**Знакомим ребенка со временем**

Вся жизнь человека тесно связана со временем, с умением измерять, распределять, ценить время. Время течет непрерывно, его нельзя ни остановить, ни возвратить, поэтому восприятие промежутков времени, сравнивание событий по продолжительности очень затруднено. Как известно, наше восприятие времени несовершенно: нам кажется, что время течет то быстрее, то медленнее в зависимости от того, чем заполнен тот или иной промежуток времени. Поэтому время – одна из трудных для изучения величин. Временные представления у детей развиваются медленно, в процессе длительных наблюдений, накопления жизненного опыта, изучения других величин.

Первые представления о времени дети получают в дошкольный период. Смена дня и ночи, смена времени года, повторяемость режимных моментов в жизни ребенка – все это формирует временные представления. Однако как временная последовательность событий (что было раньше, что позже), так и особенно представление о продолжительности событий усваиваются детьми с большим трудом. Типичными являются ошибки детей в установлении последовательности событий (например, дети смешивают понятия «вчера» и «завтра»).

Временные представления у детей формируются прежде всего в процессе их практической деятельности: режим дня, ведение календаря природы, восприятие последовательности событий при чтении сказок, рассказов, при просмотре мультфильмов, кинофильмов – все это помогает ребенку увидеть изменения времени, почувствовать течение времени.

Общаясь с ребёнком в течение дня, играя и занимаясь с ним, комментируйте свои действия словами.

В будущем времени: сначала мы умоемся, потом будем завтракать; сначала надо убрать со стола игру, а потом уже садится обедать; сначала мы поиграем в лото, потом ты будешь рисовать; сначала надо нарисовать, кружочек, потом квадратик. В настоящем времени: сейчас мы идём купаться и чистить зубы, а потом будем укладываться спать; сейчас весна, потом будет лето. В прошедшем времени: сначала мы сходили погулять, потом сели обедать; сначала ты облился супом, потом пришлось мыть пол и тебя самого; сначала надо было надеть рубашку, а потом свитер, а не наоборот; сначала ты не умел рисовать человечка, потом научился, и так далее.

Для ознакомления с этими понятиями можно использовать картинки с изображениями каких – либо последовательных действий или явлений: рост и развитие растения или животного; последовательные действия по изготовлению чего – либо (росла пшеница, потом ее скосили, обмолотили, перемололи, сделали тесто, испекли хлеб и так далее).

Сначала рассматривайте картинки, рассказывайте ребёнку о том, что нарисовано, потом просите его рассказать, что бывает сначала, а что потом в том или ином случае.

После прочтения сказок вместе разыгрывайте их, используя игрушки, следя за тем, чтобы ребёнок не путал порядок действий.

Для знакомства детей с названиями дней недели и их последовательностью можно напевать их на какой-то простой и понятный мотив или использовать стихотворение или считалочку (см. приложение). Можно нарисовать макет недели в виде круга, где названия дней недели следуют друг за другом по часовой стрелке*.* Рекомендуется сделать стрелку из картона, которую мама вместе с ребенком может передвигать ежедневно, показывая, какой именно день сегодня. Можно сделать не просто стрелочку, а лепестки или звездочку, на лучах которой будут написаны слова «позавчера, вчера, сегодня, завтра, послезавтра». На луче, который обозначает «сегодня» можно поместить какую-нибудь метку, чтобы можно было легко его находить.

Начните занятия по этой табличке в один из понедельников. Каждый день с утра передвигайте «стрелку», напоминая ребенку, что «день, да ночь, сутки прочь». Скажите, что наступил следующий день, назовите этот новый день его «именем» (вторник, среда и т. д.). Скажите, что день, который наступил, кроме своего имени имеет еще и название «сегодня». А день, который кончился, называется «вчера» и т.д. Постепенно, день за днем пройдите и закрепите остальные названия и понятия.

Когда «стрелка» обойдет полный круг, скажите ребенку, что уже прошла целая неделя. Рядом с таблицей «неделя» приклеивайте какой-нибудь символ (кружок или звездочку) по истечении новой недели. Читающим детям можно приклеивать карточки с надписями «1 неделя», «2 неделя» и так далее. Когда вы «накопите» четыре недели, обязательно замените их на символ большего размера, в который бы поместились все четыре «недели» или написанное на большом листе слово «месяц». И дальше продолжайте считать недели. Ребенок должен усвоить, что месяц — это отрезок времени, включающий в себя четыре недели, что можно отсчитать расстояние в месяц, начав в любой из дней (с начала не стоит уточнять, что месяц бывает чуть длиннее — на два-три дня).

