

Один день в «Прогимназии «Снегири»





**Умывать лицо и руки,
Шею непременно
Надо по два раза в сутки,
Снижая постепенно
У воды температуру,
Чтобы позабыть микстуру.**





**Утром форточку откроем,
Свежий воздух пригласим.
Зарядка нас взбодрит, настроит
И прибавит новых сил.
Начинаем мы зарядку
Рассчитайся по порядку.**





**Завтрак, полдник, днём обед
И вечерний ужин
Для здоровья малышам
Режим питания нужен!
Кушай правильно, дружок,
Вовремя и в меру.
Подрастать ты будешь в срок
Здоровым непременно.**





**Физкультурой заниматься
Надо всем ребята нам.
Бег полезен и игра,
Поиграем детвора!**



**После завтрака играем
Иль занятия получаем.
Полюбились нам занятия,
Как и все мероприятия.
Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам.**





***Помни истину простую:
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или сок морковный пьет.***





***От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну, а лучше есть лимон
Хоть и очень кислый он.***





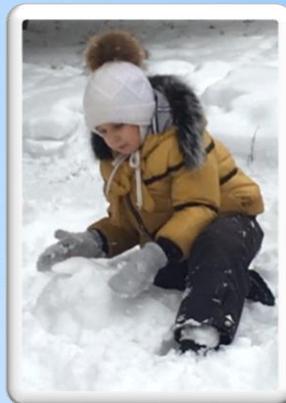
**Раз, два, три, четыре, пять
Собираемся гулять.
Будем быстро одеваться
Не зевать и не толкаться
И пойдем скорей гулять
Прыгать, бегать и скакать.**





**На прогулку мы идем
И ледяночки берем,
С горочки катаемся
Друг другу улыбаемся.**





**Свежий воздух для ребят
Нужен и полезен
Очень весело гулять
И никаких болезней.**



**Так, что дети, постарайтесь
Чаще с мылом умывайтесь!
Надо теплою водой
Руки мыть перед едой.**





**Поиграли! Поплясали
Нагуляли аппетит
Вот теперь и подкрепиться,
Вам совсем не повредит.**

**Повар, повар
Где обед?**

**У меня обеда нет!
Был обед, да от него
Не осталось ничего!
Очень вкусно пообедал,
Поглядел, обеда нет!
Сам не знаю где обед.**



**Знает даже осьминог,
Что идет простуда с ног.
Значит всем пора понять,
Ноги надо закалять.
Нам ступни поставить надо
В таз с холодной водой,
Ненадолго, на чуть – чуть ...
Завтра тоже не забудь.
А затем свои ступни
Полотенцем разотри.**

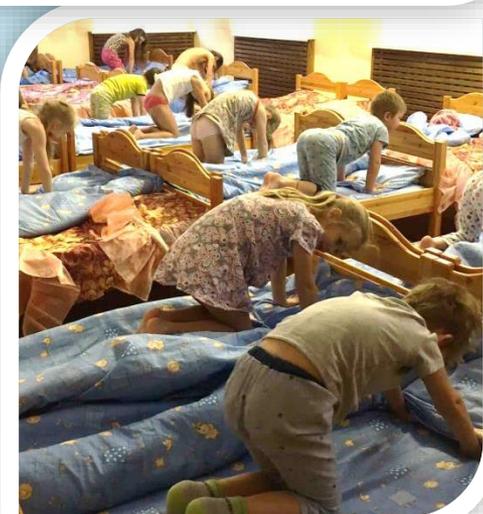


**Все спят ночью, но и днем,
Мы немного отдохнем,
За пол – дня устали слишком,
Надо сделать передышку,
Голове, рукам и нам,
Нужен отдых - тихий час.**





**Мы спокойно отдыхали
Сном волшебным засыпали
Хорошо нам отдыхать!
Но пора уже вставать!
Крепче кулаки сжимаем
И повыше поднимаем
Потянуться! Улыбнуться!
Всем открыть глаза - проснуться.**





**Раз, два, три и
точно в раз
На коврик нужно
нам попасть.
Этот коврик очень
важный
Он лечебный, очень
важный.
Потопчитесь,
походите
И немного
пробегите.**



***Вот и полдник подошел.
Сели дети все за стол,
Чтобы не было беды,
Помни правила еды.***





***Детки в садике живут,
Здесь играют и поют,
Здесь друзей себе находят
На прогулку с ними ходят
Вместе спорят и мечтают
Незаметно подрастают.***





Внимание, внимание!
Начинаем соревнования
Не ленись, не зевай
Участие активное
принимай.



**Мы веселые ребята
Любим бегать и играть
А еще мы очень любим
Потрудиться, всякий раз.
Мы откроем вам секрет
В мире нет рецепта лучше
Будь со спортом не разлучен
Проживешь тогда сто лет.**





**Играть мы любим очень
Вы знаете друзья
Без игр прожить ребенку
Никак, никак нельзя.
Я врачом, наверно буду
Стану я людей лечить.
Буду ездить я повсюду
И спасать больных людей.
Айболит лечил мартышек
А Пилюлькин - коротышек!
Мы же лечим всех подряд
Бегемотиков, бельчат,
Крокодилов и волчат.
И лисят и поросят,
Кукол, рыбок, зайчиков
Девочек и мальчиков.**





**Солнце скрылось за домами
Покидаем детский сад
Я рассказываю маме
Про себя и про ребят
Как мы хором песни пели
Как играли в чехарду,
Что мы пили, что мы ели,
Что читали в детсаду.**

**Вот так живем, не зная скуки,
В делах проходит день за днем.
Мы от методик прогрессивных
В делах своих не отстаем!**



**Любим свой мы детский сад
В нем полным полно ребят
Раз, два, три, четыре, пять
Жаль, что всех не сосчитать
Может сто их, может двести
Хорошо когда мы вместе.**

