

## Психологическое сопровождение - Какой ты ученик?

---

### **Одарённый.**

Невероятно способный и умный ученик. На уроках демонстративно скучает. Если кто-то признается, что чего-то не понял, "одаренный" с недоумением и ужасом устремляет свой взгляд в потолок: "Как можно этого не понять? Это же проще простого". Контрольную всегда делает первым, победоносно шагая с тетрадкой через весь класс.

Действительно ли он или она все знает, неизвестно. Никто никогда не просил его о помощи, потому что никто не хочет стать объектом его(её) насмешек.

### **Посредственный.**

Его нельзя назвать ни отличником, ни отстающим: в дневнике чаще мелькают четверки, иногда - тройки. Пятерки и двойки получает редко. Никогда не сядет ни за первую, ни за последнюю парту - предпочитает "золотую середину". Учителям не доставляет ни радости, ни беспокойства, поэтому многие из них даже не помнят его имени.

Инициативу "посредственный" проявлять не любит, но в то же время, ничему не противится. С трудом произносит слова "да" и "нет", предпочитает "наверное", "может быть". Всегда и во всем подстраивается под большинство. Смеется над тем, над чем смеются остальные, и огорчается тем, чем огорчены они.

### **Смирившийся.**

Удрученный и покорный. На доску обычно смотрит как на китайские иероглифы и даже не пытается в них разобраться - заранее знает, что все равно ничего не поймет. Вместо того чтобы наконец-то сесть за уроки, горько сетует на судьбу, которая обделила его талантами. Вероятно, если его встряхнуть, ободрить, он воспрянет духом, но никто этого не делает, ведь никто не хочет навязываться.

### **Эгоист.**

Любит показать, как много у него разных вещей, но никому ни за что их не даст. Если у соседа по парте перестала писать ручка, то даже если у него четыре запасных - ни за что не одолжит. Отметки чаще всего хорошие или отличные. Но даже если эгоист и знает больше других, то никогда не поможет - списать никогда не даст. Если кто-то стоит у доски и мучается, эгоист радостно поднимает руку: пусть все видят, что он знает тему лучше.

Эгоистов в классе всегда недолюбливают, считают жадинами и врединами.

## Психологическое сопровождение - 10 правил успеха

---

1. Старайся во всех удачах благодарить обстоятельства, а во всех неудачах винить только себя.
2. Помни: нет безвыходных положений, кроме смерти. Никогда не опускайте руки. Пока мы живем, мы способны улучшить свою жизнь.
3. Когда тебе плохо, найди того, кому ещё хуже, и помоги ему - тебе станет значительно лучше.
4. Относись к другим людям так, как хотелось бы чтобы другие люди относились к тебе.
5. Не обстоятельства должны управлять человеком, а человек обстоятельствами.
6. Верь в Его Величество Случай и знай: случай приходит только к тем, кто всё делает для того, чтобы этот случай пришел.

7. Самое ценное в нашей жизни - здоровье. О нем нужно заботиться.
8. Помните: жизнь любит удачливых. О прошедшем жалеть бесполезно.
9. Анализируйте каждый прожитый день - учиться лучше всего на собственных ошибках.
10. Лучшее лекарство от грусти, от стресса, от неудач - оптимизм.

### **Психологическое сопровождение - Почему мы не учим уроки?**

---

#### **Так ли уважительны причины, по которым мы не учим уроки?**

1. Если тебе просто скучно или не хочется делать уроки, то это не оправдание. Только маленькие детишки живут по принципу "хочу - не хочу", но ты-то не в детском саду!
2. Если, ты махнул рукой на учебу, потому что считаешь, что из тебя ничего не выйдет, то знай - это очень удобная отговорка для бездельников. И потом, с чего ты это взял? Ты ведь ничем не хуже других, и если приложишь чуть-чуть старания, обязательно добьешься успеха.
3. Если ты отстал в учебе или дома у тебя плохие условия, попроси помощи у учителя или одноклассников. Наверняка они тебе не откажут. И не тяни с этим, ведь чем раньше ты возьмешься за наверстывание упущенного, тем легче тебе будет это сделать.
4. А может быть, ты не учишь уроки, потому, что все равно тебя никто не проверяет и не помогает тебе? В таком случае тебе пора становиться более самостоятельным. Ведь ты уже взрослый и должен понимать, что учишься не для мамы с бабушкой, а для себя.
5. Если же причина двоек в твоём дневнике - нехватка времени для учебы, подумай, как лучше его распределить. Если помимо школы, ты посещаешь спортивную секцию и еще какой-нибудь кружок, то, может быть, такая нагрузка все-таки слишком велика для тебя? В таком случае посоветуйся с родителями: наверняка они помогут найти выход.

#### **Памятка для школьников**

1. Слушать учителя внимательно и отвечать на заданные вопросы.
2. Задавать вопросы, если непонятно.
3. Записывать задания по каждому предмету.
4. Использовать дополнительную литературу.
5. Выяснять значение непонятных слов и выражений.
6. Находить нужную информацию в Интернете.
7. Трудные темы повторять в тот же день.
8. Обращаться к взрослым за помощью, если возникли затруднения.
9. Необходимо делать перерывы.
10. Выучить правила, материал понять и запомнить.
11. Сочинения и доклады готовить заранее, а не в последний день.
12. Составлять план ответа.

