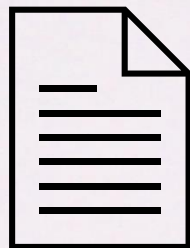


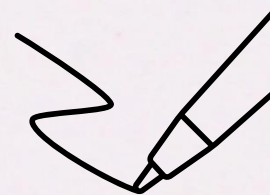


10 PADOMI VEIKSMĪGAM MĀCĪBU DARBAM

1. Mācību uzdevumus pildi rūpīgi, nesasteidz darbu!

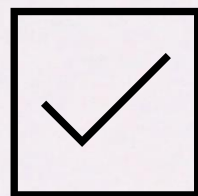


Vispirms izlasi
uzdevuma
nosacījumus!

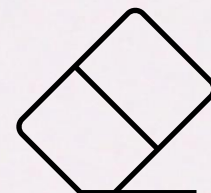


Tad ķeries pie
uzdevuma izpildes!

2. Ja rodas grūtības uzdevumā, vēlreiz izlasi uzdevuma nosacījumus!



Pārliecinies vai uzdevumu esi veicis pareizi!

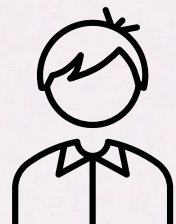


Izlabo kļūdas un turpini veikt uzdevumu!

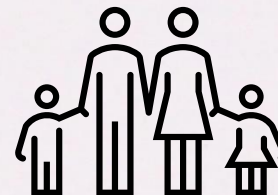
3. Ja kaut ko nesaproti, jautā!



Skolotājai
nodarbību laikā
vai e-klasē

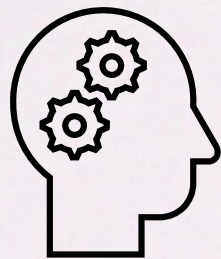


Klases
biedriem

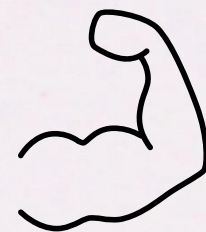


Vecākiem

4. Nepadodies, ja rodas grūtības. Tu tās vari pārvarēt!



Vēlreiz pārdomā,
ko atceries no
skolotājas stāstītā!



Nomierinies,
sakopo domas un
turpini darbu!

5. Ja uznāk dusmas, piecelies no galda un veic vingrinājumus, kas tev sagādā prieku!



Izkustini rokas un kājas!



Izkustini visu ķermeni!



Dziļi ieelpo un turpini iesākto!

6. Ja nogursti – dodies starpbrīdī!



Pagatavo
sev gardu
tēju!



Noklausies
savu mīļāko
dziesmu!



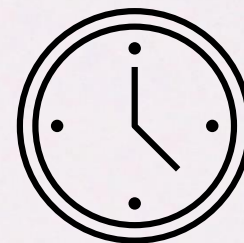
Kad esi nedaudz
atpūties, turpini
iesākto!

7. Izpildi uzdotos mājas darbus!

Sāc ar vieglākajiem!

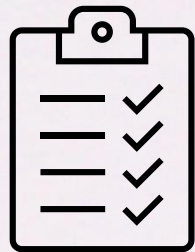


Sākot ar vieglākajiem darbiem, būsi noskaņojies arī pārējiem uzdevumiem.

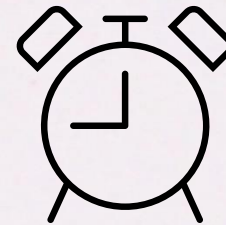


Tā tu spēsi paveikt vairāk.

8. Neatliec darbus uz rītdienu!

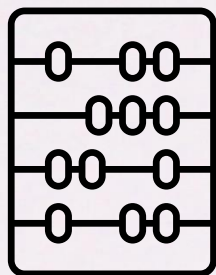


Rīt būs citi darbi 😊

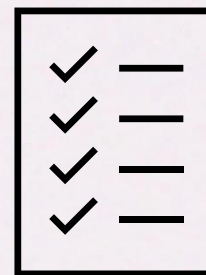


Neatliec uz rītdienu
to, ko vari paveikt
šodien!

9. Saskaiti cik darbus jau esi paveicis!



Tā tu zināsi, cik daudz uzdevumi jau esi izpildījis.



Un varēsi noteikt, kas vēl darāms.

10. Uzslavē sevi!



Uzsit sev uz pleca
un saki, ka esi
malacis!



Pēc visu darbu
paveikšanas, vari
doties pelnītā
atpūtā!