**«Садимся за уроки»**

* Садись за уроки всегда в одно и то же время.
* Проветри комнату за 10 минут до начала заня-тий.
* Выключи радио, телевизор. В комнате, где ты

работаешь, должно быть тихо.

* Сотри со стола пыль.
* Проверь, на своем ли месте находится настоль-ная лампа (дальний левый угол).
* Уточни расписание уроков на завтра. Проверь,

все ли задания записаны в дневнике.

* Приготовь письменные принадлежности для за-нятий.
* Эти принадлежности, а также учебники, тетради, дневник положи на то место, которое ты всегда отводишь им на столе.
* Убери все лишнее со стола.
* Пришло время начать работу. Сядь на стуле удобно, расстегни воротник рубашки, если он давит шею. Открой учебник..