

РЕЖИМ ДНЯ, ВИТАМИНЫ И ЗДОРОВЬЕ

ФИЗКУЛЬТМИНУТКА «МЫ РЕШИЛИ ЗАКАЛЯТЬСЯ»

Мы решили закаляться,
раз – два, раз – два!
(приседания, руки вытянуть вперед)
И водою обливаться,
раз – два, раз – два!
(поднять руки вверх, имитация обливания)
А потом мы полотенцем,
раз – два, раз – два!
Не забудем растереться,
раз – два, раз – два!
(имитация растирания полотенцем)

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «ГОРОШИНКИ»

Раскатились по дорожке
(постучать пальцами по столу)
Разноцветные горошки.
Птички весело клюют,
(пальчики «клюют»)
Нам горошки не дают.
(погрозить пальцем)
Дайте мне горошинку!
(прижать ладошки друг к другу)
Я такой хорошенький!
(погладить себя по голове)

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «ДОСКАЖИ СЛОВЕЧКО»

Он круглый и красный,
Как глаз светофора.
Среди овощей нет сочней... (помидора)

Пушистый и зеленый хвост
На грядках горделиво рос.
Ухватился Ваня ловко:
«Вылезай на свет, ... (морковка)

Круглолица, белолица,
Любит вдоволь пить водицы.
У нее листочки с хрустом,
А зовут ее... (капуста)

А на этой грядке
Разыгрались в прятки
Зеленые хитрецы,
Молодые... (огурцы)

Кругла, рассыпчата, бела,
На стол она с полей пришла.
Ты посоли ее немножко.
Ведь правда вкусная... (картошка)

