**Картотека потешек для детей младшего дошкольного возраста**

Потешки -это небольшие стихотворения-приговорки, которыми сопровождают любые занятия с ребенком или действия самого ребенка - потягивание со сна, одевание и т. д. Потешки рассчитаны на активность самого ребенка, когда он выполняет самостоятельно игровые движения и соотносит их с содержанием песенки-потешки. Потешки и пестушки позволяют развлечь ребенка или отвлечь его, если ему не нравится, то или иное обязательное действие, например, умывание или еда. Они помогают приучить ребенка к обязательным элементам режима и гигиены в игровой форме.

**Потешки для кормления и умывания**

1. «Зайка начал умываться

Видно в гости он собрался.

Вымыл ротик

Вымыл носик

Вымыл ухо

Вот и сухо.»

\*\*\*

2. «Водичка, водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазки глядели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!»

\*\*\*

3. «Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу,

Оба глаза!

Мойтесь, уши,

Мойся, шейка!

Шейка, мойся

Хорошенько!

Мойся, мойся,

Обливайся!

Грязь, смывайся!

Грязь, смывайся!»

\*\*\*

4. «Водичка серебристая,

Ты как сюда попала?»

«Через луга росистые

Я в детский сад бежала»

«Водичка серебристая,

Зачем ты к нам бежала?»

«Чтоб все вы были чистыми,

Чтоб все вокруг сверкало»

\*\*\*

5. «Закатаем рукава,

Открываем кран - вода.

Моем глазки, моем щечки,

Моем уши и ладошки!

Посмотрите, крошки,

На свои ладошки.

Ах, какие ладошки!

Чистые ладошки!»

\*\*\*

6. «В ручейке вода струится

В речке плещется вода.

Мы под краном будем мыться,

Без воды мы никуда.

Моем руки, моем лица

Мылом, щеткой и водой.

Если ты не любишь мыться,

Эту песенку не пой.»

\*\*\*

7. «Чистая водичка

Умоет Саше личико,

Анечке - ладошки,

А пальчики - Антошке.»

\*\*\*

8. «Не умыться, не напиться без воды,

Листику не распуститься без воды,

И потому всегда

Всем, везде нужна вода.»

\*\*\*

9. «Знаем, знаем, да-да-да,

Где тут плещется вода.

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошки,

По-нем-нож-ку,

Нет, не понемножку - посмелей,

Будем умываться веселей.»

\*\*\*

10. «Из колодца принесла

Курица водицы.

И цыплята всей гурьбой

Побежали мыться.»

\*\*\*

11. «Кран, откройся,

Нос, умойся!

Мойтесь сразу оба глаза!

Мойтесь уши, мойся шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся,

Грязь, смывайся! Грязь, смывайся!»

\*\*\*

12. Лейся, чистая водичка,

Ты умой мне чисто личико,

Шейку, ручки умывай,

Ничего не забывай!

Мылом, мылом чисто мойся,

Ни о чем не беспокойся.

Мыло не кусается, просто умывается.»

\*\*\*

13. «Кто не моет руки с мылом

От среды и до среды.

На мохнатом полотенце

Отпечатаны следы.»

\*\*\*

14. «Нам водичка - добрый друг,

Скажут люди все вокруг.

Мы на руки все польем,

А потом играть пойдем.

Говорим тебе - спасибо,

Ты даешь ребятам силу.»

\*\*\*

15. «Дорогие мои дети!

Я прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Все равно, какой водою:

Кипяченой, ключевой.

Из реки иль из колодца,

Или просто дождевой.

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем,

Перед каждою едой,

После сна и перед сном.»

\*\*\*

16. «Каждый день я мою мыло

Под горячею водой.

Мойся, мыло, не ленись,

Не выскальзывай, не злись.

Вот оно и не упало,

Мы не моем его сначала.

Ах, опять оно упало,

Будем мыть его сначала.

Умываемся мы быстро,

Вытираемся мы чисто,

Так опрятны, аккуратны,

Всем смотреть на нас приятно.»

**Потешки при кормлении**

\*\*\*

1. «А у нас есть ложки

Волшебные немножко.

Вот — тарелка, вот — еда.

Не осталось и следа.»

\*\*\*

2. «На моей тарелочке

Рыженькая белочка,

Чтоб она была видна,

Все съедаю я до дна.

Пей, дружок, томатный сок,

Будешь строен и высок.»

\*\*\*

3. «Глубоко и мелко,

Корабли в тарелке,

Вот кораблик плывет,

Заплывает прямо в рот.»

\*\*\*

4. «Тень-тень - потетень,

В огороде-то плетень.

В избе печка топится,

Бабушка торопится:

Она репу печет,

По тарелочкам кладет».

\*\*\*

5. «Утром завтрак у людей!

