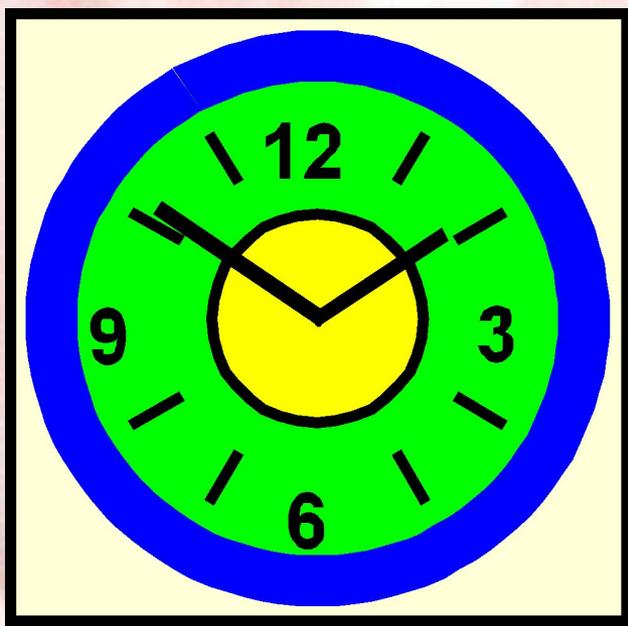




РЕЖИМ ДНЯ

**Режим дня
Юли Банишевой**



Если сладко спиться, сон хороший снится



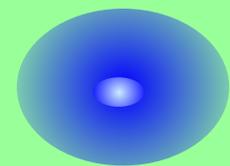
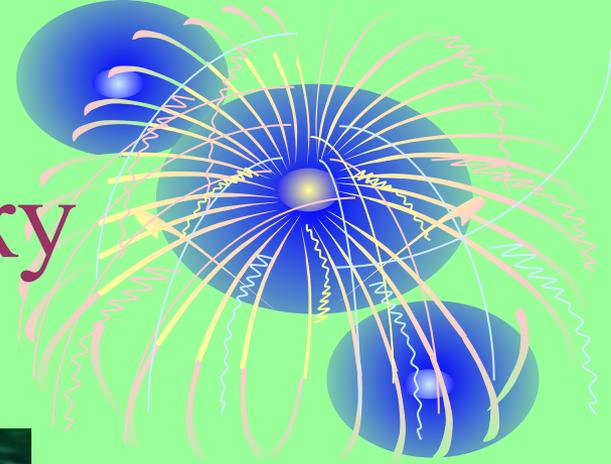
Чтоб прогнать тоску и лень,
Подниматься каждый день
Нужно ровно в 7 часов,
Проглядев немало снов



Сделать легкую зарядку



И убрать свою кроватку



Душ принять



И завтрак съестъ



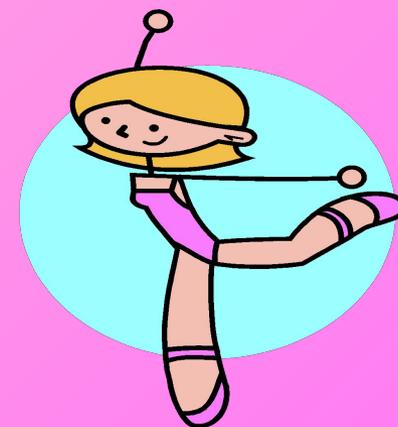
А потом за парту сесть





**На уроках не хихикай,
Стол туда-сюда не двигай,
Всех детишек уважай
И соседу не мешай.**

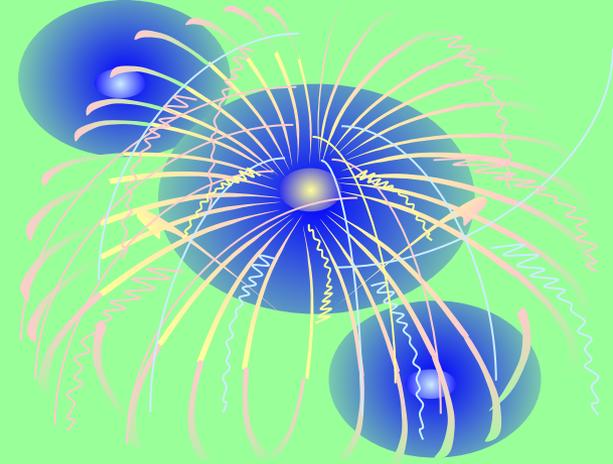
После школы отдохай, но
только не валяйся.



**Дома маме помогай, гуляй,
закаляйся!**



- Пообедав, можешь сесть
- Выполнить задание
- Все в порядке если есть воля и старание!

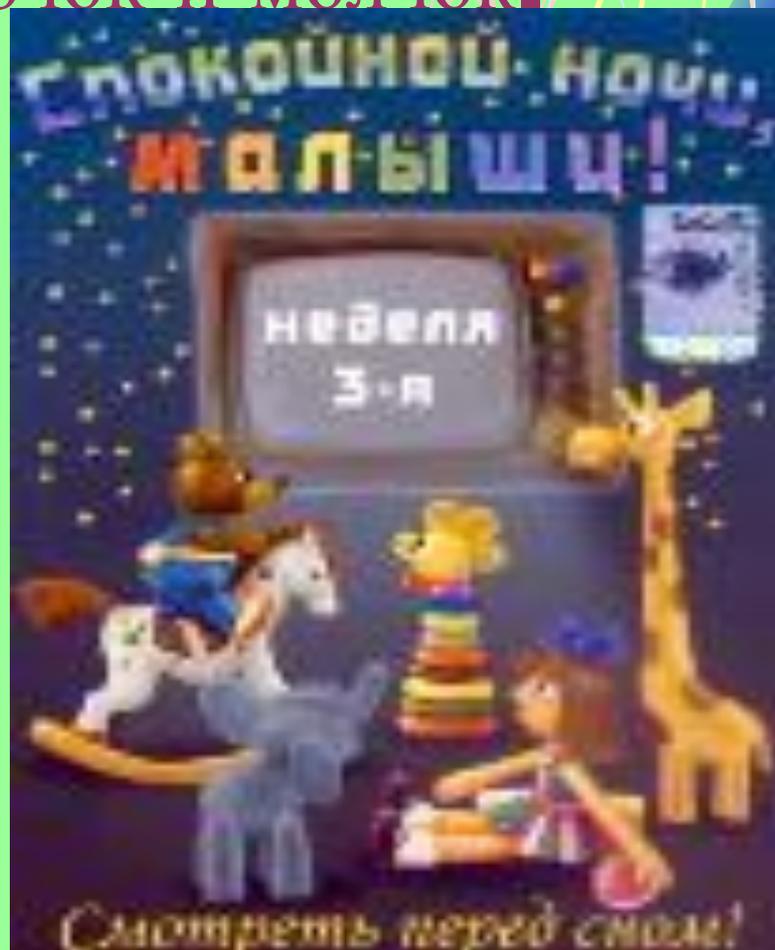


Так привыкли мы к порядку: ровно
девять!

Все в кроватку. На бочок и молчок.



Дела у меня немало – в дочки-
матери играла.
А теперь хочу я спать, а зовет
меня.....



**Чтобы быть
здоровым,
порядочным,
собранным, хорошо
учиться...**

**надо соблюдать
режим дня.**

