

***ПОТЕШКИ
В РЕЖИМНЫХ
МОМЕНТАХ***



***ПОТЕШКИ
В РЕЖИМНЫХ
МОМЕНТАХ***



Гигиенические процедуры



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 всё вокруг сверкало»

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.

Закатаем рукава,
Открываем кран - вода.
Моем глазки, моем щечки,
Моем уши и ладошки!
-Посмотрите, крошки,
-На свои ладошки.
-Ах, какие ладошки!
-Чистые ладошки!

Знаем, знаем, да-да-да,
Где тут плещется вода.
Выходи, водица,
Мы пришли умыться!
Лейся на ладошки,
По-нем-нож-ку,
Нет, не понемножку - посмейся
Будем умываться веселей.

Не умываться,
не напиться без воды,
Листик
не распустится без воды,



И потому всегда
Всем, везде нужна вода.
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.

В руки мыло мы возьмем,
И водичку мы польем,
Моем руки быстро, быстро,
быстро.
Моем чисто, чисто, чисто!
А потом лицо умыли,
Глазки тоже мы промыли,
Полотенцем утиралась,
На себя мы любовались!
Ай, лады-лады-лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Друг другу улыбаемся.



Чистая водичка
Умывает Саше личико,
Анечке - ладошки,
А пальчики - Антошке.

Таня, Машенька и Женька,
Мойте руки хорошенько.
Не жалейте мыла.
Я уж стол накрыла.
Теплою водою

Руки чисто мою.
Кусочек мыла я возьму
И ладошки им потру.

Теплая водичка
Умывает Тане личико,
Пальчики — Антошке,
Сашеньке — ладошки.



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

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.

Причесывание



Расти коса до пояса,
Не вырони ни волоса.
Расти, коса, не путайся,
Взрослых, детка, слушайся.

Уж я косу заплету,
Уж я русу заплету,
Я плету, плету, плету,
Приговариваю:
«Ты расти, расти, коса —
Всему городу краса».

Чешу, чешу волосоньки,
Расчесываю косоньки!
Что мы делаем расческой?
Тане делаем прическу.

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 русу заплету,
Я плету, плету, плету,
Приговариваю:
«Ты расти, расти, коса —
Всему городу краса».

Сон

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.

Вот лежат в кроватке
Розовые пятки.
Чьи это пятки —
Мяжки да сладки?
Прибегут гусятки,
Ущипнут за пятки.
Прячь скорей, не зевай,
Одеяльцем накрывай!



*Спи, усни, детка Андрюшенька.
Все ласточки спят,
Все касаточки спят,*

*Нашему Андрюшеньке
Спать велят.*



*Реснички опускаются,
Глазки закрываются.
Мы спокойно отдыхаем,
Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко, ровно, глубоко..
Наши руки отдыхают...
Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают, засыпают...
Шея не напряжена
И расслаблена она.
Губы чуть приоткрываются,
Всё чудесно расслабляется.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Напряженье улетело
И РАССЛАБЛЕНО ВСЁ ТЕЛО..*

А КУДА ПОЕДЕМ ДНЕМ, ПЕРЕД СНОМ

*Со станции Топтушкино,
До станции Кровать
Скорей добраться нужно нам!
И - чуточку поспать!
На станции Вставайкино
Проснешься - выйдешь сам!
И побежишь в Играйкино,
К друзьям и чудесам!
Ну а пока приехали
На станцию Кровать!
На этой сонной станции
Так сладко засыпать...*

*Байки-побайки,
Прискакали зайки,
Стали люльку качать,
Сладку дрему навевать.
Стали в дудки играть,
Начал Миша засыпать.*

*Ах, ты котик серенький,
Хвостик у тебя беленький,
Брысь, котик, не ходи!
Наших деток не буди.*

Кормление

*Кушай кашку, девочка,
Девочка-припевочка,
Кушай кашку, подрастай,
Всем на радость вырастай!*





*А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда.
Не останется следа.*

*На моей тарелочке
Рыженькая белочка,
Чтоб она была видна,
Все съедаю я до дна.*

*Глубоко и мелко,
Корабли в тарелке,
Вот кораблик плывет,
Заплывает прямо в рот.*

*Посадим на ложку
Капустку, картошку — и спрячем!
Попробуй найди!
Не видно на ложке
Капустки, картошки.
И нет на тарелке — гляди!*

*Гойда, гойда, люленьки,
Прилетели гуленьки,
Стали гули говорить,
Чем Ванюшу накормить.*

*Один скажет - кашкою,
Другой - простоквашкою,
Третий скажет - молочком
И румяным пирожком.*

*Умница, Катенька,
Ешь кашку сладеньку,
Вкусную, пушистую,
Мягкую, душистую.*

*Вот это — хорошая девочка.
Зовут эту девочку Маша.
А это её тарелочка.
А в этой тарелочке...
Нет, не каша
Нет, не каша
И не угадали:
Села Маша,
Съела кашу —
Всю,
Сколько дали!*



Прогулка



Раз, два, три, четыре, пять —
Собираемся гулять.
Завязала Катеньке
Шарфик полосатенький.
Наденем на ножки
Валенки, калошки...
И пойдем скорей гулять,
Прыгать, бегать и играть.

