

# ПАПКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



## РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНИКА



УТРО



ДЕНЬ



ВЕЧЕР



НОЧЬ



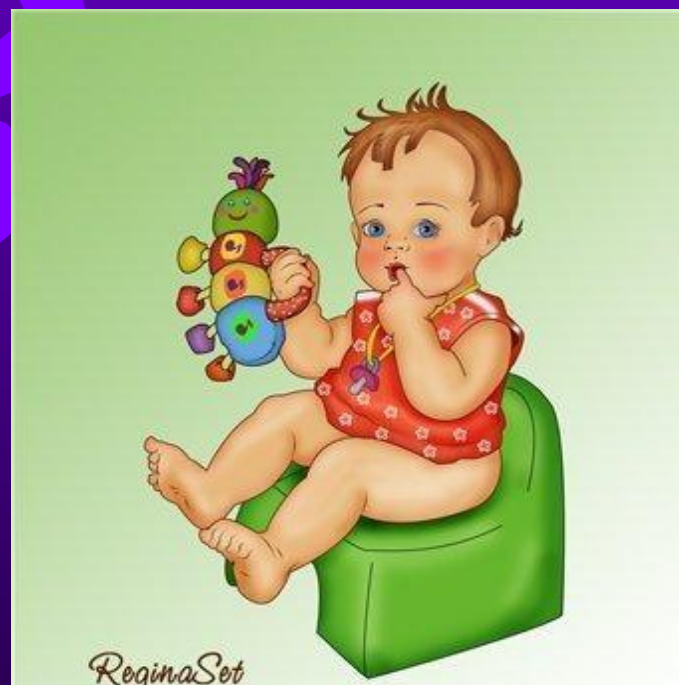
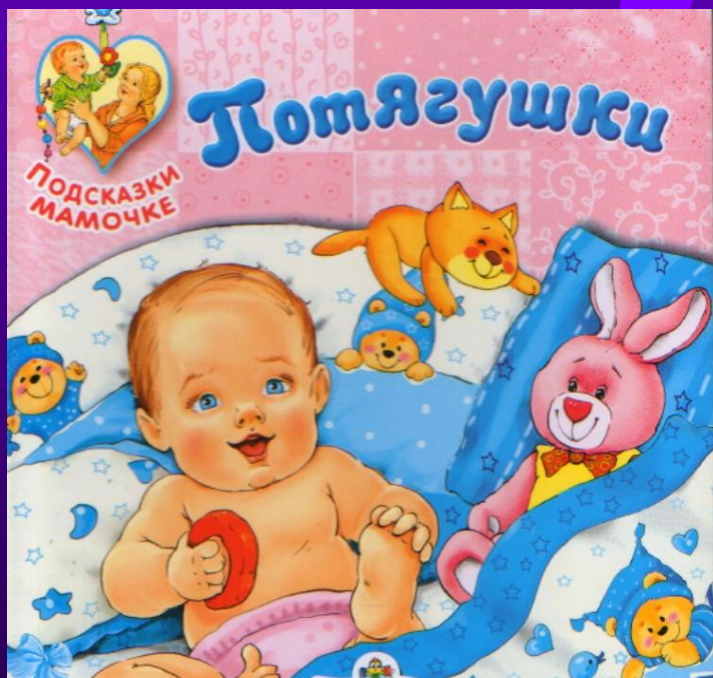
# РЕЖИМ ДНЯ

Здравствуйте, уважаемые родители!  
Привет малыш! Вы знаете, как организовать своё время, чтобы всё успеть: позаниматься, поиграть, погулять, убраться дома? Мы вам подскажем!

Садись поудобнее вместе с мамой и папой и посмотрите эту папку-передвижку...

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!

Начинаем наш урок.  
Это что стоит? Горшок!  
Раз-два-три-четыре-пять -  
Будем мы штаны снимать!  
Присядем аккуратно.  
Знают все детишки:  
Очень неприятно  
Писаться в штанишки!  
Мы все сделаем, как надо.  
Мама будет очень рада!



Умываться нам пора!  
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 пучки  
На маленькие ручки.  
Вот какой чистюля!  
Целуй меня, мамуля!



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

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.



Съели завтрак, попрощались,  
Быстро в школу собирались.  
Здравствуй школа! Здравствуй  
класс! Ждёт учительница нас.



Это время - время книжки,  
Не спеша оно идет  
Все девчонки и мальчишки  
Учат азбуку и счет  
Учат песенки смешные,  
Рисуют рожицы кривые.

Поиграем в "догонялки",  
Поиграем в "прятки",  
Или просто посидим  
На своей площадке.

Это время для обеда,  
Значит нам за стол пора.  
Прекращается беседа,  
Прекращается игра.  
Суп, и каша, и котлета  
На тарелке ждут меня.



До свиданья, школьный дом!  
Завтра снова мы придём!

Это время тишины,  
Все мы знать его должны.  
Потому что в этот час  
Снова ждут подушки нас.  
А на краешке подушки  
Спят любимые игрушки.



Это время простокваш,  
В это время полдник наш.  
После полдника опять  
Будет некогда скучать -  
Как же весело играть...!  
Так же время нам дано  
Для веселого кино.





После полдника опять  
Будет некогда скучать -  
Как же весело играть...!  
С друзьями я пойду  
гулять.  
На качелях покачемся,  
В салки вдоволь наиграемся.

Время быстро пролетит  
С работы мама к нам  
спешит  
Мы не виделись весь день,  
Но теперь я снова с ней.



Ужин вкусный мы съедим  
Телевизор поглядим,  
Или в игры поиграем,  
Или книжку почитаем.

Ждёт зубной порошок  
И журчит водица:  
«Не забудь, мой дружок,  
Перед сном умыться!»  
Пусть приходит крепкий сон.  
Всем на свете нужен он.

