

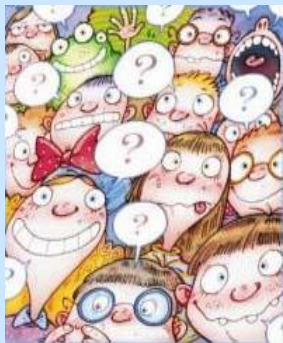
## METODE I TEHNIKE USPEŠNOG UČENJA



## UČENJE

- Učenje predstavlja proces koji dovodi do promene u mentalnom (unutrašnjem) ili spoljašnjem ponašanju (motorno učenje, veštine)
- Učenjem se formiraju tragovi u mozgu koji ostaju kao deo iskustva ličnosti i mogu različito dugo trajati što opet zavisi od namene za koju se uči
- Učenje se bazira na zapamćivanju gradiva koje se uči. Tako razlikujemo kratkotrajno i dugotrajno učenje kao što razlikujemo kratkoročno i dugoročno pomaćenje

## Da li ti se dešava da:



- tvoje misli lutaju dok učiš
- imaš poteškoća sa koncentracijom
- lako odustaješ kad ti učenje ne ide
- osećaš mrzovolju kad treba da počneš sa učenjem
- trud koji ulažeš ne daje željene rezultate
- kako u učenju provodiš četvrtinu svog dana (školski + domaći rad), potruđi se da se pri učenju osećaš dobro
- nemoj dozvoliti sebi da misliš kako je vreme provedeno nad knjigom i u školi uzalud potrošeno
- evo saveta koji će ti pomoći da naučiš da efikasno učiš

## Za efikasno učenje je potrebno:

- Da imaš radne navike
- Da napraviš plan učenja
- Da naučiš kako da učiš
- Da znaš kako da se izboriš sa gradivom koje te ne interesuje



## RADNE NAVIKE

Dobre radne navike ti omogućuju da imaš:

- bolji uspeh u školi
- više kvalitetnog, slobodnog vremena za stvari koje voliš da radiš posle škole

Za sticanje radnih navika je važno:

- praviti raspored dnevnih aktivnosti - planirati vreme za učenje, odmor i razonodu
- učiti svakog dana u planiranom terminu
- ne izbegavati planirane aktivnosti i ne odustajati od njih



Veoma popularan  
free - climber



Plivač u školskoj  
reprezentaciji



Pevačica neafirmisanog  
bend iz kraja

## PLAN UČENJA

Plan učenja podrazumeva:

- gde ćeš učiti
- kad ćeš učiti
- šta ćeš učiti
- kojim redosledom ćeš učiti

Ja ću  
baš da  
učim  
gde, kad  
i šta ja  
hoću!



## GDE

- Najpre moraš naći svoj kutak za učenje i uvek ga koristi u tu svrhu. Potrudi se da ga urediš baš za sebe, da se ti u njemu osećaš lepo
- Pre učenja pripremi sve što može da ti zatrebati (knjige, papire, beleške, olovke...), ali gledaj da imaš gde sve to da staviš
- Prvo raspredi svoj radni kutak ( ako je haos oko tebe onda je haos i u tebi tj. u tvojoj glavi)
- Sa mesta za učenje ukloni sve što ti odvlači pažnju, ugasi muziku i mobilni, ukloni sliku dečka ili devojke

Ja sam moj kutak za učenje uredio, a ti?



## KAD

- Važno je da se osećaš odmorno i spremno za učenje
- Pronađi svoj ritam učenja i redovno ga se pridržavaj
- Istraživanja pokazuju da je kod većine, učenje najefikasnije pre podne od 8h do 11h i po podne od 16h do 19h
- Stručnjaci kažu da koncentraciju možeš da zadržiš onoliko dugo koliko traje školski čas
- Uči 30 minuta, a onda časti sebe jednom, zasluženom pauzom
- Zapamti, jako je važno da učiš na času. Tako ćeš imati više slobodnog vremena da radiš stvari koje voliš

Spreman sam da učim !!!



## ŠTA

Jedva čekam da vidim šta je novo na Fejsu.