Также в качестве наглядного пособия по изучению времени полезно иметь дома отрывной календарь или модель настольного календаря, работать с которым надо научить детей.

Удобнее пользоваться календарем, на котором весь год расположен на одной странице. Покажите, как на нем изображаются дни, недели и месяцы. Расскажите, что люди договорились промежутки времени размером в один месяц называть своими «именами», чтобы удобнее было ориентироваться в году. Конечно же, добавьте, что год составляют 12 месяцев. Добавьте, что «год» — это отрезок времени длиной в 12 месяцев, и можно отсчитывать расстояние в один год с любого момента. Приведите пример с днем рождения самого ребенка. От одного дня рождения до другого проходит ровно один год. Отметьте на календаре дни рождения членов своей семьи.

Расскажите, с какого именно месяца начинается год. Для того, чтобы ребенок лучше запомнил, в каком порядке месяце сменяют друг друга, пойте их названия (на простой знакомый мотив). Можете еще добавить в «песенку» слова «зимние месяцы», «весенние месяцы» и так далее. Раскрасьте разными цветами месяцы по сезонам в календаре. Прочитайте малышу сказку «12 месяцев». Гуляя с ребенком, обращайте его внимание на основные признаки сезона, на поведение животных в природе, на состояние растений, на труд людей. Рассказывайте, что бывает сначала, а что потом:

сначала тает снег, потом начинает расти трава,

сначала появляются почки, потом листья и цветы и т.д.

Расскажите ребенку, что сезоны повторяются один за другим, что всегда после осени бывает зима и так далее, что за один год проходят все четыре сезона. Вам могут пригодиться картинки с изображением сезонов, дополнительных символов (снежинка, дождик и прочее), картинок (санки, зонтик и прочее) и слов (тепло, холодно, жарко). Спросите ребенка, когда что бывает и когда что бывает людям нужно. Попросите разместить слова или изображения около картинок, иллюстрирующих сезоны года.

Позже, знакомя детей *с месяцем и годом*,  можно использовать табель-календарь. По нему дети узнают названия месяцев по порядку и количеству дней в каждом месяце. Сразу же выделяют одинаковые по продолжительности месяцы, отмечают самый короткий месяц в году – февраль (28 или 29 дней). По календарю определяют порядковый номер месяца (Как называется пятый месяц в году? Которым по счету является июль? и т.п.), устанавливают день недели, если известно число и месяц, и наоборот, устанавливают, на какие числа месяца приходятся определенные дни недели (В какой день недели будет праздник 8 Марта в этом году? На какие числа приходятся воскресенья в марте? и т.п.).

С помощью календаря учащиеся решают задачи на нахождение продолжительности события (в пределах одного года). Например, сколько дней длились майские праздники? Сколько месяцев длятся летние каникулы в школе у старших братьев?

Понятие *о сутках* раскрывается через близкие детям понятия о частях суток – утро, день, вечер, ночь (или день с утра до вечера и ночь). Кроме того, опираются на представление временной последовательности: вчера, сегодня, завтра. Детям предлагают перечислить, чем они были заняты от вчерашнего утра до сегодняшнего утра, что будут делать начиная с сегодняшнего вечера и до завтрашнего вечера и т. п. «Такие промежутки времени, - сообщает взрослый, - называют сутками». Дети устанавливают, сколько суток проходит со вчерашнего вечера до завтрашнего вечера (от позавчерашнего утра до послезавтрашнего утра и т.п.), сколько суток прошло от начала недели (понедельника) до субботы, которые по счету сутки наступят, объясняют пословицу: «День и ночь – сутки прочь». Далее можно провести аналогичную работу по календарю: сколько полных суток прошло от начала месяца до сегодняшнего дня, которые по счету сутки наступили? Чтобы установить связь с изученными единицами времени, можно предложить задания на сравнение: «Что дольше длится: 5 суток или неделя, 20 суток или 1 месяц?» и т.п.

