

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ?



1. Не стоит сразу после школы садиться за уроки, лучше отдохнуть, восстановить силы, прогуляться на свежем воздухе.

2. Прежде, чем заняться уроками, необходимо проветрить комнату.

3. Выполнение домашнего задания лучше начинать в одно и то же время.

4. Перед приготовлением уроков стоит выключить телевизор, отложить в сторону

гаджеты. В комнате, где работает ученик должно быть тихо. Освещение рабочего места должно быть достаточным.

5. Стоит подготовить всё необходимое для выполнения домашнего задания: учебники, тетради, канцелярские принадлежности, дополнительные образовательные материалы.

6. Следует уточнить расписание на завтра. Проверить, все ли задания записаны в дневнике.

7. Для выполнения заданий необходимо сосредоточиться, делать их четко и аккуратно.

8. Начинать делать уроки необходимо с наиболее трудного предмета.

9. Если есть сомнения, в правильности выполнения, лучше обратиться за помощью к родителям.

10. Не стоит выполнять все уроки за один присест. Через каждые 30-40 минут необходимо делать перерыв по 10-15 минут.

*Помощник врача-гигиениста
отдела общественного здоровья
Яцкевич Наталья Петровна*