

Режим дня дошкольника



Утро



День



Вечер



Ночь

Утром просыпаемся



Утром зазвонил будильник
Мне будильник ни к чему,
Потому, что без звоночка
Встать так рано я могу!

Умываемся

Снует зубная щетка,
Как по морю лодка,
Как по речке пароход
По зубам она идет,
Вверх и вниз, туда-обратно.
Счистим мы налет и пятна.
Чтобы зубки не болели,
Чтоб как зимний снег белели

Волшебная водичка
На розовое личико,
Ручеек из сказки
На носик и на глазки,
Брызги из кадушки
На щечки и на ушки,
Дождичек из лейки
На лобик и на шейку.
Ливень с теплой тучки
На маленькие ручки.
Вот какой чистюля! Целуй меня, мамуля!



Делаем зарядку

Занимаюсь я зарядкой,
По утрам, по вечерам.
Со здоровьем всё в порядке,
Что советую я Вам.
А потом пойду в присядку,
Потанцую на ковре.
Так я делаю зарядку,
Рано утром на заре.
Головой вращаю смело,
Поклонюсь Вам до земли.
Дух здоровый, крепче тело,
С добрым утром — земляки!





Завтракаем

Рисуем, лепим, считаем...



Гуляем



Днем обедаем





СПИМ



Играем



Вечером
ужинаем

Гуляем



Вечер дома





Ложимся спать

Нарисуй свой режим дня.