

NAPOTKI ZA UČENJE DOMA



Šolska svetovalna služba
Suzana Kovše, prof.

Učenje

Zamisli si, da si želiš osvojiti vrh gore. Prideš do vznožja gore, pogledaš, kje je tvoj cilj in začneš hoditi. Pot se vije strmo navzgor – včasih malo bolj, spet drugič malo manj. Naporno je, dolga pot je pred tabo. Vmes pogledaš proti dolini, da vidiš, koliko si že prehodil, in si ponosen nase. Čeprav je pred tabo še dolga pot, **vztrajaš, ker veš, kaj želiš doseči.**

Podobno je pri učenju...



Učenje

Veš, da se moraš naučiti npr. ZGO. Vzameš zvezek in učbenik v roke in pogledaš, koliko je snovi. Veš, da želiš dobro pisati pisni preizkus znanja, zato se lotiš učenja. Določeno snov si zapomniš hitreje, za drugo potrebuješ več časa. Pogledaš nazaj, koliko strani si se že naučil, in si ponosen nase. Vztrajaš, ker imaš pred sabo jasno zastavljen cilj – dobra ocena pri pisnem preizkusu znanja. In ko prideš do svojega cilja, ko se naučiš vso snov, si ponosen nase.

Tako kot se mora šivilja naučiti šivati, zidar zidati hiše, pek peči kruh, se mora vsak učenec **naučiti, kako naj se uči.**



Dejavniki učenja

NOTRANJI

Fiziološki



Psihološki

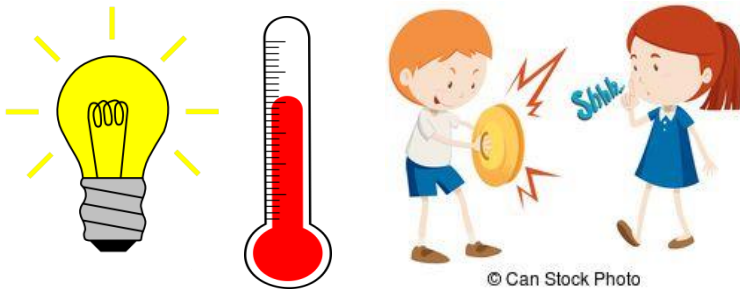


- Če smo lačni, žejni ali utrujeni, se bomo težje učili. Najprej poskrbimo za hrano in pijačo ter dovolj spanja, potem bo tudi učenje lažje.
- Ljudje smo si med sabo zelo različni. Nekateri pridejo do cilja hitreje, drugi potrebujejo malce več časa. Najpomembneje je, da pridemo do cilja.
- **Zaupanje vase povečuje voljo do učenja.**

Dejavniki učenja

ZUNANJI

Fizikalni



Družbeni ali socialni dejavniki



- Pred učenjem poskrbimo za ustrezno svetlobo – v temnem prostoru bomo prej postali utrujeni in zaspani.
- Premrzel ali pretopenel prostor bosta motila našo koncentracijo pri učenju.
- Umaknimo se pred hrupom, če je možno, saj moti našo pozornost.
- Spodbudno okolje, ki nas motivira, pohvali, nam daje več volje za učenje.

➤ ZAPOMNIŠ SI 20% TEGA, KAR



➤ ZAPOMNIŠ SI 30% TEGA, KAR



➤ ZAPOMNIŠ SI 50% TEGA, KAR



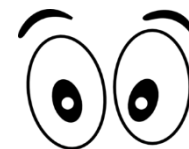
IN



➤ ZAPOMNIŠ SI 70% TEGA, KAR
IN O ČEMER TAKOJ TUDI



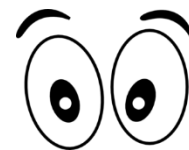
IN



➤ ZAPOMNIŠ SI 90% TEGA, KAR



IN



O ČEMER



IN KAR SI SAM



Učni stili

Ljudje se učimo na različne načine. Nekateri si veliko zapomnijo že s poslušanjem v šoli, drugi s samostojnim branem besedilo, tretji s preizkušanjem in praktičnim preverjanjem.



VIZUALNI



AVDITIVNI



KINESTETIČNI



Vizualni učni tip

Značilnosti

Učenje z gledanjem

Učiš se z gledanjem, opazovanjem stvari. Opaziš podrobnosti.

Rad imaš fotografije

Bolj si zapomniš, kar vidiš kot tisto, kar slišiš. Barve, diagrami, fotografije hitro pritegnejo tvojo pozornost.

