**Распорядок дня на неделю**

**Старшая группа**

**Подъем**

Отворим все окна в доме

Чтоб впустить потоки света,

Чтоб согрелась ранним утром

Наша добрая планета.

Мы танцуем этим утром

По ковру из нитей солнца

И моя душа смеется,

В сердце счастье- встало солнце!



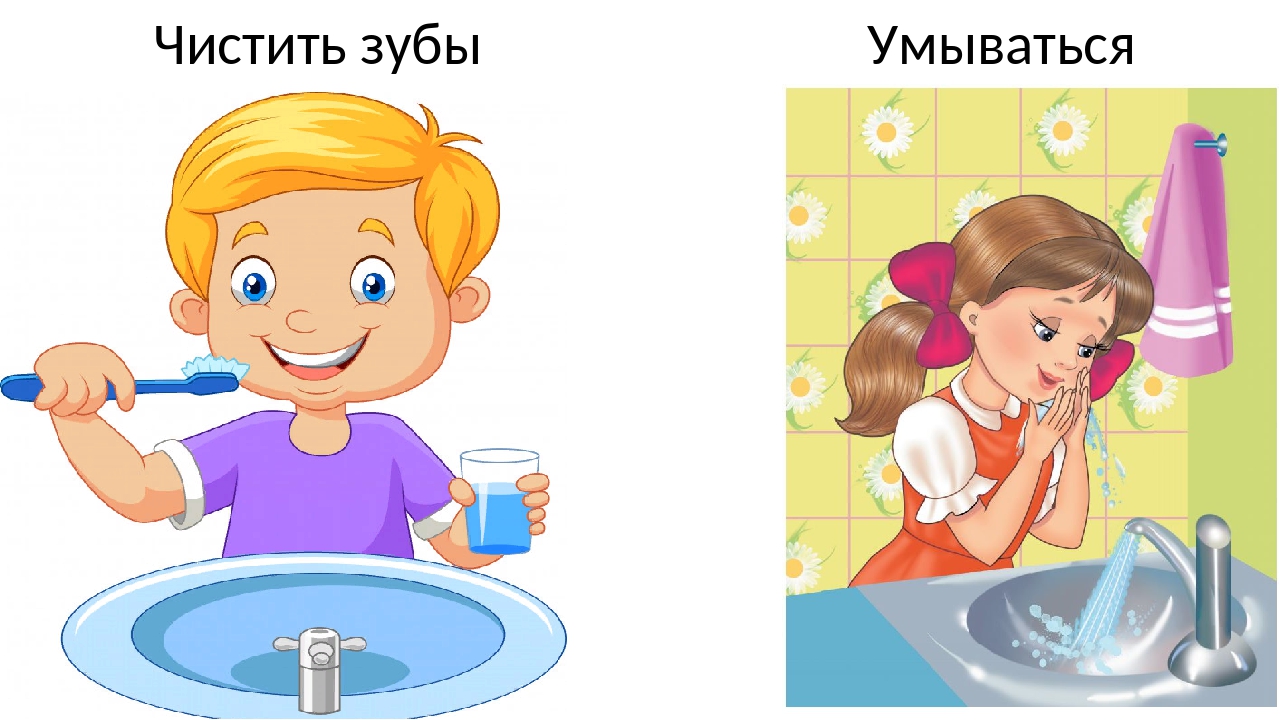
**Утренняя гимнастика**

Цель:   **С**пособствовать пробуждению организма и созданию положительного настроения  на день.



Чтобы получить заряд бодрости на целый день, выполните вместе с ребенком утренюю гимнастику пройдя по следующей ссылке

<https://ok.ru/video/32318425603>



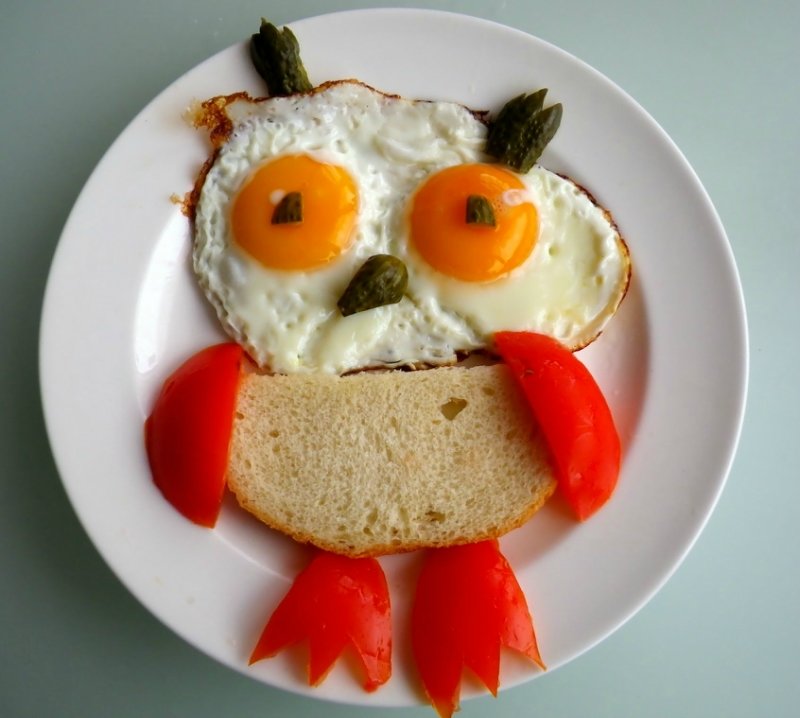
**Завтрак**

Цель: формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.