Следующими рассматриваются *час и минута*. Конкретные представления о соответствующих промежутках времени также формируются через практическую деятельность детей, через наблюдения. Так, час – это примерно продолжительность прогулки Чтобы ощутить время продолжительностью в 1 мин, включают упражнения, с помощью которых дети узнают, что можно успеть сделать за 1 мин (до какого числа успеешь сосчитать, сколько игрушек собрать, какое расстояние пройти и т.п.). Уместно здесь объяснить смысл пословицы: «Минута час бережет».

Большое воспитательное значение имеют примеры из жизни нашей страны, числовые данные о том, сколько продукции заводы и фабрики выпускают за 1 мин, за 1 час, за 1 рабочий день.

Важным моментом является знакомство с часами. Чтобы дети научились устанавливать время по часам, полезно заблаговременно изготовить с детьми циферблат с подвижными стрелками и, используя эту модель часов, выполнять практические упражнения. Дети вспоминают, с какими часами они знакомы, сталкивались в жизни. Взрослый поясняет, что все часы устроены таким образом, что, пока большая стрелка движется от одного маленького деления до другого, проходит 1 минута, а пока маленькая стрелка движется от одного большого деления до другого, проходит 1 час. Счет времени ведется от полуночи до полудня (12 часов дня) и от полудня до полуночи.

Большинство первоклассников не в состоянии по часам со стрелками определить время. Это медицинский факт. Остановимся подробнее на том, как следует знакомить ребенка с часами и циферблатом. Очень часто создаётся впечатление, что ребёнок шести – семи лет вот – вот научится точно определять время, но время идёт, а путаница продолжается, эта проблема легко объясняется тем, что соединить в сознании два наложенных друг на друга циферблата – часовой и минутный – для детского ума колоссальная нагрузка, и учить определять время по таким часам ребёнка не следует.

«Выбросите» минутную стрелку и деление циферблата на минуты. Остаётся 12 цифр и деление времени не, например, четыре, чуть больше четырёх, половина пятого, около пяти, пять, чуть больше пяти. Такого грубого дробления времени для ребёнка предостаточно, и этому можно учить, начиная с четырёх- четырёх с половиной лет. Пусть на это уйдёт ГОД. Не торопитесь с четвертями (четверть и без четверти, не торопитесь с «без пяти», «без десяти» и т. д. К этому следует переходить на следующем отдельном этапе. Не форсируйте события. Только, когда ребёнок в совершенстве будет чувствовать положение часовой стрелки, очень медленно, по минутке, вводите второй параллельный циферблат, то есть умение видеть вторую – минутную стрелку. Начинать лучше не с настоящих часов, а с самодельного макета часов, на котором минутные черточки мы оставляем голыми, не определяя количество минут и минутную стрелку просто не делаем – только часовую, короткую.

Скажите ребёнку, что стрелка, которая показывает, сколько часов, называется «часовая».

Пусть сначала время делится на: ровно час; чуть больше часа; половина второго (или час с половиной); около двух; два; чуть больше двух и так далее.

Обязательно покажите правильное направление движения стрелки. Попросите ребёнка покрутить её в нужном направлении.

Расскажите, что часовая стрелка за час проходит расстояние от одной цифры до другой. Выставьте на циферблате то или иное время (ровно). Попросите ребёнка изобразить положение часовой стрелки через час (два, три и т. д.) или наоборот, час назад (два, три и т. д.)

Когда ребёнок будет легко называть или выставлять на циферблате «время» в таком упрощённом виде, пришейте на ваш циферблат вторую стрелку – длинную, минутную.

Уточните, какая стрелка показывает часы, а какая минуты. Скажите, что они называются «часовая» и «минутная». Закрепите эти знания:

* попросите ребёнка показать, где какая стрелка,
* спрашивайте, какая стрелка короче или длиннее другой.

Объясните, что когда часовая стрелка показывает «ровно» час, два, три и так далее, минутная стрелка всегда бывает поднятой вверх, на отметку «12». Попросите ребёнка поставить её в положение в это положение и попробовать покрутить стрелку по кругу, вставив то или иное время «ровно», изображая реальное время, глядя на настоящие часы, или заранее подготовленным рисункам, или произвольно. Объясните малышу, что для того, чтобы ориентироваться внутри каждого часа люди придумали минутную стрелку. И за один час эта проходит целый круг. Спросите ребёнка, где, по его мнению, будет минутная стрелка, если пройдёт не целый час, а половина. Если малыш затрудняется ответить, покажите ему сами. Затем изобразите на макете часов половину того или иного часа, не забывая переставлять часовую стрелку. Попросите ребёнка самостоятельно выполнять подобное задание.

