



*Қартотека
потешек*

*для формирования культурно-
гигиенических навыков и навыков
самообслуживания у детей
раннего возраста*

Воспитатель Жиленко Л.П.



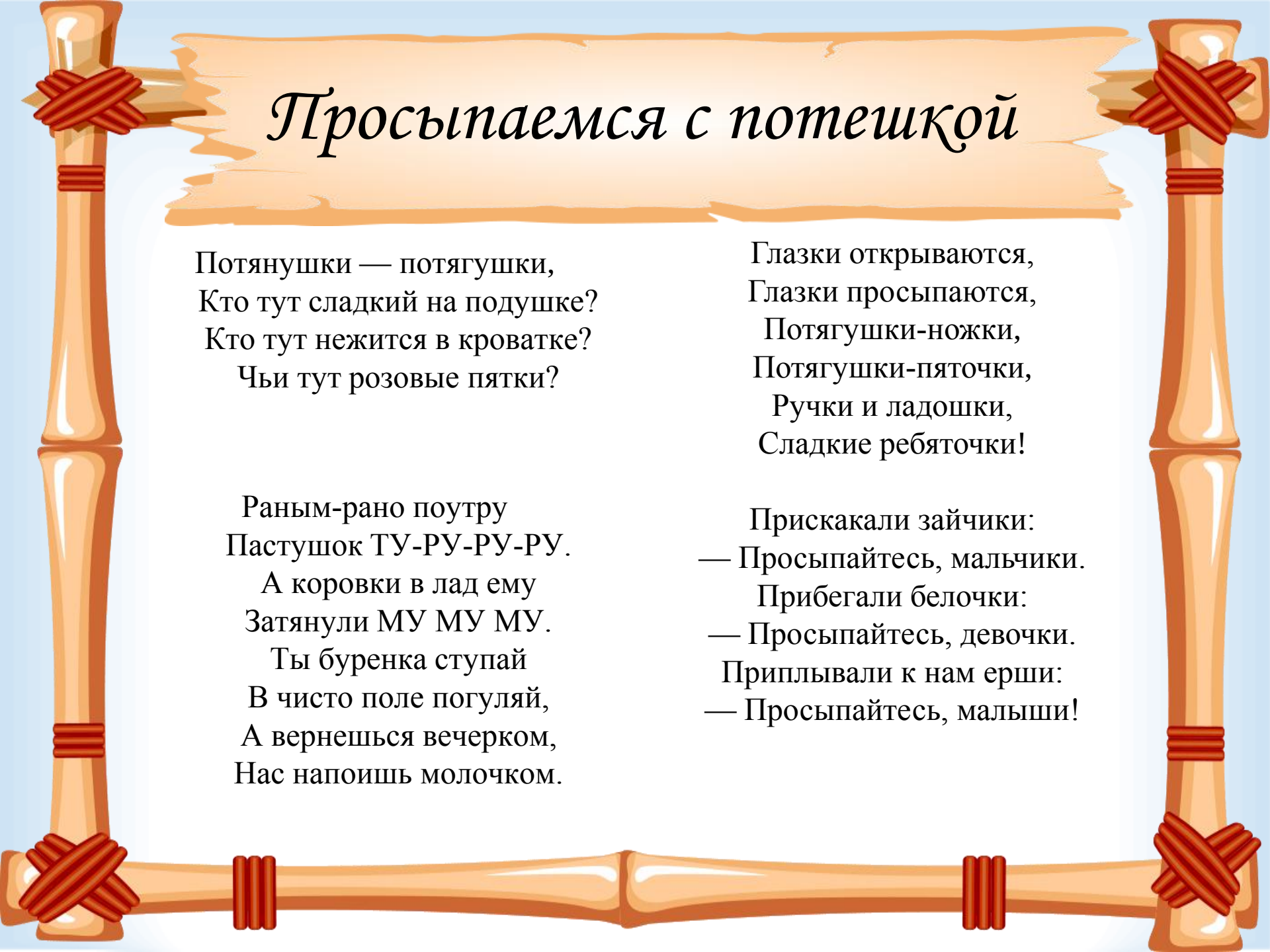
Потешки

на режимные моменты

У русского народа, как и у любого другого, есть бесценное богатство - его опыт, его фольклор. За века бабушки, мамы, нянюшки сложили много песенок, потешек и поговорок.»