Organiziranost

Tvoje šolske stvari so urejene, organizirane. Tvoji zapiski so natančni.

Zasanjanost, zagledanost

Med poslušanjem hitro izgubiš interes in se v nekaj zagledaš. Pri tem deluješ zasanjano.

Težave imaš z...

ustnimi navodili, sporočili, saj si jih težko zapomniš.



Namigi za učenje

Opazuj, glej

Ustnim informacijam dodaj vizualno podporo. Primer: učenje s pomočjo video posnetkov.

Zapiši si

Zapiši si ključne besede, ideje, navodila, še posebej če so podani samo ustno. Uporablaj samolepilne lističe.

Riši

Pri učenju uporablaj risbe, miselne vzorce, da si lažje zapomniš novo razlago.

Barve

Uporablaj barve. Z barvicami, flomastri, markerji si podčrtaj ključne besede v svojih zvezkih in delovnih zvezkih.

Slušni učni tip

Značilnosti

Učenje s poslušanjem

Večino snovi se naučiš že s poslušanjem. Tuji jeziki ti ne delajo težav.

Rad poslušáš

Navodila za delo raje poslušáš kot bereš. Všeč ti je glasba.

Govorjenje

Uživaš v govorjenju, pogovarjanju. Informacije bolje posreduješ ustno kot pisno. Dobro ti gredo govorni nastopi in ustna ocenjevanja znanja.

Delo, branje

Med delom govoriš sam s sabo, med tihim branjem pogosto premikaš ustnice.

Težave imaš s ...

hrupom. Glasni zvoki te hitro zmotijo in preusmerijo tvojo pozornost.

Namigi za učenje

Poslušaj

Vidnim informacijam dodaj zvok. Primer: učenje s pomočjo video posnetkov.

Glasno branje

Informacije, ki si jih želiš zapomniti, glasno preberi.

Glasno ponavljanje

Za boljšo zapomnitev snov utruj na glas z zaprtimi očmi.

Učenje s prijateljem

Z učenjem v paru s prijateljem informacije prejemaš slušno, zato si več zapomniš.

Izogibaj se hrupu

Pri učenju se poskusi umakniti v bolj miren, tih prostor, kjer te drugi ne bodo motili.



Gibalni učni tip

Značilnosti

Učenje skozi gibanje

Najraje se učiš z dotikanjem in izdelovanjem.

Uživaš v športu.

Ročne spretnosti

V gibanju, izdelovanju, risanju uživaš bolj kot v poslušanju in gledanju.

Zapomnitev

Največ si zapomniš, če stvari tudi praktično preizkusiš, npr. kuhanje kosilo, popravilo igrace, ...

Nemirnost

Ko aktivnost traja predolgo ali ti ni zanimiva, postaneš nemiren.

Težave imaš z ...

mirnim sedenjem dlje časa. verjetno imaš težave tudi s kratkotrajno pozornostjo.



Namigi za učenje

Primeri

Učenje in utrjevanje znanja s konkretnimi primeri ti bo olajšalo zapomnitev snovi.

Pogovor

Poskusi se s kom pogovoriti o stvareh, ki si se jih učil. To bo izboljšalo tvojo zapomnitev.

Aktivno učenje

Poskusi se aktivno učiti z igro vlog, reševanjem problemov.

Gibanje

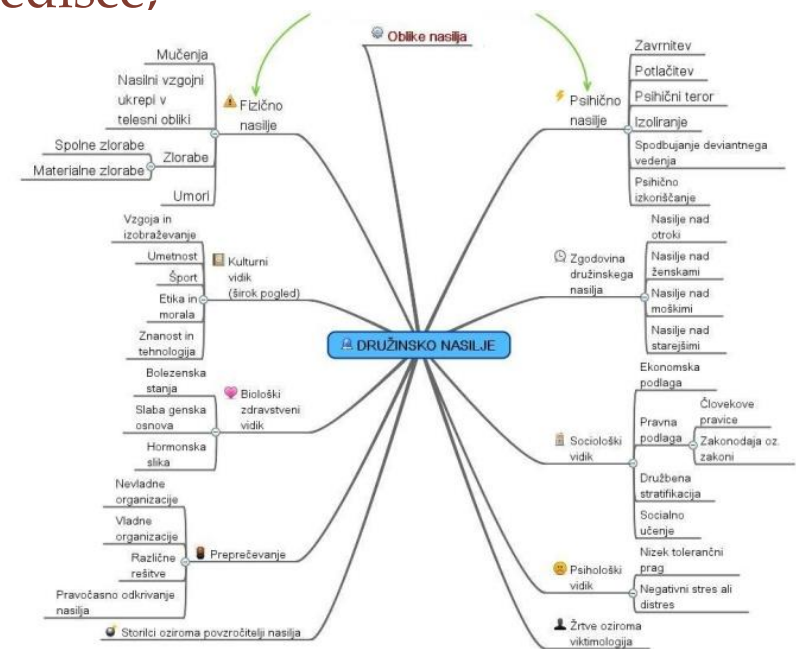
Med učenjem se gibaj - med prsti vrti svinčnik, stiskaj žogico, hodi po sobi ...

