

## ПАМЯТКА УЧЕНИКУ

### *«Садимся за уроки»*

1. Садись за уроки всегда в одно и то же время.
2. Проветри комнату за 10 минут до начала занятий.
3. Выключи радио, телевизор. В комнате, где ты работаешь, должно быть тихо.
4. Сотри со стола пыль.
5. Проверь, на своем ли месте находится настольная лампа (дальний левый угол)
6. Уточни расписание уроков на завтра. Проверь, все ли задания записаны в дневнике.
7. Приготовь письменные принадлежности для занятий.
8. Эти принадлежности, а также учебники, тетради, дневник положи на то место, которое ты всегда будешь отводить им на столе.
9. Убери со стола все лишнее.
10. Пришло время начать работу. Сядь на стуле удобно. Открой учебник...

*Педагог-психолог МБОУ г.Иркутска СОШ №57*

*Шилова Ю.А.*