И у птиц, и у зверей.

Молоко из кринки пьют

Ваня и Егорка.

Зайцы овощи грызут,

А мышата - корку.»

\*\*\*

6. «У котика в чашке

Было много кашки.

Две тетери прилетели.

Две тетери кашку съели.

И кричат они котенку:

«Ротозей, ты, ротозей!

Если дали тебе кашку

Надо есть ее скорей!»

\*\*\*

7. «Идет коза рогатая

За малыми ребятами

Кто соску сосет,

Молочка кто не пьет,

Иого-бу - забоду,

На рога посажу.»

\*\*\*

8. «Жили-были сто ребят,

Все ходили в детский сад.

Все садились за обед,

Все съедали сто котлет.

Все потом ложились спать.

Начинай считать опять.»

\*\*\*

*Обед*

9. «Бери ложку, бери хлеб,

И скорее за обед.»

\*\*\*

10. «Посадим на ложку

Капустку, картошку — и спрячем!

Попробуй найди!

Не видно на ложке

Капустки, картошки.

И нет на тарелке — гляди!»

\*\*\*

11. «Час обеда подошел,

Сели деточки за стол.»

\*\*\*

*Полдник*

12. «Вот и полдник подошел,

Сели дети все за стол.

Чтобы не было беды,

Вспомним правила еды:

Наши ноги не стучат,

Наши язычки молчат.

За обедом не сори,

Насорил — так убери.»

\*\*\*

13. «Сначала он в поле большом

колосится,

Потом в амбаре крестьянском

хранится.

Затем он в пекарне печется

И мягким, душистым на стол

подается.»

**Потешки во время одевания и раздевания**

1. «Большие ноги шли по дороге:

Топ, топ, топ, топ, топ, топ.

Маленькие ножки

Бежали по дорожке:

Топ, топ, топ, топ, топ,

Топ, топ, топ, топ, топ.

Топ-топ по земле,

Ведь земля-то наша.

И для нас на ней растут

Пироги да каша!»

\*\*\*

2. «Раз, два, три, четыре, пять —

Собираемся гулять.

Завязала Катеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.»

\*\*\*

3. Вот они, сапожки:

Этот - с левой ножки,

Этот - с правой ножки.

Если дождичек пойдет,

Наденем сапожки:

Этот - с правой ножки,

Этот - с левой ножки.

Вот так хорошо!»

\*\*\*

4. «Валенки, валенки,

Невелички, маленьки,

Опушка бобровая,

Маша чернобровая.»

\*\*\*

5. «Завяжи потуже шарф,

Буду делать снежный шар.

Я шар покачу,

Гулять хочу.»

\*\*\*

6. «Тушки-тутушки,

Где твои ушки?

Ушки в шапке,

Не достанут лапки.»

\*\*\*

7. «Маша варежку надела:

-Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал.

Маша варежку сняла:

-Поглядите, я нашла!

Ищешь, ищешь – и найдешь.

Здравствуй, пальчик!

- Как живешь?»

\*\*\*

8. «Раз, два, три, четыре, пять —

Собираемся гулять.

Завязала Машеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.»

\*\*\*

9. «У нас в переулке сапожник живет,

Детишкам ботинки он чинит и шьет.

Тук-тук и тук-тук, тук-тук и тук (произнося эти слова, постукивайте по ботинку ребенка)

С утра и до ночи он чинит ботинки,

Чтоб были как новые после починки.

Тук-тук и тук-тук, тук-тук и тук-тук (снова постучите по ботинку)»

\*\*\*

10. «Мы пойдем сейчас гулять,

Но не будем замерзать.

Чтобы нам теплее стало,

Завернемся в одеяло!

Ленточка яркая!

Одеяло жаркое!

Только глазоньки да нос!

На прогулку! На мороз!»

**ПОТЕШКИ «НА СОН, ГРЯДУЩИЙ»**

1. «Спи, усни, детка Андрюшенька.

Все ласточки спят,

Все касаточки спят,

Нашему Андрюшеньке

Спать велят.»

\*\*\*

2. «Мариночка сладенькая,

Спи, дочка маленькая.

Баю, баю, байки,

Прилетели чайки,

Стали крыльями махать,

Наших деток усыплять.»

\*\*\*

3. «Вот и люди спят,

Вот и звери спят.

Птицы спят на веточках,

Лисы спят на горочках,

Зайцы спят на травушке,

Утки - на муравушке,

Детки все по люлечкам.

Спят-поспят, всему миру спать велят.»

\*\*\*

4. «Баю, баю, баюшок,

В огороде петушок.

Песни громко поет,

Ване спать не дает

А ты, Ванечка, усни,

Крепкий сон к тебе приди.

Тебе спать - не гулять,

Только глазки закрывать.»

