

Како да вам
учење не
буде мучење?

Садржај

1. Који је твој стил учења?	4
- Визуелни стил учења	4
- Аудитивни стил учења	5
- Кинестетички стил учења	6
2. Најчешћи проблеми током учења и савети за њихово превазилажење	7
- „Немам инспирацију за учење.”	7
- „Лекција је јако велика.”	7
- „Не могу непрестано да учим.”	7
- „И ако будем учио, добићу лошу оцену.”	8
- „Не могу учити сам/а”	8
3. Успешно учење	10
- Које услове треба да испуниш да би успешно научио градиво?	10
- Шта треба да радиш да би успешно научио/ла градиво?	10
- Како треба да изгледа твој распоред дневних активности?	11
- Како да понављаш градиво?	12
- Како да се преслишаваш?	12
- Како да организујеш време за учење?	12
4. Методе учења	14
- Партитативна метода учења	14
- Глобална метода учења	14
- Комбинована метода учења	14
- Распоређено учење у времену	15
- Како да научиш текст из уџбеника?	15
- Како се праве мапе ума?	17

Драга децо,

Добро дошли у овај користан приручник за учење! Овде ћете пронаћи занимљиве и различите начине да савладате градиво. Овај приручник је направљен тако да вам буде партнер – водич који ће вам помоћи да боље разумете и лакше запамтите оно што учите.

Када будете читали и радили на њему, видећете да није само за пропитивање да ли знате, већ и да вас учи *како* да знате. Пратите корак по корак, размислите о питањима, и не плашите се да правите грешке – управо су грешке део учења!

Срећно у учењу и нека буде забавно!

1. КОЈИ ЈЕ ТВОЈ СТИЛ УЧЕЊА?

У првом поглављу су објашњена три стила учења. Да би сазнао/ла који је твој стил учења неопходно је да прочиташ питања у вези са сва три стила и где си највише одговорио/ла са „да” је твој стил учења.

ВИЗУЕЛНИ СТИЛ УЧЕЊА

- Да ли мораш да видиш да би запамтио/ла?
- Да ли више волиш илустрације и да прочиташ написано?
- Да ли си одличан/на у писменом бележењу предавања?
- Да ли често користиш изјаве као што су: “То ми изгледа добро...”, “Да видим...”, “Имам потпуну слику...”?
- Да ли си уредан/на и организован/а?
- Да ли брзо причаш?
- Да ли дугорочно планираш?
- Да ли уочаваш детаље?
- Да ли памтиш помоћу видних асоцијација? Да ли добро памтиш лица?
- Да ли волиш да читаш?
- Не памтиш вицeve?
- Да ли обраћаш пажњу на изглед – било да је реч о одећи или презентацији одређеног материјала?
- Да ли имаш јак осећај за боје? Да ли имаш уметничких склоности?
- Да ли волиш да црташ и пишеш? Да ли имаш леп рукопис?
- Да ли ти смета бука?
- Да ли заборављаш изговорена упутства? Да ли заборавиш да проследиш усмену поруку?
- Да ли шараш за време телефонског разговора или часа?
- Да ли често знаш шта би рекао/ла, али теже проналазиш речи?
- Да ли си миран/на по природи?

Ако је одговор на већину или сва питања “да”, онда си ти **визуелни тип и учиш гледањем**. Следе савети који ти могу помоћи да што лакше и боље научиш градиво:

- Запиши да би боље запамтио/ла.
- Гледај наставника/цу док прича да би се боље сконцентрисао/ла.
- Користи различите боје за наглашавање важнога у тексту.
- Најбоље је да учиш сам/а, и да седиш што даље од прозора и врата.
- Користи филмове, слајдове, илустрације, цртеже и дијаграме.
- Тражи писмена упутства.
- Користи материјале попут фотографија, мапа, графикона и дијаграма.
- Визуализуј (замисли) информације у облику слика да би их лакше меморисао/ла. Замени речи сликама и користи боје како би означио/ла повезаност између појмова.
- Обезбеди неометан и јасан поглед на наставника/цу, тако да можеш пратити његов/њен говор тела.
- Пиши белешке, ако наставник/ца није обезбедио/ла писани материјал.
- Илуструј своје идеје као слике пре него што их запишеш.
- Користи мапе ума.
- Учи на тихом месту, далеко од вербалних узнемиравања.
- Читај илустроване књиге.

