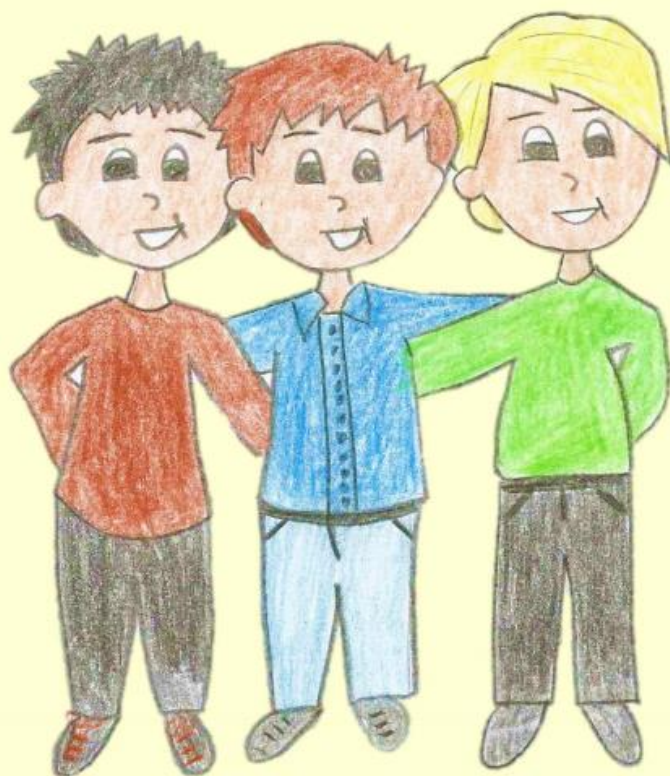


**PREDEN SE ZAČNEŠ UČITI**



# 1. PREDEN SE ZAČNEŠ UČITI

PRIPRAVI SI PROSTOR ZA UČENJE

ORGANIZIRAJ SI ČAS



## PRIPRAVI SI PROSTOR ZA UČENJE



### 1. PRIPRAVI IN IZBERI SI PRIMEREN PROSTOR ZA ŠOLSKO DELO

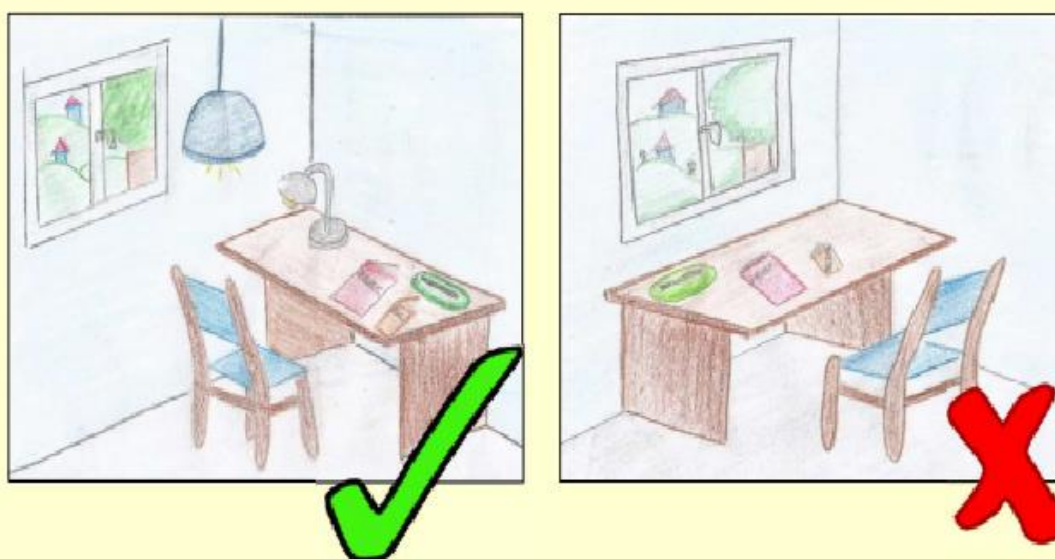
- Obleci se v **lahkotna oblačila** (trenirka in majica).
- Poišči najbolj udoben prostor za učenje.
- Vedno se uči **v istem prostoru in na istem mestu**, kjer je dovolj miru.
- Na postelji se ne uči, da pri učenju ne zaspiš.
- Prostor dobro **prezrač**i, saj je svež zrak pomemben in mogani takrat lažje delujejo.
- Poskrbi, da je prostor **dovolj svetel**.

## 2. V DELOVNEM KOTIČKU SE MORAŠ DOBRO POČUTITI

- Potrebuješ dovolj veliko mizo in udoben stol.



