

ЕФИКАСНО УЧЕЊЕ



ВАЖНЕ ТЕХНИКЕ РАДА И УЧЕЊА

- Подвлачење
- Брзо читање
- Проналажење
- Формулисање питања
- Издвајање битног
- Сажимање
- Структурирање
- Расподела времена
- Брзо записивање
- Одржавање реда
- Уређивање радног места
- Хватање белешки
- Визуелизација
- Обликовање свеске
- Прављење плана рада
- Доношење одлука

МЕТОДЕ

- Размишљање о учењу
- Методе за добијање и разумевање информација
- Методе одабира и обраде информација
- Методе за систематско планирање рада, времена и учења



АКО ТИ СЕ ДЕШАВА ОВО:

- Твоје мисли лутају док учиш,
- Не можеш да се концентришеш,
- Лако одустајеш кад ти учење не иде,
- Мрзовољан си кад треба да почнеш да учиш,
- Учиш напамет јер бринеш да нећеш довољно добро научити,

ПОТРЕБНО ЈЕ РАЗВИТИ РАДНЕ НАВИКЕ

За стицање радних навика важно је:

- направити **распоред дневних активности** - план за учење, одмор и разоноду,
- учити сваког дана у **планираном термину**,
- **не избегавати и не одустајати од планираних активности.**

Ако желиш добре радне навике, имај у виду:

- циљ, намеру да стекнеш радне навике и постигнеш успех у учењу,
- распоред дневних активности,
- план учења.

ПОТРЕБНО ЈЕ НАПРАВИТИ ПЛАН УЧЕЊА

- Где ћу учити?
- У ком временском интервалу ћу учити?
- Шта ћу учити?
- Којим редоследом ћу учити?



ПОТРЕБНО ЈЕ ПРОНАЋИ МЕСТО ГДЕ ЋЕШ УЧИТИ

ЗА СТОЛОМ

Учење у фотељи и на каучу јесте удобно, али није ефикасно.

У РАДНОЈ АТМОСФЕРИ

Испред треба да су ствари само неопходне за учење.



ВАЖНО ЈЕ ДА...

- **Имаш стални радни простор или кутак**

Светлост треба да буде са леве стране, а књига одмакнута 25-30 цм, тако чувамо вид, а правилним седењем кичму.

- **Обезбедиш што „мирније“ услове за учење**

Без галаме, присуства других лица, телефона, гласне музике...

Ако стално учиш на истом месту, временом ћеш размишљати о градиву чим седнеш.

У КОМ ВРЕМЕНСКОМ ИНТЕРВАЛУ ЋЕШ УЧИТИ...

Важно је да се осећаш одморно и спремно за учење.



**Истраживања показују да је
код већине ученика
најефикасније учење
од 8.00 до 11.00 и од 16.00 до 19.00**



ШТА ЋЕШ УЧИТИ...

ВАЖНО ЈЕ:

- Учити ново градиво **истог дана,**
- **Понављати** предмете који су наредног дана,
- Да учење **буде распоређено у времену - истог дана ако се иде пре подне, наредног – поподне.**

Ново градиво треба одмах учити зато што је заборављање најбрже на почетку - ново градиво које ти је било јасно код куће одмах проучи и понови – у противном, велики део градива биће заборављен кроз неколико дана.

Ако је учење „кампањско“, већа је вероватноћа мешања градива, збуњивања, научено градиво се брзо заборави...

КОЈИМ РЕДОСЛЕДОМ ЋЕШ УЧИТИ...

ВАЖНО ЈЕ:

- Прво учи градиво **које ти је теже,**
- Сродне наставне предмете **не учиш** један за другим,
- **Правиш паузе** између учења од 10 до 15 минута.

НЕ ПРАВИ:

- Паузе приликом првог сата учења. Загревање је важно, као и у спорту. Ако прерано направиш паузу, ефекат загревања нестаје и враћаш се на почетак.
- Дуге паузе.

КАКО ТРЕБА УЧИТИ...



Да ли ти се некада догодило да мислиш да добро знаш лекцију, а да током одговарања на часу не успеш да се сетиш основних идеја или повежеш чињенице?

То значи да је градиво научено само до степена **препознавања**, али се не може изложити, одговорити на потпитања наставника, применити у контролним задацима...

Зато је важно да, без гледања у белешке или књигу, провериш да ли у потпуности владаш кључним идејама и њиховим везама.

КАКО ТРЕБА УЧИТИ

Важно је направити почетни преглед градива како бисмо стекли општу представу о теми, идејама, појмовима.

Почетни преглед значи да:

- прочиташ садржај поглавља,
- прелетиш наслове, поднасловe , истакнуте делове поглавља,
- обратитиш пажњу на графиконе, табеле, слике,
- пажљиво прочиташ резиме на крају градива.

Затим је добро поставити питања у вези са лекцијом тако што ћемо наслове и поднасловe преформулисати у питања.

То нам помаже да усмеримо пажњу током учења на оно што је битно ако унапред поставимо питања на која треба да одговоримо.

Након тога прочитај лекцију у целини и при том размишљај о питањима која си поставио, али и о томе да ли можеш да повежеш ново градиво са оним што већ знаш.

КАКО ТРЕБА УЧИТИ...

Ако користиш подвлачење важно је да:

- Подвлачиш само најважније идеје у тексту,
- Кренеш са подвлачењем тек када си схватио смисао целе лекције и важних делова,
- Подвлачиш само кључне речи или делове реченица.
- Није корисно подвлачити више од 10 до 15% текста.

КАКО ТРЕБА УЧИТИ...