АУДИТИВНИ СТИЛ УЧЕЊА

Да ли мораш да чујеш да би запамтио?

Да ли више волиш да слушаш? Да ли се понекад “изгубиш” покушавајући да запишеш нешто.

Да ли често користиш изразе као: “Чујем што ми говориш...”, “Слушам те...”, “То ми звучи добро...”

Да ли учиш слушајући и пре запамтиш оно о чему се расправља него оно што видиш?

Да ли говориш у ритму?

Да ли “причаш” сам/а са собом за време извођења активности?

Да ли те бука врло лако прекине?

Да ли често мичеш уснама док читаш?

Да ли волиш да читаш наглас?

Да ли волиш да слушаш док ти се објашњава? Да ли волиш сам/а да објашњаваш?

Да ли добро имитираш гласове и како други људи причају?

Рукопис ти обично није леп?

Да ли си причљив/а и волиш расправу?

Да ли си врло детаљан/на у описима?

Да ли имаш проблема с активностима које укључују визуализацију? Да ли више волиш музичку од ликовне уметности?

Да ли си отворен/а и комуникативан/на?

Ако је одговор на већину или сва питања “да”, онда си ти **аудитивни тип и учиш слушањем**. Следе савети који ти могу помоћи да што лакше и боље научиш градиво:

- Покушај да учиш с пријатељима расправљајући или гласно понављајући.
- Пажљиво слушај наставника/цу на часу док предаје градиво.
- Пре читања одређеног поглавља, погледај слике, наслове и наглас реци своје мишљење о главној теми одломка.
- Читај наглас увек када је то могуће.
- Снимај себе док читаш лекцију и покушај да запамтиш преслушавајући.
- Слушај лекције на интернету (нпр. на страници Youtube).
- Питање у тесту увек прочитај наглас пре решавања.
- Напиши говор и презентацију.
- Учествуј у дискусијама и дебатама на часу.
- Дискутуј о својим идејама.
- Диктирај неке своје мисли и идеје.
- Користи риме, звукове и музику током учења. У позадини може да свира тиха лагана музика док учиш.
- Како би запамтио/ла појмове покушај да их убациш у песмицу или риму.

КИНЕСТЕТИЧКИ СТИЛ УЧЕЊА

Да ли дајеш предност манипулацији материјалом и групној динамици?

Да ли често користиш изјаве као: “Не пратим те..”, “Врати се-изгубио сам се..”?

Да ли често користиш глаголе у разговору или описима?

Да ли често додирујеш људе да би привукао/ла њихову пажњу?

Да ли стојиш близу особе којој се обраћаш?

Да ли си оријентисан/а на телесну активност и често си у покрету?

Да ли се облачиш лежерно и спортски?

Да ли волиш да израђујеш ствари и да испробаваш нове активности?

Да ли најбоље памтиш изводећи одређени покрет тела?

Не уживаш у читању? Да ли често текст пратиш прстом?

Да ли добро реагујеш на физичке награде?

Да ли често користиш гестове и мимику? Да ли машеш рукама док говориш?

Да ли ти је тешко да останеш миран/на дужи временски период па шкљоцкаш оловком или трзаш ногама док учиш?

Да ли волиш акционе филмове и књиге?

Да ли имаш нечитак рукопис?

Да ли волиш да глумиш? Да ли уживаш у различитим активностима и играма које укључују покрет? Да ли радо учествујеш у изради модела, макета, извођењу огледа?

Да ли се добро оријентишеш у простору?

Да ли постижеш успех у спорту?

Да ли радо учиш помоћу рачунара да би учење потпомога/ла додиром?

