**Распорядок дня на**

**«День здоровья»**



**10 ноября, пятница**

**Утро**: Раз, два, три - на зарядку выходи!»

**Завтрак** – это заряд на весь день.

**Образовательная деятельность**: Вот весёлая игра – упражнение для ума.

1. Тема: «Доктор Витаминкин пришёл в гости»

2. Нам всем не лень,

Мы рисуем «Зимний день»

Прогулка: 1. Теперь идём гулять

 И на лыжах зажигать. 

2. Лопаты в руки возьмём

 И крепость строить начнём

 3. С подружкой Катей

 Катаемся на снегокате.

4. По снежку на санках дети

 Мчатся с горки словно ветер.

**Обед:** Чтоб быть как атлеты , 

 Ешьте суп и котлеты,

 А вот -

 И витаминный компот.

**Процедуры перед сном**: Чтобы не болели ножки –

 Пошагаем по дорожке.

**Сон** «Богатыря»: Реснички опускаются

Глазки закрываются.

**Гимнастика пробуждения**: Мы братья-головастики 

 Любители гимнастики.

**Полдник:** Время полдника у нас!

 Будем кушать мы сейчас.

 Вот творожное суфле

 Перед нами на столе!

**Вечер:** Спортивное развлечение «День осени».

