Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 97 компенсирующего вида Фрунзенского района Санкт- Петербурга

**\_\_\_\_«**Консультативно-практический центр для детей с нарушением интеллектуального развития»\_\_\_

192238, г. Санкт - Петербург, ул. Турку д.12, корп. 3, Лит. А, тел/факс 268-34-30, тел. 268-48-79

e-mail: gdou-97@yandex.ru

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
|  |  |

**Картотека потешек в режимных моментах**

Разработала:

воспитатель первой квалификационной категории

Демидова С.О.

Санкт-Петербург

2019

**ЦЕЛЬ:** Вызвать у детей эмоциональный отклик на содержание **потешек**;  развивать чувство ритма, **мелкую моторику рук**; стимулировать речь **детей**, упражнять в звукоподражании; побуждать и поощрять принятие роли с помощью взрослого; воспитывать интерес к совместной игровой деятельности.

**Потешки для утреннего приветствия**

Здравствуйте, девочки,

Здравствуйте, мальчики,

Рады мы видеть вас

В детском садике.

\*\*\*

Здравствуйте, друзья,

Здравствуйте, подружки.

Вас встречают весело

В садике игрушки.

\*\*\*

Вместе с солнышком встаю,

Вместе с птицами пою.

С добрым утром!

С ясным днем!

Вот как славно мы поем!

**Потешки во время и перед  умыванием**

Водичка-водичка,

Умой мое личико:

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

\*\*\*

Знаем, знаем – да-да-да!

В кране прячется вода!

Выходи, водица!

Мы пришли умыться!

Лейся понемножку

Прямо на ладошку!

Будет мыло пениться

И грязь куда-то денется!

\*\*\*

Руки надо с мылом мыть,

Рукава нельзя мочить,

Кто рукавчик не засучит,

Тот водички не получит.

\*\*\*

Теплою водою

Руки чисто мою.

Кусочек мыла я возьму

И ладошки им потру.

Будет мыло пениться,

Грязь куда-то денется

\*\*\*

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем,

Перед каждою едою,

После сна и перед сном.

Щечки мыли?

Глазки мыли?

Ручки мыли?

ДА!

И теперь мы чистые-

Зайчики пушистые.

Водичка серебристая

Струится из-под крана.

И мыло есть душистое,

Совсем как в нашей ванной.

\*\*\*

Ах, вода, вода, вода!

Будем чистыми всегда!

Брызги- вправо, брызги – влево!

Мокрым стало наше тело!

Полотенчиком пушистым,

Вытрем ручки очень быстро.

\*\*\*

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

\*\*\*

«Вытиралочка»

Полотенчико попросим

С нами в прятки поиграть.

Прячьте глазки, прячьте носик.

 Где ребятки? Не видать!

 Будем, будем полотенцем

 Наши щёчки вытирать!

 И с ладошек маленьких

 Вытрем капли-капельки.

 Вот и кончилась игра

 Вы сухие, детки? - Да!

(Николаева Елена, 2009)

  \*\*\*

«Умывалочка»

Добрая водичка! Помоги немножко:

Вымой у ребяток грязные ладошки!

Ты, кусочек мыла, мыль нас не жалея,

Станут наши ручки чище и белее!

(Николаева Елена, 2009)

   \*\*\*

Чтобы ручки мыть,

Сперва закатаем рукава.

Тянем, тянем рукавок,

 Показался локоток.

 И другой подтянем тоже,

 Вот теперь и мыться можно!

(Николаева Елена, 2011)

   \*\*\*

«Мыло»

Мыло скользкое, постой!

   Подружи нас с чистотой!

   Мы вот так тебя потрём,

   В пену мыльную собьём,

   А потом, а потом

   Наши ручки сполоснём.

(Николаева Елена,2011)

    \*\*\*

Я сегодня утром рано

Умывался из-под крана.

Я и сам теперь умею

Вымыть личико и шею.

Эх, водичка хороша,

Хороша водичка!

Пусть умоет малыша,

Чтоб сияло личико!

\*\*\*

Это что стоит? Горшок!

Раз-два-три-четыре-пять -

Будем мы штаны снимать!

Присядем аккуратно.

Знают все детишки:

Очень неприятно

Писаться в штанишки!

\*\*\*

Тёма, Тёма-малышок!

