

**Занятие для групп 1 года обучения  
по общеразвивающей общеобразовательной программе «Этикет и культура общения»  
по теме: «Режим дня»**

1. Назовите, пожалуйста, качества, которыми обладают герои отрывков.

- 1) Если сын чернее ночи,  
Грязь лежит на рожице,

Ясно – это плохо очень

Для ребячьей кожицы. (Неряшливость, неряха, неаккуратный.)

- 2) Если мальчик любит мыло  
И зубной порошок,

Этот мальчик очень милый,

Поступает хорошо. (Опрятность, аккуратный.)

- 3) Если мальчик любит труд,  
Тычет в книжку пальчик,

Про такого пишут тут:

«Он хороший мальчик». (Трудолюбие, трудолюбивый.)

- 4) Этот в грязь полез и рад,  
Что грязна рубаха.

Про такого говорят:

«Он плохой, неряха. (Неряшливость, грязнуля.)

- 5) Этот чистит валенки,  
Моеет сам галоши.

Он, хотя и маленький,

Но вполне хороший. (Опрятность, аккуратный.)

2. «Мимоза» С. Михалков.

Прочитайте.

Это кто накрыт в кровати

-Нет.

Одеялами на вате?

Кто, набив пирожным рот,

Кто лежит на трёх подушках

Говорит: «А где компот?

Перед столиком с едой?

Дайте то, подайте это,

И, одевшись еле-еле,

Сделайте наоборот!»

Не убрав своей постели,

Это, верно, инвалид говорит?

Осторожно моет щеки

-Нет.

Кипячёною водой?

Кто же это? Почему,

Это, верно, дряхлый дед

Тащат валенки ему,

114-ти лет?

Меховые рукавицы,

Чтобы мог он руки греть,  
 Чтоб не мог он простудиться  
 И от гриппа умереть?  
 Может, он на полюс едет,  
 Где во льдах живут медведи?  
 Хорошенько посмотрите –  
 Это просто мальчик – Витя.  
 Мамин Витя, папин Витя  
 Из квартиры №6.  
 Это он лежит в кровати  
 С одеялами на вате.  
 Кроме плюшек и пирожных  
 Ничего не хочет есть.  
 Почему? Да потому,  
 Что только он глаза откроет,  
 Ставят градусник ему.  
 Одевают, обувают,  
 И всегда, в любом часу,

Что попросит, то несут.  
 Если утром сладок сон,  
 Целый день в кровати он.  
 Если в тучах небосклон,  
 Целый день в галошах он.  
 Почему? Да, потому,  
 Что всё прощается ему.  
 И живёт он в новом доме  
 Не готовый ни к чему.  
 Не к тому, чтоб стать пилотом,  
 Быть отважным моряком.  
 Чтоб лежать за пулемётом,  
 Управлять грузовиком.  
 Он растёт, боясь мороза.  
 У папы с мамой на виду.  
 Как растение мимоза  
 В Ботаническом саду.

?? Ответьте на вопросы:

Почему стихотворение названо «Мимоза»?

Что такое мимоза?

Мальчика справедливо автор сравнил с мимозой?

Хорошо ли быть таким, удобно?

Чем это опасно?

Решите анаграмму.

|          |          |          |          |          |
|----------|----------|----------|----------|----------|
| <b>А</b> | <b>К</b> | <b>Е</b> | <b>Ш</b> | <b>Ь</b> |
| <b>М</b> | <b>Щ</b> | <b>У</b> | <b>Ж</b> | <b>Э</b> |
| <b>Ь</b> | <b>Р</b> | <b>Ъ</b> | <b>К</b> | <b>М</b> |
| <b>Е</b> | <b>Ш</b> | <b>Э</b> | <b>Е</b> | <b>А</b> |
| <b>М</b> | <b>У</b> | <b>Щ</b> | <b>И</b> | <b>Ъ</b> |

3. **Режим дня** - порядок чередования различных видов деятельности и отдыха в течение суток, который должен выполняться регулярно, ежедневно в одни и те же часы и должен строиться в соответствии с периодами повышения и спада работоспособности. Если обедать, ложиться спать всегда в разное время, то в результате пропадет аппетит (не успевает вырабатываться желудочный сок), уходит сон (нервная система не готова к отдыху) и сделать вы успеваете намного меньше, чем запланировали накануне.
4. Правила – после школы поест, поспать, сделать уроки с 10-15-минутными перерывами. Не делать уроки перед сном. В выходные дни гулять побольше. Спать 10-10,5 часов).
5. Упражнение «Утро»:

Задание – поставить цифры по порядку выполнения:

Звонок будильника.

Надевание уличной одежды.

Завтрак.

Умывание.

Зарядка.

Чистка зубов. Умывание.

Надевание школьной формы.

Причёсывание.

Зеркало.