

Кто жить умеет по часам

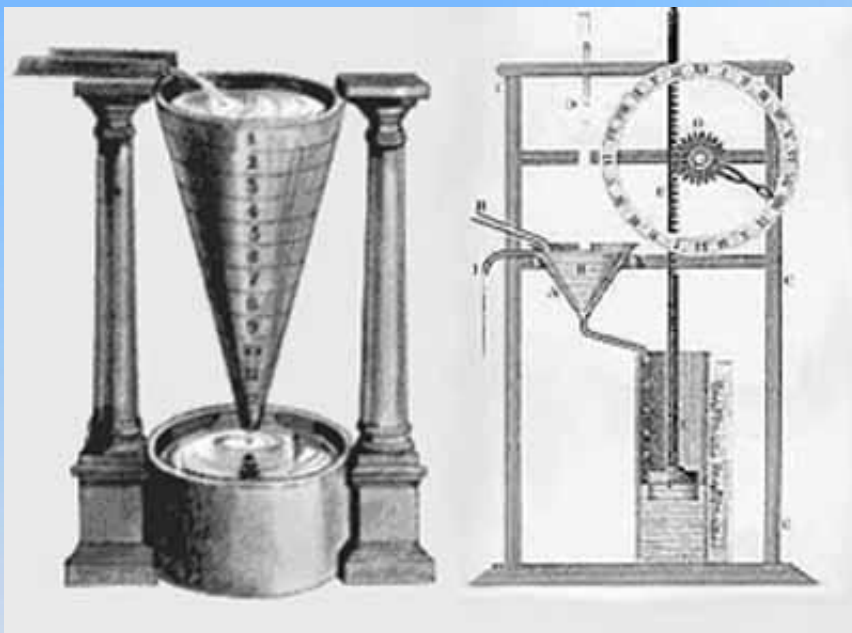
Классный час в 1 классе
Подготовила: Моталина Е.С.

