Потешки  
 для  
 малышей  
 Составила:  
 воспитатель  
 Орлова Яна  
 Владимировна

**Приём пищи**

***Задачи:***

*-* создание эмоциональной благоприятной среды, поддерживающей ребёнка перед и во время приёма пищи;

- развивать у ребёнка представления о том, что полезно и вредно для своего здоровья;

- формирование представления о продуктах питания и блюд.

***Приёмы:***

- показ правильной сервировки стола;

- художественное слово;

- наблюдение за трудом взрослых ( повар, помощник воспитателя);

- словесные инструкции;

- использование сюрпризных моментов;

- использование игровой мотивации ( например: в гости к другу и т.д.);

- поощрение детей за внимательность, доброжелательность, сотрудничество.

Наварила, напекла

Девяносто два блина,

Два корыта киселя,

Пятьдесят пирогов.

\*\*\*

Уж я Танюшке пирог испеку,

Уж я внученьке румяненький.

На нём корочка пшеничная,

А начиночка яичная,

А помазочка медовая,

Моя внученька бедовая.

\*\*\*

Идет коза рогатая,

Идет коза богатая:

Ножками топ-топ,

Глазками хлоп-хлоп.

Кто каши не ест,

Кто молока не пьёт,

Того забодаю, забодаю, забодаю.

\*\*\*

Ладушки, ладушки,

- Где были?

- У бабушки.

- Что ели?

- Кашку.

- Что пили?

- Простоквашку.

- Кашка масленька

- Простоквашка кисленька.

\*\*\*

Ладушки, ладушки!

Пекла бабка оладушки.

Маслом поливала

Детушкам давала.

Даше- два, Паше – два,

Ване – два,

Тане – два,

Хороши оладушки

У нашей бабушки.

\*\*\*

Глубоко – не мелко,

Корабли в тарелках:

Луку головка,

Красная морковка,

Петрушка,

Картошка,

И круп немножко.

Вот кораблик плывёт

Заплывает прямо в рот.

\*\*\*

Ну – ка, ну – ка, ну – ка, ну – ли!

Не ворчите вы, кастрюли,

Не ворчите, не шипите,

Кашу сладкую варите.

Кашу сладкую варите,

Наших деток накормите.

\*\*\*

Умница, Катенька,

Ешь кашу сладеньку,

Вкусную, пушистую,

Мягкую, душистую.

\*\*\*

Травка – муравка со дна поднялась.

Птица - синица за зерно взялась.

Зайка – за капусту,

Мышка – за корку,

Дети – за молочко.

\*\*\*

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,

Синицам в окошке

Хватило по ложке.

И Оля доела последние крошки.

\*\*\*

А тпру, тпру, тпру!

Не вари кашку круту.

Вари жиденьку,

Вари мяконьку

Да молошненьку.

\*\*\*

Вот готовы пироги,

Вынимаем из печи.

Приглашаю к самоварчику

Выпить чаю по стаканчику.

\*\*\*Ладушки, ладушки,

Где были?

У бабушки.

У нашей бабушки на столе оладушки.

И с малиной пирожок,

Ну- ка, съешь его, дружок!

\*\*\*

На первое будет – борщ

На второе – рыба,

А на третье – компот.

Пообедали и скажем повару « спасибо»!

**Одевание**

***Задачи:***

- развивать у детей первоначальное представление о частях своего тела и элементарных способах обеспечения сохранности своего организма;

- формировать умение самостоятельно устранять непорядок в одежде;

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

***Приёмы:***

- художественное слово;

- создание проблемной ситуации ( обувь на разные ноги, не правильно застегнуты пуговицы, не заправлена рубашка и т. д.);

- изучение правил последовательности одевания, раздевания;

- самостоятельный взаимоконтроль выполнения данного организационного момента.

Едва повеяло зимой,

Они всегда с тобой,

Согреют две сестрички,

Зовут их … (рукавички)

\*\*\*

Дали братьям тёплый дом,

Чтобы жили впятером.

Брат большой не согласился,

И отдельно поселился.

(Варежки)

\*\*\*

Висит в прихожей

На грабли похожа.

В раздевалке я служу,

На весу пальто держу.

(Вешалка)

\*\*\*

Всегда шагаем мы вдвоём,

Похожие, как братья,

Мы за обедом – под столом,

А ночью – под кроватью.

