#### ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНО!

#### ЗДОРОВЬЕ ЗАВИСИТ ОТ САМОГО ЧЕЛОВЕКА!

#### УВАЖАЕМЫЕ ВОСПИТАТЕЛИ! С САМОГО РАННЕГО ВОЗРАСТА ФОРМИРУЙТЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УДЕТЕЙ; ЭТО - РЕЖИМ ДНЯ, СОН,УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА, ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ, НОД, ПРИЕМ ПИЩИ,ПРОГУЛКА, ИГРА, ТРУД.

#### ОДНИМ ИЗ ВАЖНЫХ МОМЕНТОВ ЯВЛЯЕТСЯ СОБЛЮДЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ. РЕЖИМ ДНЯ ЯВЛЯЕТСЯ ОЧЕНЬ ВАЖНЫМ УСЛОВИЕМ ДЛЯ НОРМАЛЬНОГО ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ. КАЖДАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА ДОЛЖНА ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ СВОЕГО РЕЖИМА ДНЯ И РАБОТАТЬ ПО ПРОГРАММНОМУ СОДЕРЖАНИЮ СООТВЕТСТВУЮЩЕЙ КАЖДОЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ.

#### ПРАВИЛЬНЫЙ РЕЖИМ УКРЕПЛЯЕТ ЗДОРОВЬЕ, ОБЕСПЕЧИВАЕТ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ УСПЕШНО ОСУЩЕСТВЛЯТЬ РАЗНООБРАЗНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПРЕДОХРАНЯЕТ ОТ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ.

#### РЕЖИМ ДНЯ – ЭТО ЗАЛОГ НОРМАЛЬНОГО РОСТА И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА.

####  У ДЕТЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В ДЕТСКОМ САДУ, ДЕНЬ ПОДЧИНЕН СТРОГОМУ РАСПОРЯДКУ С ПРЕДУСМОТРЕННЫМИ ПРОГУЛКАМИ И ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, ЗАНЯТИЯМИ ГИМНАСТИКОЙ, РИТМИКОЙ, И Т.Д.

####  ВОСПИТАТЕЛЯМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬ РОДИТЕЛЕЙ О ТОМ, ЧТОБЫ ДОМА, В ВЫХОДНЫЕ ДНИ, РЕЖИМ НЕ ОТЛИЧАЛСЯ ОТ УСТАНОВЛЕННОГО В ДЕТСКОМ САДУ И СТАВШЕГО ДЛЯ РЕБЕНКА ПРИВЫЧНЫМ. ОНИ ДОЛЖНЫ В ОДНО И ТО ЖЕ ВРЕМЯ ЛОЖИТЬСЯ СПАТЬ И ВСТАВАТЬ, ХОДИТЬ И ГУЛЯТЬ, ЗАНИМАТЬСЯ И ТРУДИТЬСЯ.

####  ВОТ ПОЧЕМУ ТАК СПРАВЕДЛИВО ОТМЕЧАЛ ВЫДАЮЩИЙСЯ СОВЕТСКИЙ ПЕДАГОГ

#### В.А. СУХОМЛИНСКИЙ: «Я НЕ БОЮСЬ ЕЩЕ И ЕЩЕ РАЗ ПОВТОРЯТЬ : ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ВАЖНЕЙШИЙ ТРУД ВОСПИТАТЕЛЯ».

#### ОТ ЖИЗНЕРАДОСТНОСТИ, БОДРОСТИ ДЕТЕЙ ЗАВИСИТ ИХ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ, МИРОВОЗЗРЕНИЕ, УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ, ПРОЧНОСТЬ ЗНАНИЙ, ВЕРА В СВОИ СИЛЫ!»ПОДГОТОВИЛА ВОСПИТАТЕЛЬ МБДОУ Д/С№76 ГРУППА №8 ХАНИНА В.Н.\