

# ЧЕК-ЛИСТ ПОЗИТИВНЫЙ НАСТРОЙ НА УЧЕБУ

А.Б. Кулакова

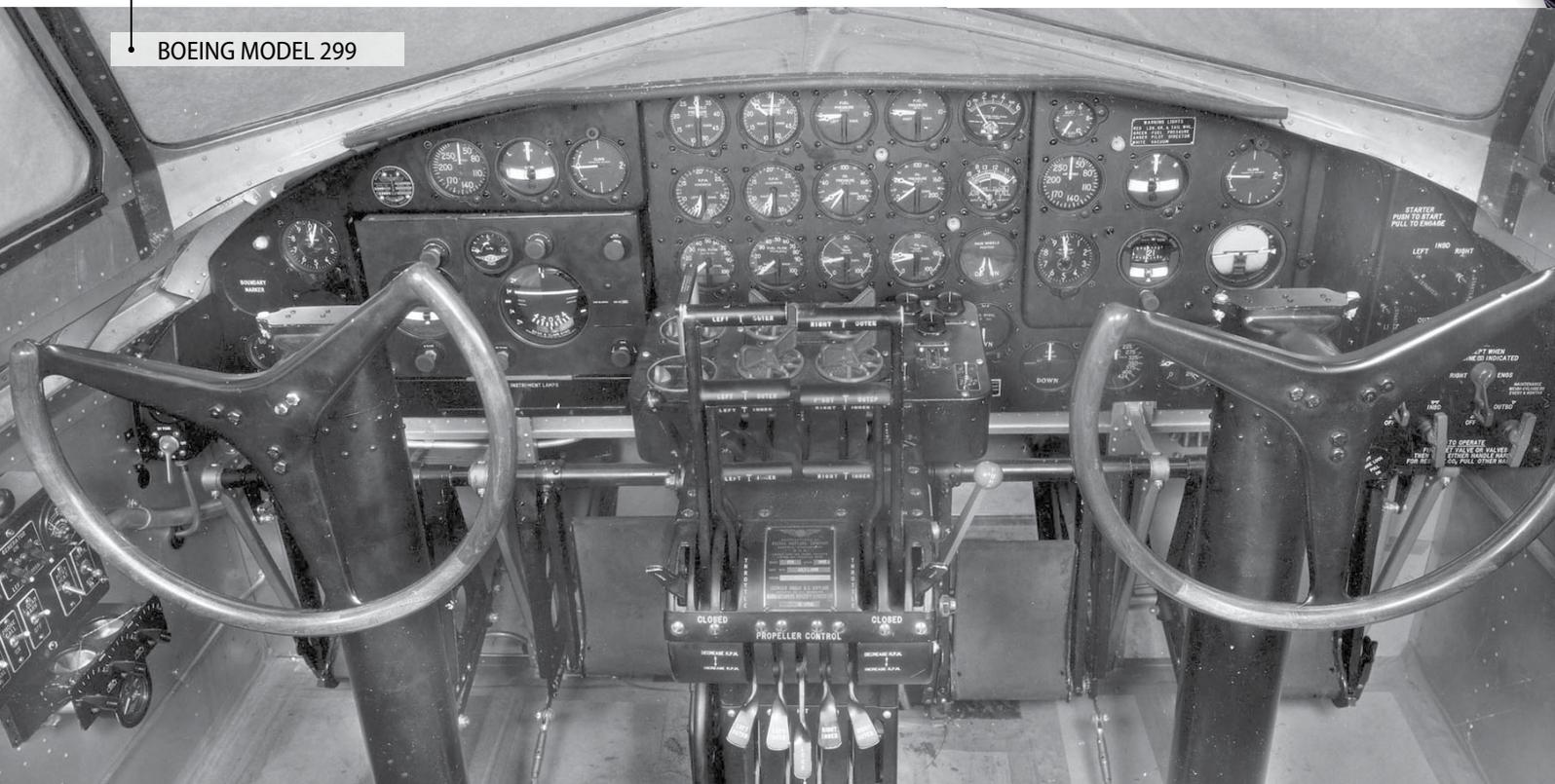
Дословно «чек-лист» переводится как «проверочный, контрольный список». Как правило, это перечень пунктов, напротив которых ставятся галочки, если тот или иной пункт из этого списка выполнен. Чек-лист позволяет легко отследить, что и в каком объеме осталось сделать.

Историю возникновения чек-листов связывают с авиацией. В 1930-х гг. в американской армии появился новый самолет – тяжелый бомбардировщик Boeing Model 299. Но оказалось, что новая техника слишком сложна в управлении. Чтобы облегчить жизнь пилотам, была разработана специальная инструкция, которая и представляла собой чек-лист. Она избавляла пилотов от необходимости держать все в голове. Чек-лист сделали простым и кратким: список вопросов, на которые необходимо было поэтапно ответить при взлете, полете, посадке и рулении, располагался на одной карточке.

В дальнейшем этот инструмент начали использовать и в других сферах.



BOEING MODEL 299





Близятся итоговые контрольные работы и экзамены в последней в этом учебном году четверти. Силы уже на исходе, поэтому необходимо создать правильный настрой на учебу. А поможет в этом наш чек-лист. Возьмите на заметку и отмечайте с его помощью выполненные действия.



- Поставь значимые именно для тебя цели и разбей их на маленькие шаги
- Создай календарь значимых дат
- Наведи порядок, сделай перестановку так, чтобы тебе нравилось
- Принимай участие в жизни школы
- Составь для себя список приятных дел
- Окружи себя единомышленниками
- Помни: лучшее украшение школьной жизни – хороший настрой
- Верь в себя – и у тебя все получится