Odmori

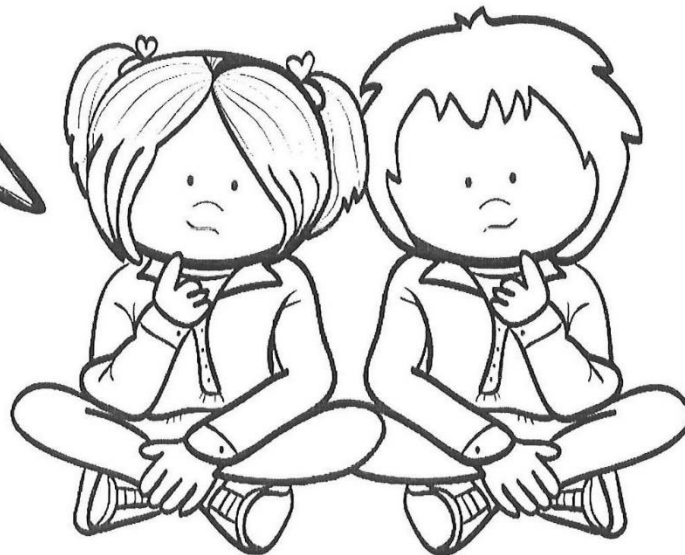
Tvoje učenje naj ne traja predolgo. Učenje naj poteka v krajših intervalih med katerimi imaš odmore s fizično aktivnostjo.

Prednosti miselnih vzorcev, izpiskov

- krepijo spomin – ključne besede odpirajo vrata v spomin,
- nam prihranijo čas, logično povezujemo,
- opravimo več stvari hkrati,
- ločimo bistvo od nebistvenega,
- bogatimo besedni zaklad – širimo besedišče,
- povečujejo sposobnost povezovanja, primerjanja, selekcioniranja,
- razvijajo veščine dobrega branja,
- povečujejo pregled nad snovjo,
- povečujejo besedišče.



KAKO SE LOTIM
DOMAČE NALOGE
IN UČENJA?



Priprava na učenje

Za nas je dobro, če se na učenje pripravimo. Pomagajo pa nam tudi:

- **Učni načrt** – načrtujemo dneve in ure, ko se bomo učili (oblikujemo si urnik)
- **Motiviranost** – če smo za učenje motivirani, se bomo lažje in hitreje naučili
- **Jasno zastavljeni cilji** – mislimo na naše cilje (npr. želim dobiti odlično oceno, želim opraviti nalogo do datuma)
- **Zaupanje v lastne sposobnosti** daje naši volji moč – če smo prepričani, da nam bo to uspelo, da se to lahko naučimo, se tudi bomo



Preberem navodilo in naredim, kar piše. Ko končam, naredim kljukico, smeška,...



	PON	TOR	SRE	ČET	PET
Vse potrebščine dam iz torbe.					
Pripravim beležko z domačimi nalogami.					
Na mizo pripravim vse, kar potrebujem za domačo nalogo.					
Potrebščine razporedim kot bom delal-a naloge (najprej, potem,...).					
Rešim, naredim, dokončam naloge in jih pregledam.					
V beležki preverim, ali sem naredil-a vse naloge.					
Pregledam mapo in po potrebi uredim učne liste v njej (prilepim, pospravim).					
Na koledarju preverim datume ocenjevanja za ta mesec in se učim.					
Pregledam urnik za jutri in se pripravim na pouk, ponovim snov,...					
Pripravim šolsko torbo za jutri. Pomagam si z urnikom.					

