

Основные режимные моменты



Режим дня – это физиологически обоснованное рациональное чередование периодов бодрствования и отдыха.

Цель режимных моментов: - укрепление здоровья, профилактика заболеваний, физическое и умственное развитие детей, воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.



1. Прием детей, утренняя гимнастика
3. Игры и детские виды деятельности
5. Подготовка к обеду и обед
7. Подъем после сна, водные процедуры, закаливающие мероприятия
8. Игры, самостоятельная деятельность детей
9. Подготовка к полднику, полдник

2. Подготовка к завтраку, завтрак
4. Подготовка к прогулке, прогулка
6. Подготовка к сну, дневной сон
10. Игры, прогулка, уход детей домой .

Утренняя гимнастика



Гигиенические процедуры

правила поведения в умывальной комнате



хорошо намыливать руки
и выполнять прочие процедуры
над раковиной



после мытья рук сразу же закрывать воду



пользоваться только своим полотенцем,
после процедуры умывания
аккуратно вешать его на свое место



не разбрызгивать воду,
поддерживать порядок и чистоту





Прием пищи

во время еды правильно пользоваться столовыми приборами, аккуратно пользоваться салфеткой

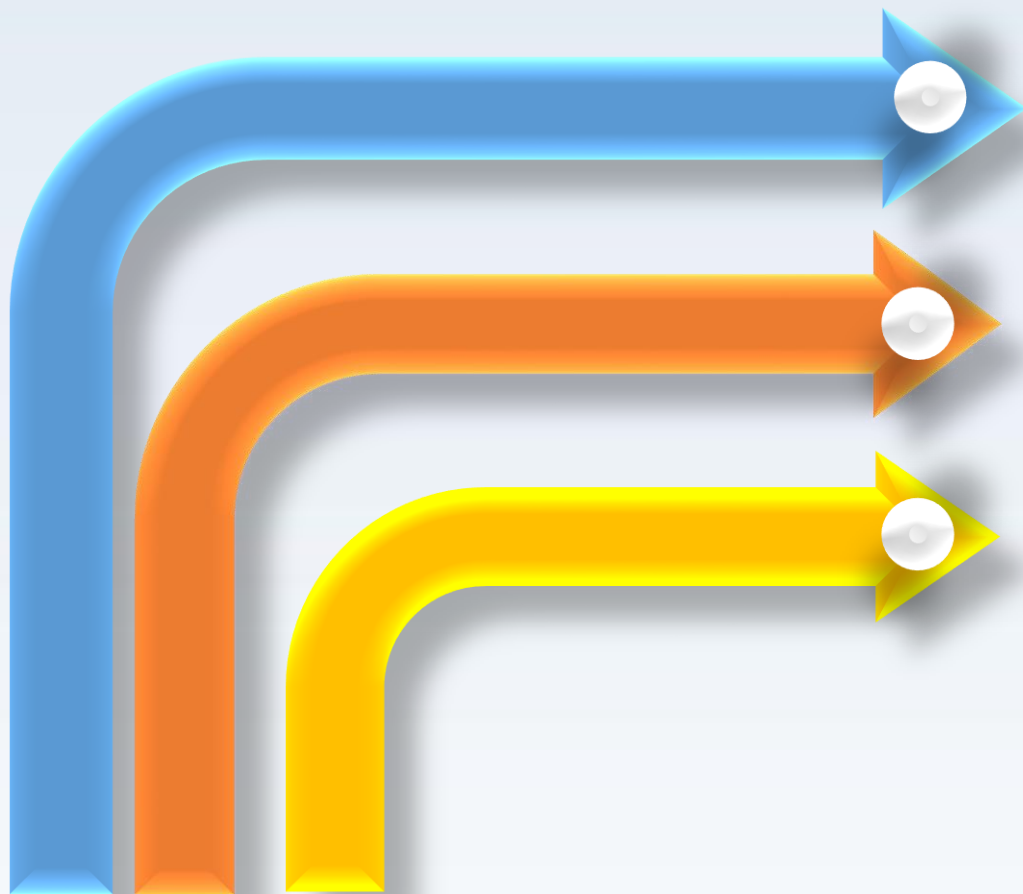
пережёвывать пищу с закрытым ртом

не разговаривать во время еды





Прогулки



уметь самостоятельно одеваться на прогулку, соблюдая правильную последовательность одевания

