**Кушаем с потешкой**

Супик жиденький,   
Но питательный!   
Будешь худенький,   
Но пузатенький!

Это - ложка,  
Это - чашка.  
В чашке - гречневая кашка.  
Ложка в чашке побывала -  
Кашки гречневой не стало!

Ой, люли, люли, люли,  
В море плыли корабли,  
Насте кашку привезли.  
Кашенька молочненька  
Для любимой доченьки.  
Настя, ротик открывай,  
Кашку сладкую глотай.  
А кто кашку кушает,  
Маму с папой слушает,  
Вырастает сильным,  
Здоровым и красивым.

Глубоко - не мелко!  
Корабли в тарелках:  
Луку головка,  
Красная марковка,  
Петрушка, картошка  
И крупки немножко.  
Вот кораблик плывет,  
Заплывает прямо в рот!

Утка утенка,   
Кошка котенка,   
Мышка мышонка   
Зовет на обед.   
Утки поели,   
Кошки поели,   
Мышки поели.   
А ты еще нет?   
Где твоя ложечка?   
Скушай, хоть немножечко!

Ай тата, тата, тата!   
Пожалуйте решета:   
Мучки просеять,   
Пирожки затеять.   
А для нашей лапушки   
Затеем оладушки,   
Испечём блинка,   
покормим сынка!

Кто у нас любимый самый?   
- Ложку первую за маму,   
А вторую за кого?   
- Да за папу твоего,   
За кого же третью ложку?   
- За веселую матрешку,   
Съешь за бабу,   
Съешь за деду,   
За мальчишку - за соседа,   
За подружек и друзей,   
Съешь побольше не жалей!   
Съешь за праздник, шумный, яркий,   
За гостей и за подарки,   
За котёнка, за Тимошку   
Эту маленькую ложку   
И за рыжего кота,   
Вот тарелка и пуста!

Пышка, лепёшка  
В печи сидела,  
На нас глядела,  
В рот захотела.

Ну и каша!   
Так в рот и просится!   
Нос и щеки наелись досыта.   
Подбородку тоже досталось.   
И мизинчик   
Попробовал малость.   
Чуточку съели   
Лобик с макушкою,   
Остальное ушки докушали!

В печи калачи,   
Как огонь горячи.   
Для кого печены?   
Для Ванечки калачи,   
Для Ванечки горячи.

Ладушки, ладушки,  
Испекли оладушки,  
На окно поставили,  
Остывать оставили.  
Остынут, поедим  
И воробышкам дадим.  
Воробышки сели,  
Все оладьи съели.  
Кыш, кыш - полетели!  
На головку сели

Наш Сережа непосед,  
Не доест никак обед.  
Сели, встали, снова сели,  
А потом всю кашу съели.

Пришел кисель,  
На залавочке присел.  
На залавочке присел  
Поесть Димочке велел.

Я обед съедаю сам.  
Открываю рот – и АМ!  
Чтобы силы были  
Супчик мы сварили.  
Мой хороший аппетит  
В животе один сидит.  
Ножками топочет,  
Он обедать хочет!  
Вот несёт мне ложка  
Супчик из горошка.  
И котлету прямо в рот  
Вилка шустрая несёт.  
Шепчет тихо аппетит:  
Сыт-сыт-сыт-сыт.

Каша из гречки,  
Где варилась? - В печке.  
Сварилась, упрела,  
Чтоб Оленька ела,  
Кашу хвалила,  
На всех разделила...  
Досталось по ложке  
Гусям на дорожке,  
Цыплятам в лукошке,  
Синицами в окошке.  
Хватило по ложке  
Собаке и кошке,  
И Оле доела  
Последние крошки!

Утка утенка,   
Кошка котенка,   
Мышка мышонка   
Зовет на обед.   
Утки поели,   
Кошки поели,   
Мышки поели.   
А ты еще нет?   
Где твоя ложечка?   
Скушай, хоть немножечко!

