

# KAKO NAJBOLJ POGOSTE NAPAKE PRI UČENJU ...

## SPREMENIŠ SEBI V PRID?

### ČE SE UČIŠ NA PAMET ...

... branje knjige in branje učne snovi ni isto!  
Za branje knjige je potrebna zgolj knjiga (... in kavč ... udoben fotelj ... smuti ... deževen dan ... ok, pustimo to), za branje učne snovi pa je potrebna koncentracija in pozornost na to, kar delaš, torej FOKUS, ... pri sebi naj bi imel-a 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, ...

... in obišči delavnico učenja :)



### ČE TI JE ODMOR BREZ ZVEZE ...

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.

Preizkusi naslednji način:

Dobiš datum testa. Ponavadi čakaš do tistega tedna, ko na koledarju vidiš SREDA -> TEST.

In šele zdaj začneš planirati učenje.

Predlagam ti, 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.

Tule je primer sedmošolca, 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.

Že v samem govoru, se ti telesna drža spremeni. Izraz na obrazu se spremeni. 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, sproščnem okolju, da se bodo občutki dobro vsidrali vate.

Na dan ocenjevanja pa jih prikljči na plan!

### ČE SE PREDIŠ MALODUŠJU 'NE DA SE MI' ...

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 jim za nekaj trenutkov, potem pa jih 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!

