

## ČE SE UČIŠ NA PAMET...

... branje knjige in branje učne snovi ni isto!

Za branje knjige je potrebna zgolj knjiga, za branje učne snovi pa je potrebna **koncentracija in pozornost**

na to kar delaš, torej **FOKUS**, ...

... pri sebi imej pisalo, barvice, flumastre in liste ali post-it listke, ... ter prostor brez motilcev.

Za učenje 'ne-na pamet' je potrebno poznavanje **TEHNIK UČENJA**. Tu ne mislim samo na izpisovanje, podčrtavanje in miselne vzorce, ampak tudi na uporabo asociacij, risanja, sestavljanja zgodb, gibov itd.

### KAKO TO IZGLEDA V PRAKSI?

**Naštevanje spravi v zgodbo ali uporabi 'postaje' na telesu, ... če ne maraš izpisovanja, uporabi post-it listke za ključne misli in jih nalepi v učbenik, ... vključi risanje učne snovi ali besede zamenjaj s simbolom, ... ko razlagaš uporabi roke, noge, celo telo, ...**

... obišči delavnico učenja :)



## ČE TI JE ODMOR BREZVEZE...

Pomembna je **KVALITETA** učenja, ne **kvantiteta!** Odmori so prav tako pomembni kot pravilno/aktivno učenje.

### KAKO TO IZGLEDA V PRAKSI?

**30 minut aktivnega učenja – 10 minut aktivnega odmora – 30 minut aktivnega učenja – 10 minut aktivnega odmora ... -> naredimo sklope učenja.**

Aktivno učenje **NE** zajema samo branja, ampak uporabo tehnik učenja (glej 1. točko)!

Aktivni odmor predstavlja odklop od trenutne učne snovi.

Odmor je priložnost za miselni odklop.



## ČE SE UČIŠ ZADNJI HIP...

**REŠITEV** je v organiziranosti, planiranju, načrtovanju.

Ponavadi gre tako: dobiš datum testa. Potem čakaš do tistega tedna, ko na koledarju vidiš ... SREDA -> TEST. Napaka je, da šele zdaj začneš planirati učenje... (prepozno :)

Predlagam, da poskusiš drugače. **Začni z dnevom testa in NAČRTUJ NAZAJ.** Kateri dnevi bodo namenjeni učenju, ko upoštevaš tudi razne zunajšolske dejavnosti?

Za takšno načrtovanje je najbolje imeti **MESEČNI KOLEDAR**

V koledar najprej označi dneve, ki jih boš namenil-a učenju, vse do dneva, ko si izvedel-a za test. Šele zdaj si oglej, koliko je snovi, ki jo moraš znati in jo razporedi po izbranih dnevih.



## ČE TE SPREMLJA STRAH ... TREMA ... POTNE ROKE ...

Kako se počutiš, ko si pred tablo?

Si ti **ŠEF** svojih misli ali se prepustiš trenutnemu počutju?

Če te pogosto spremljajo strah ... trema ... potne roke ... povešena glava ... notranji nespodbudni samogovor ... in je rezultat negativna ali slaba ocena, ti svetujem, da se izuriš v gradnji **ZMAGOVALNE DRŽE** pred ocenjevanjem.

Spodaj je primer, ti pa ga prilagodi svoji situaciji: najprej poišči dogodek, kjer se počutiš dobro, uspešno, zadovoljno ... kar te **napolni z OBČUTKOM SAMOZAVESTI**. **Akcije!**

Recimo, da ta občutek najdeš v nogometu ali plesu. Tik preden stečeš na igrišče ali stopiš na oder...

Začutiš sproščenost, a hkrati 'akcijo', samozavest. Te občutke in doživetja prenesi na učno situacijo. Na tisti določeni predmet in na tisto določeno učiteljico. **Ampak ... zmagovalno držo najprej treniraj v varnem, sproščenem okolju, da se bodo občutki dobro vsidrili vate.**

Na dan ocenjevanja pa jih prikljči na plan!



## ČE SE NE NAJDEŠ POTI IZ LENOBE ...

Trenutek, ko veš, da bi moral-a, a se ti ne da!

**REŠITEV: takrat si vzemi pol ure in se popolnoma predaj tem občutkom. Občutku lenobe. Ko se ti 'ne da'.**

Vzroki so lahko različni: deževno vreme, spomladanska utrujenost, dolgočasna snov, prepir s prijateljem ... Bolje si je nameniti čas za lenobo in jo potem pustiti za seboj! Ja, točno tako, prepusti se ji za nekaj trenutkov (ne predolgo!), potem pa jo pusti v preteklosti, ker veš, da sedaj potrebuješ **AKCIJO!**

Da se spraviš v razpoloženje za učenje pa lahko narediš naslednje:

**5 minut tvoje najljubše glasbe, ples po navdihu, metanje žogice v koš za smeti, ... oziroma uporabi tisto kar te zbudi!**



Za več **TRIKOV UČENJA** poklikaj v Rumeno hiško: [www.rumenahiska.si](http://www.rumenahiska.si)