

## Потешки для детей до года

Растущий малыш все больше интересуется всем, что его окружает. Все это время он открыт к общению. Веселые потешки для детей до года принесут море удовольствия обоим участникам «диалога» если будут простыми, короткими и рассказывающими об интересных и понятных малышу вещах. К середине первого года жизни детишки вполне осваиваются со своими частями тела. Они понимают, где у них носик, где глазки, где ручки, ножки, пальчики... Усвоить и закрепить эти знания в игровой форме им помогают потешки для малышей, такие как всем известные «Ладушки» и другие.



•

### Плетень

Тень-тень-потетень,  
Выше города плетень.  
Сели звери на плетень.  
Похвалялися весь день.  
Похвалялася лиса:  
— Всему свету я краса!  
Похвалялся заяц:  
— Пойди, догоняй-ка!  
Похвалялися ежи:  
— У нас шубы хороши!  
Похвалялся медведь:  
— Могу песни я петь!



•

## Петушок

Петушок, петушок,  
Золотой гребешок,  
Масляна головушка,  
Шелкова бородушка,  
Что ты рано встаешь,  
Голосисто поешь,  
Деткам спать не даешь?



•

## Котик

Как у нашего кота  
Шубка очень хороша,  
Как у котика усы  
Удивительной красы,  
Глаза смелые,  
Зубки белые.



•

## Совушка

Совушка-сова  
Совушка-сова,  
Большая голова,  
На пеньке сидит,  
Головой вертит,  
Во все стороны глядит,  
Да ка-а-ак  
Полетит!  
(Руки ребенка поднимаем вверх.)



•

### Пяточки

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



•

### Пестушка-молчанка

Где же наши ушки?  
Слушают пестушки!  
А где глазки?

Смотрят сказки!  
А где зубки?  
Прячут губки!  
Ну а ротик на замочек!



### Ладушки

— Ладушки, ладушки,

Где были?

— У бабушки.

— Что ели?

— Кашку.

— Что пили?

— Бражку.

Кашка масленька,

Бражка сладенька,

Бабушка добренька,

Попили, поели,

Домой, полетели!(машем ручками, а затем кладём их на головку)

На головку сели!

Ладушки запели.

### Потешки на все случаи жизни

Из глубины веков дошли до нас потешки для детей, которые придумали заботливые мамочки и нянюшки для использования в самых различных ситуациях. Их хорошо регулярно проговаривать, когда ребенок просыпается, умывается, кушает.



## Умываемся с потешками

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

Ай, лады, лады,  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся,  
Маме улыбаемся.

Щечки?  
Мыли.  
Носик?  
Мыли?  
А глазки?  
Забыли.



## Зарядка

Вот мы руки развели,  
Словно удивились.  
И друг другу до земли  
В пояс поклонились!

Наклонились, выпрямились,  
Наклонились, выпрямились.  
Ниже, ниже, не ленись,  
Поклонись и улыбнись.

(Зарядку делать вместе с ребенком. Исходное положение – ноги на ширине плеч. Декламировать стихотворение, выполняя движения.)



### Зарядка с Буратино

Буратино потянулся,  
Раз – нагнулся,  
Два – нагнулся,  
Три – нагнулся.  
Руки в сторону развел,  
Ключик, видно, не нашел.  
Чтобы ключик нам достать,  
Нужно на носочки встать.

(Вместе с ребенком декламировать стихотворение, выполняя все движения по тексту.)



### Знакомство с пальчиками

(Поочередно загибаем пальчики)

Этот пальчик — дедушка,  
Этот пальчик — бабушка,

Этот пальчик — папочка,  
Этот пальчик — мамочка,  
Этот пальчик — я,  
Вот и вся моя семья.

Этот пальчик — в лес пошёл,  
Этот пальчик — гриб нашёл,  
Этот пальчик — занял место,  
Этот пальчик — ляжет тесно,  
Этот пальчик — много ел,  
Оттого и растолстел.



### Знакомимся с телом

Паучок, паучок,  
Аню хватать за бочок.  
Лягушка, лягушка,  
Аню хватать за ушко.  
Олени, олени,  
Аню хватать за колени.  
Песик, песик,  
Аню хватать за носик.  
Бегемот, бегемот,  
Аню хватать за живот.  
Оса, оса,  
Аню хватать за волоса.  
Кузнечики, кузнечики,  
Аню хватать за плечики.

(подставляйте имя своего ребенка)



•

## Купаемся

Кто тут будет куп-куп,  
По водичке – хлюп-хлюп?  
В ванну быстро – прыг, прыг,  
В ванне ножкой – дрыг, дрыг!  
Будет мыло пениться,  
И грязь куда-то денется.