Да ли си врло отворена особа?

Ако је одговор на већину или сва питања “да”, онда си ти **кинестетички тип и учиш кроз покрет тела**. Следе савети који ти могу помоћи да што лакше и боље научиш градиво:

- Да би боље запамтио учи понављајући гласно, изводећи различите покрете, у стојећем положају или ходајући.
- У ситуацијама када ходање или лупкање прстима (ногом) омета рад покушај да стискаш тениску или стрес лоптицу.
- Ако учење за столом не даје резултате покушај да лежиш на стомаку или леђима, или чак да се крећеш по соби.
- Покушај да учиш с музиком у позадини.
- За време учења прави чешће, краће одморе.
- Изрази се кроз плес, гимнастику, спорт или глуму.
- Користи боје да истакнеш оно најважније у тексту.
- Прелети преко материјала, пре него што почнеш да га детаљно читаш, како би добио општу слику.
- Оживи свој радни простор са сликама и постерима.
- Пробај да се преслишаваш кроз драмске активности, тј. одглуми наставника/цу како предаје градиво. Ове активности се најбоље изводе током групног рада са другарима.
- Покушај да учиш у пару или у већој групи. Можда ти буде тако лакше.

2. НАЈЧЕШЋИ ПРОБЛЕМИ ТОКОМ УЧЕЊА И САВЕТИ ЗА ЊИХОВО ПРЕВАЗИЛАЖЕЊЕ

У овом поглављу ћеш наћи савете како да превазиђеш проблеме које имаш током учења.

1. „Немам инспирацију за учење”

- Ако будеш чекао/ла да се појави инспирација за учење, вероватно је нећеш ни дочекати. Не можеш чекати да се „поклопе све коцкице”. Да будеш ведар/ра, расположен/а, надахнут/а... Одлика правих професионалаца јесте да уче и раде и када су лоше воље.

Шта да радиш када немаш инспирације?

- Једноставно почни да учиш без ње. Кад једном почнеш да учиш, може ти се догодити да то и не буде тако тешко као што си у први мах мислио/ла и да те то што си научио/ла или решио/ла подстакне на даље учење.

2. „Лекција је јако велика”

- Понекад ти се чини да је то што мораш да научиш превише. Цела лекција ти изгледа јако велико и чини ти се да ће бити тешко да је научиш. То те може обесхрабрити и довести до тога да одустанеш.

Шта да радиш у оваквој ситуацији?

- Издели лекцију на неколико мањих делова. Затим научи први од тих мањих делова. То сигурно неће бити проблем. Мали део се увек може научити. А кад њега научиш, овај „мали” успех ће те подстаћи да пређеш на други део. Па на трећи, четврти итд. Мало по мало, научићеш целу лекцију.

3. „Не могу непрестано да учим”

- Обично ти се чини да стално учиш јер првих пола сата тражиш шта ти све треба за учење, па се пола сата премишљаш како да почнеш, па пола сата разговараш са другом/другарицом из школе... и све то рачунаш као учење.
- Ако време испланирано за учење, заиста provedеш у ефективном учењу, нећеш имати утисак да стално учиш. Учити није увек лако. Мораш учити и оно што ти се свиђа и оно што ти се не свиђа.
- Сигурно би радије гледао/ла неки филм или се дружио/ла са пријатељима. То није проблем. Оствари план учења, а затим награди себе неким филмом, књигом или изласком.

4. „И ако будем учио, добићу лошу оцену”

- Једна стара изрека гласи: „Пазите шта желите, могло би вам се и остварити”. Друга каже: „За оптимисте је чаша напола пуна, за песимисте је напола празна.” Једна од битних ствари у учењу, као и у животу, јесте да будеш оптимиста. Не посматрај ствари црно.
- Ти постајеш непоправљиви оптимиста само онда када ствараш навике оптимизма. Оптимизам је темељ позитивног менталног става. Оптимисти су људи са идејом да „Све може да се уради и среди.” Они налазе добре и позитивне стране у свакој ситуацији. Кад нешто крене лоше они кажу: „Добро је”, а онда траже начине и методе да тај проблем или тешкоћу реше.
- Оптимисти праве планове акција, постављају циљеве које желе остварити и усмеравају своје мисли на оно што тренутно раде. Насупрот њима, песимисти су напети, депресивни и уопште не размишљају шта би у датој ситуацији могли учинити. Оптимисти траже корисне лекције у свакој препреци или разочарењу.

