**Правила виконання домашнього завдання**

Чітко уяви і перевір по записах у зошиті, які необхідно виконати дії і якого потрібно досягти результату.

Згадай зміст матеріалу, викладеного вчителем, поради щодо виконання завдання, знайди в підручнику, які потрібно застосувати, подивись у зошиті зразки роботи, виконаної у класі на уроці.

Уяви, як виконуватимеш завдання.

Якщо це задача чи вправа, то знайди в них спільне з виконаними на уроці, проаналізуй умови, склади план розв’язання, здійсни його.

Якщо задано текст (для вивчення чи заучування), то читай його уважно, намагайся у всьому розібратися, зіставляй з рисунками, схемами, кресленнями, користуйся словником, наводь свої приклади.

Читаючи текст, намагайся спочатку запам’ятати головне. Для цього виділи основні думки, поділи текст на частини і склади план.

Те, що важко запам’ятовується, — дати, визначення, імена, формули, назви — випиши на поля зошита чи в окремий зошит, заучуй, згадуючи їх місце в тексті.

Обов’язково перевір, чи досягнув потрібного результату.

Якщо це була задача або вправа, то перевір результат розв’язання.

Якщо засвоював текст, то закрий книгу, уяви основні думки й частини прочитаного, перекажи їх, перевір результат запам’ятовування.

Коли контроль показав, що завдання виконати не вдалося, то потрібно повторити роботу, вишукуючи недоліки.

Якщо не вдалося розв’язати задачу, знову проаналізуй умови, уточни зв’язок між тим, що дано, і тим, що вимагається, склади план розв’язання і знову виконай його.

Якщо не запам’ятав текст, то читай його ще раз, звертаючи увагу на основні думки, їх зв’язок, їх місце в тексті. Повторюй текст по частинах, а потім повністю.

Поради підліткові, як розвивати увагу, пам'ять, мислення й уяву

1. Привчайте себе уважно працювати в найрізноманітніших умовах і навіть у шумній і відволікаючій обстановці. Треба намагатися не помічати того, що заважає роботі.

2. Систематично вправляйтеся в одночасному спостереженні декількох об'єктів. Робити це треба так, щоб загальне сприйняття кожного об'єкта збереглося досить добре, і в той же час увага потрібно концентрувати на головному, виділяючи його із другорядного.

3. Тренуйтеся в переключенні уваги. Ці тренування повинні йти за трьома напрямками:

швидко переключати увагу з об'єкта на об'єкт; виділяти найважливіші об'єкти за рахунок другорядних;

змінювати порядок переключення.

4. Розвивайте в себе вольові якості — це сприяє й розвитку стійкості уваги. Змушуйте себе зосереджувати навіть тоді, коли цього робити не хочеться. Частіше додержуйтеся принципу «треба», а не «хочу». Починайте роботу 'з важкого і нецікавого, намагайтеся виконувати ті справи, які хочеться відкласти на потім, Чергуйте легкі й важкі справи, цікаві й нецікаві.

5. Частіше вдавайтесь до різних ігор: шахів, головоломок, спортивних ігор. Самі по собі вони не розвивають увагу. Це створює з їх допомогою ваше прагнення.

ДЕЯКІ УМОВИ УСПІШНОГО ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ

1. Важливою умовою того, щоб навчальний матеріал запам'ятовувався швидко й надовго, є наявність інтересу до того, що запам'ятовуєш, і уваги в процесі засвоєння і відтворення матеріалу.

2. Велике значення для запам'ятовування мають почуття. Усе, що пов'язане з радістю, сумом, гнівом, як правило, запам'ятовується краще, ніж те, до чого людина ставиться байдуже.

3. Важливою умовою гарного запам'ятовування є розуміння того, що треба засвоїти.

4. Дуже важливо також поставити перед собою завдання — міцно й надовго засвоїти.

5. Велике значення для засвоєння навчального матеріалу має поєднання запам'ятовування з діяльністю людини, що вимагає мислення, активності.

