В., текст, насл., 2018  
© Науменко Г. М., пересказ, 2018  
© Орлов В. Н., текст, насл., 2018  
© Сутеев В. Г., текст и ил., насл., 2018

© Тим Собакин, текст, 2018  
© Чуковский К. И., текст, насл., 2018  
© Боголюбова О. А., ил., 2018  
© Бордюг С. И. и Трепенюк Н. А., ил., 2018  
© Ипатова А. Л., ил., 2018  
© Каюков Л. Л., ил., 2018

© Кострина И. Д., ил., 2018  
© Тржецкий Б. В., ил., насл., 2018  
© ООО «Издательство АСТ», 2018  
В книге использованы материалы, предоставленные фотобанком Shutterstock, Inc. Shutterstock.com.

## ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!



Чтение перед сном — одно из самых тёплых и уютных воспоминаний детства. Как хорошо забраться под одеяло и погрузиться в удивительный мир сказок! Рядом с мамой, папой, бабушкой или дедушкой самые страшные приключения вымышленных героев совсем не пугают, а помогают стать смелее.


Важно помнить, что книга — это прежде всего средство коммуникации. Обязательно дополните её нежными объятиями и приятной беседой. Но старайтесь не ограничивать себя жёсткими рамками, не ставьте обязательные задачи: прочитать сказку до конца, провести воспитательную беседу с ребёнком. Наслаждайтесь обществом друг друга и настраивайтесь на спокойный сон. Всё должно идти естественно. Если малышу хочется просто рассматривать картинки — не мешайте! Ведь встреча со сказкой для детей величайшая необходимость и источник радости.

Сказка может стать мостиком между вами. Погружаясь в волшебную атмосферу, ребёнок и взрослый настраиваются на одну волну, вместе сопереживают герою. И тут случается маленькое чудо: исчезает стена, разделяющая их миры. Нужно ценить эти минуты доверительного общения. Очень важно прислушиваться к малышу, ведь в этот момент он может открыть все свои тайны, рассказать, что его беспокоит. В этом и заключается **метод сказкотерапии**.

Чтение способствует эмоциональному вовлечению, проживанию и сопереживанию, поиску ответов на во-

просы, узнаванию себя в герое, накоплению нового жизненного опыта. Творческая среда, возникающая вокруг книги, стимулирует мышление и воображение малыша. Такой подход к работе с книгой называется **интерактивным чтением**.

В этом сборнике сказок вы найдёте всё необходимое для организации интерактивного чтения: **лучшие сказки** из золотого фонда детской литературы, **вопросы**  **для воспитательной беседы** с ребёнком, **замечательные иллюстрации**, хорошо знакомые вам с детства. Используйте **информацию о продолжительности чтения**  каждой сказки, чтобы идеально спланировать вечерние ритуалы.

Не случайно говорят, что доброе слово лечит. Пусть эта книга сказок **с простыми психологическими подсказками**  сделает вашего малыша здоровее и счастливее!

Читайте сказки, играйте и беседуйте, наслаждайтесь каждым мгновением, проведённым вместе!

*Ирина Терентьева, психолог, сказкотерапевт*

# ЦВЕТНЫЕ СНЫ





### Самое важное о детском сне

Треть жизни мы проводим во сне. От качества сна зависит умственная активность и в целом здоровье. Этот физиологический процесс всегда был окутан тайной. Да и в наши дни не все секреты раскрыты. Учёные до сих пор не могут объяснить, например, почему в детстве и юности мы чаще видим цветные сны. Тем не менее многие вопросы решены. Известно, что сон ребёнка, особенно грудничка, не просто количественно отличается от сна взрослого. Это структурно и качественно разные процессы. Малышу непросто даётся переход от одной фазы сна к другой, поскольку головной мозг ещё формируется. Поэтому дети часто плачут по ночам. Чтобы малыш гармонично развивался, родители должны знать:

1. Ребёнок с хроническим недосыпанием хуже учится. Мозг не успевает за ночь переработать информацию.

2. Если вовремя не отправить ребёнка в кровать, наступит пиковое возбуждение, которое обычно заканчивается истерикой. Мозг малыша — как гирлянда, которая светит, пока не выбьет пробки. Это особенно актуально до 4-летнего возраста. Позже в центральной нервной системе активно формируются процессы торможения.

3. Многие проблемы воспитания легко решаются обычной регулировкой режима сна и бодрствования. Невыспавшийся ребёнок капризен, агрессивен и тревожен.



### Требования к месту для сна

1. Приучайте спать в полной темноте. Допустимо использовать ночник во время засыпания.

2. У всех должно быть своё постоянное место для сна. Даже если малыш ещё спит с родителями, выделите ему личную подушку и одеяльце.

3. Постельное бельё, пижаму, обои и занавески в спальне подбирайте спокойных пастельных тонов.