5. „Не могу учити сам”

- Чак и ако волиш да учиш сам/а, понекад је добро да учиш са неким у пару или групи. Расправа о ономе што учиш са другаром/другарицом може ти значајно олакшати стицање знања.
- Партнер у учењу може ти објаснити нешто што ти није јасно. Исто тако, твоје објашњавање лекције другу у учењу може ти помоћи да учврстиш градиво. Често смо уверени како нешто добро знамо и како смо то научили, али тек када покушамо то да пренесемо неком другом, видимо да то и није баш тако.
- Стратегија учења у пару је одличан начин и да увежбаш презентацију пред наставником, да се припремиш за презентацију знања на одговарању. Заједничко учење делује и на твоју мотивацију. Можда би у једном тренутку одустао/ла од учења јер ти је свега доста, али те партнер својом упорношћу подстиче да наставите. Такође, у паузама ће ти бити мање досадно када си у друштву.

За време учења треба да одговориш на следећих осам питања:

1. Док учиш, да ли се запиташ да ли разумеш градиво? Ово је неопходно стално да радиш јер нема сврхе учити без разумевања. Напапет научено знање „испари” врло брзо.
2. Да ли са учењем треба да идеш брже или спорије? Процени своје способности током учења и у зависности од тога одреди сопствену брзину.
3. Када нешто не разумеш, да ли се запиташ зашто то не разумеш? Ово је врло важно питање. Узроци неразумевања могу бити лоша концентрација, лоше написан уџбеник, да ниси удубљен/а у градиво, не црташ, не разлажеш градиво на мање целина.
4. Да ли током учења правиш паузе како би направио/ла кратко излагање претходно пређеног градива? Нема сврхе учити све одједном. Градиво се

мора понављати. Најбоље је материју разделити на логичне целине или поглавља и кад завршиш одређено поглавље, изврши његово понављање.

5. Да ли се замислиш и запиташ да ли је градиво логично изложено? Ако није, потражи помоћ у неким другим књигама, уџбеницима, на Интернету.
6. Да ли кад учиш градиво, процењујеш ствари, тј. слажеш се или не са написаним? Без обзира шта пише у уџбенику, имај свој став о сваком питању. Тако ћеш брже запамтити информације и научити лекцију.
7. Да ли ти је неопходан разговор са другим ученицима како би усвојио/ла градиво? Ово може бити одлична стратегија да разјасниш нејасно, да сазнаш нове чињенице о лекцији, да поновиш научено.
8. Да ли током учења треба да ступиш у контакт са наставником? Разговор са наставником је добар начин да савладаш све тешкоће и разјасниш могуће нејасноће.

3. УСПЕШНО УЧЕЊЕ

У овом поглављу ћеш добити савете како да ти учење буде успешно.

Које услове треба да испуниш да би успешно научио/ла градиво?

Треба да имаш:

- циљ и намеру да нешто научиш,
- жељу да нешто научиш на дуже време,
- интересовање да научиш градиво,
- унутрашњу мотивацију да успеш у школи,
- жељу за похвалом наставника,
- навику да учиш сваки дан у одређено време,
- свест да је потребно да се придржаваш плана дневних активности и распореда учења,
- навику да свакодневно понављаш градиво и да се активно преслишаваш,
- самокритички став према сопственом учењу и резултатима који се постижу.

Што више услова будеш испунио/ла, учење ће бити све успешније и лакше. Можда ти у почетку све буде деловало тешко али постепеним стицањем навика ћеш временом успети да испуниш све услове са списка.

