



# КАКО ПРАВИЛНО УЧИТИ

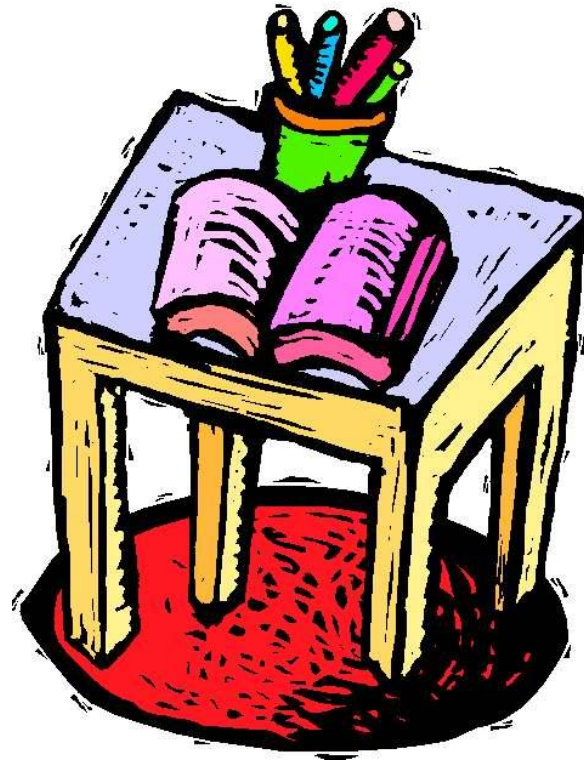
МЕТОДЕ И ТЕХНИКЕ  
РАЦИОНАЛНОГ И  
ПРАВИЛНОГ УЧЕЊА

Припремила стручна служба  
школе



# МЕСТО ЗА УЧЕЊЕ

- Учи увек на истом месту, за радним столом
- На радном столу држи само ствари за учење
- Књиге и свеске за сваки наставни предмет треба да имају своје посебно место.



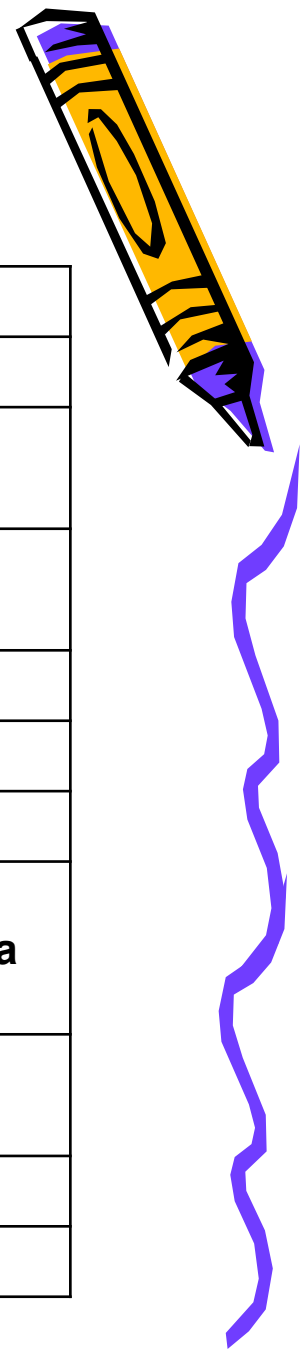
# НАПРАВИ ПЛАН УЧЕЊА! пример



ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ
Срп. јез. Д.з. <input checked="" type="checkbox"/>	Енг <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Нем. јез. <input type="checkbox"/>
Мат. Дом. зад. збирка <input checked="" type="checkbox"/>	Срп. <input type="checkbox"/>	Мат писмени <input type="checkbox"/>	Биологија Нова лекција <input type="checkbox"/>	мат
Техничко Понови-пита <input checked="" type="checkbox"/>	Фоз.	Истор.	Геогр. Карта	Муз.
Физичко Опрема	Вер	Ликовно Колаж, прибор	Енг <input type="checkbox"/>	Инф.



# ГДЕ СВЕ ГУБИМ ВРЕМЕ...



Пречесто и предуго телефонирам са друговима

Проводим превише времена пред Тв-ом или компјутером

Стално нешто друго радим да бих избегао/ла учење  
(шетња пса, одлазак у продавницу, читање часописа)

Имам пуно хобија, па једва стигнем да научим нешто за школу

Често предуго тражим ствари, јер их не држим уредно

Стално ме прекидају (укућани, телефон)

Волим да учим уз музику-то ме омета па дуже учим

Кренем да учим без унапред припремљеног плана које предмете треба да учим, којим редом, колико ми времена треба...

