Životospráva v mateřské škole

Denní režim má pevnou dobu jídla a poledního klidu. Ostatní činnosti jsou členěny na řízené a spontánní. Poměr těchto činností bude vyvážený tak, aby vyhovoval dětem.

Úpravy jídelny a nábytku vzhledem tělesné výšce dětí bude přínosné pro dětské stravování, povede děti od začátku k sebeobsluze, bude respektovat věkovou strukturu kolektivu a zároveň bezpečnost dětí. Při zpracování režimu dne dodržíme požadavek maximálně tříhodinového odstupu mezi jednotlivými jídly a dvouhodinový pobyt venku při příznivém počasí. Po obědě všechny děti provedou hygienu. Děti, které neodcházejí po obědě domů, ulehnou k odpočinku při četbě nebo relaxační hudbě minimálně 30 minut. Poté děti s nižší spotřebou spánku mohou vstát a věnovat se tiché činnosti dle vlastního výběru, spící děti pokračují ve spánku dle potřeby.