**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.

**Потешки для умывания**

***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 вспомнил

про мыло –

Мыло его, наконец бы отмыло.

**Потешки для умывания**

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.

Ах, вода, вода, вода!

Будем чистыми всегда!

Брызги – вправо, брызги – влево!

Мокрым стало наше тело!

Полотенчиком пушистым

Вытрем ручки очень быстро!

**Потешки для умывания**

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!

**Потешки для приема пищи**

***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.

**Потешки для приема пищи**

***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.

**Потешки для приема пищи**

Лепим, лепим, пирожки,

Замесили из муки,

Сели мы на лавочку,

Угостили бабушку,

Побежали в огород,

Там собрался весь народ,

Вот катенку 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,

Большими вырасти хотим.

**Потешки для приема пищи**

***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,

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.

**Потешки для расчесывания**

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.

**Потешки для сна**

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 сна**

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.

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик прыг в кровать,

Этот пальчик уж вздремнул,

Этот пальчик уж уснул.

Этот крепко, крепко спит,

И тебе он спать велит.

**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?

**Потешки для пробуждения**

***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.

**Потешки для пробуждения**

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.

**Потешки для одевания**

Собери носок в гармошку,

И надень его на ножку.

Ты другой носок возьми

Точно так же натяни.

А теперь скорей вставай

И штанишки надевай.

Раз, два, три, четыре, пять.

Собираемся играть

Завязали Настеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки – сапожки.

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.

**Потешки для игр с пальчиками**

***Этот пальчик.***

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папенька,

Этот пальчик – маменька,

Этот пальчик – Ванечка.

***Этот пальчик.***

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я,

Вот и вся моя семья!

**Потешки для игр с пальчиками**

***Пальчик – мальчик, где ты был?***

Пальчик – мальчик, где ты был?

С этим братцем – в лес ходил.

С этим братцем – щи варил.

С этим братцем – кашу ел.

С этим братцем – песни пел!

***Этот пальчик.***

Этот пальчик самый толстый,

Самый сильный и большой!

Этот пальчик для того, чтоб наказывать его!

Этот пальчик самый длинный

И стоит он в середине!

Этот пальчик безымянный

Он избалованный самый!

А мизинчик хоть и мал,

Зато ловок и удал.

**Потешки для игр с пальчиками**

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик прыг в кровать,

Этот пальчик уж вздремнул,

Этот пальчик уж уснул.

Этот крепко, крепко спит,

И тебе он спать велит.

Пальчик, пальчик, где ты был?

Милый мальчик, где бродил?

Покажи – ка ноготок

Подстрижем его цок – цок,

Аккуратный ноготок.

**Потешки для игр с пальчиками**

***Сидит белка на тележке.***

Сидит белка на тележке,

Продает она орешки:

(*загибаем пальчики)*

Лисичке – сестричке,

Воробью, синичке,

Мишке толстопятому,

Заиньке усатому,

Кому в зобок,

Кому в платок,

Кому в лапочку.

***У нашей бабушки.***

У нашей бабушки

Десять внучат:

Две Акульки сопят в люльке,

Две Аринки спят на перинке,

Две Алёнки глядят из пеленки,

Два Ивана на лавках сидят,

Два Степана, учиться хотят.

Десять внуков, а бабушка одна.