***Беседа «режим дня будущего первоклассника»***

*Задачи:*  прививать умение правильно распределять время на работу и отдых; учить ценить время.

*Материалы:*  разрезные картинки распорядка дня, таблица «Режим дня».

**Ход беседы**

*Педагог.* Жил-был мальчик Алеша Иванов. Были у Алеши мама, папа, две бабушки и тетя. Они его любили-обожали. Поэтому Алеша ложился спать, когда ему хотелось. Спал до полудня. Просыпался... зевал, широко разинув рот. И тетя Лиза тотчас же вливала ему в рот какао.

А обе бабушки протягивали ему пирожное. Алешин папа в это время старался развеселить ребенка. А мама бежала в магазин, чтобы купить Алеше какой-нибудь подарок.

У этого мальчишки было ужасно много всяких игрушек, альбомов, книжек, красок! Они ему так надоели, что Алеша бросал их из окошка на головы прохожих. А в это время родители делали за сына домашнее задание.

В школу Алеша постоянно опаздывал. Но и там ему было скучно. Поэтому - от скуки - он дергал за косы девочек, бил малышей, кидал камнями в птиц, толкал прохожих.

**Вопросы:**

- Что вы можете сказать об этом мальчике?

- Нравится или не нравится вам Алеша Иванов? Если не нравится, то почему?

- Как вы думаете, почему мальчик постоянно опаздывал в школу?

Послушайте еще одно стихотворение.

Оно называется «Валя - неуспеваля».

- Валя, вставай, умывайся,

Завтрак готов, хватит спать!..

- Валя, быстрей собирайся,

Ведь опоздаешь опять!

Валя с трудом просыпается,

Нежится, сладко зевает.

Долго с портфелем копается –

Не поспевает.

В школе звонок будет вскоре

На переменку. И вдруг

Ожил весь класс: в коридоре –

Валиных туфелек стук.

Если бы - без опоздания,

Это была бы не Валя!

Классом дано ей прозвание

Неуспеваля.

*Педагог.* В самом деле, почему одни все успевают сделать, а другие и одного дела закончить не могут? Может быть, «успевашки» знают какую-то тайну времени или часы у них по-другому ходят? Оказывается, тайна времени все-таки есть.

Может быть, кто-то из вас уже знает эту тайну времени и поделится с нами?

*Дети.* Это режим дня. (Правильный распорядок дня.)

*Педагог.* Совершенно верно. Режим - это правильная организация дня. А теперь давайте запомним важные правила, которые вам помогут в школе.

**Учись просыпаться в школу сам**

Медвежонок спит в кроватке.

Про учебники, тетрадки

Вспоминать не хочет он –

Смотрит свой десятый сон.

И хотя будильник звонко

Будит соню - Медвежонка,

Медвежонок не встает,

В школу утром не идет.

Все уроки он проспал –

Лишь к обеду соня встал!

Только это плохо, братцы. –

Очень поздно просыпаться!

И пора вам начинать

По будильнику вставать.

Если начали учиться,

Спать так долго не годится!

Давайте вспомним по порядку наше утро.

**Физкультминутка «С добрым утром»**

*Педагог.*

- Просыпайся!

*Дети.*

- Просыпаюсь!

(Дети выполняют на месте шаг вперед.)

- Поднимайся!

- Поднимаюсь!

(Руки вверх, потянуться.)

- Умывайся!

- Умываюсь!

(Ладошками дети «умывают» лицо.)

- Обливайся!

- Обливаюсь!

(Встряхивают кистями рук.)

- Вытирайся!

- Вытираюсь!

(Имитация движения «вытирание».)

- Одевайся!

- Одеваюсь!

(Похлопывание себя по плечам.)

- Собирайся!

- Собираюсь!

(Повороты вокруг себя.)

- И прощайся!

- И прощаюсь!

(Прощальные взмахи над головой.)

*Педагог.* Какие важные моменты режима дня мы пропустили?

*Дети.* Завтрак и зарядка.

**Позавтракай перед школой**

Зайчик сидит над тарелкой с капустой,

Вид у него недовольный и грустный.

- Мама, послушай, я в школу пойду

И по дороге травинку найду.

Вот и поем, а пока не хочу!

Зря за столом я так долго торчу!

Мама-зайчиха ему отвечает:

- Каждый малыш обязательно знает –

В школу голодным ходить не годится!

Трудно там будет сидеть и учиться,

Будут все мысли твои не о том,

Трудно учиться с пустым животом.

*Педагог*. Давайте еще раз повторим режим утра. (Дети повторяют. Если есть возможность - воспользоваться картинками.)

**Режим дня после школы**

*Педагог.* А что вы будете делать после школы?

(Выслушиваются ответы детей.)

*Педагог.* Давайте посмотрим на «Режим дня». Его составляли ученые и врачи.

- Чем же они рекомендуют заниматься после школы? (Обед, прогулка, отдых, помощь по дому, занятия любимым делом, занятия в кружке.)

- А теперь наступает вечер. Расскажите, что вы делаете вечером. (Дети рассказывают, подводится итог по таблице.)

*Педагог.* Режим учит не только порядку, но и дорожить временем.