6. Наявність знань з того навчального предмета, з якого засвоюється матеріал, також є сприятливою умовою для запам'ятовування, тому що при цьому нове легше й ґрунтовніше пов'язується з тим, що вже відомо.

7. Необхідно пам'ятати, що запам'ятовування — це робота іноді нелегка, тому важливою умовою засвоєння навчального матеріалу є наполегливість, завзятість у роботі, уміння не кидати її на середині, а домагатися повного й міцного запам'ятовування. Це — вольові якості, без яких неможлива серйозна розумова робота.

8. Зрідка використовуйте мнемотехніку — штучні прийоми полегшуючого запам'ятовування.

ЯК РОЗВИВАТИ МИСЛЕННЯ

1. Розвивати мислення — означає насичувати свій розум знаннями. Джерелами знань можуть бути найрізноманітнішими: школа, книга, заняття в гуртках і т. д.

2. Розум визначає єдність знань і дій. Знань неможливо набути без зусиль думки, без розумової праці.

3. Став перед собою різні питання. Адже мислення починається з питання. Питанням «Что»?відкриттів. Тому вчиться ставити питання до кожної події, явища, з яким зустрічаєтеся.

4. Властивість помічати в предметі або явищі кілька найбільш явних ознак — спільна властивість розуму Це вміння бачити можна тренувати в іграх на кмітливість, у рішенні різного роду логічних завдань, головоломках.

5. Виконуйте різні завдання на порівняння.

6. Мислення і мовлення нерозривні. Тому для розвитку мислення можна використовувати і такий прийом: те, що не до кінця розумієте самі, спробуйте викласти іншому.

7. Активно використовуйте письмове мовлення (написання твору, ведення особистого щоденника), тому що письмове мовлення сприяє розвитку мислення.

8. Практикуйте вільний виклад прочитаного друзям і близьким, беріть участь у дискусіях, вирішуйте нестандартні завдання.

**Рекомендації учням у вирішенні проблем у спілкуванні з однолітками**

**Дотримуйся наступних принципів!**

 Досить часто хлопці й дівчата потрапляють у ситуації, коли їм важко зробити пер¬ший крок до знайомства, особливо, із людиною протилежної статі, перший крок до примирення. За цим стоять глибокі переживання: страх, роздратування, несподівана агресивність. Усе це може ускладнювати життя. Але при бажанні завжди можна знайти вихід.

Пам'ятай!

1. Найважливішим є саме перший крок. Тому, якщо ти хочеш познайомитися чи помиритися, йди першим назустріч людині, не чекай і не думай, що це повинна зробити вона.

2. Посміхайся! Твоя посмішка свідчить про добрі наміри.

3. Частіше називай ім'я співрозмовника. Для кожного звук власного імені найсолодший і найважливіший звук людської мови.

4. Проявляй щиру зацікавленість.

5. Інтонацією, виразом обличчя, позою покажи зацікавленість.

6. Намагайся знайти цікаву тему для розмови. Розмова «ні про що», про футбол, погоду, фільм теж може дати хороший результат. Важливо те, що контакт уже відбув¬ся.

7. Налаштовуйся на людину, уважно слухай її. Слухати набагато важче, аніж гово¬рити самому. Уважно спостерігай за іншими, намагайся якомога глибше зрозуміти по¬відомлення (те, про що говорить інший), запам'ятовуй почуте, перед тим як дати відповідь.

8. Слова не обов 'язково найважливіші елементи повідомлень. Ми спілкуємося навіть тоді, коли мовчимо.

9. Будь відкритим, випромінюй тепло, і воно повернеться до тебе.

7 порад учню:

Порада перша і найтяжча.

 Ніколи не намагайтеся отримати все і відразу.

 Пам'ятайте, що успіх - це насамперед праця.

 Не вірте красивим фільмам, де щоб досягти успіху досить бути вродливим чи багатим.

Порада друга - про любов.

 Обов’язково зміни своє відношення до людей, які тебе оточують.

