

## Основные принципы распорядка дня:

1. **Сохранение ритма жизни.** Привыкая к четкому распорядку дня, ребенок растет здоровым. У него хватает сил для физической активности, остается достаточно времени на отдых.



2. **Воспитание семейных ценностей.**

Распорядок дня должен стать частью общих правил. Родители должны прививать ребенку интерес к совместным действиям и уважение к семейным

традициям.

3. **Формирование практических навыков.** Сформированные в детстве привычки помогают рационально использовать время: ребенок многое успевает, хотя никуда не спешит. При этом он всегда настроен позитивно, так как не нервничает и не суетится.



4. **Развитие самостоятельности и ответственности.** Привыкнув к четкому распорядку, ребенок будет точно знать, что именно и в какое время ему делать. А внимание и одобрение со стороны взрослых будет вдохновлять



детей и помогать формировать чувство ответственности.

5. **Ожидание развлечений.** Распорядок дня - это не просто сухой перечень обязательных ежедневных

действий, это гибкие правила. Уделите особое внимание выходным дням, наполните их приятными событиями.

6. **Умение контролировать стрессовые ситуации.** Каждая перемена в жизни ребенка - стресс для его психики. Соблюдение распорядка дня помогает ему быстрее справиться со стрессом и вернуться в привычное русло.



7. **Приучение к дисциплине.** Если соблюдать распорядок дня, ребенок будет знать, что подошло время садиться за уроки или готовиться ко



сну, и он сделает всё сам, без принуждения со стороны взрослых.

Соблюдение режима дня позволит младшему школьнику принять дистанционное обучение, как привычную ответственную деятельность. Только при таких условиях дистанционное обучение в период самоизоляции будет эффективным.

