

## **Зачем человеку общение?**

Общительный человек смело шагает навстречу людям. Если у тебя доброе сердце, чистая душа

И всё - таки чаще, чем со взрослыми, тебе приходится иметь дело со своими ровесниками.

Но всегда ли оно бывает радостным? Многое зависит от того, как ты умеешь строить свои отнош

- Развивай в себе чувствительность и внимание к внутреннему миру другого человека
- Помни, каждый достоин уважения, так как он – человек.
- Проявляй чаще интерес к другому человеку. Научись находить в нём хорошее.
- Не замечай мелкие недостатки товарищей. Ты тоже не идеален.
- Развивай умение понимать юмор. Старайся отшучиваться, если кто- то иронизирует по пов

И последнее, старайся участвовать во всех делах класса, во внеклассных мероприятиях - это по

## **Что такое гнев и агрессия и как с ними бороться.**

Гнев – это, прежде всего результат неумения справиться с самим собой. Окружающий мир и люд  
Вам кажется, что вы должны быть сильнее, выносливее, более умелыми и умными. Конечно, стр  
Умение прислушиваться к своим движениям – начало работы по освоению власти над самим соб

## **Стресс - Как поддержать своё здоровье.**

Ведь известно, что если человек болен, ему труднее противостоять сложным жизненным ситуациям.

- недостаточность ночного сна. Известно, что треть своей жизни человек тратит на сон. Следующий фактор-

- следующий фактор- это низкая двигательная активность, отсутствие занятий физкультурой и спортом.  
- около 80 % информации об окружающем мире человек получает посредством зрения. Звукочувствительность человека

- За последние сто лет состояние среды обитания человека резко ухудшилось, что также является фактором

И последнее... Для поддержания своего физического и психического здоровья необходимо как минимум

## Ссора

Мы уже не раз говорили о том, что дружба – одно из самых больших богатств, которые есть на земле. С чего начинается ссора? Она может получиться из ничего. Для этого совсем необязательно во всем виноват ты. Как избежать ненужных ссор? Если ты не любитель поскандалить, то тебя волнуют подобные ситуации. Нужно научиться уважать вкусы других людей, тогда и твоё мнение будут ценить. Ребята, которые

## О режиме дня.

Тот, кто его соблюдает, воспитывает в себе силу воли, приучается к дисциплине, ценит и чувствует время.

Если установленный распорядок ничем не нарушается, режим становится настолько привычным, что

Итак, если ты учишься в первую смену, отдохни после школы часа два. За выполнение домашних заданий

Тебе приходится много заниматься, и глаза, конечно, устают. Для сохранения зрения очень бол

Лучше, если лампа будет прикрыта абажуром.

Домашние задания выполняй в определенной последовательности. Начни с того, что потруднее

Твой сон должен продолжаться не менее 9 часов. Помни: учеба будет успешной только в том сл  
В наши дни трудно обойтись без компьютера. Он есть у многих из вас. Что ж –это не плохо, есл

Помни, без перерыва за компьютером можно сидеть не больше 30 минут. А в день общее врем

Подумай сам, хочешь ли ты превратиться из жизнерадостного ребенка в болезненного во

Знаешь пословицу: « Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку - пожнешь хара

## **Как начать учебный год.**

Ребята, быстро пролетели три летних месяца. Начался новый учебный год – пора одевать строг

Итак, что же нужно знать и делать для того, чтобы правильно распределить свое время, нику

- наведи порядок на своем рабочем столе дома, незачем держать на нём ненужное Чем потом о

- чтобы не спешить утром, собери и приготовь всё, что нужно с вечера. Не позволяй мелочам

- внимательно слушай. Это нужно для того, чтобы сразу четко уяснить: что, где, когда и почему.
- все самое важное, касающееся школы, записывай в дневник. Всю остальную важную информацию
- на свете существует множество дел, которые лично ты не сможешь переделать.« Драмкружок,
- не старайся установить рекорд скорости. Гораздо важнее довести начатое дело до конца, не б
- также очень важно ответить на следующий вопрос: « Сколько времени ты проводишь у телефо
- и последнее... Давно известно, что никакую работу нельзя сделать быстро и хорошо, если исп

## **Как начать утро и настроиться на рабочий лад.**

Почему мы хотим поговорить о начале рабочего дня? Ты сам уже, наверное, заметил, что с глуп ты каждый день ходишь в школу. Твой школьный день можно смело назвать рабочим днём, как у взрослых. А рабочий день совершенно необходимо начинать в хорошем настроении, чтобы он успешно пройдёт. Ты же знаешь, что говорят о людях, которые приходят сердитые и ничего у них не получается: « Тебе тебе нужно провести удачно день. В плохом настроении сделать это никак не возможно. Твоя работа в этом деле она светлая, весёлая и приятная. Для того чтобы она стала такой для тебя, проснувшись утром. Ну вот, хороший настрой на день тебе обеспечен – и можно спокойно приниматься за учёбу.

## **Как научиться жить среди людей.**

Уметь общаться, уметь поддерживать со всеми равные, добрые отношения, получать удовольствие от жизни. А знаешь ли ты, какой у тебя характер? Как он влияет на твоё поведение и на отношения с другими? Только в своей семье или в школе, но и путем самосовершенствования. Нужно работать над собой.

## **Зачем человеку нужны знания.**

Мир, в котором всем нам приходится жить, расти, взрослеть, - огромен, сложен, иногда даже оп...

Через несколько лет каждому из вас нужно будет выбрать профессию. А сделать это можно ли...

Тебе предстоит научиться общаться с людьми в самых разных ситуациях. Наверняка уже се...

Или, вот такие ответы на вопросы: почему, если потереть расческу о волосы, она начнёт притяг...

Хочешь всё это узнать – изучай физику. Она рисует картину окружающего мира во времени и пр...

## **Для чего и как изучать конфликты.**

Вся история человечества, его интеллекта, культуры, морали есть непрекращающаяся борьба, с...  
В каждом из нас бьёт ключ жизненных противоречий. Нам свойственно не совсем соглашаться,  
Значит, скажете вы, конфликт неизбежен? Вовсе нет. И не каждая конфликтная ситуация, воз...  
Уметь предупреждать конфликт – значит, обладать культурой общения, владеть собой, выража...  
Попав в ситуацию сложного противоречия, важно вести себя социально грамотно. Основываясь...

## **Курение.**

Все вы слышали о федеральном законе « Об ограничении курения табака», принятого Госдумой...  
В Российской Федерации здоровье людей охраняется Конституцией РФ.

И действительно, слишком много молодых людей имеют серьёзные заболевания благодаря сво...  
Но особенно вреден он для растущего организма. В нашей школе , к сожалению, есть ребята, к...  
Раз табак так вреден, то почему люди порой ещё в детстве начинают курить?

Одни боятся показаться маленькими перед теми, кто уже курит. На самом деле маленькими и н...

А уверенные в себе ребята ответят: « Я не боюсь. Я просто не хочу. Мой отец курит, мучается, а другие хотят попробовать, что это такое. Раз попробовал, два – и уже привык. А бросить очень трудно. А начал- немедленно бросай, так как никотин – это чрезвычайно сильный яд, действующий на нервную систему. Но не только здоровье теряют курильщики, но и деньги. Если пачка сигарет стоит в среднем 20 рублей. Ребята, курящий не будет казаться взрослее, а лишь подорвет своё здоровье. Поэтому желаем вам быть здоровыми, богатыми, успешными и умеющими отстаивать свою точку зрения»