

День здоровья «Режим дня»

Режим дня — это система распределения периодов сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, занятий и самостоятельной деятельности детей. Бодрое, жизнерадостное и в то же время уравновешенное настроение детей в большой мере зависит от строгого выполнения режима.

Поэтому данная тема была включена в оздоровительный проект «Здоровячки - речевички» для изучения и образования детей старшего дошкольного возраста. Через игровую деятельность ребята прошли обучение, запомнили очередность периодов и важность соблюдения режима дня. Продемонстрировали кукле Здоровейке знания о том, какие периоды входят в режим дня. По итогу развлечения ребята из настенных часов создали макет «Режим дня».