### **Психологическое сопровождение - Советы бывалых школьников**

---

Дорогой друг, ты переступил порог школы, в которой тебе долго учиться. Оглянись вокруг. Тебя окружают родители, одноклассники, учителя. Помни, ты - Человек! У тебя есть свобода, которой ты можешь пользоваться, пробивая себе дорогу в светлое будущее. Пока ты учишься, мы предлагаем следовать советам "бывалых"

школьников. Пользуясь своими правами и свободой, ты можешь внести что-то новое в развитие школы.

Во - первых, не теряя времени узнай, где лежит главный документ школы - Устав. Найди его и внимательно изучи.

Во - вторых, запомни всё, что касается тебя и твоего обучения.

В - третьих, ты в школе не один, вокруг тебя твои одноклассники и учителя, имеющие такие же права и свободы, уважай их.

В - четвертых, школа - твой второй дом. Береги все, что в нем находится: мебель, книги, инвентарь. К тому же за порчу школьного имущества на твоих родителей может быть наложена материальная ответственность.

В - пятых, веди активный образ жизни и реализуй свои способности, участвуя в школьных мероприятиях, реализуй свои субъективные права.

В - шестых, знание своих прав и свобод, не должно ограничивать круг твоего мировоззрения, поверь, много интересного и на других уроках, не пропускай их.

В - седьмых, ты должен аккуратно вести дневник, ведь это твой личный документ, по которому о тебе судят взрослые.

В - восьмых, если потребуется твоя помощь, не раздумывай - помоги. В следующий раз помогут тебе.

В - девярых, помни, что взрослым ты становишься не тогда, когда начинаешь курить и пить спиртные напитки, а тогда, когда можешь самостоятельно отвечать за свои поступки.

В - десярых, как можно чаще приглашай в школу родителей, чтобы они были в курсе твоих дел, так как они твои законные представители.

В - одиннадцатых, если все - таки твои права нарушены, прежде всего, расскажи родителям, поставь в известность администрацию школы и социального педагога.

### **Правила для тех, кто хочет все успевать и не тратить время даром**

- Придя из школы домой, посмотри, сколько уроков задано на завтра и насколько они трудные? Прикинь, сколько примерно времени займет выполнение заданий.

Прибавь к этому еще полчаса на непредвиденные обстоятельства.

- Заранее определись, когда ты будешь делать домашнее задание. Например, скажи себе: "После обеда работаю два часа, а остальное - личное время". И как решил(а), так и сделай.

- Следуй принципу: "Сделал дело - гуляй смело".

- Старайся готовить уроки в тот же день, когда они заданы, а не потом - например, через два дня. Так тебе не придется долго вспоминать, как вы решали такие же задачи в классе.

- Начинай готовить уроки с наиболее трудных, лучше с письменных заданий - легче разберешься, пока еще не устал(а).

- Когда делаешь уроки - не отвлекайся, не думай о посторонних вещах и не мечтай.

- Не сиди над уроками дольше, чем два часа, без перерыва. После этого времени необходимо передохнуть, а лучше всего прогуляться.

- Невнимательность на уроках - это потеря времени! Если ты отвлекаешься, то позже потратишь больше времени, чтобы выучит то, что могла бы узнать за 45 минут.

- Держи все свои вещи и книги в порядке, чтобы у каждой было свое определенное место. Тогда тебе не придется по полчаса тратить на поиски линейки или словаря.

- Приготовь с вечера все, что понадобится завтра, чтобы утром не тратить времени на поиски нужной вещи или не забыть ее в спешке.
- Всегда выходи из дома заранее. Лучше прийти раньше на две-три минуты, чем опоздать.
- Никогда не обещай того, чего не можешь выполнить. Например, если завтра у тебя контрольная по математике, нужно сдать книги в библиотеку и забежать на минуточку к бабушке, то не обещай подруге (другу), что пойдешь с ней (с ним) гулять.
- Умей рассчитывать свои силы. Не взваливай на себя слишком большую нагрузку. Конечно, интересных занятий - великое множество, и хочется попробовать себя во всем. Но посещать одновременно три кружка, две студии и спортивную секцию не по силам никому.
- Меньше слов - больше дела. Даже если ты целый час будешь жаловаться окружающим, как много задали тебе сегодня в школе, заданий от этого меньше не станет. А вот времени на его выполнение точно останется меньше. Но если вместо того чтобы болтать о жутких нагрузках, ты сядешь за стол и возьмешься за работу, то постепенно справишься со своими уроками. Если ты будешь беречь свое время и поймешь, какое оно дорогое, ты будешь успевать все: и приготовить вовремя уроки, и поиграть, и погулять и почитать.

## **Психологическое сопровождение - Советы юриста**

---

1. Знание своих прав и свобод, не должно ограничивать круг твоего мировоззрения, поверь, много интересного и на других уроках, не пропускай их.
2. Ты в школе не один, вокруг тебя твои одноклассники и учителя, имеющие такие же права и свободы, уважай их.
3. Школа - твой второй дом. Береги все, что в нем находится: мебель, книги, инвентарь. К тому же за порчу школьного имущества на твоих родителей может быть наложена материальная ответственность.
4. Веди активный образ жизни и реализуй свои способности, участвуя в школьных мероприятиях, реализуй свои субъективные права.
5. Помни, что взрослым ты становишься не тогда, когда начинаешь курить и пить спиртные напитки, а тогда, когда можешь самостоятельно отвечать за свои поступки.
6. Как можно чаще приглашай в школу родителей, чтобы они были в курсе твоих дел, так как они твои законные представители.
7. Если все-таки твои права нарушены, прежде всего, расскажи родителям, поставь в известность администрацию школы и социального педагога.