

УЧЕНИЕ – УМСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
ЧЕЛОВЕКА (ПОЛУЧЕНИЕ ЗНАНИЙ,
УМЕНИЙ И НАВЫКОВ)

ОЦЕНКА – показатель УРОВНЯ
УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Успехи в учёбе зависят, прежде всего,
от самого человека*

*Главное – осознать, что учёба в меру
своих способностей даёт больше
шансов завоевать уважение среди
других людей и добиться успеха в
жизни.*

Рекомендации по развитию
внимания и памяти

Внимание – это «дверь» в наше сознание,
если человек невнимателен, информация
в его сознание не поступает. Развивая
внимание, мы развиваем свою память и
ум!

*Упражнения для тренировки
внимания и памяти:*

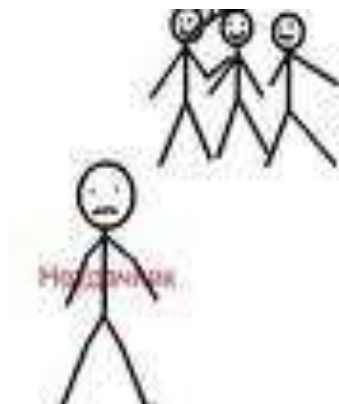
1. Развивать **произвольное внимание** – уметь усилием воли сосредоточиться на каком-либо задании в течение 20-25 минут (поставить цель задания, определить последовательность выполнения задания (задачи работы), самостоятельно оценить результат).
2. Развивать **объём памяти**: запоминать цифры (номера телефонов, дни рождения и т.д.), слова, стихотворения, правила, любую другую информацию.

3. Соблюдать **правила запоминания**: сначала понять смысл, составить план или схему, потом повторять. Кратко повторять перед уроком на следующий день.
4. Тренировать **устойчивость внимания**: упражнение «Вычеркни букву»: в тексте газеты вычёркивать одну букву (например «а»), в течение 5 минут в день; потом две буквы (например «К» и «П»); потом три и т.д., до 4 букв. Время постепенно увеличивать (каждую неделю на 5 минут (до 20 минут в день)). Правильность проверять.

Учёба в меру своих способностей –
успешное окончание школы,
поступление в высшее или среднее
специальное учебное заведение,
работа по выбранной профессии



Учёба ниже своих способностей – низкие
результаты экзаменов,
ограниченный выбор учебных
заведений, места работы



МБОУ «Павловская СОШ»

Как «научиться учиться»?
Памятка для ученика
(рекомендации психолога)

Успеваемость в средней школе зависит от:

- Работы учителя – на 50%
- Работы ученика на уроке – 25%
- Выполнения домашнего задания – 25%

2012