**Приложение 4**

**Мой план избавления от вредной привычки**

*Вредная привычка, от которой я хочу избавиться \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*Время для работы над собой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*укажи срок, время*

*Мне понадобится помощь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*укажи человека*

*Я должен(на) сделать \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*укажи что*

*Избавившись от этой привычки, я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*Моя награда за преодоление привычки* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Прочитай список привычек.

2. Выбери из списка полезные привычки и поставь напротив каждой «+»

3. Выбери из списка вредные привычки и поставь напротив каждой «--»

4. Если ты не знаешь, какая это привычка, то поставь напротив «?»

**Список привычек:**

***\* спать с открытой форточкой***

***\* обманывать***

***\* умываться***

***\* чистить зубы***

***\* грызть ногти***

***\* сутулиться***

***\* класть вещи на место***

***\* выполнять домашнее задание***

***\* заниматься спортом***

***\* пропускать уроки***

***\* говорить правду***

***\* лениться***

***\* курить***

***\* читать лежа***

***\* мыть за собой посуду***

***\* драться***

***\* конфликтовать***