

Ефикасне технике учења – савети школског психолога

Већ смо више пута разговарали о овој теми на ЧОС-у, али се можемо подсетити, како би за што краће време савладали школске лекције током овог периода. Нарочито у овим ванредним околностима потребна вам је рутина, организација и правилно распоређено испуњавање обавеза, **у приближно слично време и на истом месту.**

Да би што боље пратили приказивање одређених лекција на РТС-у, које касније треба обрадити, потребно је:

- ✓ устати у приближно исто време сваког радног дана **са позитивним мислима и циљем да нешто корисно и лепо урадите за себе**
- ✓ **направити план** како ће вам се одвијати обавезне и слободне активности
- ✓ **проветрити и омогућити довољно природног светла** у просторији где ћете пратити презентацију лекција са ТВ-а
- ✓ **склонити се од могућих „ометача“ концентрације** – то могу бити : мобилни телефони, музика, млађи, бучни укућани...
- ✓ припремити потребан материјал и **водити кратке белешке** током предавања
- ✓ **ако има нејасноћа, записати и касније тражити појашњење** или српску реч у речнику уместо непознате речи у уџбенику, од одраслих укућана или наставника
- ✓ током читања лекције из уџбеника, одмах после слушања са ТВ-а, **подвући кључне речи у сваком пасусу, користећи 2-3 фломастера различитих боја** којима ћете означити појмове различитих категорија и важности
- ✓ након два читања лекције, потребно је **преслишавање кроз понављање чињеница својим речима, повезивањем кључних речи у смисаоне целине (реченице)**, како би остале запамћене и повезане са већ усвојеним знањем из претходних лекција тог предмета
- ✓ како би проверили шта сте запамтили, можете: **одговорити на питања иза лекција у уџбенику, попунити мини вежбу на крају пређене теме** или искористити укућане да вас саслушају или испитају-да буду у улози учитеља или наставника
- ✓ **са друговима** преко вибера, мејла или телефоном **можете разменити о неким детаљима лекције**, проверити да ли сте важне чињенице ухватили у белешкама или правилно одговорили, тј. испунили захтеве постављених задатака
- ✓ један од начина провере усвојености градива је **препричавање лекције кроз тражење одговора на питања: Ко? Када? Зашто? Како?** - у зависности од предмета
- ✓ **стална израда домаћих задатака и попуњавање контролних вежби** које учитељи и наставници дају преко Ес-учионице такође су показатељи у ком проценту сте градиво разумели и усвојили оно што је неопходно за даље напредовање
- ✓ као занимљив начин повезивања чињеница из више лекција у оквиру исте теме можете користити **Мапе ума, шематски приказ појмова и подпојмова у лекцији** који се гранају и повезују у зависности од важности и употребљивости за разумевање и трајније меморисање(памћење)

Ове савете искористите у складу са вашим стилем учења и досадашњим навикама. Ако су те радне навике биле сврсисходне, тј. давале позитивне резултате у постизању бољег успеха у школи. Ако нисте све најбоље разумели, можете питати родитеље или старијег брата/сестру. А подршка вам могу бити и ја. Позовите ме преко ОС или ми пишите на: jeca.psiholog@gmail.com

Најважније је да желите да напредујете, да имате вољу да учествујете, истражујете и наравно, дајете повратне информације својим учитељима или наставницима. Њихова процена и описни коментар вам може значајно користити у мењању начина рада и исправкама грешака током савладавања нових школских садржаја. Није све тако лако и немојте очекивати да све иде глатко! **Више ћете се радовати када савладате нову препреку, нарочито када сте сами уложили више труда.** Сада је ово велики испит за вас, као и за ваше учитеље и/или наставнике.

Изазови развијају код вас радозналост за новине, упорност да се бавите њима, а то вас води **НАПРЕД -> до УСПЕХА !**

Пуно среће у савладавању препрека током школовања на даљину
Ваш психолог и подршка - Јелена