**САДИМСЯ ЗА УРОКИ**

1. Садись за уроки всегда в одно и то же время.
2. Проветри комнату за 10 минут до начала занятий.
3. Выключи телевизор, компьютер. В комнате должно быть тихо.
4. Сотри со стола пыль. На столе должно быть чисто.
5. Проверь, на своём ли месте находится настольная лампа.
6. Уточни расписание уроков на завтра. Проверь, все ли задания записаны в дневнике.
7. Приготовь письменные принадлежности для занятий.
8. Эти принадлежности, а так же учебники, тетради, дневник положи на то место, которое ты всегда отводишь им на столе.
9. Убери со стола всё лишнее.
10. Пришло время начать работу! Сядь на стуле удобно, расстегни воротничок рубашки, если он давит шею. Открой учебник…