(Туфли)

\*\*\*

Вот они сапожки:

Этот с правой ножки,

Этот с левой ножки.

Если дождичек пойдёт,

Наденем голошки:

Этот с правой ножки,

Этот с левой ножки.

Вот так хорошо!

\*\*\*

Маша, Маша маленька,

Машенька удаленька.

Пойди, Маша, горенкой;

Топни, Маша, ноженькой.

\*\*\*

Валенки, валенки,

Не велики, не маленьки,

А как раз на ноженьки

Нашему Сереженьке.

Ноженьки пляшут.

Рученьки машут.

Валенки новеньки,

Серёжа чернобровенький!

\*\*\*

Раз, два, три, четыре,

Кто не спит у нас в квартире?

Всем на свете нужен сон,

Кто не спит, тот не силен.

\*\*\*

Отгадай загадку – кто мы?

В тёплый день сидим мы дома,

Если дождь – у нас работа:

Топать, шлёпать по болотам.

(Резиновые сапоги)

\*\*\*

Нас разбудили после сна

Не дали назеваться,

Пора малышкам – умничкам

Вставать и одеваться.

\*\*\*

Валенки, Валенки,

Невелички – маленьки.

Опушка бобровая,

Маша чернобровая.

\*\*\*

Завяжу потуже шарф,

Будем делать снежный шар.

Шар покачу, гулять хочу.

\*\*\*

Маша варежку надела.

- Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал

В свой домишко не попал!

Маша варежку сняла.

-Поглядите- ка, нашла!

Ищешь, ищешь и найдёшь.

Здравствуй, пальчик!

Как живешь?

\*\*\*

Кто бросает вещи

В беспорядке

С тем они потом играют в прятки.

\*\*\*

Вещи надо убирать

Не придется их искать.

\*\*\*

У неряхи – растеряхи

Всё не этак и не так

И рубашка на распашку,

И без пуговиц пиджак.

\*\*\*

Я купила кошке

К празднику сапожки.

Причесала ей усы,

Сшила новые трусы.

Только как их надевать?

Хвостик некуда девать!

\*\*\*

**Сон**

***Задачи:***

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, желание следить за своим самочувствием;

- воспитывать привычку к соблюдению режима дня;

- формировать у дошкольников потребность к ежедневному дневному сну.

***Приемы:***

- использование сюрпризных моментов;

- включение игровых и сказочных персонажей;

- художественное слово;

- использование музыкального сопровождения.

Два брюшка,

Четыре ушка.

Ног нет, рук нет,

А в рубашке.

(Подушка)

\*\*\*

По ночам во мне Ванятка

До чего задремлет сладко,

Что не хочется вставать,

Что за штука я? ( кровать)

\*\*\*

Спи, усни, дитя Серёженька.

Все ласточки спят,

Все касаточки,

\*\*\*

Баю - баюшки, баю,

Не ложися на краю.

Приди котик ночевать,

Будешь деточку качать.

\*\*\*

Вот и люди спят,

Вот и звери спят!

Птицы спят на веточках,

Лисы спят на горочках,

Утки на муравушке.

Детки все по люлечкам

Спят – поспят, всему миру

Спать велят.

\*\*\*

Глазам спать давно пора,

Ждет меня кроватка.

Спи Ванюша сладко, сладко.

\*\*\*

Заливной чистый дождичек,

Не лей, не лей,

По окошечкам

Не стучи, не стучи.

Лёгкий тоненький ветерок

Не вей, не вей.

У воротиков не гуди, не гуди

Вольный темненький лесок

Не шуми, не шуми,

Мою Машеньку

Не буди, не буди.

\*\*\*

Баю – бай, баю – бай…

Ты, собаченька, не лай,

Белолапа, не скули,

Мою Машу не дуди!

Ты, собаченька, не лай,

Мою Машу не пугай.

\*\*\*

Ходит сон по горе,

Носит дрёму в рукаве.

Всем детишкам продает,

Нашей Гале так даёт.

Баю – бай, баю – бай,

Ты, собачка, не лай.

Белолапа, не скули,

Нашу Тарю не буди.

\*\*\*

Потягушка, проснись!

Поскорей, скорей проснись!

День настал давным – давно,

Он стучит в твоё окно.

Стадо пёстрое прошло,

Солнце краспое взошло.

