**Как правильно учить уроки**

1. Если ты учишься в первую смену, после школы следует пообедать, немного отдохнуть, погулять и только после этого садиться за уроки. Начинать выполнять домашнее задание нужно обязательно в одно и то же время. Если ты учишься во вторую смену, задания лучше всего выполнять утром, конечно, тоже в одни и те же часы.  ПОЧЕМУ? Дело в том, что мозг привыкает к тому, что в определенные часы его ждет работа, и успешно справляется с ней. Ну, а тебе остается только пользоваться этим. Следовательно, даже организм подсказывает, что режим дня необходим.

2. Всегда будь внимательным на уроках. Это прекрасно помогает лучше усвоить домашнее задание.  ПОЧЕМУ? Если ты понял, что к чему уже на уроке, то дома тебе остается только повторить, а не разбирать сначала.

3. Этот совет тесно связан с предыдущим. Научись всегда четко записывать домашнее задание. ПОЧЕМУ? Если у тебя никогда не будет возникать потребность выяснять, что задано на дом, часами болтая по телефону. Ты сохранишь чрезвычайно много времени, которое можно использовать с удовольствием.

4. Прежде чем начать выполнять домашнее задание, проверь, все ли у тебя готово: убери со стола все лишнее; держи всегда свое рабочее место в чистоте; свет во время занятий должен падать слева. Учебники и тетради, которые ты не берешь в школу, клади в ящик, а карандаши, ручки, линейки, которые не носишь с собой в пенале, удобно держать на подставке на письменном столе.   
ПОЧЕМУ? Ничто не должно отвлекать тебя от важного дела. Во всем должен быть порядок.

5. Не начинай выполнять домашнее задание с самых сложных для тебя предметов. Начни с предметов средней сложности. ПОЧЕМУ? Нагрузку мозгу нужно давать по нарастающей. Впоследствии, когда сосредоточишься, настроишься на рабочий лад, переходи к наиболее трудным. И напоследок изучи то, что является самым легким для тебя.

 6. Перед выполнением домашнего задания не читай увлекательных книг, не смотри интересных передач по телевизору.ПОЧЕМУ? От увлекательного дела (скажем, интересной книги) оторваться чрезвычайно трудно. К тому же, отложив книгу, ты еще долго будешь под впечатлением описываемых приключений героя. В таком состоянии очень сложно переключиться на рабочий лад, настроиться, так сказать, на волну обучения.

7. Чрезвычайно важным и полезным является этот совет. Начав дело, не отвлекайся, доведи его до конца. Начав выполнять уроки, не переключайся через полчаса на телефон или телевизор. Идешь в магазин за продуктами - не оставайся на улице с друзьями на два часа, иди домой, как и собирался.   
ПОЧЕМУ? Так можно бросать все дела, не доводя до конца. Даже не хочется об этом говорить, но именно так ты делаешь свой путь к успеху слишком длинным и даже, скорее всего, невозможным. Поэтому, если ты замечал за собой такой недостаток, есть много причин сделать все, чтобы попытаться от него избавиться.

8. По возможности избегай так называемых внешних раздражителей. Некоторые считают, что могут сразу делать несколько дел: выполнять домашнее задание и слушать MP3-плеер, или играть с котенком. От такого обучения мало пользы.   
ПОЧЕМУ? Если ты и выучишь уроки, то не так хорошо, как мог бы, потратив на это гораздо больше времени, причем сильнее устанешь. Это происходит потому, что мозг работает в этом случае с двойной нагрузкой. Тишина - вот что больше всего поможет тебе во время выполнения домашнего задания.

9. Этот совет также связан с предыдущим. Итак, ты приготовился выполнять домашнее задание, выключил телевизор, радио, выпустил погулять кота. Условия создал идеальные. А за окном - шум, гам, музыка, громкие разговоры. Придется учиться отключаться, т.е. переключать внимание, сосредотачиваться.   
ПОЧЕМУ? Если ты сосредоточишься на своем деле, ни один шум тебе не помешает.

10. Очень важно и полезно через каждые 45-50 минут регулярно делать перерыв на 10-15 минут. Только ни в коем случае в это время не читай, не смотри телевизор, не решай кроссвордов! Хорошо бы размяться, выполнить несколько несложных физических упражнений. Можно выполнить какую-нибудь несложную работу по дому: пропылесосить, вытереть пыль, полить цветы или вынести мусор.

ПОЧЕМУ? Только таким образом мозг хорошо отдохнет, и ты будешь работать в полную силу.

11. Бывает так, что долго не можешь решить задачу - кажется, что она неразрешимая. Отложи ее на некоторое время. Выполни домашнее задание по другому предмету. ПОЧЕМУ? Возможно, ты устал. Отдохни немного и снова попробуй решить задачу. Повтори правила, просмотри внимательно учебник и тетрадь, вспомни, не решал ли ты подобную в классе или дома. И тогда задача уже не будет казаться тебе такой сложной, и, безусловно, ты ее решишь.

12. Без сомнения, у тебя есть предмет, который нравится тебе больше остальных. Кто-то с первого знакомства очарован историей, кому-то интересно и легко решать математические задачи, у кого любимый урок - физкультура - тоже интересно и полезно. Желательно оставлять выполнение домашнего задания по любимому предмету на потом. Сначала лучше выполнить все другие задания.   
ПОЧЕМУ? Если для тебя любимый предмет - это математика, ты пытаешься заранее решить все сложные задачи, если история, география или ботаника - читаешь много дополнительной литературы. Но из-за этого часто страдают другие предметы. На них просто не остается времени.

13. Выполняя устное домашнее задание по любому предмету, никогда не пытайся запомнить информацию слово в слово, зазубрить ее. Ты можешь попробовать вслух пересказать часть параграфа, которую только что прочитал. Это даже очень хорошо. Но пересказывать надо своими словами, так как ты понял.   
ПОЧЕМУ? Только понимание, представление, переживание, осознание прочитанного облегчают запоминание материала и ведут к успеху.   
14. Существуют предметы, изучению которых нужно уделять внимание каждый день. Прежде всего, это иностранный язык. Очень полезно тратить 10-15 минут в день на запоминание новых слов, читать вслух одну-две страницы текста. Да, возможно, тебе придется посидеть с часик.

ПОЧЕМУ? Но ты же знаешь, каким важным и полезным является сейчас знание языка. И к тому же в дальнейшем тебе будет легче выполнять задания по иностранному: ты сможешь быстро читать текст, переводить и даже сносно разговаривать. Думаю, ради этого стоит потратить время.

15. Этот совет является самым приятным. Когда ты закончил выполнять домашнее задание, наведи порядок на письменном столе, сложи все нужные вещи в портфель и - отдыхай. И ни в коем случае не думай об уроках! Лучше погуляй, побегай, помоги маме. Не стоит сразу садиться к телевизору или компьютеру.   
ПОЧЕМУ? Потому что твой мозг и твои глаза и так очень хорошо поработали и устали. Как приятно каждый раз чувствовать себя человеком, который доводит каждое дело до конца и может отдыхать с чистой совестью!