Солнечные часы



Великобритания

Водяные часы



Австралия

Песочные часы



Механические часы



Кварцевые часы



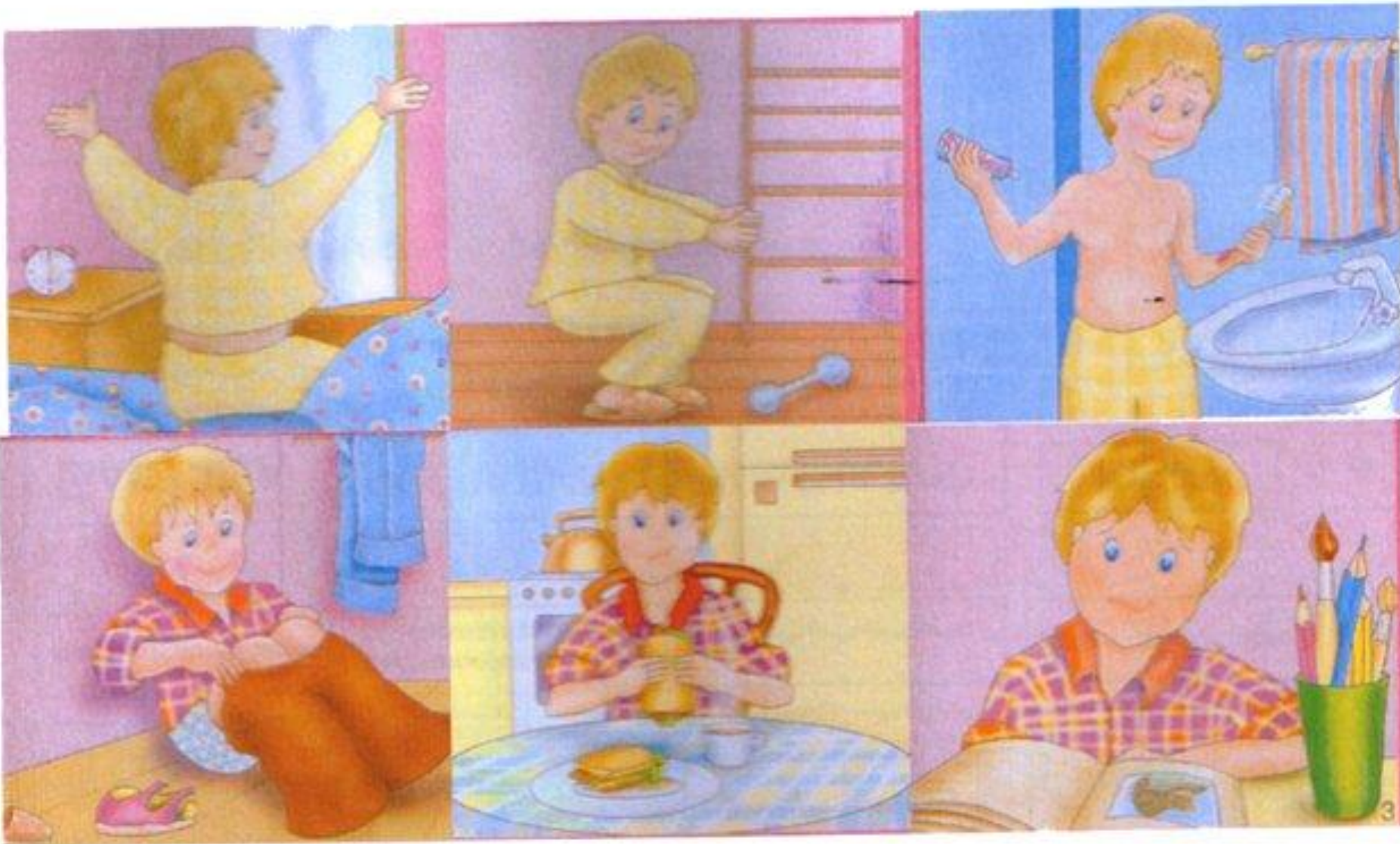
Электронные часы



ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ЧАСЫ?



Режим дня



Физкультминутка

Пустынь. Арзамасский район 24/06/2007

Режим дня

*Если будешь ты стремиться
Распорядок выполнять,
Станешь лучше ты учиться,
Лучше будешь отдыхать.*



