

JAK PŘEŽÍT VE ŠKOLE V POHODĚ

aneb jak se správně učit, připravovat, plánovat

VE ŠKOLE

NASLOUCHEJ
buď jedno velké ucho při výkladu
PIŠ
smysluplné zápisky, v kterých se dokážeš orientovat
PTEJ SE
na to, co ti není jasné (a neboj se zeptat)

DOMA

1. Zajisti si – klid, podmínky k učení (udělej dohodu s rodiči, sourozenci, kamarády)
2. Připrav si – vše potřebné pro studium k ruce
3. Vytvoř si – studijní plán + program každého dne + čas domácí přípravy (2-3 hod. domácí přípravy)

JAK SE UČIT

1.Přečti si

Celou probranou látku – budeš vědět, o čem se učíš

2.Čti

Danou látku znovu po částech

3.Dělej si

Průběžně poznámky na papír = tahák – vyber to nejdůležitější, piš v heslech, graficky rozčleňuj

4.Ptej se

a odpovídej na kontrolní otázky : KDO?, CO?. KDE?, KDY?, PROČ?, ZA JAKÝM ÚČELEM?

5.Opakuj

Samostatně, co ses naučil – pro připomenutí použij „tahák“

6.Kontroluj

S pomocí učebnice, sešitu, taháků + znovu opakuj

7.Zkoušej

Sám sebe : zadej si kontrolní otázky, odpovídej stručně písemnou či ústní formou

Když ještě látku neumíš, vrat' se zpět!!!

8. Prostřídávej předměty.

9. Začni tím lehčím.

10. Odškrtněvej splněné úkoly.

11. Uč se v blocích – jeden předmět 30 minut.

12. Vymezi si čas na celkové opakování + procvičení.

JAK SE Z TOHO NEZBLÁZNIT? – RELAXUJ!!!

- věnuj se nějaký čas něčemu jinému (hudba, sport, kamarádi.....zkrátka tomu, co máš rád(a)
- dobře a pravidelně spi a odpočívej

PŘI ZKOUŠENÍ

- vyber si zrakem neutrální bod ve třídě, fixuj ho očima
- nedívej se na třídu ani zkoušejícího
- vybav si a uveď hlavní myšlenky – „tahák“
- rozveď hlavní myšlenky – uveď podrobnosti a příklady
- mluv souvisle a v klidu

PŘI PÍSEMNÉ PRÁCI

- pozorně si přečti zadané úkoly
- správně si rozvrhni čas
- ujasni si význam hlavních bodů v zadání
- odpovídej a řeš všechny otázky (princip: alespoň něco)

JAK NENARAZIT

- prostuduj si dobře školní řád
- jednej slušně – na úrovni
- nehádej se s vyučujícími – nauč se klidně formulovat své požadavky
- překročíš-li hranice slušnosti, jdi se hned po hodině omluvit
- nečti a nejez při hodině, nebav se se spolužáky
- neměj „připomínky“
- nesnaž se zviditelnit za každou cenu
- „netvař se“
- máš-li problémy se studiem, projev zájem o předmět – využij konzultační hodiny
- nos pomůcky a odevzdávej zadané práce v termínu
- hlídej si počet zameškaných hodin a pozdních příchoďů
- včas předkládej omluvenky
- nevíš-li kudy kam, vyhledej profesionální pomoc psychologa nebo výchovného poradce na škole