

kako se učiti – 8 nasvetov



snov si razdeli na dele
ter se uči po njih



vzemi si odmor

med učenjem se samotestiraj



snov izrazi z svojimi besedami

vprašaj, če česa ne razumeš



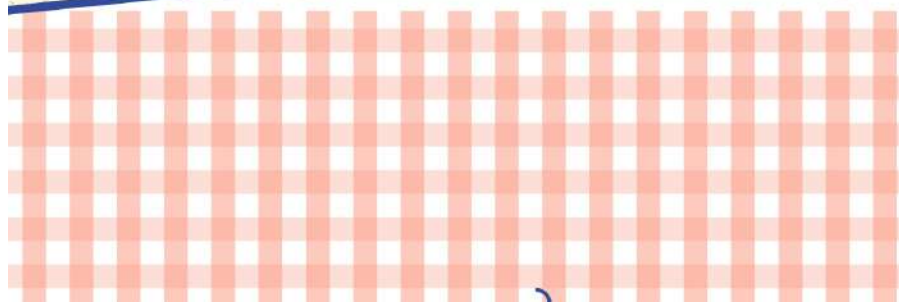
bodi čim bolj
pozitiven in motiviran



pomagaj si z mnemotehnikami



spremljaj delovanje svoje
strategije učenja





UČENJE ::)

1. Med učenjem si vzemite proporcionalne predihe
2. Poskrbite za delovanje vašega dolgoročnega spomina
3. Eksperimentirajte z različnimi tehnikami in ugotovite katera deluje najbolje
4. Imejte primeren prostor
5. Omejite moteče dejavnike
6. Učenje razporedite primerno čez več dni
7. Redno ponavljajte po odmorih
8. 10 min. pred ocenjevanjem ponovite snov

KAKO LAHKO IZBOLJŠATE SVOJE UČENJE



1. ZAUPAJTE VASE



- bodite samozavestni in se ne **ustrašite** nove snovi
- ko se snov naučite pohvalite sami sebe, da **dobite motivacijo**

2. UČNE NAVADE

- razvijte **dobre učne navade**
- morate se **naučiti kako se učiti**
- najдите svoj **učni stil**, ki vam odgovarja
- naredite načrt **kaj, koliko in kdaj** se boste učili



3. RAZUMITE SNOV

- snovi se **ne samo naučiti**, temveč jo **razumite**
- snov **naglas obrazložite**
- pred pomočjo poskušajte **sami pomisliti** in rešiti problem

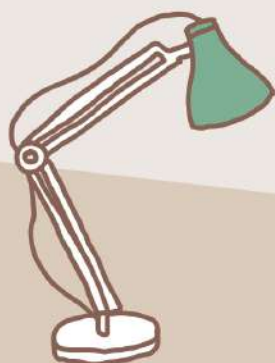


4. AKTIVNO UČENJE

- snov si razdelite na **več manjših delov**
- naredite **več premorov** in se razmigajte
- snov ponovite pred **spanjem**
- snov ponovite pred testom, da **"zbudite" možgane**



5. UČENJE vs. OCENJEVANJE



- učite se na **enak način**, kot boste ocenjevani
- **spraševanje** - več govorenja
- **test**- več pisanja

Nasveti za učenje

1.

Odstrani moteče dejavnike iz sobe, v kateri se učiš.

2.

Med učenjem si vzemi kratke odmore.

3.

Organiziraj svoje zapiske.

4.

Ko prideš domov ponovi snov iz tistega dne.

5.

Načrtuj svoje učenje.

6.

Postavljaj si vprašanja iz snovi.

7.

Snov si večkrat ponovi.

8.

Snov povzemi s svojimi besedami.



NASVETI ZA UČENJE

THE ULTIMATE GUIDE

Načrtuj svoj čas učenja

Pri organizaciji časa ti je lahko v pomoč časovna tabela, ki prikazuje tvoje zastavljene cilje in čas, v katerem jih nameravaš doseči, kar te bo motiviralo.



Uredi zapiske

S pisanjem zapiskov si olajšaš učenje, saj ključne informacije zapišeš s svojimi besedami.



Pripravi se vnaprej



Predpriprava je pomemben del učenja, saj vnaprej veš, kaj lahko pričakuješ. Pri učiteljih in sošolcih se pozanimaj, kakšen tip vprašanj bo v testu, na kateri snovi bo večji poudarek, kako dolgo bo test trajal ipd.

NASVETI ZA UČENJE IN POMNENJE

SLOG UČENJA

Raziščite kateri stil učenja (vidni, slušni, kinestetični) vam najbolj ustreza in nato na tak način predelajte podatke



ZAPISKI

K boljši zapomnitvi snovi pripomorejo zapiski po meri.



ODMOR

Med učenjem si je potrebno vzeti odmore saj si tako boljše zapomnimo naučeno.

PSIHIČNA PRIPRAVLJENOST

Dobro se moraš skoncentrirati in prepričati da si zmožen se naučiti.



