

# Группа "Смешарики" детский сад "Ёлочка"



Мы, весёлые ребята,  
Всем расскажем по порядку,  
Как свой день вам проводить,  
Чтоб здоровье сохранить!!!



Рано утром мы встаём,  
В детский сад скорей идём,  
Здесь нас встретит аромат -  
Аромату каждый рад!





Правильно его вдохнём,  
Выдохнем...Ну, а потом  
На зарядку поспешим  
И взбодримся от души!



Много дел сегодня ждёт:  
Всем занятиям свой черёд!  
Нужно вовремя поесть,  
Поиграть, потом присесть...  
Да умишка поднабраться –

Скоро в школу отправляться!





Чтобы стали мы умней,  
Сделаем массаж скорей -  
Ушки, носики потрём...  
И болезни нипочём!



И про ручки не забудем -  
Упражнения делать будем.  
Чтоб умело нам писать,  
Нужно их тренировать!





На разминку дружно встанем -  
Танцевать мы не устанем!  
А потом опять играть:  
Посчитать, порисовать...





Ждёт прогулка детвору -  
Здесь затеем мы игру...  
Свежий воздух - лучший друг!  
Победит любой недуг!



Отобедаем...Потом  
Моментально мы заснём.  
Сон полезен малышам -  
Хлюпикам и крепышам!





Как проснёмся - вновь за дело,  
На ковёр ступаем смело:  
Пуговки, шипы, колючки...  
Спинку прямо, тянем ручки!





Горлышко мы прополощем -  
Нет микробам злым и тощим!  
Не останется следа,  
Смоет напрочь всё вода!



Подкрепиться час пробил,  
Чтобы было больше сил  
Веселиться и играть,  
Прыгать, бегать и скакать!



Вместе с клоуном потом  
Физминутку мы начнём.  
Физминутка не простая -  
С язычком мы поиграем!  
Будет наш язык послушен,  
А стишок совсем не скушен,  
Выучим его на раз -

Хоть сегодня в первый класс!





На прогулку вновь выходим -  
Быть здоровым нынче в моде.  
Клюкву-ягодку скорей  
Язычком своим согрей!



Не страшны тогда ангины, ОРЗ и скарлатины.

Это горе - не беда,  
Мы здоровью скажем "Да"!  
Всем вам шлём большой привет  
И позвольте наш совет:  
Чтоб с болезнями не знаясь,  
Нужно, дети, закаляться!!!