Važno je :

- učiti novo gradivo istog dana
- ponavljati predmete koji su narednog dana u rasporedu časova
- Novo gradivo treba učiti odmah nakon što je ispredavano jer zaboravljanje je najbrže na početku. Nešto što si na času naučio, prouči i ponovi svojim rečima istog dana. U protivnom, veliki deo tog gradiva biće zaboravljen kroz nekoliko dana pa će ti trebati mnogo više vremena i truda za učenje

## Izbegavaj "kampanjsko" učenje



Učenik nakon dve noći nespavanja dolazi da radi pismeni zadatak iz matematike.

- Gradivo se pred bilo kakvu proveru znanja (kontrolni, pismeni, odgovaranje), mora učiti nekoliko dana ranije. Učenje poslednjeg dana, a još pogotovo dugo u noć, ima suprotan efekat. Umesto naučenoga, rezultat će biti samo neispavanost, a to uzrokuje sporiji rad mozga. Moraš sebi uvek priuštiti dovoljno sna. To naravno ne znači da ideš na spavanje u 2 ujutru i ustaješ u podne radi ručka i odlaska u školu

## KOJIM REDOSLEDOM

Korisno je da :

- prvo učiš gradivo koje je teže dok si još odmoran
- srodne nastavne predmete ne učiš jedan za drugim

Ja sam baš  
teško gradivo !



## KAKO UČITI

Efikasno učenje podrazumeva sledeća četiri koraka:

- početni pregled gradiva
- čitanje lekcije
- prepričavanje lekcije
- obnavljanje lekcije
  
- Odabrano gradivo koje moraš naučiti prvo prelistaj i pokušaj da uočiš ključne reči
- Zatim sve temeljno pročitaj i sve što je važno zapiši u obliku beležaka.
- Povezuj gradivo koje čitaš sa onim što već znaš



## KAKO UČITI



Podvlačenje nije obavezno, ali ako to radiš onda treba da znaš da:

- podvlačenjem ističeš bitne ideje radi lakšeg obnavljanja lekcije
- podvlačimo tek kad shvatimo smisao cele lekcije
- podvlačimo ključne reči ili delove rečenice
- nije korisno podvući više od 15% teksta
- kad završiš sa proučavanjem lekcije, možeš da napraviš skicu ili rezime.
- Skica su teze tj. najvažnije ideje i činjenice
- rezime je ukratko prepričana lekcija
- uči sa najboljim drugom ili drugaricom. Učenje u društvu je lakše i delotvornije
- s prijateljima iz razreda oformi grupu za diskusiju i razglabajte o gradivu koje učite, jer se pri tome gradivo pamti oko 50%, dok pri samom čitanju tek oko 10%.
- najviše se pamti pri podučavanju drugih, oko 90%, ali da bi podučavao druge moraš i ti prvo bar nešto znati

## Šta ako me gradivo ne interesuje?

- Obično nam se ne dopada sve što se uči u školi. Nekada moramo da učimo i ono što nam nije zanimljivo. Da li možemo sebi da olakšamo učenje manje zanimljivih lekcija?
- Odgovor je DA
- Interesovanje je jedno od najsnažnijih pokretača učenja
- Što je veća zainteresovanost za neku oblast, to je učenje brže i uspešnije a znanje dugotrajnije
- Međutim, interesovanja se mogu menjati i proširivati
- Često nam se nešto dopadne tek kad više saznamo o tome
- Interesovanje za neki predmet može i sam nastavnik da probudi kod učenika i to svojim stilom rada i svojom ličnošću
- Neka interesovanja se razvijaju tek sa određenim stepenom zrelosti
- Neka znanja nam nikad neće biti posebno zanimljiva ali nam u budućnosti mogu biti od velike koristi

Meni je sve dosadno!





Dakle, ako ti sada nije zanimljivo neko gradivo koje učiš u školi, posmatraj to kao:

- Nešto što te kasnije može zainteresovati
- Nešto što ti može biti korisno
  
- **ZAPAMTI**
- Dobra organizacija je uvek pola posla. Napravi sebi barem nedeljni raspored i isplaniraj kad ćeš šta učiti i odgovarati

Baš super što sam u školi naučio da se penjem žirafi na glavu!



## PIRAMIDA ZNANJA

