

# AKO SA EFEKTÍVNE UČIŤ

## 1. zásada: V škole sa musí dávať pozor.

Počuli ste to už určite tisíckrát, ale bez toho sa skutočne nezaobídete. Na druhej strane vás však môže tešiť, že tým *budete mať polovicu práce za sebou*. Znamená to nielen dávať pozor na výklad učiteľa, ale sledovať pozorne, keď je niekto skúšaný.

## 2. zásada: Vedeť si prehľadné poznámky.

Niekedy učitelia všetko diktujú a vedenie poznámok vám tak uľahčia. Občas si však musíte robiť poznámky sami a zvlášť na strednej škole už to bude len na vás.

Poznámky píšeme a *členíme* zľava doprava. Hlavné body by mali byť nielen členené, ale aj *podčiarknuté*, respektíve *farebne zvýraznené*.

## 3. zásada: Príprava by mala začať ešte v ten istý deň.

To sa vám určite nebude páčiť, ale skutočne je to najlepšie. Ešte si totiž veľa pamätáte zo školy, a tak niekedy stačí len krátko nahliadnutím do zošita oživiť, čo sa v škole robilo.

## 4. zásada: Domáce učenie má mať svoj pravidelný rozvrh.

### A. čas na učenie

Najlepšie je *začínať s učením každý deň v rovnakú dobu*. Samozrejme, podľa školského rozvrhu a záujmovej činnosti je ale treba začiatok niekedy upraviť. Málokomu sa práve do učenia chce, ale keď si na rozvrh zvyknete, v danú dobu sa k učeniu ľahšie prinútite.

Na učenie by ste mali mať asi 1-1,5 hodiny čas.

### B. poradie predmetov

Najskôr je dobré si *zmapovať všetko, čo sa vlastne musím učiť*. To znamená, vyložiť si všetky učebnice na stôl, zoradiť ich a odhadnúť, čo dá viac práce a čo menej. Nezačínajte nikdy tým najťažším, ale niečím, čo vám ide a máte rýchlejšie za sebou. Môžete to rýchlo dať do tašky a kopa učebníc pred vami sa zmenší. Potom sa pustíte do niečoho ťažšieho, kde sa musí viac písať, alebo sa učiť naspamäť. Najťažší predmet by však nemal prísť až nakoniec.

I *striedanie predmetov* je dôležité. Nie je dobré sa napr. učiť dva cudzie jazyky za sebou, ale striedať predmety skôr pamäťové (dejepis, zemepis...) s predmetmi na pochopenie (matematika, fyzika...)

## **5. zásada: Učíme sa aktívne a nahlas.**

Prečítajte si čo je v zošite. Tam sú obvykle základné body, podľa ktorých sa budete potom ďalej orientovať. Potom si prečítajte látku v učebnici, najlepšie nahlas. Niekedy stačí si prečítať len raz, väčšinou však je nutné 2 až 3krát. Pozrite si otázky za textom a snažte sa na ne odpovedať a zas *nahlas*. *Mysliet si, že ničो viem, je málo*. Dobré je pozrieť sa ešte orientačne na jednu až dve látky naspäť, aby sa vám nestratili súvislosti (náväznosť). Nakoniec si celú látku povedzte ešte v celku.

Pri cudzích jazykoch musíte sa učiť nielen nahlas, ale zároveň aj písať (dobrým príkladom je učenie sa slovíčok).

### **A teraz už len niekoľko rád na záver.**

1. Nemusíte sa učiť v úplnom tichu. Ale hudba, ktorú si púšťate by nemala byť príliš výrazná. Akonáhle začnete viac počúvať ako hovoriť, je zle.
2. Pri učení nemusíte len sedieť.
3. Niekedy je dobré si počas učenia urobiť krátku prestávku. Ale skutočne len krátku (napíť sa...), potom zas hneď do práce, aby ste nevypadli z tempa.
4. *Nezabudnite si poznamenávať úlohy.*
5. Niekomu prospeje si látku ešte zopakovať ráno, pred odchodom do školy.
6. *Pri vyvolaní zachovajte klud, neobracajte oči stĺpkom, nevzdychajte, netvárite sa odovzdane.* Toto všetko o vás prezrádza vašu neistotu aj hodnotenie vášho výkonu potom môže byť horšie.