Завтрак утро наступает -  
Настроение поднимает!



День теперь не будет грустным!  
Завтрак очень, очень вкусный!



**Тема недели «Вода-это жизнь!»**

**Образовательная деятельность:**



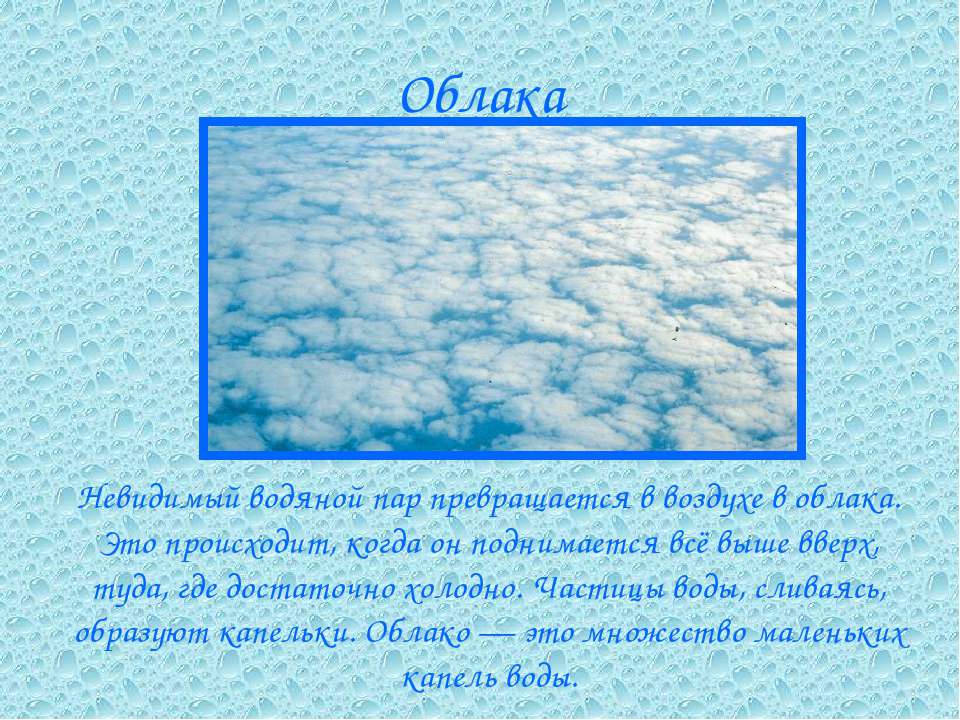
**Эксперименты с водой!!!**

**Вырастить фасоль на окне!**

**Разноцветные цветы!**



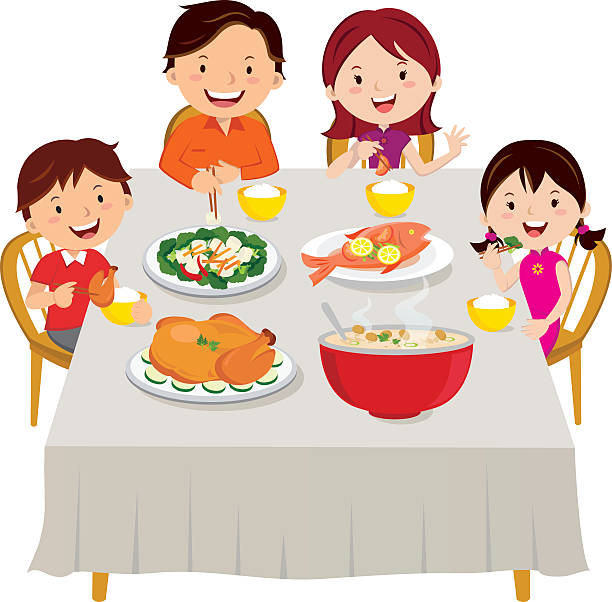




****

Обед

Цель: Воспитание у детей привычки правильного поведения за столом, культуры приема пищи.