•

## Потешки от слёз

Ах, кокля-мокля,  
Глазоньки промокли.  
Кто будет детку обижать,  
Того коза будет бодать.

Не плачь, не плачь,  
Куплю калач.  
Не хныч, не ной,  
Куплю другой.  
Слезы утри,  
Дам тебе три.





•

### Заживляем ранки

У киски болит,  
У собачки болит,  
А у моего малыша  
Заживи-заживи-заживи.



•

### Делаем массаж

Рельсы, рельсы(проводим одну, потом другую линии  
вдоль позвоночника)  
Шпалы, шпалы(проводим поперечные линии)  
Ехал поезд запоздалый(«едем» ладонью по спине)  
Из последнего окошка  
Вдруг посыпались горошки(стучим по спине пальцами  
обеих рук)  
Пришли куры, поклевали(стучим указательными  
пальцами)  
Пришли гуси, пощипали(щипаем спинку)  
Пришла лисичка,(гладим спинку)  
Хвостиком помахала  
Прошёл слон,(«идём» по спине тыльной стороной  
кулаков)  
Прошла слониха,(«идём» кулаками, но с меньшим  
усилием)  
Прошёл маленький слонёнок.(«идём» тремя пальцами,

сложенными в щепоть)  
Пришёл директор магазина,(«идём» по спине двумя пальцами)  
Всё разгладил, всё расчистил.(поглаживаем спину ладонями вверх-вниз)  
Поставил стол,(изображаем — стол кулаком)  
Стул,(стул — щепотью)  
Печатную машинку.(печатную машинку — пальцем)  
Стал печатать:(«печатаем» по спине пальцами)  
Жене и дочке,  
Дзинь-точка.(на этих словах каждый раз щекочем бочок)  
Шлю вам чулочки,  
Дзинь-точка.  
Прочитал, (водим пальцем, как будто читаем)  
Помял, разгладил, (щипаем, а затем поглаживаем спинку)  
Прочитал,  
Помял, разгладил,  
Сложил,  
Отправил.(«кладем письмо» за шиворот)



## Массаж животика

Розовый животик  
Мурлычет, словно котик,  
Заурчал щеночком  
Забулькал ручеечком.  
Ах животик ты, живот,  
Кто же там внутри живёт?  
Кто мешает баиньки  
Маленькому зайныке?

Мы погладим пузики,  
Толстые арбузики.  
Спит щеночек, спит котёнок.  
Улыбается ребёнок.



### Просыпаемся

Потянушки — потягушки,  
Кто тут сладкий на подушке?  
Кто тут нежится в кроватке?  
Чьи тут розовые пятки?  
Это кто же тут проснулся,  
Кто так маме улыбнулся?  
И кого так любит мама?  
Вот тут кто любимый самый!



### Потешки про еду

Это — ложка,  
Это — чашка.  
В чашке — гречневая кашка.  
Ложка в чашке побывала -  
Кашки гречневой не стало!

Идет коза рогатая  
За малыми ребятами,  
Ножками топ-топ,

Глазками хлоп-хлоп,  
Кто каши не ест,  
Кто молока не пьет -  
Забодает,  
Забодает,  
Забодает!

Утка утенка,  
Кошка котенка,  
Мышка мышонка  
Зовет на обед.  
Утки поели,  
Кошки поели,  
Мышки поели.  
А ты еще нет?  
Где твоя ложечка?  
Скушай, хоть немножечко!

Сорока-ворона  
Кашку варила,  
На порог скакала,  
Гостей созывала.  
Гости не бывали,  
Каши не едали,  
Всю свою кашу  
Сорока-ворона  
Деткам отдала. (загибаем пальчики)  
Этому дала  
Этому дала  
Этому дала  
Этому дала  
А этому не дала:  
— Зачем дров не пилил  
— Зачем воду не носил!

Пышка, лепёшка  
В духовке сидела,  
На нас глядела,  
В рот захотела.

## Когда и как использовать потешки?

Также потешки используются:

- когда ребенка одевают на прогулку;
- купают;
- помогают проснуться с хорошим настроением;
- если ребенок шалит или капризничает;
- для игры с ним;
- для обучения малыша в игровой форме и пр.

Для лучшего восприятия читать потешки нужно ласково, выразительно, сопровождая слова соответствующей мимикой и движениями. Важно использовать их тогда, когда малыш не устал и готов к активному восприятию.

Кроме названных выше положительных моментов использования потешек в воспитании маленьких деток, они способствуют формированию чувства юмора, ритма, творческих способностей.

Общайтесь с удовольствием!