 Хочеш, щоб тебе любили люди - полюби їх сам.

 Подумай, чи подобаються особисто тобі егоїстичні, нетерпимі до чужих думок люди?

 То чому, якщо ти саме такий, повинні любити тебе?

Порада третя - особлива.

 Потрібно на деякий час забути, що ти особливий, не такий як всі.

 Запам'ятай, що про це знає лише твоя мама і ти сам.

Порада четверта - про найдорожче.

 Полюби себе насамперед сам.

 Це не значить, що ти повинен любуватися собою в дзеркало.

 Просто стався з повагою до свого тіла, не отруюй його алкоголем та іншими ядами.

Порада п'ята - пріоритетна.

 Не розпорошуй свої сили відразу у всіх напрямках.

 Вибери кілька важливих для тебе справ і наполегливо вдосконалюйся саме в них. Хоча спробувати себе в нових справах ніколи не завадить.

 Хто зна, можливо, саме там чекає на тебе успіх, сидить собі і жде, коли ж ти його віднайдеш.

Порада шоста - навчайся!

 Навчайся все своє життя.

 Ніхто не заперечує, що ти і так багато знаєш та умієш.

 Добре, що ти знаєш, скільки часу тривала столітня війна (100?!),

 чудово, якщо ти можеш відрізнити комп'ютерний вірус від вірусу грипу,

 вітаю, якщо зумієш своїми руками забити звичайний цвях в цегляну стіну.

Порада сьома і остання (по списку, а не по значенню!)

 Отже, ти хочеш досягти успіху? То чого ж тоді чекаєш і витрачаєш свій дорогоцінний час на читання цих порад?

 Давай, не сиди, пора уже щось зробити своїми руками.

 Кодекс честі учня:

- Вчитися не заради оцінки, а для здійснення гуманних, патріотичних цілей і досягнень.

- Направляти свою навчальну діяльність на глибоке оволодіння знаннями з основ наук, бути ініціативним, самостійним, найповніше виявляти себе.

 - Дотримуватися вимог школи, правил внутрішнього розпорядку, гідно вести себе.

 - Бути ввічливим у спілкуванні з товаришами, учителями, старшими людьми, шанобливо ставитися до батьків.

 - Турбуватися про молодших.

 - Виявляти милосердя.

 - Дбати про пристойний зовнішній вигляд, власну гігієну.

 - Не допускати куріння, не вживати спиртних напоїв, наркотичних засобів.

Поради з самовиховання:

1. Коли берешся за будь-яку справу, подумай: який результат повинен отримати.

2. Берись за справу сміливо і не відступай, поки її не виконаєш. Якщо в кінці тижня або цього дня залишаються не виконаними один чи два запланованих тобою пункти, перепиши їх у план на наступний тиждень(наступний день)

3. Візьми собі за правило обов’язково аналізувати: чому саме ти не виконав той чи інший пункт. Намагайся сам усувати причини невиконання. Спочатку це вважатиметься важким, але з часом ти зрозумієш, що головне – це правильно оцінювати свої сили і не гаяти марно часу.

4. Ніколи не практикуй перенесення виконання справи на наступний день. Приступай до виконання запланованого одразу ж без зволікань.

5. Не роби жодних попускань, навчися своїм примхам відповідати коротко, але твердо –"ні”.

6. Навчися сам собі наказувати, будь до себе непохитним,але став перед собою завдання реальні, ні в якому разі "не заривайся”, бо не спрацює внутрішній наказ ”Так треба”, "Я мушу”.

7. Спробуй проаналізувати: на що ти переважно витрачаєш свій вільний час?

8. Твій організм здатий до тривалих навантажень, але, щоб уникнути стомлення, переборюй втому, змінюй види діяльності протягом дня.

9. Приймаючи на себе будь-яке завдання, навчися слухати уважно вказівки дорослих. Користуйся нотатками, щоб нічого не пропустити повз увагу і зберегти час.