\*\*\*

Ой, лю – ли, лю – ли, лю – ли!

Прилетели журавли.

Журавли – то мохноноги

Не нашли пути – дороги.

Они сели на ворота,

А ворота – скрип – скрип…

Не будите у нас Ваню –

У нас Ваня спит, спит.

\*\*\*

Баю, баю, баю, бай,

Ты, собаченька, не лай,

Мою дочку не пугай!

И в гудочек не гуди,

До утра не разбуди!

А приди к нам ночевать,

В люльке Машеньку качать.

\*\*\*

Баю – баю за рекой

Скрылось солнце на покой.

У Алёшкиных ворот

Зайки водят хоровод.

Заиньки, заиньки,

Не порали баиньки?

Вам под осинку,

Алёше – на перинку.

Баю – баю, Алёшенька,

Засыпай скорёшенько!

\*\*\*

Встань поутру, не ленись!

Мылом вымойся, утрись.

Кто растрёпан, не умыт,

Тот собой людей смешит.

\*\*\*

\*\*\*

Баю – баю, баю- баю,

Ты уже напился чаю,

Кашку съел и наигрался,

Нашалился, наболтался.

Так теперь уж засыпай,

Баю – баю – баю –бай.

Вот присела на ворота

Говорливая сорока:

«Кра- кра- кра-кра,

Маленькому стать пора!»

В окна голуби взглянули:

«Гули- гули- гули- гули,

Надо маленькому спать,

Чтобы утро не проспать.

Баю – баюшки- баю,

Как я дитятку люблю!

\*\*\*

Уж как сон ходил по лавке,

Дрема по полу брела,

Дрема по полу брела,

В кроватку к ( имя ребенка) забрела,

На подушечку легла.

На подушечку легла,

( имя ребенка) ручкой обняла.

\*\*\*

Ходит сон

Близ окон:

« Все ли спят?»

Бродит дрёма

Возле дома

И глядит:

« Все ли спят,

Все ли спят из ребят?»

\*\*\*

Уж ты, котенька – коток,

Уж ты серенький лобок,

Приди, котя, ночевать,

Приди деточку качать.

Уж как я тебе, коту,

За работу заплачу:

Дам кувшин молока,

Да кусок пирога.

\*\*\*

- Митя, Митенька, проснись

Да с полатцев – то спустись!

Слышишь, крикнул петушок,

За селом поёт рожок,

На крылечке дверь скрипит,

У колодца гусь трубит,

« Митя, Митенька, вставай,

Светлый день не прозевай».

Ходит Сон по лавочке

В красненькой рубашечке,

А Сониха- по другой-

Сарафанец голубой.

Они вместе идут,

Дрёму Катеньке несут.

\*\*\*

Ходит сон

Близ окон.

Бродит Дрёма

Возле дома.

И глядит: Все ли спят.

\*\*\*

Это кто уже проснулся?

Кто так славно потянулся?

Потягуни – потягушечки

От носочков до макушечки!

Мы потянемся, потянемся,

Маленькими ре останемся.

**Умывание, причесывание**

***Задачи:***

- развивать культурно – гигиенические навыки, умение самостоятельно и правильно мыть руки с мылом после прогулки, игр, занятий, перед едой, после туалета, постоянно следить за чистотой рук, мыть лицо, насухо его вытирать;

- воспитывать самоконтроль в выполнении основных правил личной гигиены.

***Приёмы:***

- игровое упражнение (например: моем кукле Маше руки);

- экспериментирование (например: тонет не тонет мыло, холодная, горячая вода);

- создание проблемной ситуации (например: грязная кукла за столом

- вопросы:

-правильно ли поступила Маша сев за стол с грязными руками?

- для чего нужно мыть руки?

- приятно ли сидеть за столом с Машей, когда она помыла руки? и т.д.)

- художественное слово;

- использование музыкального сопровождения.

Гладко, душисто,

Моет чисто.

(Мыло)

\*\*\*

Мойдодыру я родня,

Отверника ты меня,

И холодною водою

Живо я тебя умою.

(Кран)

\*\*\*

Мы любим все, когда она

Шумит, журчит, плескается.

А кот её не любит

Он лапой умывается.

\*\*\*

Меня пьют, меня льют,

Всем нужна я.

Кто я такая.

( Вода)

\*\*\*

А что было? А что было?

Мама речку в дом пустила.

