

«Режим  
дня»  
1 класс





**Взялся за  
дело –  
не отвлекайся.**



Делай всё  
быстро.



# Режим дня.



# Режим дня

Перемена



Домашнее задание



распорядок дел,  
действий.

Еда



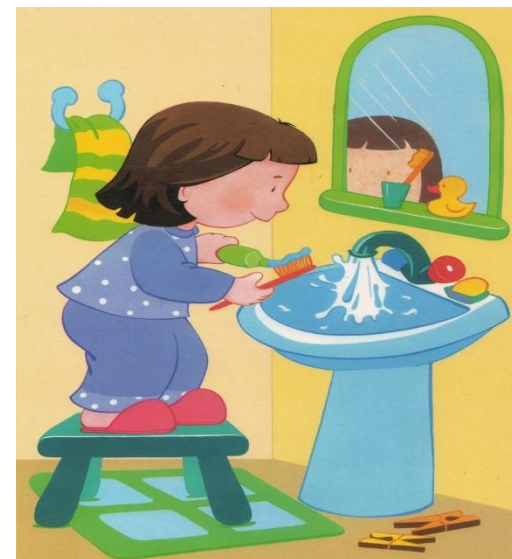
Сон



Вечерняя программа



# 1. ЧИСТИТЬ ЗУБЫ надо... два раза в день: утром и вечером.





**2. Нужно всегда  
вставать ...**

**в одно и то же  
время.**



# 3. Всегда мыть руки...

с

МЕ



# 4. Никогда не есть немытые...

**ОВОЩИ И  
ФРУКТЫ.**



# 5. Во время еды нельзя...

разговарива  
ть.



# 6. Всегда в одно и то же время надо...

вставать,  
ложиться спать,



...и.



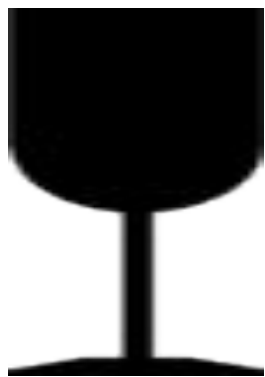
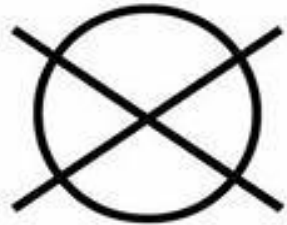


**ПИКТОГРАФИ**

**Я -**

**ЭТО ДРЕВНЕЙШАЯ  
ФОРМА ПИСЬМА.**









надо!

есть!





1. Ежедневно  
вставай в  
одно и то  
же время,  
проветрива  
й комнату и  
делай  
зарядку.



**2. Утром  
умывайся,  
чисти зубы,  
мой уши и  
шею.**



**3. Приучайся  
обтираться  
после  
зарядки  
мокрым  
полотенцем  
до пояса.**



4. Всегда  
мой руки  
перед едой,  
после  
прогулки и  
после  
посещения  
туалета



**5. Перед  
сном  
умывайся,  
хорошо  
проветрива  
й комнату.**



1. Упустишь минутку,  
потеряешь час.

2. Делу – время, а  
потехе – час.

3. Кто поздно встаёт, тот  
дня не видит.

4. Кто хочет много знать,  
тому надо мало спать.





5. Не откладывай на завтра то, что можно сделать

6. Скучен день до вечера, коли делать нечего.

7. Работаешь сидя – отдыхай стоя.

8. Кончил дело – гуляй смело.