Давайте ребёнку разные задания, исходя из уже полученных знаний. Изобразите на циферблате то или иное время (ровно или половина какого – нибудь часа). Попросите передвинуть стрелки, чтобы изобразить время, которое будет: через полчаса; через час и ещё полчаса (введите понятие полтора); через два (три и т. д.) часа; через два с половиной (три с половиной и т. д.) или было: полчаса назад; полтора часа назад; два (три и т. д.) с половиной часа назад.

Изобразите то или иное время на циферблате, спросите у ребёнка:

- сколько времени прошло, если было…

- сколько времени пройдёт, если будет…

- сколько времени осталось до… .

Напишите около цифр, изображающих количество часов, цифры, изображающие количество минут (они должны быть немного меньше по размеру). Расскажите ребёнку, что в каждом часе 60 минут и от одного деления до другого - 5 минут. Покажите ребёнку, как изображается стрелками 5, 10, 15 и т. д. минут того или иного часа. Попросите выполнить подобные задания самостоятельно.

Установите стрелки в то или иное положение. Попросите ребёнка показать положение стрелок, которое будет: через 5 (10, 15, 20, 35 и т. д.) минут; через полчаса (не забудьте сказать, что полчаса – это 30 минут, и что полчаса – всегда равно полкруга); через час (два, три и т. д.); через полтора часа (два, три с половиной часа назад и т. д.); через час и 5 (15, 35 и т. д.) минут. Которое было: 5 (10, 15, 25 и т. д.) минут назад и т. п.

Познакомьте ребёнка с понятием «четверть часа».

После этого покажите ребёнку, что каждое деление (от одной цифры до другой) тоже делится – на маленькие деления – по одной минуте. Покажите малышу, как будет выглядеть 6 минут того или иного часа или 18 и т. д. Придумайте упражнения, аналогичные тем, что описаны выше на закреплении новых знаний.

Расскажите ребёнку, что если минутная стрелка не дошла до получасовой отметки, принято говорить «столько – то минут такого – то часа (следующего за цифрой, которую только что миновала часовая стрелка) », например, «восемь часов, двенадцать минут» это тоже самое, что «двенадцать минут девятого». Потренируйтесь называть время, изображённое на циферблате, этими обоими способами.

Расскажите малышу также, что принято говорить, если минутная стрелка пересекла получасовую отметку. Потренируйтесь правильно называть время этими двумя способами.

Давайте ребёнку задания по установке времени на циферблате, давая задание каждый раз другим способом.

Не забывайте обращать внимание ребёнка на время, изображённое на реальных часах. Просите его сказать, сколько сейчас времени (исходя из полученных на данный момент знаний, изобразить такое же время на игровых часах. Давайте задания типа:

* Изобрази стрелками, сколько будет времени, когда пройдёт 2 часа (или любой другой отрезок времени);
* Изобрази на циферблате реальное время, сколько пройдёт времени, когда на часах будет… и т. д.

Составьте вместе с ребёнком распорядок дня. Там, где вы будете писать время, в которое происходит то или иное событие, нарисуйте циферблат с изображением именно этого времени.

Важно расширить знания детей о времени и его измерении, пробудить интерес у детей к этому материалу. Это могут быть рассказы о том, как человек измерял время в далеком прошлом, о первых календарях и часах и др.

Расскажите ребёнку, что когда – то не было ни электронных, ни механических часов. Для измерения отрезков времени люди пользовались солнечными часами, песочными, водяными, другими незамысловатыми приборами. Потом человечество научилось делать часы, подобные современным. Сначала это были огромные - башенные часы. Потом часы становились меньше, появлялись новые технологии…

Но некоторые из нехитрых приспособлений прежних веков живы до сих пор. Например, песочные часы.

Купить простейшие песочные часы можно в аптеке. Они бывают на одну, три, пять минут.

Приобретите, например, часы на одну минуту и на пять минут или на одну и на три.

Расскажите, как именно пользоваться песочными часами. И, для начала предложите ребёнку проверить, действительно ли весь песок из одной половинки часов в другую пересыплется за одну минуту. Ребёнок садится напротив механических (кварцевых) часов с секундной стрелкой. Когда стрелка будет на цифре «12», переверните ваши минутные песочные часы. Пусть ребёнок посидит спокойно всю минуту и понаблюдает за стрелкой и за песком: сколько будет песка верху и внизу песочных часов, когда секундная стрелка на циферблате будет на отметке «3» или «6»…

Наблюдение за песочными часами помогает ребёнку понять, что такое минута, что такое три, пять минут.