во время прогулки не покидать участок без разрешения воспитателя

уметь самостоятельно раздеваться после прогулки, аккуратно убирая вещи в шкафчик







Дневной сон



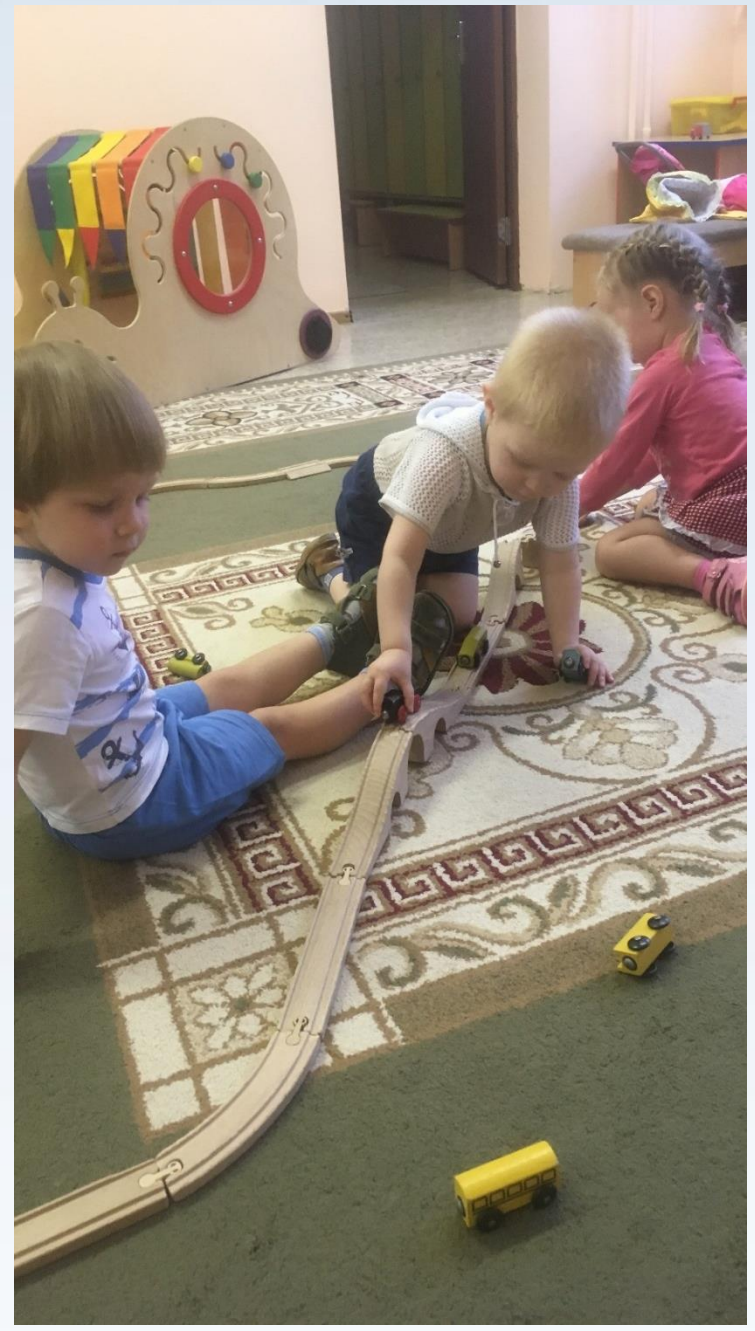


Закаливающие процедуры



Игровая деятельность









Спасибо за внимание!