Ты садись-ка на горшок,

Не ходи угрюмый,

Посиди-подумай!

**Потешки во время еды.**

Каша манная варилась:  
  Всё пыхтела, пузырилась.  
  Из кастрюльки убежала,  
  На тарелочки попала.  
  Мы её поймаем ложкой,  
  И попробуем немножко.  
  Ай да каша! Как вкусна!  
  Всю съедим её до дна!

(Николаева Елена, 2009)

\*\*\*

Час обеда подошел,

Сели деточки за стол.

Бери ложку, бери хлеб,

И скорее за обед.

С аппетитом мы едим,

Большими вырасти хотим.

\*\*\*

Вот и полдник подошел,

Сели дети все за стол.

Чтобы не было беды,

Вспомним правила еды:

Наши ноги не стучат,

Наши язычки молчат.

\*\*\*

А у нас есть ложки,

Волшебные немножко.

Вот — тарелка, вот — еда.

Не осталось и следа.

\*\*\*

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.

\*\*\*

Утка утенка,

Кошка котенка,

Мышка мышонка

Зовет на обед.

Утки поели,

Кошки поели,

Мышки поели.

А ты еще нет?

\*\*\*\*

Кушай кашку, девочка,

Девочка-припевочка,

Кушай кашку, подрастай,

Всем на радость вырастай!

\*\*\*

На того, кто ест опрятно,

И смотреть всегда приятно,

Мы едим всегда красиво,

После скажем все «Спасибо»

\*\*\*

«На плите сварилась каша,

Где большая ложка наша?»

Бери ложку, бери хлеб,

И скорее за обед.

**Потешки во время утренней**

**гимнастики**

Большие ноги

Шагали по дороге:

ТОП, ТОП, ТОП!

Маленькие ножки

Бежали по дорожке:

Топ-топ-топ-топ-топ!

\*\*\*

Каждый день, что мы встречаем,

Мы с зарядки начинаем!

Дружные ребятки

Вышли на зарядку!

\*\*\*

Малыши-крепыши

Вышли на площадку,

Малыши-крепыши

Делают зарядку!

Раз-два,

Три-четыре.

Руки выше!

Ноги шире!

**Потешки при одевании на прогулку и на прогулке**

Полезен воздух для детей –

Скорее одевайся!

Зови гулять с собой друзей,

Прогулкой наслаждайся!

**\*\*\***

Маша варежку надела.

- Ой, куда я пальчик дела?

Нетупальчика, пропал,

В свой домишко не попал! –

Маша варежку сняла:

- Поглядите-ка, нашла!

Ищешь, ищешь и найдёшь.

Здравствуй, пальчик!

Как живёшь?

 \*\*\*

Осенью на ножки

Обули мы сапожки.

В красненьких сапожках

Шагаем по дорожке:

Камешки пинаем,

В лужи наступаем.

Хороши сапожки!

Не промокнут ножки!

  \*\*\*

Собери носок в гармошку,

И надень его на ножку.

Ты другой носок возьми

Точно так же натяни.

А теперь скорей вставай

И штанишки надевай.

\*\*\*

Руки спрячем в рукавички —

Разноцветные сестрички.

Сможем дольше мы опять

На морозе погулять!

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять —

Собираемся гулять.

Завязала Катеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.

\*\*\*

Мы собираемся гулять,

Пора одежду надевать.

Надели шапку, шарф, пальто,

Не опоздал из нас никто!

Все одеты, все готовы,

Идем мы на прогулку снова!

\*\*\*

Мы снимаем тапки, надеваем шапки,

Шарфики, штанишки, сапоги, пальтишки,

Надеваем куртки - готовы для прогулки.

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять

Собираемся гулять.

Если хочешь прогуляться,

Нужно быстро одеваться,

Дверцу шкафа открывай,

И одежду доставай.

\*\*\*

У девочек и мальчиков

Зимою мерзнут пальчики.

Чтобы пальчики согреть,

Что на ручки нам одеть?!

На дворе большой мороз,

Отморозит кукла нос,

Теплый шарфик нужен ей,

Чтоб укрыться потеплей.

**Потешки перед сном, при пробуждении,расчёсывании**

Спят медведи и слоны,

Заяц спит и ежик.

Все давно уж спать должны,

Наши дети тоже.

