

Советы школьникам начальной школы

Когда ты сердишься

Бывает так, что ты злишься на папу, маму, брата, сестру или бабушку, когда они что-то тебе не дают, не разрешают гулять, играть, заставляют ложиться спать? Конечно, бывает! А как справляться с этим?

Чтобы почувствовать себя лучше, ты должен поговорить с тем, кому доверишь о своих чувствах. Тебе сразу же станет легче!

Помни: твои чувства такие же настоящие, как твой нос или ухо.

Поэтому не стесняйся говорить о них. Тебе станет лучше. Ты будешь чуточку счастливее, и окружающие тебя люди тоже.

Нужно запомнить и сделать две вещи:

1. Отыщи того, кто выслушает тебя.
2. Не вымещай свои чувства на младших.

Другой хороший способ избавиться от злости – взбивать подушки. Ты можешь мять пластилин, бросать мячик, стукнуть кулаком по столу в своей комнате. Отыщи укромный уголок, чтобы попрыгать и побегать, пометать мячик так, чтобы никого не ударить. Нет ничего плохого в том, чтобы сказать:

Я РАССЕРЖЕН!

Когда ты боишься

Мальчики и девочки боятся некоторых вещей. Взрослые тоже не исключение. Люди боятся, что их оставят одних, что они окажутся в темноте или их оставят с незнакомыми людьми. Это – чувство страха. Один способ избавиться от него – пойти к людям, которые тебя любят, и рассказать им о своих страхах. В этом случае ты больше не будешь чувствовать себя одиноким.

Ты можешь сказать: «Я не могу рассказать им, что боюсь. Они будут смеяться».

Нет. Будь уверен, и выбери того, кто умен и любит тебя.

Есть в школе человек, который занимается тем, что слушает других и понимает их чувства. Это – психолог. Обратись к нему. Возможно, у тебя появится новый друг. Друг – это тот, кто нравится тебе, а ты нравишься ему. Мудрые люди говорят, что иметь старых друзей – это замечательно. Чем раньше начнешь заводить друзей, тем быстрее у тебя появятся старые друзья. Один из способов подружиться – доверить кому-нибудь свой секрет!

10 жизненных советов успешному ученику

1. Не унывай. Унывающих любят неудачи!
2. Не бойся. Тот, кто боится, чаще проигрывает!
3. Трудись. Это самый короткий путь к успеху.
4. Думай. Думай о своих поступках и поступках других, и ты накопишь жизненный опыт. Он позволит тебе не совершать глупых ошибок.
5. Не лги, и ты будешь иметь друзей.
6. Учись смотреть на свои поступки как бы со стороны, глазами других, и ты добьешься уважения людей.
7. Оставайся самим собой и иди своим путем, то есть выбирай, что и как тебе делать. В этом случае ты достигнешь желаемого.
8. Избегай злых людей, потому что зло заразительно.
9. Будь благодарен родителям, бабушкам, дедушкам, людям, сделавшим тебе добро.
10. Прислушивайся к словам старших, и ты избежнешь многих бед.

Памятка любителю споров

1. Помни, что каждый имеет такое же право высказать свое мнение, как и ты.
2. Относись с уважением к своему «противнику».
3. Не вступай в спор, если ты очень мало знаешь о том, о чем споришь.
4. Научись слушать своего «противника». Старайся не перебивать его.
5. Не горячись, старайся спорить спокойно.
6. Не спеши признавать себя побежденным!