Кастрюля-хитруля  
Диме кашку сварила  
Платочком накрыла.  
И ждет, пождет,  
Дима первым придет?

Тили-час, тили-час  
вот обед у нас сейчас  
Скушаем за маму ложку,  
Скушаем за папу ложку,  
За собачку и за кошку,  
воробей стучит в окошко,  
дайте ложечку и мне...  
вот и кончился обед.

Ладушки, ладушки!   
Пекла бабка оладушки,   
Маслом поливала,   
Детушкам давала.   
Даше - два,   
Паше - два,   
Ване - два,   
Тане - два,   
Саше - два,   
Маше - два,   
Хороши оладушки   
У нашей доброй бабушки!

У котенка в чашке   
Было много кашки.   
Две тетери прилетели,   
Две тетери кашку съели.   
И кричат они котенку:   
- Ротозей ты, ротозей!   
Если дали тебе кашку,   
нужно съесть её скорей!

Водичка, водичка,  
Умой мое личико,  
Чтобы глазоньки блестели,  
Чтобы щечки краснели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб кусался зубок.

Ай, лады, лады, лады  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся,  
Маме улыбаемся.  
Знаем, знаем, да-да-да  
Где ты прячешься, вода!  
Выходи, водица,  
Мы пришли умыться!  
Лейся на ладошку  
По-нем-ножку.  
Лейся, лейся, лейся  
По-сме-лей -  
Катя умывайся веселей!

Потягушки,  
Потягушки,  
Поперёк толстунушки,  
А в ножки -ходунушки,  
А в ручки - фатунушки,  
А в роток - говорок,  
А в голову - разумок.

Вместе с солнышком встаю,   
Вместе с птицами пою.   
С добрым утром!   
С ясным днем!   
Вот как славно мы поем!

Вот проснулись,  
Потянулись,  
С боку на бок  
Повернулись!  
Потягушечки!  
Потягушечки!  
Где игрушечки,  
Погремушечки?  
Ты, игрушка, погреми,  
Нашу детку подними!

- Мы проснулись, мы проснулись.  
- Сладко, сладко потянулись.  
- Маме с папой улыбнулись.

Солнышко, солнышко,  
загляни в окошко.  
Загляни в окошко,  
разбуди Сережку.  
Чтоб денек чуть- чуть был дольше,  
чтобы мы узнали больше,  
чтоб игрушки не скучали,  
а с Сереженькой играли

Дили- дили-дили-дили -   
Колокольчики звонили.   
Дили-дили-дили-дили -   
Колокольчики будили   
Всех жуков, пауков   
И веселых мотыльков.   
Динь-день! Динь-день!   
Начинаем новый день!   
Дили-дили-дили-дили!   
Колокольчики будили   
Всех зайчат и ежат,   
Всех ленивых медвежат.   
И воробышек проснулся,   
И галчонок встрепенулся.   
Динь-день! Динь-день!   
Не проспите новый день

Ты мне ручки подай,   
Да с кровати вставай,   
Умываться пойдем,   
Где водичка найдем!

Потянушки-потягушки,   
Кто тут сладкий на подушке?   
Кто тут нежится в кроватке?   
Чьи тут розовые пятки?

От водички, от водицы   
Всё улыбками искрится!   
От водички, от водицы   
Веселей цветы и птицы!   
Катя умывается,   
Солнцу улыбается!

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.

Утром бабочка проснулась,  
Улыбнулась, потянулась,  
Раз - росой она умылась,  
Два - изящно покружилась,  
Три - нагнулась и присела,  
На четыре - улетела.

Смотрит солнышко в окошко,   
Светит в нашу комнату.   
Мы захлопаем в ладошки -   
Очень рады солнышку.