TEMPERATURA

Prostor mora imeti dobro temperaturo (okoli 22°C) za čim boljšo telesno pripravljenost.



DOBRA PREHRANA

Hrana pripomore k boljši zbranosti in koncentraciji k učenju.

KISIK

Prostor mora biti dobro prezračen za čim večjo učinkovitost.



KOMUNICIRANJE

Pogovor o temi z svojimi bližnjimi pomaga k boljši zapomnitvi.

5 NASVETOV ZA UČENJE



1

ne odnehaj, ko se ti zdi
najtežje

2

snov si označi z različnimi
barvam, da si jo boš bolje
zapomnil

3

snov ponavljaj sproti, tako jo
boš poglobil in boš manj pod
stresom

4

med učenjem (1h) si vzami 10
min pavze, da si boš lažje
zapomnil več informacij

5

zadaj si konkreten cilj, ki ga
želiš doseči in od njega ne
odstopaj



5 nasvetov za učenje



1. razišči svoj učni stil in tehnike učenja, ki bodo ustrezale tvojemu učnemu stilu



**2. ne uči se preneajeden ali lačen
+
poskrbi za hidracijo!**



3. zadaj si cilje in se nagradi, če jih dosežeš



4. pred učenjem pomisli, kaj vse že veš o temi



5. vzemi si dovolj odmorov in se med njimi tudi razgibaj

a se maš tud ti velik za učit?



kako sploh začet?

- najdi si urejen prostor
- pripravi si vse potrebščine
- odstrani vse moteče stvari (npr. telefon,...)
- najdi si pot za najlažje učenje (highlighti, ključne besede,...)



za boljše učenje:

- razdeli informacije
- za odmor pojdi na sprehod (da si očistiš glavo)
- informacije napiši na roko
- beri na glas

da, neboš pozabu snovi



pred
začetkom
učenja
ponovi, kaj že
znaš



ponovi po
koncu učenja



ponovi pred
testom/
spraševanjem

več lahko prbereš na:

<https://www.dostop.si/14-znanstvenih-nasvetov-za-lazje-ucenje/>

Nasveti za učenje

Na 30 min učenja si
vzemi 5 min odmora in se
razgibaj

1



2

Iz sobe odstrani
moteče dejavnike,
npr. telefon

Poslušaj glasba za
koncentracijo

3

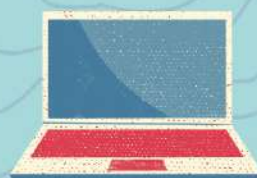


4

Dovolj se naspi

Delaj domače naloge -
tako ponoviš snov

5



6

Uči se dokler ne znaš ne
dokler se ti ne ljubi več

Organiziraj se

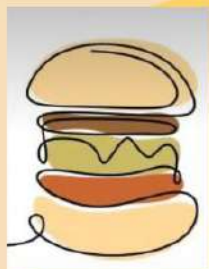
7



8

Nagradi se za
upoštevanje svojega
načrta učenja

5 NASVETOV ZA BOLJ USPEŠNO UČENJE



NE UČI SE LAČEN ALI ŽEJEN

ČE LAHKO SE UČI V OKOLJU KI
TI NAJBOLJ USTREZA



MED UČENJEM SI VZEMI ODMORE IN
DOVOLJ SE GIBAJ



SNOV SE NAUČI RAZLOŽITI S SVOJIMI
BESEDAMI



O SNOVI SE POGOVARJAJ IN JO
RAZPRAVLJAJ S SOŠOLCI



KAKO SE KJ NAUČIT?

Level 1



ODLOŽI TELEFON!

ja točno tko je, ka se boš učil
odlož telefon deleč od sebe s
sprednjo stranjo navzdol,
skloplen zvok in pozabi nanga
za... za nek časa

Level 2



preden se začnes poglobljat v
globine predmeta, prelet glavne
teme/ naslove in si jih razdeli na
nekaj SKLOPOV (začetek nove
večje teme=nov sklop)

Level 3



ne se mi učit žure skos, delaj
PAVZE, ko prideš do konca
enega sklopa počaki 2minute
delanja nič (da se ti mal
usede), pol pjt pa na wc al pa
neki spit, in pol nazaj

Level 4



že v šoli, ka delaš zapiske
uporablej BARVE, da bojo
tvoji zapiski "shiny", da se
boš mal bl znajdu, enako ko
delaš izpiske doma

MAMO TO!



umaknite vse
moteče dejavnike



vzemite si odmore,
da si oddahnete



vso gradivo zberite
na kup da česa ne
spregledate



če česa ne
razumete
pojdite do
učitelja, staršev ali
na inštrukcije



naredite si izpiske,
da se iz njih lahko
lažje učite



KAKO SE LAŽJE UČITI?



ko se neko snov
naučite jo večkrat
ponovite, da jo
utrdite



poglejte si čim več
slik, da si snov
lažje predstavljate



snov si razdelite na
delčke in se učite
po delčkih



lahko se učite
naglas ali pa
nekomu
pripovedujete snov