Режим дня

утро

6.30 –подъем

Зарядка

Водные

процедуры

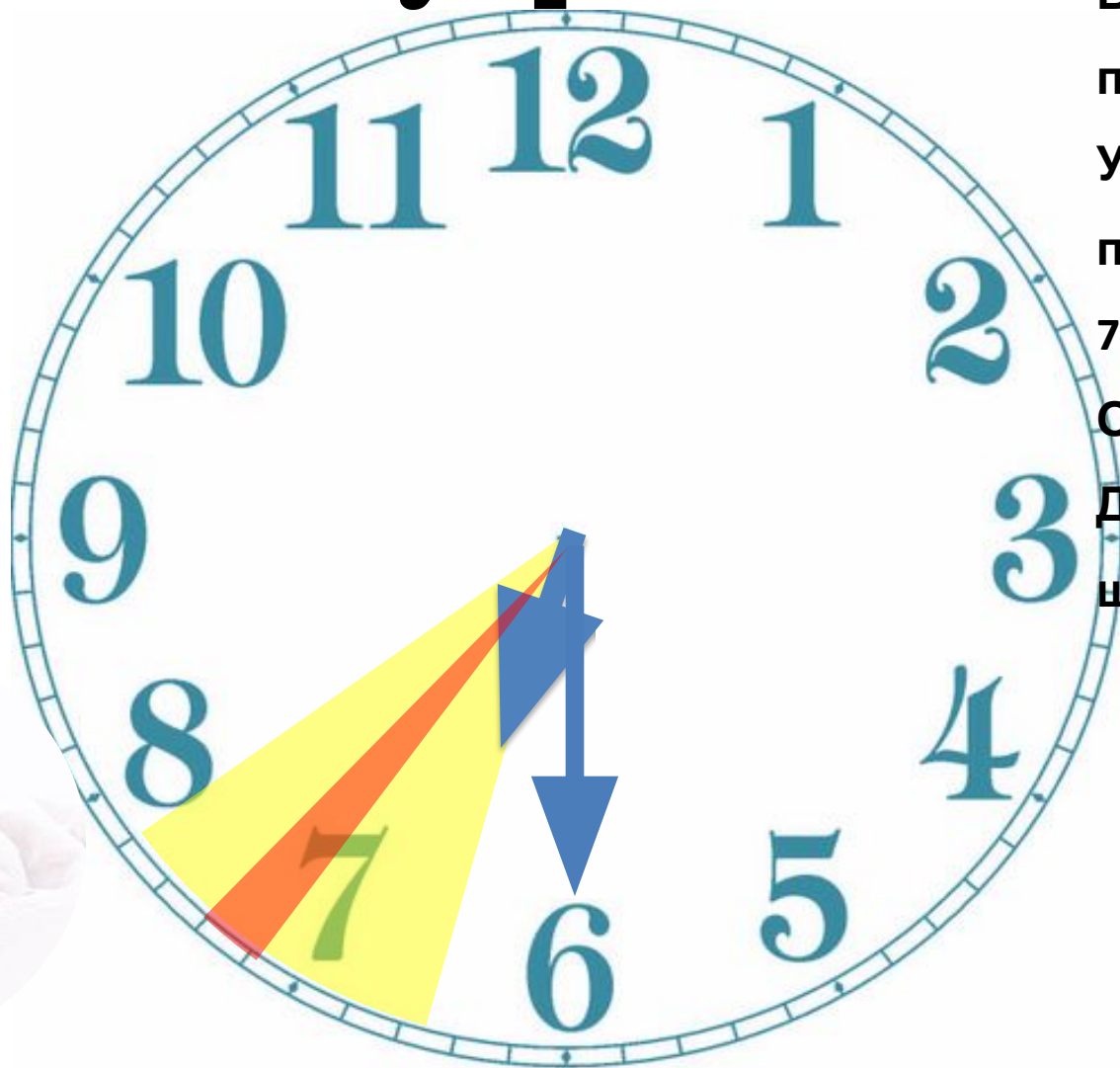
Уборка

постели

7.10- Завтрак

Одевание

Дорога в
школу



Режим дня

8.00 – 11.25 -
Уроки в школе



Режим дня



**11.30 –
дорога
домой,
отдых
13.00 -
обед**

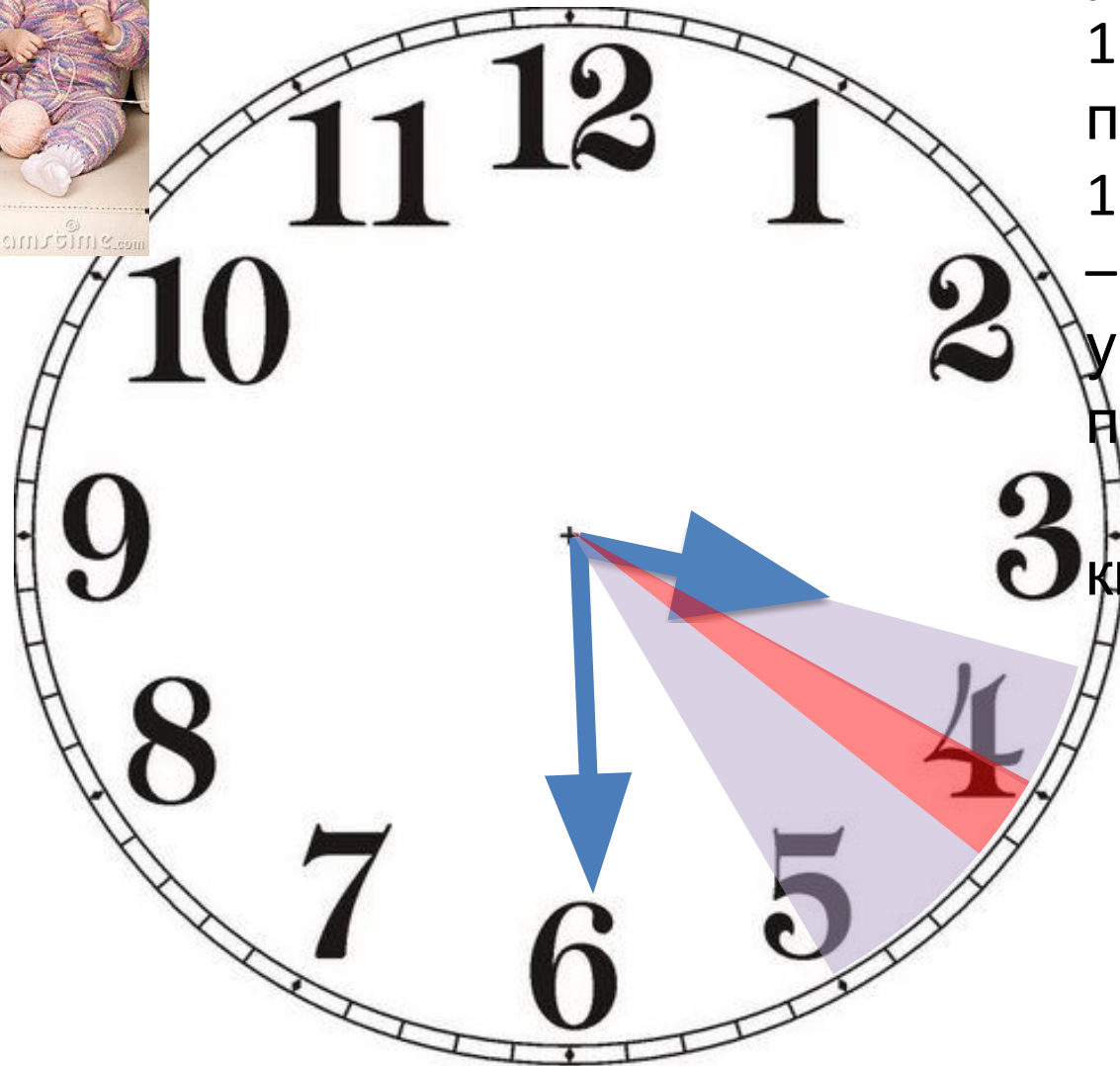


Режим дня день

13.20 - 14.30
Дневной сон
14.30 – 15.30
Прогулка на
свежем
воздухе



Режим дня день

