**Памятка для учащихся 4 класса**

**6 урок**

1. Внимательно прочитай ПАМЯТКУ.
2. Распечатай (если нужно) ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ, ТЕРМИНЫ, ЗАДАНИЯ.
3. Давай вспомним гамму Си – бемоль мажор: сколько знаков в гамме, особенности аппликатуры. Вначале сыграй её в прямом движении в 2 октавы двумя руками, потом в расходящемся движении. Обращай своё внимание, чтобы гамма была ровная. Вспомни аккорды, короткие арпеджио двумя руками. Длинное арпеджио - каждой рукой.
4. Прочитай ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ, ВЫПОЛНИ ЗАДАНИЯ: Разбери каждой рукой №3 и 6. Определи размер произведения, тональность, проанализируй название пьесы (что оно означает, какой может быть характер), переведи термины, указывающие на темп и характер произведения (стр.5, 6). Повторяй ранее пройденные произведения.
5. УЧИ ТЕРМИНЫ: не стоит учить все термины сразу, чтобы тебе было удобно, можешь учить в день, к примеру, по 5 терминов.
6. Если все задания были сделаны, продолжай заниматься по индивидуальным планам, которые ты можешь получить у своего педагога.

**ДЛЯ НАЧАЛА – ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

**УЧИСЬ УЧИТЬСЯ!**

**1. Учись беречь свое время.**

"Сфотографируй" один свой обычный день: на листке бумаги слева запиши каждое даже самое маленькое дело, а справа – проставь потраченное на него время. Вечером же просмотри записи и определи, где и когда было потрачено время зря. Такая "фотография" поможет научиться дорожить временем и разработать рациональный режим дня, но лучше, учитывая неравномерность твоей нагрузки по дням недели, составить его на неделю, чтобы сделать эту нагрузку более равномерной.

**2. Укладывайся в отведенное для выполнения домашних заданий время.**

На выполнение домашних заданий рекомендуется затрачивать не более 1 часа. Поэтому строго запланируй время начала и окончания приготовления домашних заданий – это поможет тебе не отвлекаться во время их выполнения.

**3. Лучшее время для выполнения домашних заданий** в первой половине дня между 10 и 12 часами, во второй половине – в период с15 до 18 часов.

**4.Отдых при выполнении домашних заданий**.

Признаками утомления могут быть: чувствуешь, что стало неудобно сидеть, возникает ощущение покалывания в ногах; глаза повторно возвращаются к одной и той же строке; вдруг начинаешь обращать внимание на посторонние раздражители, которые до этого проходили мимо внимания (звуки, чувство голода и др.)

**5. Чтобы восстановить умственную работоспособность, предупредить развитие резкого утомления необходимо:**

**•** Через каждые 40-45 мин занятий устраивать заранее запланированные перерывы на 10-15 мин.

**•** В первые 5-7 мин перерыва необходима двигательная активность, которая может включать, например, выполнение домашних заданий по физкультуре или для девочек - танцы под ритмичную музыку, прыжки со скакалкой; для мальчиков - силовые упражнения и т.д.

**•** Но нельзя применять такие нагрузки, которые могут привести к физическому утомлению.

**•** В остальное время отдыха можно свободно походить или выполнить какие-либо домашние дела.

**6. Правильно и эффективно используй возможности своей памяти.**

Проследи и сделай вывод о преобладающем у тебя типе памяти, которая может быть:

**• моторной** (если ты непроизвольно сопровождаешь запоминание информации различными двигательными действиями – записываешь ее, чертишь график или даже просто ходишь),

**• зрительной** (ты должен обязательно информацию увидеть – в учебнике, на плакате, в облике предмета, лица и т.д.),

**• слуховой** (через речь, музыку, определенные сигналы), логической (строится на осознании новой информации),

**• ассоциативной** (ты сравниваешь новую информацию с уже имеющейся и находишь между ними сходства и различия),

**• эмоциональной** (новая информация вызывает у тебя определенные – положительные или отрицательные – переживания)и т.д.

Определив у себя преобладающий при различных обстоятельствах тип памяти, попытайся создавать для успешного запоминания соответствующие условия.

Для успешного запоминания важно, чтобы ты нашел взаимосвязь нового материала с освоенной ранее информацией или связал его значение с практической значимостью (где и как ты сможешь его использовать).

После освоения информации во время приготовления домашних заданий повтори ее за 30-40 мин перед отходом ко сну (но не учи перед сном, а именно повтори выученный днем материал). Идеально же материал закрепляется в памяти при его дополнительном утреннем воспроизведении.

**7. Быстрее включайся в работу.**

Это правило особенно важно утром, когда после сна умственная работоспособность очень низка. Ускорить эффективное включение в работу уже с первого урока тебе поможет утренняя гигиеническая гимнастика. Она же поможет тебе оставаться в течение дня бодрым и сохранять высокую работоспособность.

**8. Успехи в учебе во многом зависят от твоего здоровья.**

Правильно организованный режим, полноценный сон, рациональное питание, неприятие вредных привычек, благожелательность к окружающим, наличие цели и стремление к ее достижению – формула твоих успехов в обучении.