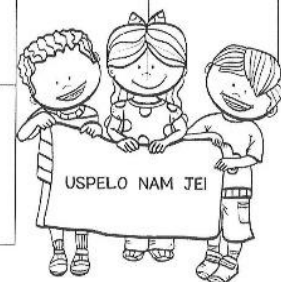


Izberem barve za posamezne dogodke. Na dnu je prostor za druge dogodke. Za vsak dogodek uporabim drugo barvo.
Pomembne datume vpišem v koledar z izbrano barvo.

VRSTA DOGODKA	BARVA
pisno ocenjevanje znanja	
ustno ocenjevanje znanja	
predstavitvev, govorni nastop	
recitacija	
poročilo	
dan dejavnosti	



pon	tor	sre	čet	pet	sob	ned
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		





Dnevnik domačega dela

Navodila:

Vsak dan zapiši v okvirčke datum in s kljukico označi aktivnosti. V vrstici »Kako sem bil/a

uspešen/na, narišeš 😞 😐 😊 in se tako sama oceniš. Podpis starša bo potrdil tvoje aktivnosti.

Datum	PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK
Ura (začnem z delom)					
Ura (končam z delom)					
Pregledam vse zvezke					
Označim domače naloge					
Naredim naloge, ki jih zmorem sama					
Naloge, ki jih ne znam, označim					
Pripravim torbo po urniku					
Kako sem bila uspešna?					
Podpis starša					

Izberem barve za posamezne dejavnosti. Za prosti čas izberem svojo najljubšo barvo. Na dnu je prostor za druge dejavnosti.
Razdelke v urniku pobarvam z ustreznimi barvami.

DEJAVNOST, DOGODEK	BARVA
kosilo, večerja	
počitek	
igra, zabava	
televizija, računalnik, tablica, telefon	
sveži zrak	
domača naloga	
učenje	
popoldanske dejavnosti (šport, instrument,...)	
branje	



	PON	TOR	SRE	ČET	PET
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					

Učimo se takrat, ko
smo MISELNO
najbolj spočiti.
Primerne so
popoldanske ure.

Učenje vsak
dan ob isti uri.

Kdaj se učimo?

Za učenje si
moramo vzeti
dovolj časa.

Sestavimo urnik
učenja –
planiramo čas
za učenje, igro,
domača
opravila....

Najprej učenje,
nato prosti čas.

Stalen in urejen
delovni kotiček.

Svetloba naj pada
na mizo od leve
proti desni.

Urejene šolske
potrebščine.

Kje se učimo?

Prostor varen
pred hrupom,
glasovi in
prisotnostjo
drugih ljudi.

Prezračen prostor –
možgani
potrebujejo kisik.

Primerna
temperatura
(18-20°C)

Vsak dan
SPROTI snov
vsaj preberi,
obnovi s svojimi
besedami.

Pri učenju naj si
slede raznoliki
predmeti, da pri
ponavljanju ne
pomešamo snovi.

**Odmori med
učenjem**, še
preden pride
do utrujenosti
(5-10 minut).

Kako se učimo?

Učiti se začnemo
z lažjo snovjo,
ker se tako
hitreje ogrejemo
za umsko delo.

Ne zadržujmo se
pri stvareh, ki
nam delajo
težave –
poiščimo pomoč.

Učenje je
uspešno, če 20%
časa porabimo za
natančno branje
in 80% časa za
predelavo in
ponavljanje snovi.

Učenje
pozno
zvečer.

Učenje na
pamet.

Občasno
učenje.

Ne
ponavljanje
snovi.

Pozabljanje
ponavljanja
pomembnih
stvari za nazaj.

Nezbranost
pri učenju.

Ne poiščemo,
kar ne
razumemo.

Pri pouku ne
sodelujemo.

Nepripravljenost
na preverjanju
znanja.

Slabe učne navade

Recept za boljše učenje

“Vse je težko, predno postane lahko.”

1. Pospravi mizo!
2. Pripravi na mizi vse za predmet, ki se ga boš učil.
3. Uči se vsak dan ob istem času.
4. Sedi med učenjem.
5. Mir potrebuješ, da se boš lahko zbral.
6. Snov predeluj po odstavkih.
7. S svinčnikom podčrtaj glavno snov – ključne besede.
8. Izdelaj “plonklistek” ob vsakem učenju.
9. Glasno obnovi, kar si napisal.
10. Ponavljaj čim pogosteje – od tega se ne zboli!

RECEPT ZANESLJIVO DELUJE! Samo preveriti ga moraš.

VELIKO USPEHA!