**Потешки для купания и умывания**

Зайка начал умываться   
Видно в гости он собрался   
Вымыл ротик   
Вымыл носик   
Вымыл ухо   
Вот и сухо

Мы пойдем купаться   
И в воде плескаться,   
Брызгаться, резвиться,   
Будет Настя мыться.   
Мы помоем ножки   
Нашей милой крошке,   
Вымоем ручонки   
Маленькой Настёнке,   
Спинку и животик,   
Личико и ротик -   
Чистая какая   
Доченька родная!

Ой-ой-ой-ой,   
Ой, кто голенький такой?   
Кто купаться пошел?   
Кто водичку нашел?   
Ах, водичка хороша!   
Хороша водичка!   
Искупаем малыша,   
Чтоб сияло личико!

Мы купаемся, мы плескаемся,   
И в водичке с тобой развлекаемся!   
Ножку вверх, ножку вниз!   
Ручку вверх, ручку вниз!   
Ножками покрутим,   
И плывем как ути!   
Плюх-плюх! Бух-бух!   
Вытераемся!

Кто тут будет куп-куп,   
По водичке - хлюп-хлюп?   
В ванну быстро - прыг, прыг,  
В ванне ножкой - дрыг, дрыг!  
Будет мыло пениться,   
И грязь куда-то денется.

Водичка, водичка,   
Умой мое личко,   
Чтобы глазки глядели,   
Чтобы щечки краснели,   
Чтоб смеялся роток,   
Чтоб кусался зубок!

Кран, откройся!   
Нос, умойся!   
Мойтесь сразу,   
Оба глаза!   
Мойтесь, уши,   
Мойся, шейка!   
Шейка, мойся   
Хорошенько!   
Мойся, мойся,   
Обливайся!   
Грязь, смывайся!   
Грязь, смывайся!

Мы пойдем купаться  
И в воде плескаться,  
Брызгаться, резвиться,  
Будет кроха мыться.  
Мы помоем ножки  
Нашему милому крошке,  
Вымоем ручонки  
Милому мальчонке,  
Спинку и животик,  
Личико и ротик -  
Чистый вот какой  
Сыночек родной!

Море-морюшко,  
Серебряное донышко,  
Золотой бережок,  
По волнам гони стружок!  
Легкое суденышко,  
Золотое донышко,  
Серебряное весельцо,  
Мыщатое деревцо,  
Зеленые трали.  
Плыви, суденышко, подале!

Котик-коток  
Просыпался ранешенько,  
Бежал на мосток,  
Умывался белешенько.  
Носик мыл, хвостик мыл,   
И про лапки не забыл.

От водички, от водицы  
Всё улыбками искрится!  
От водички, от водицы  
Веселей цветы и птицы!  
Дима умывается,  
Солнцу улыбается!

**ПОТЕШКИ ПРИ УМЫВАНИИ**

Ай, лады-лады-лады,   
Не боимся мы воды,   
Чисто умываемся,   
Маме улыбаемся.   
\*\*\*   
Водичка серебристая   
Струится из-под крана.   
И мыло есть душистое,   
Совсем как в нашей ванной.   
\*\*\*   
  
«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»   
\*\*\*   
Закатаем рукава,   
Открываем кран - вода.   
Моем глазки, моем щечки,   
Моем уши и ладошки!   
- Посмотрите, крошки,   
- На свои ладошки.   
- Ах, какие ладошки!   
- Чистые ладошки!   
\*\*\*   
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.   
\*\*\*   
Чистая водичка   
Умоет Саше личико,   
Анечке - ладошки,   
А пальчики - Антошке.   
\*\*\*   
Не умыться, не напиться без воды,   
Листику не распуститься без воды,   
И потому всегда   
Всем, везде нужна вода.   
\*\*\*   
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.   
\*\*\*   
  
Из колодца принесла   
Курица водицы.   
И цыплята всей гурьбой   
Побежали мыться.   
\*\*\*   
Кран, откройся,   
Нос, умойся!   
Мойтесь сразу оба глаза!   
Мойтесь уши, мойся шейка!   
Шейка, мойся хорошенько!   
Мойся, мойся, обливайся,   
Грязь, смывайся! Грязь, смывайся!   
\*\*\*   
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.   
\*\*\*   
Кто не моет руки с мылом   
От среды и до среды.   
На мохнатом полотенце   
Отпечатаны следы.   
\*\*\*   
Нам водичка - добрый друг,   
Скажут люди все вокруг.   
Мы на руки все польем,   
А потом играть пойдем.   
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 едою,   
После сна и перед сном.   
  
