

## Секреты успешной учебы

Если ты хочешь добиться успехов в учебе, то вот несколько советов для тебя.

### 1) Использование психологического фактора

Есть ли для тебя такой предмет, который кажется тебе чрезвычайно сложным? Это может быть для кого-то математика, для кого-то физика, для кого-то русский язык, или любой предмет. Если такой предмет есть, если ты уверен, что твой склад ума не позволит тебе одолеть данный предмет, то этот совет – для тебя.

Ты должен собрать всю свою силу воли для того, чтобы отключить у себя в мозгу установку на сложность предмета и на твою неспособность разобраться в этом предмете. Ты должен регулярно заниматься, и при этом твои мысли должны быть примерно такие: «я смогу, у меня все получится». Не огорчайся из-за ошибок и неудач, каждая неудача и допущенная ошибка – это лишь сигнал о том, что нужно еще заниматься, а совсем не о том, что у тебя нет способностей к этому предмету. Обязательно радуйся и хвали себя за каждый даже маленький успех – за правильно решенную задачу, за выученное правило, и т.д.

Заставь психологический фактор работать не против себя, а за себя! Ты будешь шаг за шагом продвигаться к своей маленькой победе, и когда-нибудь ты сможешь с уверенностью сказать, что ты достаточно хорошо разбираешься в данном предмете.

### 2) Использование личностного фактора

Помни, что твоя оценка по тому или иному предмету зависит от твоего учителя, который выставляет тебе оценки. Ты должен постараться, чтобы у этого человека сложилось хорошее мнение о тебе, и чтобы он тебя запомнил. Для этого:

- на уроке, учитель рассказывая новый материал, иногда задает вопросы по уже пройденному материалу. Старайся как можно чаще отвечать на такие вопросы, даже если они заданы не конкретно тебе, и тебе в принципе не обязательно отвечать. Учитель таким образом поймет, что ты внимательно слушаешь, и что ты усвоила предыдущий материал. Ему будет приятно, что его труды на прошлых занятиях не прошли даром, и твои ответы это подтвердят. Ты будешь ассоциироваться у него с приятными моментами, и в ответ у тебя увеличится шанс получить высокую оценку.

- не бойся лишний раз подойти к учителю и задать ему актуальный вопрос по теме, если ты что-то недопонял во время занятия. Только не задавай вопросов по поводу материала, который ты пропустила мимо ушей, так как отвлекался во время занятия, или если вообще данное занятие ты прогулял без уважительной причины.

### 3) Самостоятельная подготовка

Не зубривай целые параграфы и главы из учебников. Лучше внимательно прочти пару раз, а выучить наизусть нужно лишь даты, правила, определения, то есть самое важное по данному предмету и теме.

Занимайся регулярно. Лучше каждый день по 30 минут, чем раз в неделю 3-4 часа

## **«Секреты успешной учебы» (памятка)**

Чтобы что-то хорошо усвоить самому, можно (и нужно!) обучить этому другого.

Выбери человека (своего друга, подругу или просто одноклассника, брата или сестру), которому ты будешь помогать в учебе. Конечно, этот человек должен согласиться принять твою помощь (ты должен убедиться в том, что ему действительно это нужно)! Передавать секреты успеха в учебе можно и взрослому: маме, папе, бабушке, дедушке...

### **Секреты успеха на уроке**

Успех на уроке обеспечивает не только качественная самостоятельная подготовка к нему, но и эффективная работа во время урока. Анализ ответов твоих одноклассников поможет не только лучше усвоить материал, но и усовершенствовать твои собственные ответы по форме и содержанию.

- Подготовить все необходимое для урока до звонка.
- Не отвлекаться, сосредоточиться на задании.
- Не выкрикивать с места, поднимать руку.
- Не жевать на уроке.
- Не болтать с соседом по парте.
- Не списывать.
- Подготавливать свой ответ.
- Соблюдать правила этикета.
- Сидеть ровно.
- Выключать мобильные телефоны.
- «Перерабатывать» информацию.

Готовясь к ответу на уроке:

1. Припомни содержание материала.
2. Подумай или запиши план ответа.
3. Выдели самое главное в теме, при ответе сконцентрируй на этом внимание.
4. Каждое положение обязательно доказывай, приводи примеры, но коротко и ясно.
5. Обязательно делай обобщения и выводы из сказанного.
6. При необходимости пользуйся таблицами, схемами, пособиями, моделями.
7. Если твой ответ требует доказательства экспериментом, подготовь заранее все необходимое.

### **СЕКРЕТЫ ПЛАНИРОВАНИЯ**

Слово «планирование», скорее всего, не ассоциируется у тебя с каким-либо интересным и увлекательным занятием.

Но именно планирование может стать твоим верным другом и помощником в учебе, своеобразным «ангелом-хранителем» от стрессов и неприятных неожиданностей. Существует мнение, что мы устаем от

несделанных дел и особенно от того беспорядка в голове, который возникает, когда нерешенные проблемы накапливаются и наслаиваются одна на другую.

Кроме того, планирование помогает человеку затрачивать меньше времени на однообразную и скучную работу. Умение планировать обеспечит не только успех в учебе, но и будущие высокие профессиональные достижения.

С чего начинается планирование?

В первую очередь, необходимо уметь выделять главное, то есть тебе предстоит научиться выстраивать проблемы и дела по степени важности.

Затем определи цели и составь план действий, необходимых для ее достижения.

Важно также научиться отслеживать выполнение плана и оценить полученный результат.

Составив свой распорядок дня, ты проверишь полученные в этом разделе книги знания и умения.

### Секреты успешной домашней работы

В первую очередь, вернись к СЕКРЕТАМ ПЛАНИРОВАНИЯ. Если режим дня ты соблюдаешь, значит волевые усилия уже стали твоими помощниками. И в выполнении домашней работы без них тебе, конечно же, не обойтись.