Речка весело журчала,

Мама в ней бельё стирала.

А потом, а потом

Я купался под дождём.

(Душ)

\*\*\*

Плещет тёплая волна,

В берега из чугуна,

Отгадайте, вспомните:

Что за море в комнате?

(Ванна)

\*\*\*

Если речка по трубе,

Прибегает в дом к тебе

И хозяйничает в нём –

Как мы это назовем?

(Водопровод)

\*\*\*

Дождик тёплый и густой,

Это дождик не простой,

Он без туч, без облаков,

Целый день идти готов.

(Душ)

\*\*\*

Два мохнатых братца

На лице гнездятся.

Мы их поднимаем,

Когда удивляемся,

Мы их сдвигаем,

Когда возмущаемся.

(Брови)

\*\*\*

Не сеют, не сажают –

Сами вырастают.

Ношу их много лет,

А счета не знаю.

( Волосы)

\*\*\*

Брат с братом

Через дорогу живут,

А один другого не видит.

(Глаза)

\*\*\*

На ночь два оконца

Сами закрываются,

А с восходом солнца

Сами открываются.

(Веки)

\*\*\*

Живёт мой братец за горой,

Не может встреться со мной.

Кто я?

(Глаз)

\*\*\*

Сама - кругла,

А на ней копна.

(Голова)

\*\*\*

Мы на них стоим и пляшем.

Ну а если им прикажем,

Нас они бегом несут.

Подскажи, как их зовут?

(Ноги)

\*\*\*

Вот гора, а у горы

Две глубокие норы.

В этих норах воздух бродит,

То заходит, то выходит.

(Нос)

\*\*\*

Есть всегда у людей,

Есть всегда у кораблей.

Он бывает самым разным:

Добрым, вредным,

Гордым, важным,

Длинным, маленьким, горбатым,

Толстым, тонким, конопатым.

( Нос)

\*\*\*

Живут пять братьев,

Один другого меньше,

И все одного имени.

Все братцы

Лезут драться,

Вместе мыться

И плескаться.

Вот какие « пять да пять»,

Угадай, как их звать?

(Пальцы рук)

\*\*\*

Кто всё слышит,

Но не говорит?

У зверушки – на макушке,

А у нас – ниже глаз.

(Уши)

\*\*\*

Водичка, водичка,

Умой моё личико,

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щёчки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

\*\*\*

Я под краном руки мыла,

А лицо помыть забыла.

Увидал меня Трезор:

Зарычал: Какой позор.

\*\*\*

Мыли мылом ушки,

Мыли мылом руки,

Вот какие ладушки,

Ладушки – оладушки.

\*\*\*

Я сегодня утром рано

Умывался из-под крана.

\*\*\*

Ай лады, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды.

Чисто умываемся,

Детям улыбаемся.

\*\*\*

Чистая водичка

Моет Вове личико,

Танечке ладошки,

А пальчики Антошке.

\*\*\*

Каждый день я мылом мою

Под горячею водою

И в ладонях поутру

Сильно, сильно

Мыло тру.

Мойся, мыло!

Не ленись!

Не выскальзывай!

Не злись!

\*\*\*

Расти, коса, до пояса,

Не вырони ни волоса.

Расти, косонька, до пят-

Все волосоньки в ряд.

Расти, коса, не путайся-

Маму, дочка, слушайся.

\*\*\*

Уж ты месяц, крутые рога,

Уж ты солнышко ясное!

Как у солнышка лучики горят,

Так у Танюшки

Русы косоньки висят.

\*\*\*

Варвара – краса,

Длинная коса

Чешу, чешу волосоньки,

Расчёсываю косоньку,

Расти, коса, до пояса,

Не вырони ни волоса!

\*\*\*

**Литература**

1. Воронько П. Обновки.
2. Жукова О. « Мамина школа » . Издательство. «Сова» 2003.
3. Куликова Р. «Мыло », Издат. «Детская литература», М:,-1974г.
4. Русские народные песенки. Тимошка и Ванюшка. Минместпром РСФСР, кооператив « Лира»,М:,- 1987г.
5. Токмакова И. Зёрнышко. Издат. «Детская литература», М:,-1974г
6. Узорова О., Нефёдова Е. « Большая книга загадок» .
7. Файнштейн С. У нас порядок . Издательство «Малыш»,М:,- 1983г.