Шта треба да радиш да би успешно научио/ла градиво?

- Састави план учења током дана.
- Свакодневно се придржавај плана учења.
- Провери да ли си разумео/ла оно што се чита.
- Научи правилно, течно и брзо да читаш у себи и/или наглас.
- Учи сваки дан у предвиђено време за учење.
- Пре учења припреми сав прибор и књиге за учење.
- Постави циљ да се градиво научи.
- За време учења треба да влада мир.
- Учи седећи за радним столом.

- Сваког дана учи оно што је истог дана обрађено у школи.
- Сваког дана понављај градиво различитих наставних предмета, чак и оног дана када тог наставног предмета нема у распореду часова.
- Активно се преслишавај (направи тезе, графички представи текст, постављај питања и трагај за одговорима, наглас препричај градиво, сними преслишавање и послушај га) све док не стекнеш способност да све препричаш или некоме објасниш својим речима.
- При учењу трагај за оним што је главно у садржајима и одвој га од споредног.
- Трагај и користи и друге изворе знања, а не само уџбеник или свеску.
- Користи речник или енциклопедију.
- Не учи слични наставни садржај један за другим.
- Прво учи оно што је ново, а после тога понављај и вежбај већ научено.
- Прво учи градиво које је теже, а потом и оно што је лакше.
- Прво научи теоријске задатке, а потом и оне у којима се траже неке практичне активности.
- Имај самокритички став према сопственом учењу.
- Користи и тумачи ликовно-графичке радове у уџбеницима и другим изворима знања.
- Уради сваки задатак у уџбенику и одговори на свако питање.

Можда ти све ово изгледа пуно и немогуће да савладаш. Зато почни постепено па ћеш полако временом моћи да спроведеш у дело све савете са списка.

Како треба да изгледа твој распоред дневних активности?

- У распореду дневних активности планирај време поребно за спавање, што зависи од твог узраста.
- Планирај време за школске часове и кућне послове.
- Планирај време за учење (најефикасније је пре подне од 8.00 до 11.00, а по подне од 16.00 до 18.00).
- Планирај време за одмор, разоноду и дружење.
- Активности у распореду се крећу од момента устајања од одласка на спавање (6.30 – 21.00/22.00).

- Планирај време за јутарњу гимнастику, време потребно за одржавање личне хигијене (спремање свог кревета, туширање, прање зуба).

Како да понављаш градиво?

- Постави јасан циљ са намером да градиво утврдиш и боље реазумеш и научиш.
- Без помоћи уџбеника, запиши тезе о садржају градива који понављаш.
- Провери написане тезе у уџбенику.
- У себи или наглас препричај градиво по наведеним тезама.
- Самостално постави питања из градива које се понавља и на њих дај одговоре.
- Постави задатке у којима се тражи упоређивање и трагање за сличностима и разликама.
- Користити сопствени графички приказ градива, или неког његовог дела.
- Ако си при понављању нешто изоставио/ла, подсети се из уџбеника, свеске или наставног листића.
- Понављај сам или још боље са другом или другарицом (међусобно постављајте питања и трагајте за одговорима).
- Потражи везу са другим садржајима из тог наставног предмета или са садржајима неког другог предмета.
- Понављај уз неке практичне активности (нпр. огледа и сл).

Како да се преслишаваш?

- Можеш да се преслишаваш у себи, на глас, писменим путем или уз неку практичну активност (нпр. оглед).
- Можеш дословно да понавиш што си научио/ла или да препричаш својим речима.

Преслишавање мора бити: јасно, разумљиво, повезано, течно, својим речима.

- Градиво треба прво да разумеш па тек онда да се преслишаш.
- Склони књигу и користи је само онда када преслишавање није успешно.
- На преслишавање утроши више од половине времена предвиђеног за учење.

Како да организујеш време за учење?