Таня варежку надела,
Ой, куда я пальчик дела?
Нету, пальчика, пропал,
В свой домишка не попал,
Таня варежку сняла
Поглядите-ка, нашла.
Ищешь, ищешь и найдешь!
Здравствуй, пальчик!
Как живешь?

А сейчас пойдем гулять.
Будем с детками играть.
Но чтобы Настенька моя
Не замерзла никогда.
Мы наденем шапочку,
Чтобы спрятать ушки,
У Насти на макушке.
А на шейку шарфик теплый,
Очень мягкий и большой.

Ну, теперь комбинезон
Настенькин любимый.
Станешь ты, как гномик,
Цветик мой, родимый!
Посажу тебя в коляску,
Расскажу интересную сказку.

КУДА ПОШЛИ КОЛГОТКИ?
В деревню Потеряево
Пошли гулять колготки.
Пошли и потерялись там,
Ах, бедные сиротки!
Сидят они под кустиком,
Не плачут, а ревут!
Хозяюшку, хозяйюшку,
Хозяюшку зовут.
И вспомнила хозяйюшка,
Где вечером была!
Сходила в Потеряево,
Колготочки нашла.

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!



Потешки в течение дня



Киска, киска, киска, брысь!
На дорожку не садись.
Наша деточка пойдет,
Через киску упадет.
Уходи с дороги, кот,
Наша Танечка идет.
Топ-топ, топ-топ-топ!
Наша Танечка идет!
Ни за что не упадет.
Топ-топ, топ-топ-топ!

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
Пирог да каша!

Баю-баю-баиньки,
Купим детке валенки.
Наденем на ножки,
Пустим по дорожке.
Будет детонька ходить,
Будет валенки носить

Кто тут плачет,
Ой-ей-ей!
Говорят, Андрюшка мой?
Нет, не плачет наш дружок,
Зря вы говорите!
Улыбается уже -
Посмотрите!

ЛЕВУШКА

Левушка? Не Левушка...
Ревушка? Не ревушка...
Так откуда «Уу-уу!!»
Раздается - не пойму.
Нету ревушек у нас,
Кто ж тут плачет целый час?
Чей тут мокрый кулачок?
Ой, размокнет мужичок.
Не размокнет, чики-чок!
Посмотрите в кулачок
Лева слезки прячет –
Больше он не плачет.



ГОРОШЕНКИ - НЕПРОШЕНКИ

Го-ро-шинки,
Не-про-шенки,
Откуда вы взялись?
Автобусом иль поездом
До Насти добрались?
Не-е-ет, Портить настроение
Никто вас не просил!
А может ты не плакала,
А дождик моросил?



ПРО ЯНУ-НЕСМЕЯНУ

Насутилась, нахмурилась,
Ну вот! Совсем не Яна!
А может, в гости к нам пришла
Царевна Несмеяна?
Опять капризничать начнет,
Наплачет - океан!
Ну вот, и слезный дождь идет -
Мы знаем Несмеян.
Сейчас бы лодку намечтать,
И весла раздобыть,
И через этот океан
Куда-нибудь уплыть.
Туда, где солнышко живет,
И где растут бананы,



И где не плачут никогда Царевн
Несмеяны!

ХНЫЧУ-ПЛАЧУ

А у нашего Петра
Настроенья нет с утра!
Хнычу-плачу, хнычу-плачу,
Не помогут доктора!
Ну а если доктор - Дынька?
Доктор Персик? Виноград?
Пусть приходят, прилетают!
И домой, и в детский сад!

ГДЕ ТЫ, ДЕДУШКА-МОЛЧОК?

Чики-чики, чики-чок,
Где ты, дедушка Молчок?
Заходи к нам, посидим,
Помолчим...
Слышишь, добрый старичок?
Тишина! Пришел Молчок!
Не спугни его, смотри,
Ничего не говори.

ВЕРХОМ НА ЛОШАДКЕ

(на коленях)

Мы поскачем, скачем, скачем,
Скачем на лошадке!
Мы совсем уже не плачем,
Все у нас в порядке.
или:
Мы поскачем, скачем, скачем,
Скачем на лошадке!
Мы давным-давно не плачем,
Все у нас в порядке!

