Картотека потешек для детей дошкольного возраста

Потешки для умывания	
Зайка начал умываться. Зайка начал умываться Видно в гости он собрался Вымыл ротик Вымыл носик Вымыл ухо Вот и сухо.	***Водичка, водичка.*** Водичка, водичка, Умой моё личико, Чтобы глазоньки блестели, Чтобы щечки краснели, Чтоб смеялся роток, Чтоб кусался зубок.
Водичка – водичка. Водичка – водичка, Умой Настино личико, Настя кушала кашку, Испачкала мордашку. Чтобы девочка была Самой чистенькой всегда, Помоги, водичка, Умыть Настино личико.	***Водичка – водичка.*** Водичка – водичка, Умой Настино личико, Настя кушала кашку, Испачкала мордашку. Чтобы девочка была Самой чистенькой всегда, Помоги, водичка, Умыть Настино личико.
Мыло. Мыло душистое, белое, мылкое, Мыло глядит на грязнулю с ухмылкою: Если б грязнуля вспомнилпро мыло – Мыло его, наконец бы отмыло.	Ах, вода, вода, вода! Будем чистыми всегда! Брызги – вправо, брызги – влево! Мокрым стало наше тело! Полотенчиком пушистым Вытрем ручки очень быстро!
Знаем, знаем да – да – да Где ты прячешься, вода! Выходи, водица, Мы пришли умыться! Лейся на ладошку, Лейся понемножку. Лейся, лейся, лейся Лейся, посмелей, Катя умывайся веселей.	Я сегодня утром рано Умывался из – под крана. Я и сам теперь умею Вымыть личико и шею. Моем руки дружно, Нам обедать нужно. Ай, лады, лады, лады, Не боимся мы воды, Чисто умываемся, Маше улыбаемся.

Потешки для приема пищи

Разложили кашку.

Разложили кашку
Каждому в чашку.
Маленькому Яшке
Не хватило кашки.
Дайте Яшке кашки
Из маминой чашки!

Эй вечерняя звезда!

Эй, вечерняя звезда!
Поскорей лети сюда
И за стол со мной садись,
Кашей нашей угостись.
Кашкой толокняной,
Из чашки деревянной!

Люли, люли, люленьки.

Люли, люли, люленьки,
Прилетели гуленьки,
Стали гули говорить:
«Чем нам Машеньку кормить?»
Один скажет: «кашкою»,
Другой – «Простоквашкою»,
Третий скажет – «молочком,
И румяным пирожком».

Ванечка Ванюша.

Ванечка, Ванюша,
Кашу всю ты скушай.
Стукни ложкой,
Топни ножкой.
Хлопни ты в ладошки,
И погладь ты кошку.

Варись – варись кашка.

Варись – варись кашка
В голубенькой чашке
Варись поскорее
Булькай веселее
Варись, кашка, сладка
Из густого молока
Да из манной крупки.
У того, кто кашу ест
Вырастут все зубки!

Ай, качи, качи, качи.

Ай, качи, качи, качи
Глянь, баранки, калачи.
Глянь, баранки, калачи,
С пылу, с жару из печи.
С пылу, с жару из печи.
Все румяны, горячи.
Налетели тут грачи,
Подхватили калачи.
Нам оставили бараночки.

Лепим, лепим, пирожки,
Замесили из муки,
Сели мы на лавочку,
Угостили бабушку,
Побежали в огород,
Там собрался весь народ,
Вот котенку пирожок,
Вот утенку пирожок,
И Сережке на зубок.
Час обеда подошел,
Сели деточки за стол.
Бери ложку, бери хлеб,
И скорее за обед.
С аппетитом мы едим,

Ладушки, ладушки!

Ладушки, ладушки,
Испечём оладушки.
На окно поставим,
Остывать заставим.
Немного погодим,
Всем оладушек дадим.

Ладушки, ладушки.

Ладушки, ладушки!
Пекла бабка оладушки.
Маслом поливала,
Детушкам давала.
Даше - два, Паше – два,
Ване – два, Тане – два.
Хороши оладушки,

Большими вырасти хотим.	У нашей бабушки.
Потешки для расчесывания	
Расти, коса, до пояса. Расти, коса, до пояса, Не вырони ни волоса. Расти, косонька, до пят – Все волосоньки в ряд. Расти, коса, не путайся – Маму, дочка, слушайся.	***Что мы делаем расческой.*** Что мы делаем расческой? Тане делаем прическу. Что мы делаем расческой? Вите делаем прическу. Витя в зеркало глядит: Нет вихров – приятный вид.
Хоть с тобой я ссорюсь часто, Гребешок зубастый, Здравствуй! Без тебя нельзя сестричке Заплести свои косички. Без тебя пришлось бы брату Целый день ходить лохматым. Уж я косу заплету, Уж я руссу заплету, Я плету, плету, плету, Приговариваю: Ты расти, расти коса, Всему городу краса.	
Потешки для сна	
Заря – зарница. Заря – зарница, Солнцева сестрица, День замыкает, Месяц зажигает. И лес – то спит, Ходит сон У окон, Оле спать велит. Пошел котик во лесок, Нашел котик поясок. Нарядился, воротился Стал он люлечку качать: Баю – бай, баю – бай, Ляг, Галинка, скоренько, Встань, Галинка с зоренькой.	Ночь пришла, темноту привела. Задремал петушок, Запел сверчок. Уже поздно, сынок, Ложись на бочок, Баю – бай, засыпай. Ой, люли - люли – люли! Прилетели журавли, Журавли – то мохноноги Не нашли пути – дороги. Они сели на ворота, А ворота скрип, скрип. Не будите у нас Ваня, У нас Ваня спит, спит.

Потешки для пробуждения

Малыши – крепыши. Малыши – крепыши Вышли на площадку, Малыши – крепыши Делают зарядку! Раз – два Три – четыре Руки выше, Ноги шире. ***Петушок – петушок.*** Петушок – петушок Золотой гребешок, Маслена головушка Шелкова бородушка Что ты рано встаешь Голосисто поешь, Диме спать не даешь?	***Потягушки – потягушечки.*** (*Тянемся пальчиками вверх как можно выше).* Потягушки – потягушечки, От носочков до макушечки, Мы потянемся – потянемся, Маленькими не останемся. Вот уже растем, Растем, растем. Потягуни – потягушечки, От носочков до макушечки, Мы потянемся – потянемся, Маленькими не останемся. Вот уже растем, Растем, растем! Расти, Маша, выше, До хором, до крыши. Расти, не балуй, Маму с папой жалуй. Расти с брус толщины Да с дом вышины.
С добрым утром, глазки! Вы проснулись? Да! С добрым утром, ушки! Вы проснулись? Да! С добрым утром, ручки! Вы проснулись? Да! С добрым утром, ножки! Вы проснулись? Да! С добрым утром, солнце! Мы – проснулись!	***Солнышко – колоколнышко.*** Солнышко – колоколнышко, Ты пораньше взойди, Нас пораньше разбуди. Нам в поле бежать, Нам весну встречать.