Понять и узнать, что можно успеть сделать за минуту: сможет ли ребёнок одеться на прогулку за одну минуту? Летом? Зимой? Заправить постель? Сделать себе бутерброд? Сложить «паззл» из 24 кусочков?

Сколько ребёнок успеет сделать за одну минуту: нарисовать палочек в тетради в клеточку, угадать загадок, присесть и встать, подпрыгнуть на одном месте.

Придумывайте подобные задания в зависимости от возраста и возможностей ребёнка, если детей двое можно устроить небольшое соревнование (чтобы младший не обижался, давайте задания разной сложности – по возрасту) .

То же самое, но за три, пять минут.

Предложите ребёнку выяснить, закипит ли чайник за одну минуту, за три. Половина чайника?

Наберётся ли полная ванна воды (используйте самый сильный напор) за три минуты? За пять? И так далее.

В результате регулярной, целенаправленной работы временные представления у детей будут формироваться своевременно и гармонично.

Приложение 1.

***Неделя.***

**Старший братец ПОНЕДЕЛЬНИК –  
работяга, не бездельник.  
Он неделю открывает  
всех трудиться зазывает.**

**ВТОРНИК следует за братом  
у него идей богато.**

**А потом СРЕДА-сестрица,  
не пристало ей лениться.**

**Брат ЧЕТВЕРГ и так, и сяк,  
он мечтательный чудак.**

**ПЯТНИЦА-сестра сумела  
побыстрей закончить дело.**

**Предпоследний брат СУББОТА  
не выходит на работу.**

**В гости ходит ВОСКРЕСЕНЬЕ,  
очень любит угощенье.**

***Вот неделька***

**Вот неделька, в ней семь дней.  
Поскорей знакомься с ней.  
Первый день по всем неделькам  
Назовется ПОНЕДЕЛЬНИК.  
ВТОРНИК — это день второй,  
Он стоит перед средой.  
Серединочка СРЕДА  
Третьим днем всегда была.  
А ЧЕТВЕРГ, четвертый день,  
Шапку носит набекрень.  
Пятый – ПЯТНИЦА — сестрица,  
Очень модная девица.  
А в СУББОТУ, день шестой  
Отдыхаем всей гурьбой  
И последний, ВОСКРЕСЕНЬЕ,  
Назначаем днем веселья.**

*(М. Погарский)*

**Дни недели  
  
Среди дней любой недели  
Первым будет ПОНЕДЕЛЬНИК.  
День второй за ним пошел,  
Это ВТОРНИК к нам пришел.  
  
Нам не деться никуда...  
Третий день всегда СРЕДА.  
Он четвертый там и тут,  
Этот день ЧЕТВЕРГ зовут.  
  
В череде рабочих дней  
Пятый ПЯТНИЦА теперь.  
Вся закончена работа  
День шестой всегда СУББОТА.  
  
День седьмой?  
Его мы знаем:  
ВОСКРЕСЕНЬЕ,**– **отдыхаем!**

***Муха-чистюха***

**Жила-была муха-чистюха.  
Все время купалась муха.  
Купалась она в ВОСКРЕСЕНЬЕ  
В отличном клубничном варенье.  
В ПОНЕДЕЛЬНИК — в вишневой наливке,  
Во ВТОРНИК — в томатной подливке,  
В СРЕДУ — в лимонном желе,  
В ЧЕТВЕРГ — в киселе и смоле.  
В ПЯТНИЦУ — в простокваше,  
в компоте и в манной каше…  
В СУББОТУ, помывшись в чернилах,  
Сказала: — Я больше не в силах!  
Ужжжасно, ужжжасно устала,  
Но, кажется, чище не стала!***(Ян Бжехва)*

**Семь дней недели  
  
Жаль, всего семь дней в неделе–  
Дел навалом у Емели:  
В ПОНЕДЕЛЬНИК на печи  
Протирает кирпичи.  
Не скучает и во ВТОРНИК–  
Он плетёт слону намордник.  
Языком молотит в СРЕДУ  
И баклуши бьёт соседу.  
После дождичка в ЧЕТВЕРГ  
Он пускает фейерверк.  
ПЯТНИЦА – тяжёлый день:  
Тень наводит на плетень.  
И СУББОТА не суббота:  
У него на мух охота.  
Но седьмой настанет день –  
Сдвинет шапку набекрень…  
Потому что ВОСКРЕСЕНЬЕ –  
Это праздник и веселье:  
И, улёгшись на печи,  
Ест Емеля калачи!  
В общем, трудно жить Емеле…  
Было б восемь дней в неделе –  
Вот тогда бы он успел  
Сделать много важных дел!***(А. Усачёв)*

