



## ПАМЯТКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ «СОВЕТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОПОДГОТОВКИ»

### 1. Общие требования к самоподготовке.

- 1) Начиная подготовку в точно установленное время.
- 2) К началу работы подготовь рабочее место и сосредоточься.
- 3) Посмотри в дневнике, что задано на дом.
- 4) Если забыл правила, основные положения, найди в учебнике и повтори.
- 5) Начиная самоподготовку в определенном порядке, например, с самых сложных для тебя предметов: математики или русского языка.

### 2. Подготовка письменных заданий.

- 1) Прежде чем приступить к самоподготовке, поработай над ошибками, сделанными в предыдущей работе.
- 2) Прочти домашнее задание.
- 3) Если письменная работа связана с определенными правилами, то вспомни их или повтори по учебнику.
- 4) Проверь каждое написанное предложение. В заключение проверь всю работу полностью.
- 5) Замеченные ошибки исправляй аккуратно.

### 3. Подготовка устных заданий.

- 1) Припомни, что узнал на уроке.
- 2) Прочти задание по учебнику. Если оно непонятно, то прочти вторично.
- 3) Выдели основные части, главные мысли текста.
- 4) Составь план содержания прочитанного.
- 5) Расскажи по плану.
- 6) Исправь замеченные ошибки.

### 4. Как научиться лучше запоминать.

*Память* – это процесс запоминания, сохранения и последующего воспроизведения того, что человек раньше воспринимал, переживал или делал.

- 1) Запоминай цифры, факты, формулы, стихи в определенном порядке, в системе, чтобы в «кладовой» памяти было легко и быстро отыскать нужное.
- 2) Не старайся ничего запоминать, предварительно не осмыслив.

*Осмыслить* – значит установить причину явления или факта, найти оценку или определение, установить собственное отношение к изученному материалу.

- 3) Какой у тебя вид памяти? Зрительный? Слуховой? Моторный? Старайся пользоваться всеми тремя одновременно, но больше тем, который у тебя преобладает.
- 4) Трудные места читай вслух, но не забывай, что лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. Глаз способен воспринимать во много раз быстрее, чем ухо.
- 5) При изучении материала приучай себя расчленять его на смысловые куски, составлять к ним вопросы или заголовки и вести последовательную запись сначала в виде плана, а потом в виде конспекта.
- 6) Трудно изучать то, что тебе не нравится. Заставь себя полюбить учебный предмет, поверь в его жизненную необходимость, поищи в любом учебном предмете интересное, удивительное – и успех обеспечен.
- 7) При осмысливании текста учебников (фактов, событий и явлений) заменяй трудные слова привычными, длинные выражения – короткими предложениями, не стремись заучить текст слово в слово. Перевод новых сведений на язык собственных мыслей приводит к высоким результатам запоминания.
- 8) Важный момент при запоминании – проявление активности памяти. Применяй следующие приемы:

- ✓ меньше читай текст, больше пересказывай его своими словами;
- ✓ пересказывай спустя 10-15 минут после чтения текста, затем еще раз через 8-10 часов (например, утром следующего дня);
- ✓ не торопись заглянуть в текст, если что-то забыл. Не обманывайся при чтении или слушании чувством знакомости. То, что материал знаком и понятен, не всегда означает, что ты его запомнил. Только время позволит установить, усвоил ли ты заданный урок.