Када завршиш проучавање лекције, можеш да напишеш скицу или резиме или оба.

Скица - тезе које истичу структуру лекције и важне идеје и појмове.

Резиме - укратко препричана лекција.

ВАЖНО ЈЕ:

- понови проверу знања после два дана, осам дана....
- почети са провером градива на време.

Прави тренутак је **одмах** пошто се градиво научи, не треба чекати контролни или испитивање.

УЧЕЊЕ СА РАЗУМЕВАЊЕМ ПОДРАЗУМЕВА

- почетни преглед градива,
- постављање питања на основу наслова и поднаслова лекције,
- проучавање лекције у целини,
- препричавање својим речима,
- проверу и обнављање, како научене лекције, тако касније и поглавља у целини.



КАКО ПОНАВЉАТИ ГРАДИВО?

1. Поставити јасан циљ с намером да се неко градиво утврди и боље разуме и научи,
2. Без помоћи уџбеника записати тезе о садржају градива којег понављамо,
3. Провера написаних теза у уџбенику и њихова (евентуална) допуна,
4. У себи или наглас репродуковати градиво по наведеним тезама,
5. Самостално постављати питања из градива које се понавља и на њих давати одговоре,
6. Користити сопствени графички приказ градива, или само његових делова,
7. Понављати сам, или још боље са другом или другарицом (међусобно постављање питања и трагање за одговорима),
8. Трагати за корелацијом са другим садржајима из тог наставног предмета или са садржајима неког другог предмета.

КАКО СЕ ПРЕСЛИШАВАТИ?

Преслишавање може бити:

- препричавање себи,
- буквално понављање у себи,
- гласно препричавање,
- преслишавање писмено (буквално или препричавање),
- преслишавање уз записивање теза,
- преслишавање уз коришћење графичко приказа.

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

Градиво при учењу треба прво разумети, па тек онда се на њему преслишавати.

При преслишавању извор знања (књига, или неки други извори) мора бити **ван видног поља**, а користи се само онда када преслишавање није успешно или није потпуно!



КАКО СЕ УЧИ ТЕКСТ ИЗ УЏБЕНИКА?

Краћи текст

- читати цео текст с намером да се разуме садржај текста,
- утврдити непознате речи и трагати за њиховим објашњењима,
- одвајати битне од небитних делова градива и доводити их у међусобну везу (уочавати сличности и разлике),
- радити на разумевању текста,
- писати кључне речи,
- тумачити ликовно-графичке садржаје уз текст,
- одговорити на постављена питања и урадити предвиђене задатке дате уз текст,
- преслишавати учено градиво (у себи или наглас).

Текст се подвлачи тек када се добро разуме.

Теза је кратка, разумљива, изражава суштину, оно што је најбитније.

За сваку целину у тексту написати 1-3 тезе.

КАКО СЕ УЧИ ТЕКСТ ИЗ УЏБЕНИКА?

Дужи текст:

- прочитати текст у целини с намером да се разуме основни његов садржај и смисао,
- текст поделити на мање логичке целине,
- читати прву целину с намером да се научи издвајати битно од небитног,
- одговарати на постављена питања у вези са тим делом текста,
- тумачити ликовно-графичке приказе,
- формулисати тезе за тај део, активно преслишавање првог дела градива (у себи, наглас, уз помоћ теза, графичког приказа),
- постављати питања и трагати за одговорима на њих.

На сличан начин се обрађује и други део (друга логичка целина) и активно се преслишава прва и друга логичка целина.

Следи учење треће логичке целине, па преслишавање заједно прве, друге и треће целине, затим активно преслишавање градива у целини.

На крају прочиташ и одговориш на питања из књиге (која се налазе на крају лекције).

КАДА ЈЕ ГРАДИВО НАУЧЕНО?

Градиво је научено када се:

- разуме,
- запамти,
- ако се зна поновити и пренети на друге,
- ако се учено градиво зна применити у пракси,
- ако се учено градиво уме сажети у неколико реченица (тезе, концепт, план, резиме...).



ПРАВИЛА ЗА УСПЕШНО УЧЕЊЕ

Направити распоред дневних активности

Учи сваког дана у термину који ти највише одговара.

Направи план учења - где, шта и којим редоследом, учи за столом, поред себе имај само предмете за учење, имај стални радни простор, који је добро осветљен и проветрен, обезбеди што „мирније услове“ за учење.

Слушај добро шта се прича на часу, било да наставник предаје или испитује.

Хватај белешке на свој начин - користи боје, слике...

Код куће прочитај лекцију **истог дана када је предавана.**

Када одлучиш да учиш, **не крећи одмах** на читање и понављање.

Прво сагледај лекцију у целини, прочитај наслове и поднасловe, уочи битне елементе у лекцији. Запитај се шта треба да научиш, шта од постојећег знања можеш да искористиш.

Увек прво учи градиво које је теже. Не учи сличне наставне предмете.

ПРАВИЛА ЗА УСПЕШНО УЧЕЊЕ

Подвлачењем битних речи или реченица истакни битне информације.

Обавезно разјасни све термине и чињенице, немој да учиш оно што ти није јасно.

Преслишавај се понављајући **суштину лекције**, тезе или постављајући питања.

Ако треба, прочитај из неког другог извора о истој ствари - енциклопедија, интернет...)

Користи **технике памћења** - асоцијација, визуелизација, мапе...

Учи у интервалима **од 45 до 60 минута**.

Прави кратку паузу од 10 до 15 минута.

Немој да учиш ноћу.

Научено градиво обнављај.

Основна школа „Свети Сава“ Београд



Педагог Јелена Николић Крстић