- Mize ne postavi pred okno, saj te dogajanje zunaj lahko pri delu zmoti.
- Postavi jo ob zid, kjer imaš še vedno dovolj svetlobe.



- Vedno imej na mizi le tisto, kar potrebuješ: peresnico, zvezek, beležko.
- Svoj delovni kotiček opremi s košem za smeti.
- Umakni vse tisto, česar ne potrebuješ.

- Odstrani elektronske naprave.
- Telefon utišaj in ga daj v drug prostor, računalnik in televizor ugasni, saj boš tako bolj učinkovito delal.



### 3. ORGANIZIRAJ SVOJE PRIPOMOČKE V DELOVNEM KOTIČKU

- Če je v tvojem delovnem kotičku veliko papirja, ki ga ne potrebuješ, ga vrzi v koš za smeti.
- Škarje, lepilo, ravnila pospravi v poseben predal.



- Pripravi si kozarec in vanj pospravi vsa tista pisala, ki so v delovnem kotičku in jih ne potrebuješ.



# ORGANIZIRAJ SI ČAS

## 1. TEDENSKI URNIK

Vanj vpiši:

- vse šolske predmete po urniku,
- vse **druge obveznosti** (športne treninge, krožke, glasbeno šolo),
- **čas**, ki ga boš vsak dan posvetil učenju.

URA	PON.	TOR.	SRE.	ČET.	PET.	SOB.	NED.
6-7							
7-8				BIO			
8-9	SLO	GEO	TJA	SLO	MAT		
9-10	MAT	KEM	ZGO	FIZ	MAT		
10-11	ŠVZ	SLO	SLO	TJA	TEH		
11-12	BIO	SLO	MAT	IZBIRNI	ZGO		
12-13	KEM	MAT	KEM	ETIKA	GEO		
13-14		ŠVZ					
14-15			trening				
15-16	UČENJE		UČENJE		UČENJE		
16-17							
17-18							
18-19							
19-20				trening			
20-21							
21-22							

## 2. DNEVNI URNIK

Dobro je, da vsak dan pripraviš tudi časovni načrt opravljanja šolskih obveznosti doma.

KAJ ME ČAKA DANES?	ČAS, KI GA BOM PORABIL
_____ <input type="checkbox"/>	
_____ <input type="checkbox"/>	
_____ <input type="checkbox"/>	
_____ <input type="checkbox"/>	

V tabelo zapiši aktivnosti, ki te ta dan čakajo.

- Najprej nanjo zapiši kaj imaš za **domačo nalogo**.
- Določi, **koliko časa** boš potreboval za neko domačo nalogo.
- Nato zapiši, katere **predmete** se moraš.
- Zapiši, koliko **časa** se boš učil določen predmet.
- Ko z dejavnostjo končaš, to s **kljukico označi** v tabeli.

KAJ ME ČAKA DANES?	ČAS, KI GA BOM PORABIL
Naredi domačo nalogo pri SLO-obnova <input checked="" type="checkbox"/>	30 minut
_____ <input type="checkbox"/>	

Ob koncu dneva preveri, ali si bil dobro organiziran.

	Domača naloga narejena.
	Učenje z aktivnimi odmori.
	Zdravi vmesni obroki.
	Zaužite dovolj tekočine.

### NE SPREGLEJ!

- Najbolje je, da se **učimo 45 minut**, nato pa naredimo **kratak odmor**, dolg 5 minut. Po 90 minutah učenja si vzemi nekoliko daljši odmor, vendar ne več kot 20 minut.
- Učimo se le **en predmet** naenkrat.
- Učimo se tako, da znamo naučeno razložiti nekemu, ki o snovi nič ne ve.
- Med učenjem ne pozabimo na **vmesne obroke hrane in pijače** (kot so oreščki, košček čokolade, kozarec vode).
- Med odmori **izkoristimo čas za razvedrilo**.
- **Pravočasno** hodimo spat, da se spočijemo.

### ALI VEŠ ...?

... da je kar  $\frac{1}{4}$  uspeha pri učenju odvisna od urejenosti delovnega kotička pri šolskem delu doma?

... da pri slabi svetlobi nismo dovolj zbrani in se naše oči hitreje utrudijo?

... da je najboljša temperatura v prostoru med 18 in 22 stopinj Celzija?

... da je pomembno, kdaj se učiš, saj možgani od določenih urah lažje delujejo? Optimalen čas je med 8.00 in 19.30.

VIR: Kako naj se učim, da od učenja največ pridobim? (Avtorice: V.Božič, V. Grebenc, V. Hanžekovič, U. Smolič), [www.drustvo-bravo.si](http://www.drustvo-bravo.si).