****

**Дневной сон**

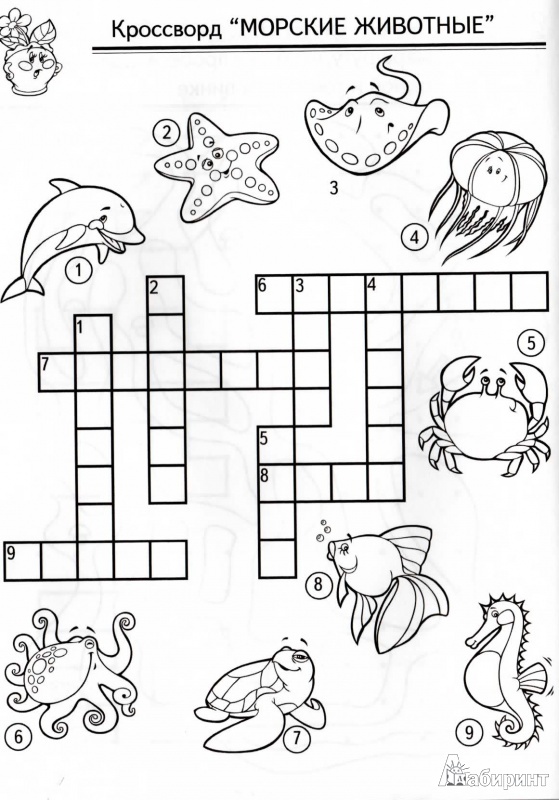
**Гимнастика после сна**

Цель: создать бодрое, радостное настроение, постепенный переход от сна к бодрствованию.

Предложите ребенку выполнить гимнастику после сна пройдя по ссыке: <https://youtu.be/7ELMG_9fVeY>

**Галина Железцова**  
Сказка «Путешествие капельки воды»

Жила-была в одной лесной речке **капелька воды**. Она была обыкновенная, похожа как две капли **воды на все остальные капельки**. Речка очень любила свои **капельки** и всегда предупреждала о том, чтобы они двигались быстро, прятались за кусты и берега и старались меньше быть на солнышке. Однажды утром **капелька** проснулась в отличном настроении и вместе с другими **капельками** стала играть с берегом реки, то набегать волной на него, то скатываться с него. Выглянуло из-за облачка солнышко, направило свои лучи на землю и всем на земле стало тепло. **Капелька** нежилась в его лучах и мечтала о том, как бы ей подружиться с солнышком и полететь к нему в гости. Она забыла о том, о чем предупреждала речка, закрыла глаза и представляла, как она летит. Вдруг **капельке стало очень жарко**, она почувствовала, что с ней что-то происходит, словно ее тело стало легким и воздушным. **Капельке стало страшно**, и она открыла глаза. Каково же было ее удивление, когда над собой она увидела ослепительное солнце с палящими лучами. Ей расхотелось лететь к солнышку, и она решила спрятаться под бережок. Посмотрела по сторонам, посмотрела вниз, и поняла, что речка осталась далеко внизу. Если бы она могла плакать, то она бы заплакала, но в эту минуту она услышала чей-то крик. Посмотрела и увидела множество **капелек**, которые собрались в облачко и плывут в нем по небу. Изо всех сил устремилась она к ним, и была рада оказаться рядом с ними. **Капелька успокоилась**, теперь она была не одна и спокойно любовалась красотой природы с высоты. Она видела, как другие **капельки летели к солнышку**, и вместе со всеми звала их на свое облако. Их становилось все больше и больше, а облачко опускалось все ниже к земле. Теперь **капелька видела поля**, леса, цветы и травы, она слышала их легкий шепот. Вот вдалеке она увидела свою речку, и ей захотелось вернуться домой, но вдруг она услышала чей-то плач. Смотрит, а это цветок опустил свою голову, погибает от жары и просит пить. **Капелька** посмотрела еще раз в сторону речки и прыгнула вниз. Он погибнет без меня, думала **капелька**, пока летела к цветку. Другие **капельки полетели за ней**, они напоили цветок и он ожил. **Капельки** сидели в листиках цветка и любовались радугой, которая повисла над речкой. *«Ты первый раз****путешествуешь****?»*- спросила **капельку соседка справа**. *«Да»* - ответила **капелька**. «А мне нравиться **путешествовать** завтра я снова полечу, я хочу облететь весь мир» - **сказала соседка слева**. Как интересно, подумала **капелька**, **путешествовать** по кругу это здорово! Когда я вернусь в свою речку, обязательно всем расскажу о своем **путешествии**.



**Ужин**

Цель: формировать у детей навыки правильного питания, как составной части здорового образа жизни.

*Как вести себя за****столом.***

• Не сиди, развалившись.

• Не шаркай ногами, не разговаривай.

• Не вертись.

• Ешь аккуратно, не проливай на скатерть..

• Не откусывай сразу большие куски хлеба. Ешь тихо. Не чавкай.

• Правильно держи вилку, ложку и нож.

• После еды положи ложку и вилку в тарелку.

• Выходя из-за **стола,** убери стул и поблагодари.

****



