

## КАК ПРАВИЛЬНО СТАВИТЬ ЦЕЛИ

- **Сформулируйте** цель в утвердительной форме.
- **Определите** критерии достижения успеха, что в ваших глазах будет свидетельством достижения намеченной цели.
- Крупные цели **разбейте** на более мелкие подцели, тогда будет вырисовываться определенный план действий.
- **Обдумайте** возможные самые удобные и приемлемые для вас пути и методы, которые вы собираетесь применять для достижения цели.
- **Учитывайте** возможные препятствия на пути к цели. Однако помните, что негативный опыт - это тоже опыт.



Сектор социально-педагогической  
и психологической работы

Тел. 277-12-70

*E-mail: / [psiholog.pedagog@mail.ru](mailto:psiholog.pedagog@mail.ru)*

*Составитель: педагог-психолог Финская Т.С.*



## Правила успешного студента



## КАК СЛУШАТЬ И КОНСПЕКТИРОВАТЬ ЛЕКЦИИ

**Стремитесь** понять цель и логическую последовательность изложения, уловить ход мыслей лектора, связать новое с тем, что вам уже известно по данной теме.

**Подразделяйте** конспект на пункты, параграфы, соблюдая красную строку, используйте пометки: «важно», «особо важно», «хорошо запомнить».

**Работайте** над конспектами: перечитывайте, делайте дополнения, размечайте цветом то, что должно быть глубоко и прочно закреплено в памяти.



## КАК РАБОТАТЬ С КНИГОЙ

- Читайте про себя.
- Трудные места книги читайте в замедленном темпе.
- Обращайте внимание на схемы, табли-



цы, карты, рисунки, математические формулы, устанавливайте их

связь с текстом.

- Выработывайте беглое чтение.
- Записывайте самое важное, пользуясь основными способами выписки: дословная выписка или цитата, выписка «по смыслу» или тезисная форма записи, конспективная выписка.

***Разработайте свою собственную систему составления выдержки и постоянно совершенствуйте ее!***

## Приемы запоминания

• **Переводите** скучную и не всегда изложенную доступным языком информацию на приемлемый для вас язык.

• Для лучшего запоминания **сокращайте** информацию до предела. Лучше упустить детали, чем главный смысл.

• **Ищите связи** между фразами в материале,



который следует запомнить.

• **Повторяйте** материал: первый раз сразу после прочтения, второй раз - через полчаса, третий раз - через день.

• **Старайтесь** применять полученные знания на деле. Это лучший способ их сохранения в памяти.