Потешки - это небольшие стихотворения, приговорки, которыми сопровождают любые занятия с ребенком или действия самого ребенка - потягивание со сна, одевание и т. д..

Потешки рассчитаны на активность самого ребенка, когда он выполняет самостоятельно игровые движения и соотносит их с содержанием песенки-потешки.



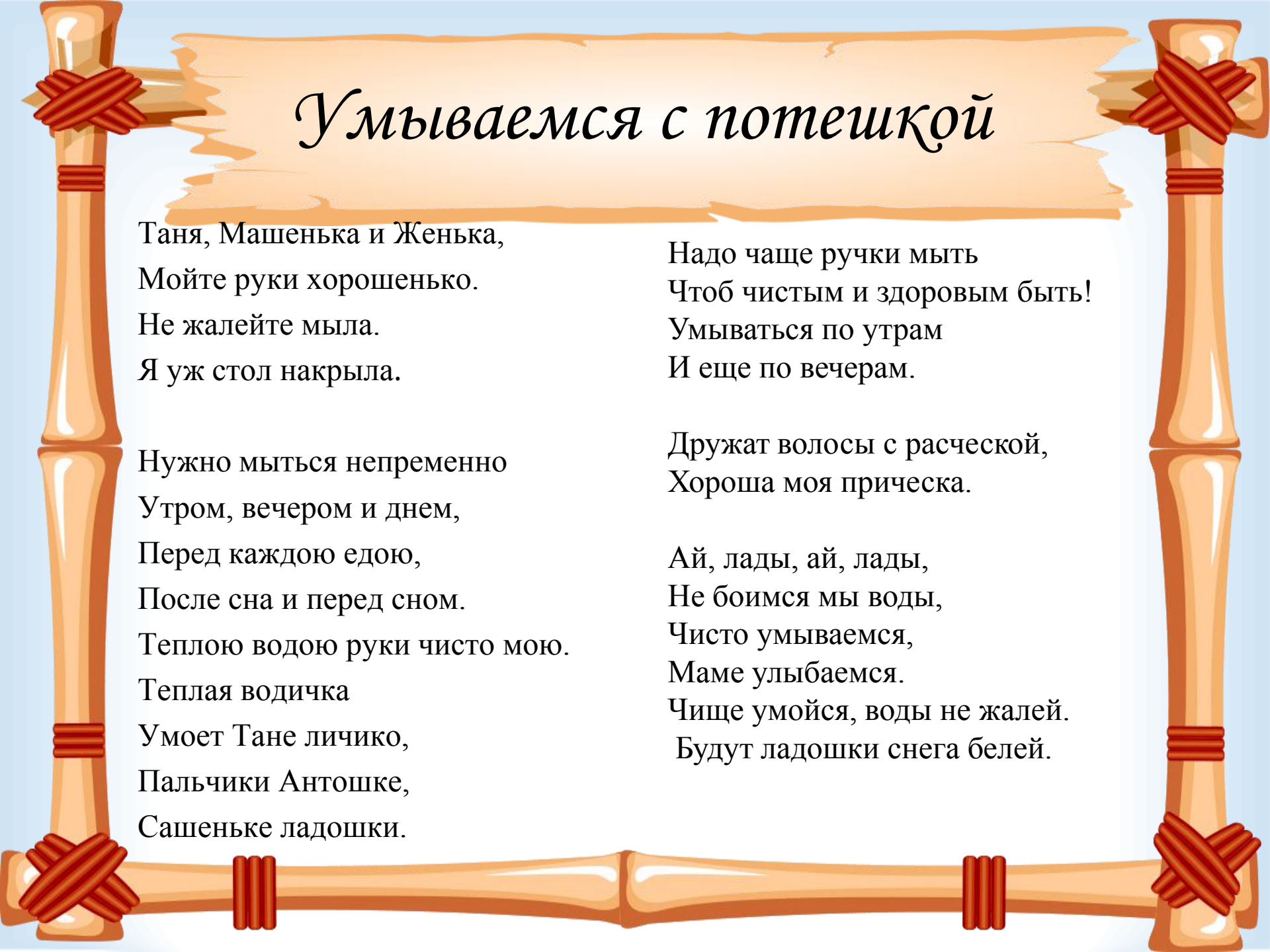
Просыпаемся с потешкой

Потянушки — потягушки,
Кто тут сладкий на подушке?
Кто тут нежится в кровати?
Чьи тут розовые пятки?

Раным-рано поутру
Пастушок ТУ-РУ-РУ-РУ.
А коровки в лад ему
Затянули МУ МУ МУ.
Ты буренка ступай
В чисто поле погуляй,
А вернешься вечерком,
Нас напоишь молочком.

Глазки открываются,
Глазки просыпаются,
Потягушки-ножки,
Потягушки-пяточки,
Ручки и ладошки,
Сладкие ребяточки!

Прискакали зайчики:
— Просыпайтесь, мальчики.
Прибежали белочки:
— Просыпайтесь, девочки.
Приплывали к нам ерши:
— Просыпайтесь, малыши!



Умываемся с потешкой

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

Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем,
Перед каждою едою,
После сна и перед сном.
Теплою водою руки чисто мою.
Теплая водичка
Умывает Тане личико,
Пальчики Антошке,
Сашеньке ладошки.

Надо чаще ручки мыть
Чтоб чистым и здоровым быть!
Умываться по утрам
И еще по вечерам.

Дружат волосы с расческой,
Хороша моя прическа.

Ай, лады, ай, лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Маме улыбаемся.
Чище умойся, воды не жалея.
Будут ладошки снега белей.

Одеваемся на прогулку с потешкой