\*\*\*

5. «Бай, бай, бай, бай,

Ты, собаченька, не лай

И в гудочек не гуди –

Наших деток не буди.

Наши детки будут спать

Да большими вырастать.

Они поспят подольше,

Вырастут побольше.»

\*\*\*

6. «Тишина у пруда,

Не качается вода.

Не шумят камыши,

Засыпают малыши»

\*\*\*

7. «Ай, качи, качи, качи,

Улетели в лес грачи.

Не летают гули –

Все давно уснули.

Не скребутся паучки –

Влезли в норки у печи.

Только наша Оленька

Спать ложится поздненько.

Ходит сон по хате

В сереньком халате,

А Сониха под окном –

В сарафане голубом.

Ходят вместе они,

А ты, доченька, усни.

Баю, баю, баюшок,

Кладу Машу на пушок –

На пуховую кровать,

Будет Маша крепко спать.»

\*\*\*

8. «Ходит сон по лавочке

В красненькой рубашечке,

А Сониха - по другой-

Сарафанец голубой.

Они вместе идут,

Дрему Катеньке несут.»

\*\*\*

9. «Байки-побайки,

Прискакали зайки,

Стали люльку качать,

Сладку дрему навевать.

Стали в дудки играть,

Начал Миша засыпать»

\*\*\*

10. «Ходит Сон

Близ Окон.

Бродит Дрема

Возле Дома.

И глядят:

Все ли спят.»

\*\*\*

11. «Как у нашей бабушки семеро внучат.

Семеро-семеро с вечера не спят.

К каждому-то бабушка

С вечера приди.

К каждому-то бабушка

Песню заведи:

Про утенка, про котенка,

Про лисенка, про гусенка,

Баку про лебедушку,

Баку про зайчат.

Баюкает бабушка семерых внучат.»

\*\*\*

12. «Спи-ка, Маша – солнышко,

Спи-ка, житно зернышко,

Спи, моя родная,

Рыбка золотая».

\*\*\*

13. «Баю, баю, спать пора.

Гости едут со двора,

Со двора едут домой

На лошадке вороной.»

\*\*\*

14. «Баю-баю, баю-бай.

Поскорее засыпай.

Баю-баю, спи-усни,

Угомон тебя возьми».

\*\*\*

15. «Лю-ли, лю-ли, люленьки,

Прилетели гуленьки.

Они сели ворковать,

Куда деточку девать.»

\*\*\*

16. «Баю-баю-баиньки,

Купим детке валенки.

Наденем на ножки,

Пустим по дорожке.

Будет детонька ходить,

Будет валенки носить.»

\*\*\*

17. «Ах, ты котик серенький,

Хвостик у тебя беленький,

Брысь, котик, не ходи!

Мою детку не буди.»

\*\*\*

18. «Ходит сон по горе.

Носит дрему в рукаве,

Всем детишкам продает, нашей Тане так дает»

\*\*\*

19. «Люли, люли, баиньки,

В огороде заиньки.

Зайки травку едят,

Насте спать велят.»

\*\*\*

20. «Люли, люли, люли, бай

Поскорее засыпай.

Уж я по воду пойду, Заек чаем напою.»

\*\*\*

21. «Ходит сон у окон,

Ходит к Дреме на поклон.

Ты входи-ка, Дрема, в дом,

Напусти нам угомон».

\*\*\*

22. «Байки-побайки, прискакали зайки,

Стали люльку качать,

Сладку дрему навевать,

Стали в дудку играть,

Начал Миша засыпать.»

\*\*\*

23. «Бай-бай, бай-бай,

Ты, собаченька, не лай,

Петушок, не кричи

И Ванюшу не буди.

Мой Ванюша будет спать,

Да большой вырастать.»

\*\*\*

24. «Ой люленьки, люленьки,

К нам летели гуленьки.

К нам они летели,

Мы на них глядели.

Летели, летели,

На березку сели.

А березка скрип, скрип,

А мой Вася спит, спит.»

\*\*\*

25. «Тишина у пруда,

Не качается вода.

Не шумят камыши,

Засыпают малыши.»

\*\*\*

26. «Потягушечки, потягушечки

Поперек толстушечки,

А в ручки хватушечки,

А в ножки ходушечки,

А в роток говорок,

А в головку разумок.

Спят медведи и слоны,

Заяц спит и ежик.

Все давно уж спать должны,

Наши дети тоже.»

\*\*\*

27. «Баю, баю, байки,

Прилетели чайки,

Стали крыльями махать,

Наших деток усыплять.»

**ПОТЕШКИ ПОСЛЕ СНА**

1. «На кота потягушки,

На дитя порастушки,

А в ручки хватушки,

А в ножки ходушки,

А в роток говорунок,

А в голову разу мок!»

\*\*\*

2. «Вот проснулся петушок,

Встала курочка.