У наставку следи једна техника управљања временом. Квалитетно управљање временом кључно је за добро учење. Већина ученика која има проблем са учењем заправо има проблем са организацијом времена које треба да посвети том процесу. Са друштвеним мрежама и паметним телефонима ученицима је данас заиста тешко да се концентришу и квалитетно посвете процесу учења. Ова техника решава тај проблем. Током интервала од 25 минута није дозвољено да прекидаш учење, гледаш у телефон или сурфујеш интернетом. Тек приликом петоминутне паузе можеш да одлучиш како ћеш провести време.

Још један од разлога успешности ове технике јесте што се ослања на рутину, односно на понављање одређене радње која с временом прераста у добру навику. А за навике важи да не морамо да се терамо да их радимо, оне постају део нас. На тај се начин избегава одлагање и процес учења постаје изузетно ефикасан.

Како да користиш ову технику управљања временом?

Пре свега организуј временске одељке (интервале). Одреди колико времена имаш за одмор, колико за учење, а колико за друге активности. Поштујући неколико једноставних корака, успоставићеш чврсту структуру која ће ти омогућити да своје обавезе завршиш на време:

1. План: Процени колико је времена потребно за учење. Направи план рада и приоритете. Запиши их у свеску.
2. Подеси тајмер: Нађи неки забаван тајмер или једноставно користи свој мобилни телефон и подеси на њему интервал од 25 минута.
3. Фокус: 25 минута мораш да имаш апсолутни фокус на учење и није дозвољено ништа што одвлачи пажњу. Након што сат запишти, први интервал је готов и имаш право на паузу.
4. Пауза: Следи пауза од 5 минута, током које можеш да се протегнеш, изађеш из своје собе у другу собу или урадиш нешто друго.
5. Понови још 2 интервала: Након тога понови овакве интервале још два пута. Старији основци можда не успеју да заврше целокупан рад за три интервала, па након трећег треба направити 20-минутну паузу, након које треба наставити са интервалима.

Које су предности ове технике?

- Боље управљаш временом.
- Јачаш вољу и развијаш дисциплину.
- Усвајаш добре навике.
- Јачаш мотивацију и фокус.
- Спречаваш умор и стрес.
- Јачаш добре навике за учење: лакше пратиш, разбијаш крупније проблеме на ситније.
- Веома је ефикасна за хиперактивну и немирну децу.

4. МЕТОДЕ УЧЕЊА

О овом поглављу ћеш научити различите методе учења, методе расподеле времена, методе обраде текста и мапе ума.

ПАРТИТИВНА МЕТОДА УЧЕЊА - УЧЕЊЕ ДЕО ПО ДЕО

- Прочитај текст у целини с намером да схватиш његову структуру и суштину.
- Текст подели на логичке целине.
- Читај прво део текста с намером да га научиш.
- Означи непознате речи и трагај за објашњењем.
- Активно се преслишавај (у себи или наглас).
- Уколико преслишавање не успе после првог читања, текст поново прочитај, или само оне делове које ниси усвојио с намером да савладаш целину овог дела.
- Када савладаш градиво тог дела, у јеној реченици формулиши тезу, у којој ће бити суштина тог дела.
- Пређи на следећи део, и понављај поступак тако редом док не савладаш све делове градива.

Партитативна метода учења је ефикаснија при учењу градива које није смисаоно повезано и градиво које је тешко и обимно. Ова метода је погоднија за млађе и мање способне ученике.

ГЛОБАЛНА МЕТОДА УЧЕЊА - УЧЕЊЕ У ЦЕЛИНИ

- Пажљиво прочитај градиво у целини с намером да га разумеш и научиш.
- Означи непознате речи и пронађи објашњења.
- Активно се преслишај у вези са оним што си разумео/ла и научио/ла.
- Поново прочитај само оне делове градива које ниси довољно схватио и усвојио.
- Подвуди битне делове текста.
- У неколико формулисаних теза утврди суштину наученог градива.

Експериментално је доказано да се глобалном методом боље учи оно градиво које је смисаоно повезано у јединствену целину и градиво које није много обимно. Глобална метода је прихватљивија за старије и способније ученике.