Често одлажем учење што ме оптерећује, па ми онда још теже буде да почнем

Učim u zadnji čas, pa ne stižem dobro naučiti.

.....



# ПРИПРЕМА ЗА УЧЕЊЕ



Након доласка из школе:

1. Одмах погледај распоред за следећи дан
2. На сто поређај књиге и свеске из предмета из којих имаш домаћи задатак или требаш учити (остале спреми у торбу)
3. Одмори се
4. Пре учења припреми сав прибор
5. Одлучи којим ћеш редом учити- почни са учењем најтежих предмета
6. Када завршиш са неким предметима, књигу и свеску стави у торбу



# УЧИ СА ПАУЗАМА!



- учи 35-55 мин → одмор (до 15 мин)
- Ако је лекција велика, подели је на неколико делова (после сваког дела-кратка пауза)
- Пре спавања- понови најважније



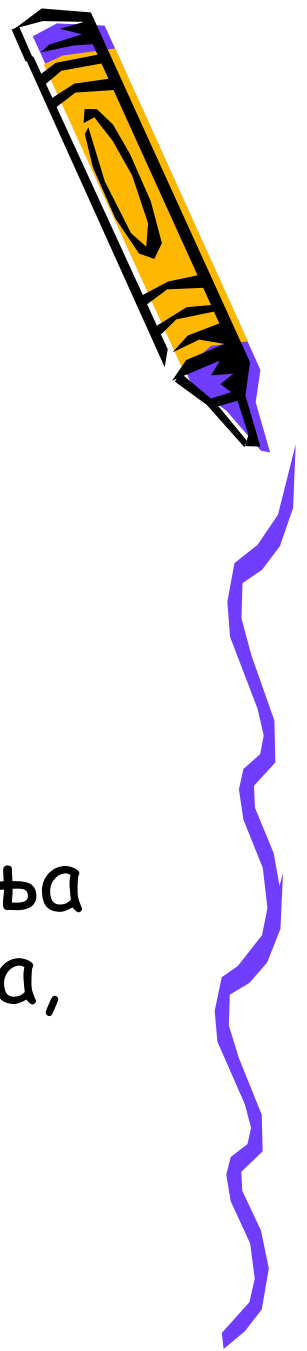
# УЧИ С РАЗУМЕВАЊЕМ



- Учити с разумевање значи **размишљати о ономе што учиш**: читати, проучавати, записивати, препричавати, понављати...
- 3 ГЛАВНА корака:
  1. Упознавање с градивом
  2. Учење-поглавље по поглавље
  3. Понављање



# 1. Упознавање с градивом



1. Прочитај белешке из свеске са часа
2. Прочитај целу лекцију из уџбеника
3. Погледај све слике и табеле
4. Покушај да одговориш на питања на крају лекције (својим речима, гласно) - ако не знаш одговор потражи га у тексту





## 2. Крени с учењем - поглавље по поглавље



1. Поновно пажљиво прочитај прво поглавље
2. Док читаш, подвуци само најважније речи или их запиши на папир као подсетник
3. Кад прочиташ поглавље, дигни поглед од књиге и препричај најважније својим речима (ако заборавиш, погледај у књигу)
4. Препричавај неколико пута гласно
5. На крају смисли једно питање из поглавља, запиши га и гласно одговори



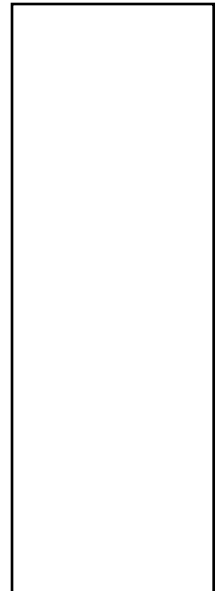
# 3. Понављање

Чак и кад си научио/ла, градиво треба да га поновиш што више пута!

