

Правила ведения Дневника (форма 1) (Составил © А.А. Карпачёв)

1. Описание событий истекающих суток проводить **ежедневно** перед сном.
2. Писать чётким и разборчивым почерком без сокращения слов. Писать на листе формата А4.
3. Оставлять со всех сторон листа (формат А4) поля 2-3 см. Между строками оставлять расстояние 1,5-2 ширины строки для записей преподавателя (при проверке) или собственных, при повторном чтении дневника.
4. Все ответы писать от первого лица: «Я», «Мне», «Моё» - в каждом ответе.
5. Исключить односложные ответы («да», «нет», «положительно», «отрицательно» и тому подобное). Отвечать на все вопросы полными ответами и ответ должен быть таким, прочитав который, можно было понять, каким был вопрос.
6. Ответ всегда должен заканчиваться положительно, утвердительно.

Пример: «Я буду восстанавливать свою трезвость...», «Я восстанавливаю свою трезвость...», «Я восстанавливаю свои трезвость, здоровье и восстановлю...»

«В математике нет царской дороги». Евклид. III в. до н. э.

Ответ древнегреческого математика, автора первого трактата по геометрии царю на его вопрос: «Нет ли краткого пути для познания его трудов?»

Источник: Формирование трезвого здорового образа жизни на основе психолого-педагогического метода Г. А. Шичко. Карпачёв А. А., Карпачёва Е. И., Карпачёв Д. А.

Скачать: <https://xn--80aawbjbdwik1at.xn--80asehdb/texts/15-formirovanie-trezvogo-zdorovogo-obraza-zhizni-na-osnove-psihologo-pedagogicheskogo-metoda-g-a-shi.html>

Читать: https://vk.com/s/v1/doc/U5JtC2Scn2oseR2ZIDuusaWAS4aMq5QyoFAg59TZMCEeJ1Zi_tE