

KAKO NAREDIMO IZPISKE IZ UČBENIKOV, ZVEZKOV, KNJIG ALI ČLANKOV

Delaj koristne izpiske

- izpiski naj bodo kratki
- informacije razvrsti po posameznih temah
- med podatki pusti malo prostora, da lahko napišeš podrobnosti
- pomembne dele podčrtaj
- zapiske lahko uporabiš kot učne kartice

Delaj alineje na list ali v zvezek

- če ne smeš pisati v učbenik ali knjigo
- izpiske pospravi v mapo po področjih, da jih hitro najdeš
- napiši kratko in preprosto besedilo
- besedilo v alinejah je lažje prebrati

Čedalje manj mladih se giblje
Koristi gibanja = zdravje + dru.
Zdravje:

- dolgoročno zdravje
- boljša kondicija
- boljše razpoloženje
- manj pod stresom
- več energije

Druženje:

- redno srečevanje prijateljev
- novi prijatelji

Piši opombe ob robu in pod črto

- pišeš lahko na fotokopije ali v zvezek
- besedilo pobarvamo ali podčrtamo
- ob robu napišemo opombe – ključne besede
- na dno strani napišemo povzetek s svojimi besedami

Skratka, nobenega izgovora nimate. Z rednim gibanjem boste zmanjšali možnost za razvoj srčnih obolenj in drugih bolezni. **Kratkoročno pa boste imeli boljšo kondicijo, bolje boste razpoloženi in bolj polni energije. Konec koncev pa je šport tudi zelo dober način, da spoznavate nove ljudi in se zabavate.**

Dolgoročno zdravje boljše (manj srčnih obolenj ...) + več kondicije/boljšega razpoloženja/energije. Boljše tudi družabno življenje (prijatelji + novi prijatelji).

Zapiši vse o viru

- naslov
- avtor
- leto izdaje
- poglavje in stran
- te podatke potrebuješ, če vir navajaš
- ali želiš še kaj poiskati