

ПАПКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНИКА



УТРО



ДЕНЬ



ВЕЧЕР



НОЧЬ

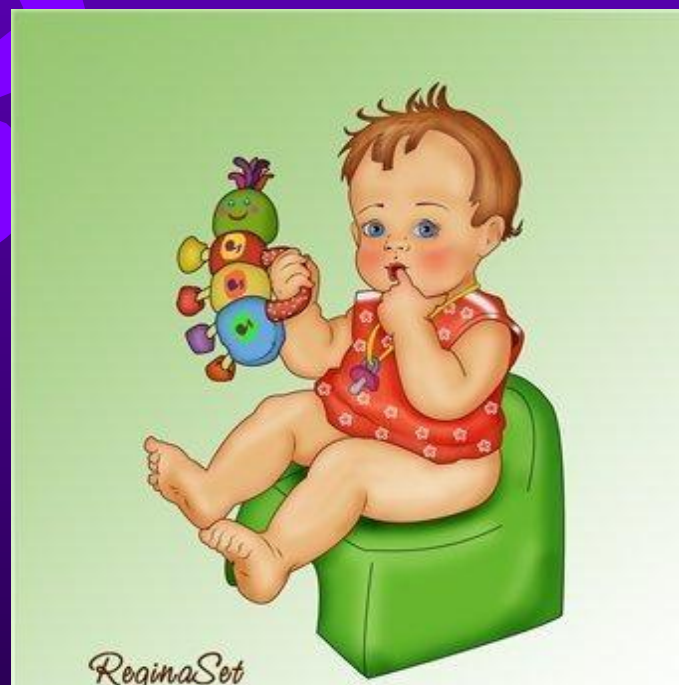
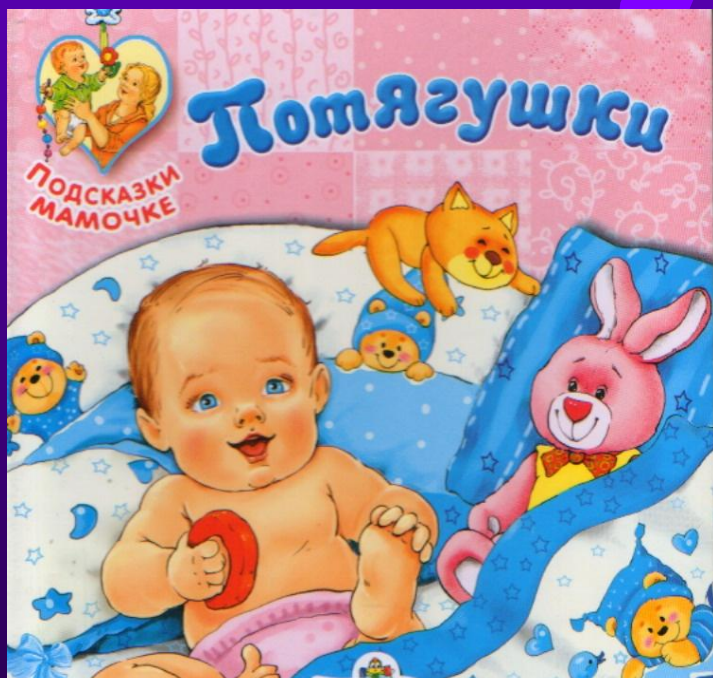


РЕЖИМ ДНЯ

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 кадлушки
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.