  
\*\*\*   
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.   
\*\*\*   
Чище умойся, воды не жалей.   
Будут ладошки снега белей.   
Я сегодня утром рано   
Умывался из-под крана.   
Я и сам теперь умею   
Вымыть личико и шею.

**ПОТЕШКИ ПРИ КОРМЛЕНИИ**

Жили-были сто ребят,   
Все ходили в детский сад.   
Все садились за обед,   
Все съедали сто котлет.   
Все потом ложились спать.   
Начинай считать опять.   
\*\*\*   
Гойда, гойда, люленьки,   
Прилетели гуленьки,   
Стали гули говорить,   
Чем Ванюшу накормить.   
Один скажет - кашкою,   
Другой - простоквашкою,   
Третий скажет - молочком   
И румяным пирожком.   
  
\*\*\*   
Травка-муравка со сна поднялась,   
Птица-синица за зерна взялась,   
Зайка - за капустку,   
Мышка - за корку,   
Детки - за молоко.   
  
  
\*\*\*   
Умница, Катенька,   
Ешь кашку сладеньку,   
Вкусную, пушистую,   
Мягкую, душистую.   
  
\*\*\*   
Дубы, дубочки,   
Пеку блиночки,   
Блиночки горячи,   
Не хотят сидеть в печи.   
Блиночки румяные   
С маслицем, сметаною.   
\*\*\*   
А у нас есть ложки   
Волшебные немножко.   
Вот — тарелка, вот — еда.   
Не осталось и следа.   
\*\*\*   
На моей тарелочке   
Рыженькая белочка,   
Чтоб она была видна,   
Все съедаю я до дна.   
Пей, дружок, томатный сок,   
Будешь строен и высок.   
\*\*\*   
Глубоко и мелко,   
Корабли в тарелке,   
Вот кораблик плывет,   
Заплывает прямо в рот.   
\*\*\*   
5.«Не хочу есть манную кашу!»   
Кричала девочка Маша.   
«Правильно» — думала каша,   
Хорошая девочка Маша».   
Обед   
Бери ложку, бери хлеб,   
И скорее за обед.   
\*\*\*   
Посадим на ложку   
Капустку, картошку — и спрячем!   
Попробуй найди!   
Не видно на ложке   
Капустки, картошки.   
И нет на тарелке — гляди!   
\*\*\*   
Час обеда подошел,   
Сели деточки за стол.   
  
Полдник   
  
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.   
\*\*\*   
А у нас есть ложки   
Волшебные немножко.   
Вот — тарелка, вот — еда.   
Не осталось и следа.   
На моей тарелочке   
Рыженькая белочка,   
Чтоб она была видна,   
Все съедаю я до дна.   
Пей, дружок, томатный сок,   
Будешь строен и высок.   
\*\*\*   
Глубоко и мелко,   
Корабли в тарелке,   
Вот кораблик плывет,   
Заплывает прямо в рот.

**ПОТЕШКИ ПРИ ОДЕВАНИИ**

**НА ПРОГУЛКУ**

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!   
\*\*\*   
Валенки, валенки,   
Невелички, маленьки,   
Опушка бобровая,   
Маша чернобровая.   
\*\*\*   
Завяжи потуже шарф,   
Буду делать снежный шар.   
Я шар покачу,   
Гулять хочу.   
\*\*\*   
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!