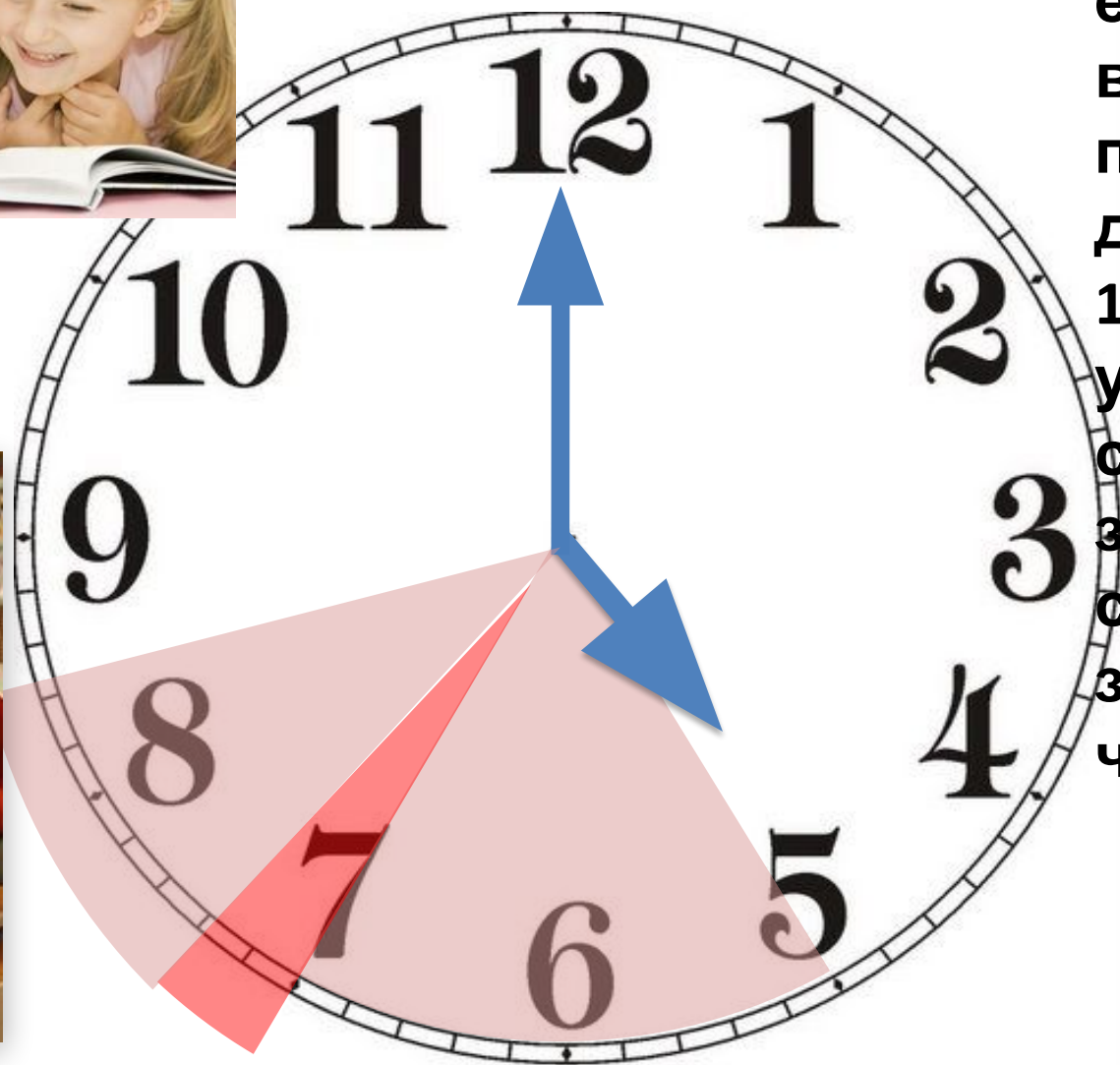


15.30 – 16.00
– подготовка
уроков
16.00 –
полдник
16.15 – 17.00
– подготовка
уроков,
портфеля.
Чтение
книг



Режим дня вечер

17.00 – 19.00
пребывани
е на
воздухе,
помощь по
дому
19.00 –
ужин,
свободные
занятия
свободные
занятия,
чтение





Режим дня

**20.30 –
ПОДГОТОВКА
а ко сну
21.00 -сон**





*Помни твёрдо, что режим
Людям всем необходим.*



Спасибо за внимание!