**ВТОРНИК**

**«Правила гигиены и закаливания»**

*7.30 – 8.00 прием детей, свободная деятельность.*

Утро только наступает, спать будильник не даёт.

Всех с постели поднимает и у всех полно забот.

Люди – взрослые и дети по своим спешат делам,

Детский сад огнями светит, открывает двери нам.

*8.00 -8.10 беседа: «Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья!»*

*8.10 – 8.30 музыкальная зарядка*

В восемь, десять все по распорядку, дружно делаем зарядку.

*8.30 – 8.50 подготовка к завтраку, завтрак.*

Всех детей завтрак ждёт, за стол скорей,

 А хороший аппетит никому не повредит.

*8.50 – 9.00 подготовка к занятию.*

*9.00 – 9.25 занятие «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!»*

*9.25 -9.35 подготовка к занятию, свободная деятельность.*

*9.35 – 10.00 занятие по физической культуре*

*10.00 – 10.10 второй завтрак, подготовка к занятию*

*10.10 -10.30 занятие по ручному труду «»*

*10.30 -12.00 прогулка*

На прогулку кто готов?

Если солнце ярко светит или пасмурно у нас.

Всё равно идём мы вместе на прогулку в этот час.

Опыты с водой, воздухом.

Подвижные игры

Индивидуальная работа с детьми: повтор стихов, беседа.

*12.00 – 12.10 возращение с прогулки*

*12.10 -12.30 беседа с детьми «Что такое здоровье»*

*12.30 – 13.00 подготовка к обеду, дежурство, ЗКГН, обед*

Таких борщей, таких котлет, нигде вкусней на свете нет!

Только надо не забыть, руки чисто всем помыть!

 ***Умывание.***

А теперь берите ложки и съедайте всё до крошки!

**После обеда***.*

Молодцы! Всё быстро съели! Ждут вас чистые постели!

*13.00 – 15.00 сон*

Вставай, подъём! На полдник молочка попьём.

Но сначала для порядка, дружно сделаем зарядку

*15.00 – 15.10 гимнастика после сна*

*15.10 – 15.30 подготовка к полднику, ЗКГН*

*15.30 – 15.50 полдник*

*15.50 – 16.10 ситуативный разговор « для чего нужно соблюдать правила гигиены. Зачем закаляться?»*

*16.10 – 16.35 изготовление стен газеты «Знает вся моя семья, должен быть режим у дня»*

*16.35 – 17.00 свободная деятельность детей*

*17.00 – 17.30 прогулка, уход домой.*