

**Дистанционное обучение – challenge
вызов который мы приняли**

**ТОП-5 советов
для учащихся**

ТОП -5

Только самое важное

1

ВАЖНО продолжать жить по
расписанию

Время на учебу должно быть **определено** и ему отдаем
ГЛАВНОЕ место

Если не хочется
заниматься в
запланированное
время **говори**
себе:

«Я сейчас в
школе!»



**ВЫЗОВ
ПРИНЯТ**

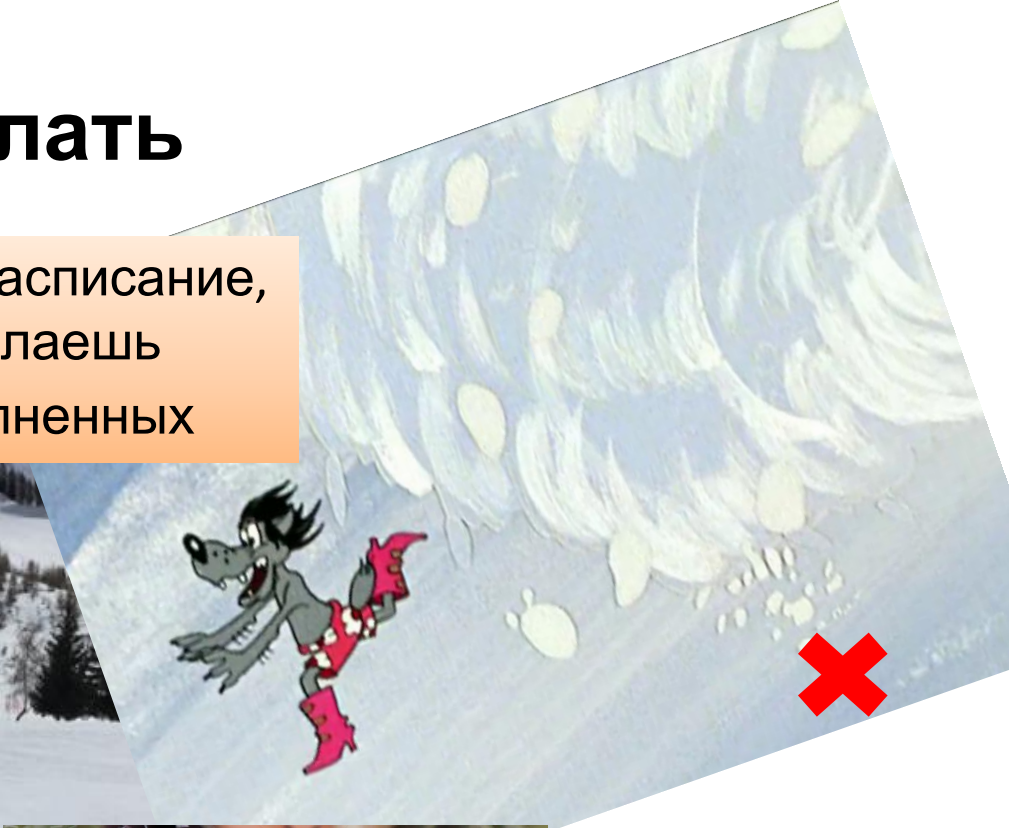




ВАЖНО все делать

сразу

ПОМНИ Игнорируешь расписание, откладываешь на потом – значит делаешь себе «**СНЕЖНЫЙ КОМ**» из невыполненных заданий



Тот кто **делает** задания **сразу** испытывает **меньше** стресса свободно наслаждается временем

3

ПОДГОТОВЬ свое рабочее пространство

Если необходимо для занятия с on-line подключением
приготовь

ДО начала конференции в ZOOM

ПУСТЬ все
НЕОБХОДИМОЕ
будет под рукой!!!
Тогда от on-line
урока СМОЖЕШЬ
взять

МАКСИМУМ:

Учись у

чемпионов

Подготовка к

соревнованиям не менее

Важна для спортсменов,
чем сами соревнования



**ВЫЗОВ
ПРИНЯТ**





4 Работа - РАБОТАЙТЕ

концентрируемся на одной задаче = выполняем ее в разы **быстрее** и лучше, чем постоянно отвлекаясь на что-то другое

Представь... хирурга, который, начав операцию, **вдруг бросил** пациента и стал читать сообщения в соц.сетях переходить по ссылкам бродить по просторам интернета...

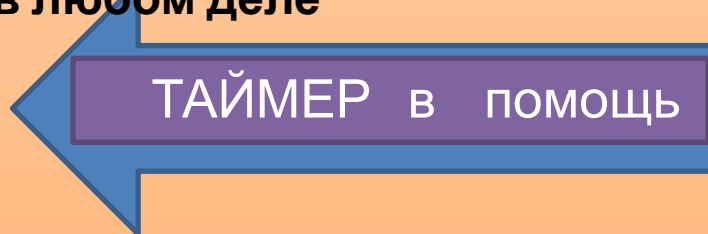


и футболиста, который во время матча **вдруг решил** ответить на сообщения ...



или боксера, который **вдруг замечтался**...

Умение **СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ** на **ОДНОМ** деле **ТРЕНИРОВКЕ** и очень **ВАЖНО** в любом деле



5

НУЖЕН полноценный ОТДЫХ

Чередуй занятия и отдых, сохраняя принцип 40 / 20
НОЧНОЙ отдых САМЫЙ важный

ХОРОШО
отдохнувший
человек
способен
СВЕРНУТЬ
ГОРЫ:

Не бойся просить
ПОМОЩЬ

Задавай вопросы учителям,
созванивайся и
переписывайся с
одноклассниками




**ВЫЗОВ
ПРИНЯТ**



ИТАК

- ✓ Живем по расписанию
- ✓ задания делаем сразу
- ✓ Готовим рабочее место заранее
- ✓ Работаем сосредоточенно над одной задачей
- ✓ Отдыхаем, высыпаемся
и
не боимся задавать вопросы



**СОХРАНЯЙ
СПОКОЙСТВ
ИЕ
И
ПРОДОЛЖАЙ
УЧИТЬСЯ**

Дорогие ребята уверена, что у нас все