КОМБИНОВАНА МЕТОДА УЧЕЊА

- Прочитај текст у целини у намери да га разумеш и схватиш његов садржај и његову структуру.
- подели текст на логичке целине.
- Означи непознате речи и пронађи објашњења.
- Прочитај прву целину с намером да је научиш.
- Подвуди оно што је битно.
- Активно се преслишавај (у себи или наглас).
- Формулиши тезу за ту целину.
- На исти начин обради другу целину.

- Две целине повежи у јединствену целину активно и преслишај се.
- После научене треће целине преслишавање обухвата све три целине и тако редом док не савладаш све делове и градиво у целини.

Ова метода се може организовати по два модела и то:

1. 1. читање градива у целини, а потом по деловима учење читањем и преслишавањем и то:
1, 1+2, 1+2+3, 1+2+3+4, 1+2+3+4+5...

1. 2. читање градива у целини, а потом по деловима учење читањем и преслишавањем и то:
1, 2, 1+2, 3, 1+2+3, 4, 1+2+3+4, 5,.....

У погледу расподеле времена током учења, говори се о методи учења распоређеног на време и о методи концентрисаног учења. Такође је експериментално доказано да је боље оно учење које је распоређено у времену – учење које се организује у више временских интервала него оно учење које је концентрисано у времену – учење градива одједном. Ако је настава историје по распореду часова уторком и петком, градиво обрађено у уторак треба учити у три наврата – уторком, средом и четвртком по подне (ако је настава пре подне). Учење историје ће тада бити успешније, а знања трајнија него ако ученик то градиво учи само једном и то у четвртак по подне.

РАСПОРЕЂЕНО УЧЕЊЕ У ВРЕМЕНУ

Како да потребно време за учење градива правилно да распоредиш?

- Градиво учи истог дана када је и обрађено (ако је настава пре подне) или наредног дана (ако је настава по подне)
- Наредних дана, све до наредног часа, свакодневно понављај градиво у виду активног преслишавања.

Зашто је учење распоређено у времену, учење које се организује у више временских интервала, боље од учења које је концентрисано у времену – учење градива одједном?

- Ако се градиво учи одједном, повећава се умор.
- При учењу градива у више временских интервала у паузама, долази до учвршћивања градива.
- У паузама се остварује повезаност новог и већ учиеног градива.
- У распоређеном учењу често, на нов начин, приступаш истом градиву. Тако лакше и ефикасније сагледаваш могуће везе унутар учиеног градива.

Распоређено учење омогућује и његово дуже памћење.

Напомена:

Начин учења (учење градива у целини, учење по деловима или комбиновани начин учења), који ће се користити у времену које је предвиђено за учење, бираш сам/а према сопственом афинитету. Битно је да су ти сви начини и захтеви јасни, да би сам/а одлучио/ла који ти у датим околностима највише одговара.

Како да научиш текст из уџбеника?

Краћи текст

- Цео текст прочитај са намером да разумеш садржај текста.
- Утврди непознате речи и пронађи њихова објашњења.
- Прочитај текст с намером да га анализираш, уочи његове поједине елементе и трагај за њиховим међусобним односима.

- Издвој битне од небитних делова градива и доведи их у међусобну везу (уочи сличности и разлике).
- Уопштено градиво конкретизуј на новим примерима.
- Трагај за везама са осталим садржајима.
- Изврши доказивање и закључивање.
- Садржај логички структурирај.
- Ради на разумевању текста.
- Напиши тезе (за сваку логичку целину текста по једну тезу).
- Протумачи ликовно – графичке садржаје из текста.
- Ако је потребно, обави практичне активности (оглед, друга посматрања).
- Одговори на постављена питања и уради предвиђене задатке дате из текста.
- Преслишај учено градиво (у себи или наглас).
- Преслишај се путем записивања теза и графичког приказа садржаја градива.
- Постављај питања пре, у току и после учења.

