**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.»

 \*\*\*

1. «На моей тарелочке

Рыженькая белочка,

Чтоб она была видна,

Все съедаю я до дна.

Пей, дружок, томатный сок,

Будешь строен и высок.»

 \*\*\*

1. «Глубоко и мелко,

Корабли в тарелке,

Вот кораблик плывет,

Заплывает прямо в рот.»

 \*\*\*

1. «Тень-тень - потетень,

В огороде-то плетень.

В избе печка топится,

Бабушка торопится:

Она репу печет,

По тарелочкам кладет».

\*\*\*

1. «Утром завтрак у людей!

И у птиц, и у зверей.

Молоко из кринки пьют

Ваня и Егорка.

Зайцы овощи грызут,

А мышата - корку.»

 \*\*\*

1. «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!»

 \*\*\*

1. «Идет коза рогатая

За малыми ребятами

Кто соску сосет,

Молочка кто не пьет,

Иого-бу - забоду,

На рога посажу.»

 \*\*\*

1. «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*

1. «Бери ложку, бери хлеб,

И скорее за обед.»

 \*\*\*

1. «Посадим на ложку

Капустку, картошку — и спрячем!

Попробуй найди!

Не видно на ложке

Капустки, картошки.

И нет на тарелке — гляди!»

 \*\*\*

1. «Час обеда подошел,

 Сели деточки за стол.»

 \*\*\*

*Полдник*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «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!»

 \*\*\*

1. «Раз, два, три, четыре, пять —

Собираемся гулять.

Завязала Катеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.»

 \*\*\*

1. 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!»

 \*\*\*

1. «Валенки, валенки,

Невелички, маленьки,

Опушка бобровая,

Маша чернобровая.»

 \*\*\*

1. «Завяжи потуже шарф,

Буду делать снежный шар.

Я шар покачу,

Гулять хочу.»

\*\*\*

1. «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?»

 \*\*\*

1. «Раз, два, три, четыре, пять —

Собираемся гулять.

Завязала Машеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.»

 \*\*\*

1. «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)*»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «Мариночка сладенькая,

Спи, дочка маленькая.

Баю, баю, байки,

Прилетели чайки,

Стали крыльями махать,

Наших деток усыплять.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «Тишина у пруда,

Не качается вода.

Не шумят камыши,

Засыпают малыши»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «Ходит сон по лавочке

В красненькой рубашечке,

А Сониха - по другой-

Сарафанец голубой.

Они вместе идут,

Дрему Катеньке несут.»

 \*\*\*

1. «Байки-побайки,

Прискакали зайки,

Стали люльку качать,

Сладку дрему навевать.

Стали в дудки играть,

Начал Миша засыпать»

 \*\*\*

1. «Ходит Сон

Близ Окон.

Бродит Дрема

Возле Дома.

И глядят:

Все ли спят.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «Спи-ка, Маша – солнышко,

Спи-ка, житно зернышко,

Спи, моя родная,

Рыбка золотая».

 \*\*\*

1. «Баю, баю, спать пора.

Гости едут со двора,

Со двора едут домой

На лошадке вороной.»

 \*\*\*

1. «Баю-баю, баю-бай.

Поскорее засыпай.

Баю-баю, спи-усни,

Угомон тебя возьми».

 \*\*\*

1. «Лю-ли, лю-ли, люленьки,

Прилетели гуленьки.

Они сели ворковать,

Куда деточку девать.»

 \*\*\*

1. «Баю-баю-баиньки,

Купим детке валенки.

Наденем на ножки,

Пустим по дорожке.

Будет детонька ходить,

Будет валенки носить.»

\*\*\*

1. «Ах, ты котик серенький,

Хвостик у тебя беленький,

Брысь, котик, не ходи!

Мою детку не буди.»

 \*\*\*

1. «Ходит сон по горе.

Носит дрему в рукаве,

Всем детишкам продает, нашей Тане так дает»

 .\*\*\*

1. «Люли, люли, баиньки,

В огороде заиньки.

Зайки травку едят,

Насте спать велят.»

 \*\*\*

1. «Люли, люли, люли, бай

Поскорее засыпай.

Уж я по воду пойду, Заек чаем напою.»

 \*\*\*

1. «Ходит сон у окон,

Ходит к Дреме на поклон.

Ты входи-ка, Дрема, в дом,

Напусти нам угомон».

 \*\*\*

1. «Байки-побайки, прискакали зайки,

Стали люльку качать,

Сладку дрему навевать,

Стали в дудку играть,

Начал Миша засыпать.»

 \*\*\*

1. «Бай-бай, бай-бай,

Ты, собаченька, не лай,

Петушок, не кричи

И Ванюшу не буди.

Мой Ванюша будет спать,

Да большой вырастать.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «Тишина у пруда,

Не качается вода.

Не шумят камыши,

Засыпают малыши.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «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!»

 \*\*\*

1. «Вот проснулся петушок,

Встала курочка.

Подымайся, мой дружок,

Встань, мой Юрочка.»

 \*\*\*

1. «Ночь прошла,

Темноту увела,

Замолчал сверчок,

Запел петушок.

Встала маменька,

Открыла ставенку.

«Здравствуй, солнышко-колоколнышко!»»

 \*\*\*

1. «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!»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «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.»

 \*\*\*

1. «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».»

 \*\*\*

1. «Расти, коса, до пояса,

Не вырони ни волоса

Расти, косонька, до пят –

Все волосоньки в ряд.

Расти, коса, не путайся,

-Маму, дочка, слушайся.»

 \*\*\*

1. «Чешу, чешу волосоньки,

Расчесываю косоньки!

Что мы делаем расческой?

Тане делаем прическу.»

 \*\*\*

1. «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

1. «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.»

\*\*\*

1. «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)*

\*\*\*

1. «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

1. «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

1. «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)*

\*\*\*

Две веселые овечки

1. «Две веселые овечки

Разрезвились возле речки.

Прыг-скок, прыг-скок! *(Весело прыгаем)*

Скачут белые овечки

Рано утром возле речки.

Прыг-скок, прыг-скок!

Вверх до неба, вниз до травки.

Вверх до неба, вниз до травки. *(Встаем на ножки, тянемся вверх. Приседаем, руки опускаем вниз)*

А потом кружились *(Кружимся)*

И в речку свалились.» *(Падаем)*

\*\*\*