**Каков Емеля, такова и неделя  
  
Мы спросили у Емели:**– **Назови нам дни недели.  
Стал Емеля вспоминать.  
Стал Емеля Называть.**– **Дядька крикнул мне "бездельник"**– **Это было в ПОНЕДЕЛЬНИК.  
На забор я лез, и дворник  
Гнал меня метлой во ВТОРНИК.  
В СРЕДУ я ловил жука  
И свалился с чердака.  
Воевал в ЧЕТВЕРГ с котами  
И застрял под воротами.  
В ПЯТНИЦУ дразнил собаку**– **Изорвал себе рубаху.  
А в СУББОТУ**– **вот потеха!**– **На свинье верхом поехал.  
В ВОСКРЕСЕНЬЕ отдыхал**– **На мосту сидел, дремал.  
Да с моста свалился в реку.  
Не везёт же человеку!  
Так у нашего Емели  
Дни недели пролетели.**

*(А. Усачёв)*

***Дни недели*  
  
Мчал ручей вдоль верб  
в ПОНЕДЕЛЬНИК*,*ВТОРНИК,  
в СРЕДУ и ЧЕТВЕРГ.  
Ну и ручеёк!  
В ПЯТНИЦУ, в СУББОТУ  
отдохнуть не смог.  
В чащу ускользнул,  
даже в ВОСКРЕСЕНЬЕ  
не передохнул!***(Г. Виеру)*

***Понедельник и Четверг*  
  
ПОНЕДЕЛЬНИК говорит:**– **Обещаньями я сыт!  
Для чего на свет родился?  
У меня душа болит.  
  
А ЧЕТВЕРГ ему в ответ:**– **Вот и я уж много лет  
После дождика страдаю**– **Жду того, чего и нет.**

*(Г. Ильина*[■](https://www.google.com/url?q=http://stihi.ru/&sa=D&ust=1587146591521000)*)*

**Весёлые запоминалки дней недели**

**1.**

**В ПОНЕДЕЛЬНИК, ВТОРНИК, СРЕДУ  
Повар борщ варил к обеду,  
А в ЧЕТВЕРГ и в ПЯТНИЦУ –  
Суп из каракатицы,  
За СУББОТУ с ВОСКРЕСЕНЬЕМ  
Наварил он таз варенья,  
Постоял над тазом  
Да и съел всё сразу.**

**2.  
В зоопарке крокодил  
В гости каждый день ходил:  
В ПОНЕДЕЛЬНИК к мишке,  
А во ВТОРНИК к мышке,  
В СРЕДУ к льву, в ЧЕТВЕРГ к бобру,  
В ПЯТНИЦУ к двум кенгуру,  
К буйволу ходил в СУББОТУ,  
В воскресенье – к БЕГЕМОТУ.  
А пришел к нему сосед –  
Крокодила дома нет.  
  
3.  
В ПОНЕДЕЛЬНИК, ВТОРНИК, в СРЕДУ и в ЧЕТВЕРГ  
В морозилке гномик делал лед и снег.  
В ПЯТНИЦУ с СУББОТОЙ рядышком с прудом  
С ледяною печкой он построил дом.  
Затопил печь в ВОСКРЕСЕНЬЕ.  
Дом растаял, к сожаленью.**

*(О. Емельянова )*

***Завтра***

– **Какое ты, ЗАВТРА? Дай мне ответ.**– **Пока не имею особых примет,  
Но отвечу без запинки:  
Если день начнешь с разминки,  
С бега и с зарядки**– **буду я в порядке!  
Если ты проспишь полдня,  
Не надейся на меня.  
Если будешь все дела делать еле-еле,  
То, наверно, покажусь я длинней недели.  
Если сам не будешь скучный,  
День наступит самый лучший!  
А пока я вот какое:  
Ни смешное, ни плохое.  
Потому что тайну ЗАВТРА  
Все узнают только завтра!***(Е. Григорьева)*