Подымайся, мой дружок,

Встань, мой Юрочка.»

\*\*\*

3. «Ночь прошла,

Темноту увела,

Замолчал сверчок,

Запел петушок.

Встала маменька,

Открыла ставенку.

«Здравствуй, солнышко-колоколнышко!»»

\*\*\*

4. «Мы спокойно отдыхали,

сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!»

\*\*\*

5. «Ребятки, просыпайтесь!

Глазки открывайтесь!

Ножки потянитесь, ручки поднимитесь.

Мы сначала пойдем очень мелким шажком.

А потом пошире шаг, вот так, вот так.

На носочки становитесь,

вверх руками потянитесь.

Выше ноги поднимай и как цапелька шагай.

"Самолетики" на аэродроме сидели, а потом они полнетели.

Долго-долго по небу летали, затем приземлились, устали.

Мячик прыгал высоко-высоко.

Покатился далеко-далеко.

Он юлою закружился, вот уже остановился.

Наконец-то мы проснулись, и к делам своим вернулись.»

\*\*\*

6. «Просыпайтесь, потянитесь, на бочок перевернитесь.

Слегка приподнимитесь, а потом - садитесь.

А теперь вставайте, движенье друг за другом начинайте.

По кругу мы шагаем и руки поднимаем.

Затем трусцой передвиженье, и дальше- легкое круженье.»

\*\*\*

7. «Потягуни — потягушечки

(Тянемся пальчиками вверх как можно выше)

Потягуни — потягушечки,

От носочков до макушечки,

Мы потянемся-потянемся,

Маленькими не останемся.

Вот уже растем, растем! Растем.»

**Потешки при причесывании**

1. «Уж я косу заплету,

Уж я русу заплету,

Я плету, плету, плету,

Приговариваю:

«Ты расти, расти, коса —

Всему городу краса».»

\*\*\*

2. «Расти, коса, до пояса,

Не вырони ни волоса

Расти, косонька, до пят –

Все волосоньки в ряд.

Расти, коса, не путайся,

-Маму, дочка, слушайся.»

\*\*\*

3. «Чешу, чешу волосоньки,

Расчесываю косоньки!

Что мы делаем расческой?

Тане делаем прическу.»

\*\*\*

4. «Хоть с тобой я ссорюсь часто,

Гребешок зубастый,

Здравствуй!

Без тебя нельзя сестричке

Заплести свои косички.

Без тебя пришлось бы брагу

Целый день ходить лохматым»

**Потешки с движениями**

Мышки

1. «Вышли мышки как-то раз (шагают)

Посмотреть, который час. (ладонь ко лбу, поворачиваются в стороны)

Раз, два, три, четыре (хлопают)

Мышки дернули за гири.

(движения руками сверху вниз)

Вдруг раздался громкий звон (закрывают руками уши)

Побежали мышки вон» (бегут)

\*\*\*

Зайка серенький сидит

2. «Зайка серенький сидит (Сидят, как зайчики)

И ушами шевелит. (делают ручками ушки на голове и ими шевелит)

Вот так, вот так

И ушами шевелит. (2 строки 2 раза)

Зайке холодно сидеть

Надо лапочки погреть. (хлопают в ладоши)

Вот так, вот так

Надо лапочки погреть. (2 строки 2 раза)

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать. (прыгают, как зайки)

Вот так, вот так

Надо зайке поскакать. (2 раза)

Волк зайчишку испугал.

Зайка прыг и убежал.»

\*\*\*

3. «Та-ра-ра ли, та-ра-ра,

Ушли кони со двора. (Дети идут, высоко поднимая ноги)

А ребятки их поймали,

На колхозный двор загнали». (двигаются прямым галопом)

\*\*\*

4. «Еду, еду к бабе, деду (выполняют прямой галоп)

На лошадке в красной шапке

По ровной дорожке

На одной ножке (меняют ногу)

В старом лопаточке

По рытвинам, по кочкам.

Все прямо и прямо,

А потом вдруг в ямку - бух!» (приседают)

Мишка косолапый

5. «Мишка косолапый

По лесу идет, (Бодро шагают)

Шишки собирает,

Песенки поет. (Приседают – собираем шишки)

Шишка отскочила

Прямо мишке в лоб. (Держатся ручками за лоб)

Мишка рассердился

И ногою – топ!» (Топают ногой)

\*\*\*

Идет коза рогатая

6. «Идет коза рогатая (Приставляют к голове «рожки»)

За малыми ребятами.

Ножками – топ-топ! (Топаем ножками)

Глазками – хлоп-хлоп! (Зажмуриваемся и открываем глазки)

– Кто кашку не ест?

Кто молочка не пьет? (Грозим пальчиком)

Забодаю, забодаю!» (Бодаемся)