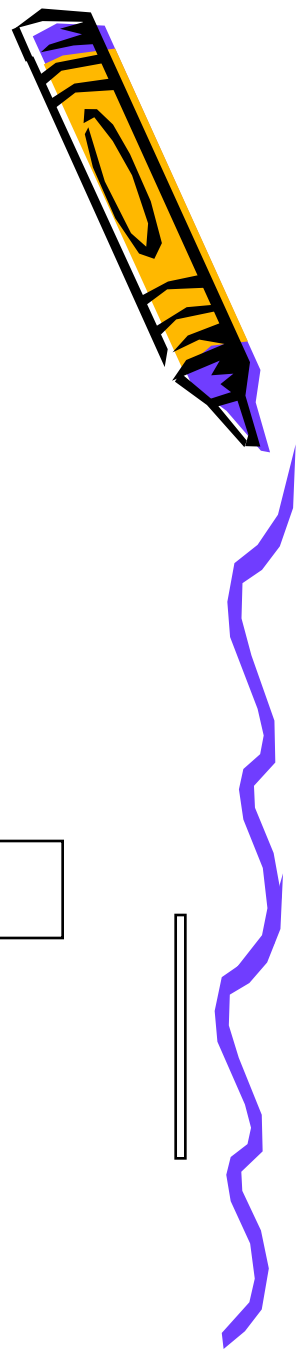
Контролни у четвртак?

Учиш - у понедељак и уторак

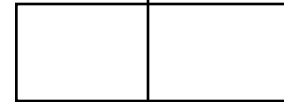
Понављаш - у среду и чевртак пре школе



# Обавезно запиши на посебан папир:



- Датуме и догађаје
- Нове речи
- Дефиниције које обавезно мораш запамтити
- Оно што тешко памтиш
- Формуле и правила



# КАКО СЕ КОНЦЕНТРИСАТИ?

- учи свакодневно
- учи увек на истом месту, на којем се налази само оно што ти треба за тај предмет
- за време учења искључи мобл/телефон
- кад осетиш да пажња попушта: кратки одмор или читај на глас, запиши најважније, прикажи цртежом то што учиш...
- награди се за учење - израчунај број страница које мораш научити, а кад пређеш одређени део градива награди себе



# КАКО СВЛАДАТИ СТРАХ ОД ИСПИТА?



- понови градиво што више пута
- преслишај се с неким ко учи исти предмет или изговори научно некоме од укућана; док понављаш, говори ГЛАСНО
- у страху престајемо дисати, а тада губимо енергију потребну за размишљање: врло је важно **ВЕЖБАТИ ДИСАЊЕ**; неколико пута мирно удахнути и издахнути



## КОД ПИСАЊА ТЕСТОВА:

Сети се да си учио и да ћеш **СИГУРНО** нешто знати

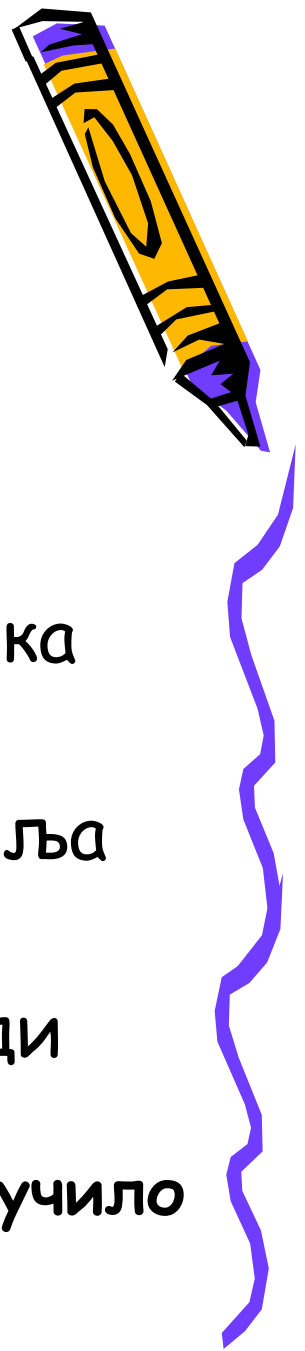
прочитај **СВЕ** задатке  
**ПРВО** реши оне које **ЗНАШ**  
онда оне које **ДЕЛИМИЧНО** знаш

Ако не знаш - пажљиво прочитај питање више пута

Ако те ухвати паника, застани на минут и мирно **ДИШИ**

Пре него што предаш, још једном провери **цео тест**

# УЧЕЊЕ НА ШКОЛСКОМ ЧАСУ



- што више пазиш на часу, мање мораш учити код куће
- ако нешто не разумеш, питај наставника након часа
- записуј питања која наставник поставља другима (на задњу страницу свеске)
- записуј примере које професор наводи



Код куће барем прочитај оно што се учило тај дан - тако ти се градиво неће нагомилати!