4. Не стоит загромождать кроватку кучей игрушек, навесом и прочим. Всё это накапливает пыль. Лучше спится на свежем воздухе!



Тим Собакин  
**МЫШИНЫЙ ПОСЁЛОК**

На небо вскарабкался лунный осколок.  
В подвале проснулся Мышиный посёлок.



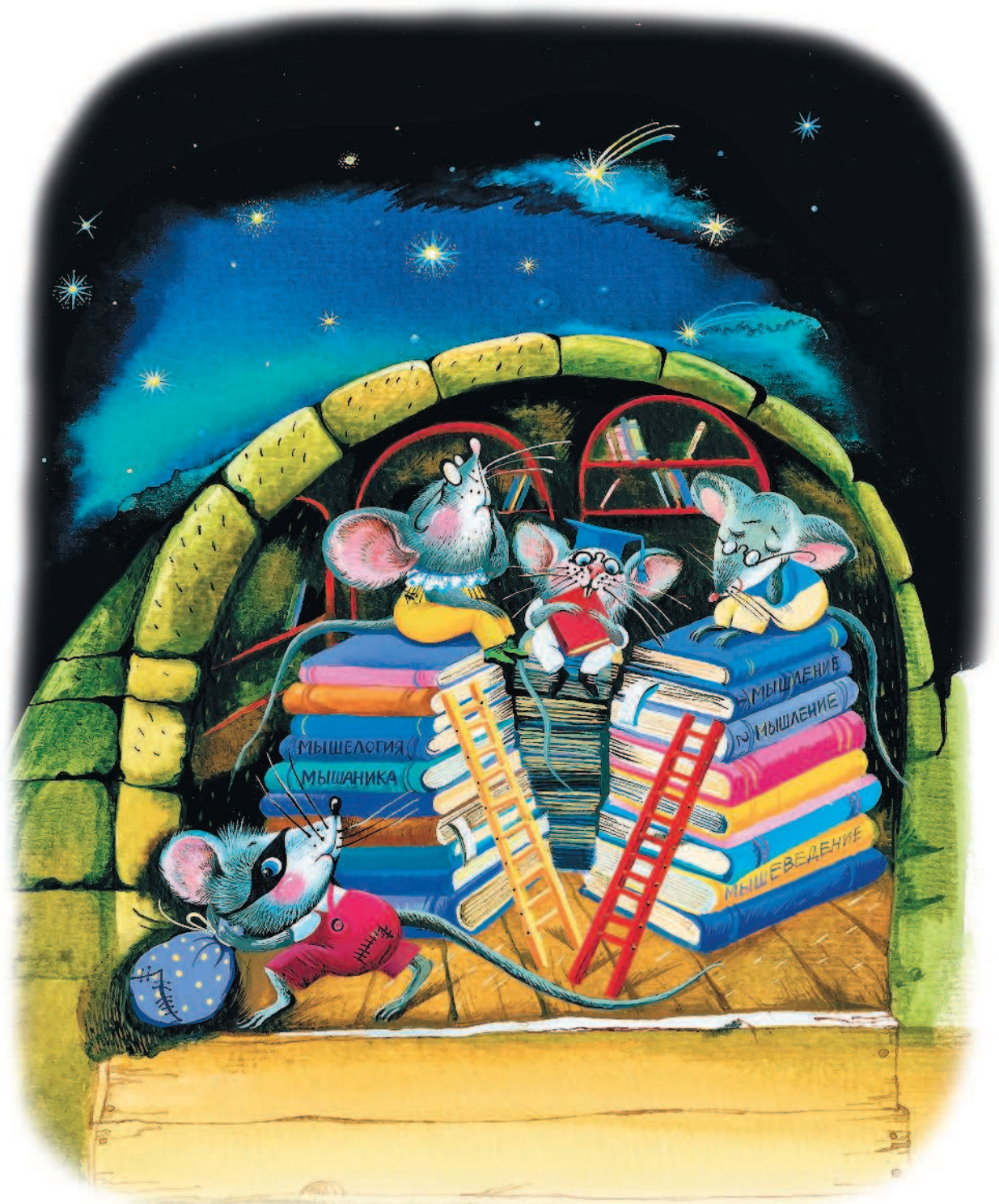
Внутри паровоза послышался свист:  
Катает мышей удалой мышинист.



На площади — шум и мышей мышанина.  
Повсюду спешат за мышиною мышина.



Внизу под мышами шуршит мышура.  
Вверху над мышами жужжит мышкара.



Учёные мышки полны размышлений.  
Мышок мышинально ворует мышенник.



Мышата смыслёные, спрятавшись в тень,  
Всю ночь из мышкета стреляют в мышень.

Но утром опустится лунный осколок.  
Уснёт на рассвете Мышиный посёлок.

И мама шепнёт мне: «Тимоша, вставай!»  
А я ей отвечу: «Я сплю... не мышай...»