Дужи текст

- Прочитај текст у целини с намером да разумеш основни садржај и смисао.
- Непознате речи објасни уз помоћ речника или неке енциклопедије.
- Текст подели на мање логичке целине.
- Прочитај прву целину с намером да је научиш.
- Издвој битно од небитног.
- Доведи у везу чињенице и генерализације.
- Трагај за новим примерима.
- Процени вредност садржаја.
- Одговори на постављена питања везана за тај део текста.
- Протумачи ликовно – графичке прилоге и сл.
- Формулиши тезе за овај део.
- Активно преслишај први део градива (у себи, наглас, уз помоћ теза, графичког приказа и сл.).
- Постављај питања и трагај за одговорима на њих.
- На сличан начин се обрађује и други део (друга логичка целина).
- Активно преслишај прву и другу логичку целину.
- Учи трећу логичку целину, па преслишај заједно прву, другу и трећу целину.
- Активно преслишај градиво у целини (у себи, наглас, уз помоћ теза, графичког приказа).
- Постављај питања и трагај за одговорима на њих.
- Посебну пажњу усмери ка постављању питања на која ниси могао/ла да пронађеш одговоре у датом градиву. Одговоре потражи од наставника или, по препоруци наставника, из неког другог извора.

Како да из дужег текста издвојиш оно што је битно?

- Прочитај текст у целини, или део по део, у зависности коју методу учења користиш, с намером да га научиш.
- Активно преслишавај градиво по деловима или у целини.
- Поново прочитај само оно што ниси разумео/ла или запамтио/ла.
- Усмено одговори на постављена питања.

- За сваку логичку целину формулиши по једну тезу, којом се изражава суштина њеног садржаја. Теза мора бити кратка и разумљива. Способност писања тезе учиш вежбањем.

Кад учиш неко градиво из уџбеника потребно је да га сажмеш у неколико реченица. Ако у томе успеш, онда је то знак да си градиво разумео и да си га научио.

Како се праве мапе ума?

Мапе ума су посебан начин бележења и учења који нам помаже да лакше запамтимо и разумемо разне информације. Уместо да пишемо белешке ред по ред, мапе ума изгледају као разгранато дрво – у средини је главна идеја, а околу се гранају повезане мисли.

Ево како можеш направити своју мапу ума:

1. Ставка у средини: Главна тема

Узми чист папир и окрени га водоравно (као хоризонталну слику). У средини папира напиши главну тему. На пример:

Сунчев систем

Можеш нацртати и малу слику (нпр. Сунце) поред речи – боје и слике помажу мозгу да боље памти!

2. Главне гране: Велике идеје

Од главне теме повуци неколико дебљих грана (линија) – то су важне поделе или главне идеје. На пример, за тему „Сунчев систем“, гране могу бити:

Планете
Сунце
Месечеве мене
Астрономија

3. Споредне гране: Детаљи

Од сваке главне гране повуци тање линије – оне представљају детаље. На пример, ако је једна грана „Планете“, на те гране можеш додати:

Меркур
Венера
Земља
Марс
и тако редом.

4. Користи слике и боје

Немој се плашити да користиш фломастере, бојице и налепнице!

Свака грана може бити друге боје. Уместо само речи, додај мале сличице – тако ће ти мозак брже препознати и запамтити оно што си учио/учила.

5. Кратке речи и симболи

Уместо дугих реченица, користи **једну до три речи** по линији. Можеш користити и симболе – шта год ти помогне да се сетиш шта значе.

Пример из различитих предмета:

Биологија: „Ћелија“ у средини, а гране: „Језгро“, „Цитоплазма“, „Мембрана“...

Историја: „Први светски рат“ – гране: „Узроци“, „Земље учеснице“, „Последице“...

Математика: „Делимично множење“ – гране: „Бројеви“, „Разлагање“, „Рачунање“...

Савет за крај

Није важно да мапа ума буде „савршена“ – важно је да ти помаже да лакше разумеш и запамтиш! Што више будеш правио/права мапе ума, бићеш бољи/а у томе и брже ћеш учити. Пробај већ данас!