\*\*\*

Маленькие заиньки

Захотели баиньки,

Захотели баиньки,

Потому что заиньки.

Мы немножечко поспим,

Мы на спинке полежим.

Мы на спинке полежим

И тихонько посопим.

\*\*\*

Реснички опускаются,

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

\*\*\*

В детском садике у нас наступает «тихий час».

Дети глазки закрывают и тихонько засыпают.

Баю-баю-баиньки, в огороде заиньки.

Зайки травушку едят, малым деткам спать велят.

\*\*\*

Тишина у пруда,

Не качается вода.

Не шумят камыши,

Засыпают малыши.

\*\*\*

Ай, люли, люли, люленьки,

Прилетели гуленьки,

Сели гули на кровать,

Стали гули ворковать,

Стали гули ворковать,

Стали детки засыпать.

\*\*\*

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 –

Мягки да сладки?

Прибегут гусятки,

Ущипнут за пятки.

Прячь скорей, не зевай,

Одеяльцем накрывай!

\*\*\*

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.

\*\*\*

Баю-баю-байки,

Прилетели чайки,

Стали крыльями махать,

Наших деток усыплять.

\*\*\*

Не забудь после сна

Причесаться, детвора.

К зеркалу все подойдите,

И прическу наведите.

Ровным будет пусть рядок,

К волосочку волосок.

\*\*\*

Вот проснулись, потянулись,

С боку на бок повернулись!

Потягушечки! Потягушечки!

Где игрушечки, погремушечки?

Ты, игрушка, погреми,

Нашу детку подними!

\*\*\*

Просыпайся, лежебока.

В небе солнышко высоко

Наше Солнышко встает,

На зарядку всех зовет.

Глазки открываются,

Глазки просыпаются,

Потягушки-ножки,

Потягушки-пяточки,

Ручки и ладошки,

Сладкие ребяточки!

\*\*\*

Мы проснулись, потянулись

Вместе солнцу улыбнулись

Здравствуй солнышко - колоколнышко.

\*\*\*

Встали мы с подушечки, ручки потягушечки,

Ножки — побегушечки, вместе — порастушечки.

\*\*\*

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали…

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

\*\*\*

Потянушки-потягушки,

Кто тут сладкий на подушке?

Кто тут нежится в кроватке?

Чьи тут розовые пятки?

Это кто же тут проснулся,

И всем деткам улыбнулся?

\*\*\*

Потягуни-потягушечки

От носочков до макушечки!

Мы потянемся, потянемся,

Маленькими не останемся!

Вот уже растем, растем, растем!

И с кроваток все встаем

**Потешки для тех, кто плачет или шумит**

Что ты плачешь,

«ы» да «ы»,

 Слезы поскорей утри.

Будем мы с тобой играть,

Песни петь и танцевать

\*\*\*

.Придет киска неспеша

И погладит малыша,

Мяу-мяу – скажет киска

Наша детка хороша.

\*\*\*\*

Послушай, что тебе скажу:

Давай не будем плакать!

А то услышит наш сосед,

Сосед, которому сто лет, -

И нам подарит лапоть!

Куда мы в нем с тобой пойдем?

Разок шагнем и упадем.

\*\*\*

(на коленях)  
Мы поскачем, скачем, скачем,  
Скачем на лошадке!  
Мы совсем уже не плачем,  
Все у нас в порядке.

\*\*\*

Маленькая мышка,

Утешь мою малышку.

Не будет Маша плакать

Не будет горевать.

Пойдем мы по дорожке

На встречу к тете кошке.

**Потешки для наблюдения в природе**

**\*\*\***  
Солнышко, солнышко,  
Выгляни в окошечко.  
Ждут тебя деточки,  
Ждут малолеточки!

\*\*\*  
Дождик, дождик,  
Полно лить,  
Малых детушек мочить!

\*\*\*

Мы цветочки рвать не будем,  
Пусть растут на радость людям!  
Красные и голубые,  
Все красивые такие!

\*\*\*  
Всем зверушкам, птичкам, рыбкам  
И жучкам мы шлем улыбки.  
Всех, друзья, вас очень любим.  
Обижать мы вас не будем!

**\*\*\***  
Ты всех любишь, ты всех греешь,   
Всех ласкаешь и жалеешь,   
Наше Солнышко, наш свет,   
Все тебе мы шлем привет!