

Глава 1. Ты — ученик

К уроку 7. Твой день

Ирина Юрьевна Андржеевская

Режим дня

Дети! Правильный режим
Очень всем необходим.
Чтобы больше успевать,
Научись чередовать:
Спорт, учёба, сон, работа,
Быть полезным для кого-то.
Труд — прогулка, отдых — дело:
Чередуй всё это смело.
Игры, пенье, рисование,
Выжиганье, вышивание.
Завтрак, школа, бег, обед,
Танцы, пёс, велосипед,
Дискотека, ужин, чтение —
Всё успеешь без сомненья!
Сделай распорядок дня,
Нужный лично для тебя!
Распорядок соблюдай —
И учись, и отдыхай!
Никогда не уставай
И побольше успевай!

- О чём это стихотворение?
- Почему нужно чередовать разные дела?
- Вспомни и назови дела, о которых говорится в стихотворении.
- Нужно ли выполнять эти дела строго по порядку? Объясни, почему?
- Кому, по-твоему, автор советует чередовать перечисленные дела? Выбери:
 - всем детям,
 - взрослым,
 - тебе лично.
- А какие дела есть у тебя?