

Режим дня

Учитель начальных классов
МБОУ СОШ № 8 г. Моздока
Сук Наталия Ивановна



Сегодня вы узнаете, кто такие «успешашки» и «неуспешашки», как неинтересное дело сделать интересным, что такое «пиктография» и как она может каждому из вас помочь.



Кто такие «успевашки» и кто «неуспевашки»?



Тайны времени.



**Взялся за
дело — не
отвлекайся.
Делай все
быстро.**



Тайны времени.



- Посуду можно за 3 минуты вымыть, а можно и полчаса плескаться. А кровать заправлять? Уж веселей с ребятами поиграть.

А ведь можно и неинтересное дело делать быстро и с интересом. Попробуй засечь время: сколько минут заняло. Попробуй ещё — теперь уже времени потребуется меньше. Но не забывай: при этом делать не только быстро, но и аккуратно.



Главная тайна времени – режим дня.



Что такое режим?

Обратимся к «Толковому

словарю»

С. И. ОЖЕГОВ
СЛОВАРЬ
РУССКОГО
ЯЗЫКА

Режим — порядок чего-нибудь.

Распорядок. Все делать вовремя, в одно и то же время. Ведь это не просто научить себя делать все вовремя. Но надо стараться.



«Одно из трудных дел»



Одно из самых трудных дел —
Не делать сразу двадцать дел.

А что ни час —

Уметь всё время

Иметь на всё свой час и время:

И на веселье,

И на труд,

На шум и шутки

Пять минут,

И на потеху —

Сладкий миг.

И долгий час

На чтение книг!



Сценк

а



**Давайте попробуем
сейчас расписать
свой день по часам,
то есть составить
наш режим дня.**



7.00 —

подъём





7.10 — зарядка





Подъём
7.00



Зарядка
7.10



Умывание
7.25

Завтрак
8.00



Отдых
14.00-
-15.00



Учим уроки
15.00-17.00



Обед 13-00

Дорога в Школу
8.30



Уроки
9.00-12.40



Домой
12.50



Ужин 19-00
Отдых
19-30



Сон
10.30



Игра «Закончи предложения»

ЧИСТИТЬ зубы надо...

Нужно всегда мыть...

**Никогда не ешьте
немытые...**

Во время еды нельзя...

**В одно и то же время
надо...**



Пиктограф

А чтобы не забыть сделать за день некоторые дела, вам поможет пиктография. Так называется письмо из рисунков-знаков. Это древнейшая форма письменности — с помощью условных рисунков изображали предметы, события и действия. Пиктография была особенно распространена у племен Северной Америки. Пиктография и в наше время.



Используется пиктография и для маркировки товаров. Например на новой одежде можно увидеть знаки.



На картонных упаковках для раз-
вст- жно



«Напоминашка»

	НАДО!	ЕСТЬ!
	•	•
	•	
	•	
	•	





Задаю вопрос
детишкам,
Всем девчонкам и
мальчишкам,
Помни мой совет
простой:
Руки мой
Хорошо, теперь
ответьте
На другой вопрос мне,
дети!
Ежедневно, с ранних
лет



«ЭТО Я, ЭТО Я,



ЭТО ВСЕ МОИ ДРУЗЬЯ»



👉 Ежедневно вставай в одно и то же время, проветривай комнату и делай зарядку.

👉 Утром умывайся, чисти зубы, мой уши и шею.

👉 Приучайся обтираться после зарядки до пояса водой комнатной температуры.

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

👉 Перед сном умывайся,



**Помни твёрдо, что режим
Людям всем необходим**



Список использованных ИСТОЧНИКОВ

- <http://by-anna.com/publ/deti/deti/115-2-2> детки
- <http://www.liveinternet.ru/users/4085327/post162849459/>
Клипарт по сказке "Мойдодыр" на прозрачном фоне
- <http://liubavyska.ru/photo/60-0-11857>
- http://img1.liveinternet.ru/images/attach/c/7/94/508/94508651_goodday11.gif
- <http://priroda.inc.ru/animation/chasi/chasi5.shtml>
- <http://priroda.inc.ru/animation/chasi/chasi6.shtml>
анимация часы
- <http://static.my-shop.ru/product/2/17/163708.jpg>
толковый словарь
- <http://s49.radikal.ru/i126/0811/65/bc5a840f6ab9.png>
мальчик
- http://onpr.usoz.com/index/na_zarjadku_stanovis/0-100
зарядка

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- <http://www.proshkolu.ru/content/media/pic/std/3000000/2800000/2799339-a4b3457500172b89.jpg> режим дня
- <http://www.alegri.ru/images/photos/medium/article880.jpg> режим дня
- <http://s39.radikal.ru/i085/0811/50/80f0e35aad19.jpg> режим дня
- [http://ruganza.ru/image/belie\(1\).png](http://ruganza.ru/image/belie(1).png) мальчик

Список использованных ИСТОЧНИКОВ

**источник шаблона:
Фокина Лидия Петровна
учитель начальных
классов
МКОУ «СОШ ст. Евсино»
Искитимского района
Новосибирской области**

