

# Картотека стихов и потешек для организации режимных моментов

## Умывание

Моем руки чисто, чисто!  
Моем руки быстро, быстро!  
Мылом моем, грязь смываем!  
Сухо, сухо вытираем!  
Водичка, водичка,  
Умой мое личико,  
Чтобы глазки блестели,  
Чтобы щечки краснели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб кусался зубок.  
Ах, водичка хороша!  
Хороша водичка!  
Искупаем малыша,  
Чтоб сияло личико!  
Кран, откройся!  
Нос, умойся!  
Глаз, купайся!  
Грязь, сдавайся!  
Ай, лады, лады, лады,  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся,  
Детке улыбаемся.  
Вода текучая,  
Дитя растучее.  
С гуся вода –  
С дитя худоба.  
Вода книзу,  
А дитя кверху,  
Море-моряшко,  
Серебряное доньшко,  
Золотой бережок,  
Кран, откройся,  
Нос, умойся  
Мойтись сразу  
Оба глаза,

Мойся, шейка  
Хорошенько...  
Гуси-лебеди летели.  
В чисто поле залетели,  
В поле баньку отыскали,  
Лебеденка искупали ...  
Ай, лады, лады, лады,  
Не боимся мы воды!  
Чистая водичка  
Умоет наше личико,  
Вымоет ладошки,  
Намочит нас немножко,  
Чисто умываемся,  
Маме улыбаемся!  
Ежик, ежик,  
Продай ножик,  
Купи мыльце,  
Вымой рыльце.  
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.  
Кусочек мыла я возьму  
И ладошки я потру.  
Замарашка-Кирилл  
Это где же ты ходил?  
Мы на шее лук посадим,  
Репу на ладошках,  
На щеках картошку

.

Теплою водою  
Руки чисто мою.  
Кусочек мыла я возьму

И ладошки я потру.  
Чище умойся, воды не жалея.  
Будут ладошки снега белей.  
Что такое чистым быть?  
Руки чаще с мылом мыть,  
Грязь убрать из-под ногтей,  
Да постричь их поскорей.  
Умываюсь по утрам  
И еще по вечерам.  
Чисто вымою я уши –  
Будут уши лучше слушать.  
Отчего блестят глаза?  
С мылом умывался я.  
Мне еще нужна сноровка,  
Чтобы зубы чистить ловко.  
Дружат волосы с расческой,  
Хороша моя прическа.  
Я сегодня утром рано  
Умывался из-под крана.  
Я и сам теперь умею  
Вымыть личико и шею.  
**Одевание, причесывание**  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Собираемся гулять.  
Завязали Катеньке  
Шарфик полосатенький.  
Наденем на ножки  
Валенки-сапожки.  
И пойдем скорей гулять,  
Прыгать, бегать и скакать.  
Час жевала грушу,  
Два – умывалась,  
Три – вытиралась.  
Нюша к завтраку пошла,  
Нюша к ужину пришла.  
Расти коса до пояса,  
Не вырони не волоса.  
Расти коса не путайся,  
Маму, дочка, слушайся.

Что мы делаем расческой?  
Тане делаем прическу.  
Что мы делаем расческой?  
Вите делаем прическу.  
Витя в зеркало глядит:  
Нет вихров – приятный вид.  
Вот они сапожки:  
Этот с правой ножки,  
Этот с левой ножки.  
Если дождик пойдет,  
Наденем калошки.  
Этот с правой ножки,  
Этот с левой ножки.  
Завяжу потуже шарф,  
Будем делать снежный шар.  
Шар покачу,  
Гулять хочу.

Мы не любим неопрятных,  
Непричесанных ребят,  
С ними даже поросята  
Подружиться не хотят.  
Кто у нас хороший?  
Кто у нас пригожий?  
Ванечка – хороший.  
Ванечка – пригожий.

### **Еда**

Вот и полдник подошел,  
Сели дети все за стол.  
Чтобы не было беды,  
Вспомним правила еды:  
Наши ноги не стучат,  
Наши язычки молчат.  
За обедом не сори,  
Насорил – так убери.  
А у нас есть ложки  
Волшебные немножко.  
Вот – тарелка, вот – еда.  
Не осталось и следа.  
На моей тарелочке

Рыженькая белочка,  
Чтоб она была видна,  
Все съедаю я до дна.  
Бери ложку, бери хлеб,  
И скорее за обед.  
“Не хочу есть манную кашу!”  
Кричала девочка Маша.  
“Правильно, - думала каша. –  
Хорошая девочка Маша”.  
Посадим на ложку  
Капусту, картошку – и спрячем!  
Попробуй найди!  
Не видно на ложке  
Капустки, картошки.  
И нет на тарелке – гляди!  
Час обеда подошел,  
Сели деточки за стол.

### **Сон**

Спали – почевали,  
Весело ли встали?  
Тишина у пруда,  
Не качается вода.  
Не шумят камыши,  
Засыпают малыши.  
Потягушечки, потягушечки  
Поперек толстушечки,  
А в ручки хватушечки,  
А в ножки ходушечки,  
А в роток говорок,  
А в головку разумок.  
Ночь прошла,  
Темноту увела.  
Замолчал сверчок,  
Запел петушок.  
Встала маменька,  
Открыла ставенку.  
“Здравствуй, солнышко – колоколнышко!”  
Ночь пришла,  
Темноту привела.

Задремал петушок,  
Запел сверчок.  
Вышла маменька,  
Закрывает ставенку.  
“Засыпай, бай-бай!”  
Вот проснулся петушок,  
Встала курочка.  
Подымайся, мой дружок,  
Встань, мой Юрочка!  
Спят медведи и слоны,  
Заяц спит и ежик.  
Все вокруг спать должны,  
Наши дети тоже.  
Ах ты, душечка!  
Ах ты, душечка!  
Ах ты, белая  
Моя подушечка.  
На тебя ложусь щекой,  
За тебя держусь рукой!  
Наступает ночка,  
Ты устала, дочка.  
Ждет тебя кроватка,  
Спи, дочурка, сладко.