



Гимнастика для язычка

Здравствуй язычок!

Жил на свете язычок! Вот такой!

(Дети высовывают язычок.)

У язычка был домик – это рот. Вот такой!

(Дети широко раскрывают рот.)

У дома была дверь – зубы.

(Дети показывают зубы.)

Каждое утро дверь открывалась.

(Дети открывают рты и высовывают язычки.)

Язычок выходил на улицу и говорил: «Здравствуй, утро!» - а потом делал зарядку.

Язычок поворачивался вправо, влево, вверх, вниз.
(Дети делают зарядку вместе с язычком, в соответствии с его движениями.)

Язычок и жук

Внизу язычок увидел жучка.

(Взрослый предлагает детям рассмотреть на картинке жука.)

Жук жужжит: «Жу – жу – жу, я без дела не сижу!»

(Взрослый предлагает детям выделить на картинке части тела жука и назвать их.)

Мы знаем, что жуки умеют ползать и летать.

Как? Покажите.

(Взрослый вместе с детьми играет)

Язычок и божья коровка

Божья коровка, черная головка,

Улети на небо, принеси нам хлеба,

Черного и белого, только не горелого,

Пух - пух - пух. Улетела

(дети имитируют движения улетающей коровки)

Упражнения для глаз

Упражнения для зрительно-двигательной ориентации

1. Отвести взгляд вправо, влево, не поворачивая головы. Упражнение можно выполнять стоя или сидя.
2. Поднять глаза вверх, голова неподвижна. Затем опустить взгляд вниз.

Упражнения для снятия усталости глаз

1. Крепко зажмурить глаза на 3-5 сек, затем открыть.
2. Быстро моргать глазами в течение 30-60 сек.
3. Поставить указательный палец правой руки по средней линии лица на расстоянии 25-30 см от глаз, перевести взгляд на кончик пальца и смотреть на него 3-5 сек, затем опустить руку.
4. Смотреть на кончик пальца вытянутой руки, медленно согнуть палец и приблизить его к глазам (в течение 3 - 5 сек).
5. Отвести правую руку в сторону, медленно передвинуть палец согнутой руки справа налево и, не двигая головой, следить глазами за пальцем. Повторить упражнение, перемещая палец слева направо.
6. Приложить палец к носу, смотреть на него, затем убрать и перевести взгляд на кончик носа. Закрыть глаза и посмотреть вправо, влево, вверх, вниз, не поворачивая головы, глаза закрыты.
7. Смотреть вдаль прямо перед собой 2-3 сек, затем перевести взор на кончик носа на 3-5 сек.
8. Производить круговые движения по часовой стрелке рукой на расстоянии 30-35 см от глаз, при этом следить за кончиком пальца. Повторить упражнение, перемещая руку против часовой стрелки.



- ❖ Приводите ребенка в детский сад:
 - до 8.00;
 - в чистой, опрятной одежде и обуви, с необходимым комплектом сменного белья, с аккуратно причесанными волосами и коротко подстриженными ногтями;
 - здоровым (обо всех случаях недомогания ребенка извещайте воспитателя).
- ❖ Выявленные в утреннем фильтре больные и дети с подозрением на заболевание в детский сад не принимаются.
- ❖ Информируйте администрацию детского сада об отсутствии ребенка в связи с болезнью в течение первых двух часов заболевания.
- ❖ После перенесенного заболевания, а также отсутствия в детском саду более трех дней представьте старшей медицинской сестре справку о состоянии здоровья ребенка от участкового врача - педиатра.

- ❖ Лично передавайте и забирайте ребенка у воспитателя. Напишите заявление на имя заведующего ДОУ, если право забирать ребенка передоверяете родственникам или детям старше 16 лет.
- ❖ Накануне предполагаемого отсутствия ребенка в детском саду по семейным обстоятельствам (отпуск, летний период, санаторно - курортное лечение и пр.) оставьте заявление на имя заведующего МДОУ.
- ❖ Вносите плату за содержание ребенка в ДОУ не позднее 20 - го числа каждого месяца. Своевременно представляйте документы, подтверждающие льготы по оплате за содержание ребенка в детском саду.
- ❖ **Соблюдайте этические нормы в общении с детьми и с сотрудниками детского сада.**

НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

- приносить в детский сад ценные вещи и игрушки;
- «опасные предметы» (пуговицы, бусинки, колечки, мелкие предметы и т.д.).

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- приходить в детский сад в нетрезвом виде;
- курить на территории детского сада;
- приводить животных.

