

РЕЖИМ ДНЯ

Наши занятия



Играем



Гуляем



Обед



Завтрак



Зарядка



Доброе утро!



Тихий час



Полдник



Весёлые игры



Пора домой! Прогулка



ЭТО ВАЖНО!

Почему нужно соблюдать режим дня?

Различные виды деятельности необходимы детям для всестороннего развития. Режим дня – это грамотное распределение времени, отпущенного на занятия. Составлять режим нужно с учётом возраста и индивидуальных особенностей организма, чередуя работу с отдыхом.

Продуманный распорядок дня способствует восстановлению сил, укрепляет иммунитет, повышает тонус, воспитывает здоровые привычки, ответственность и дисциплину.

Зная расписание ребёнка, родители могут планировать и своё время. В выходные и на каникулах желательно придерживаться режима дошкольного заведения, внося необходимые корректировки, зависящие от личных планов семьи.