Раз, два, три, четыре, пять
Собираемся гулять.
Завязала Катеньке
Шарфик полосатенький.
Наденем на ножки
Валенки-сапожки
И чтобы Катенька моя
Не замерзла никогда.
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!

Та-ра-ра, та-ра-ра,
Одеваться нам пора:
Варежки – две штучки –
Надевай на ручки.

Юбка новая у Людочки,
Расцвели на ней цветочки.
А внизу — оборочка,
Хороша обновочка!

Кушаем с потешкой

К нам зверушки прибегали,
Машу кушать заставляли.
Прискакал из леса заяц:
— Маша, ротик открывай-ка.
Прибежала к Маше кошка:
— Съешь ещё хотя бы ложку!
Маша кушает, старается.
И без вас, зверушки, справится!

Мы для Оли кашку
Положили в чашку:
Кушай, дорогая,
Вырастешь большая.

Маленькие детки
Берите салфетки,
Кашку доедайте,
Ротик вытирайте.

Кашу, суп едим мы ложкой,
Вилкой кушаем картошку.
А когда мы подрастем,
Будем кушать и с ножом!

Крендельки-то горячи —
С пылу, с жару из печи.
Угощайся крендельком,
Запивай-ка молочком!

Засыпаем с потешкой

Баю-бай, баю-бай,
Засыпай, засыпай!
Глазки закрывай, мой сладкий,
Спят давно ребятки.

Зайка по лесу гулял
И на скрипочке играл:
Тир-ли-ли да тир-ли-ли,
Все детишки спать легли.
Ёжик зайке подпевал,
А Илюша засыпал.

Котик, котик, где твой носик,
Где пушистый серый хвостик?
Спой нам, котик, про мышат
И про маленьких котят.
Котик песню запевал,
Колыбелечку качал:
Баю-бай, баю-бай,
Маша, глазки закрывай.

Птичка песенки поёт,
Спать Серёже не дает.
Птичка, птичка, улетай,
А сыночек — засыпай.



Кушаем с потешкой