



STRATEGIE UCZENIA SIĘ I POWTARZANIA WIADOMOŚCI

1. Organizowanie warsztatu pracy

- Poproś nauczyciela o podanie zakresu materiału powtórkowego.
- Zgromadź czytelne notatki, uzupełnij brakujące informacje.
- Przygotuj niezbędne podręczniki i inne publikacje.
- Sprawdź, czy rozumiesz wszystkie pojęcia, których dotyczy powtórka.
- Poproś nauczyciela, rodzica lub samodzielnie poszukaj wyjaśnienia niezrozumiałych treści.

2. Plan powtórki

- Odpowiednio zaplanuj czas - nie zostawiaj wszystkiego na ostatnią chwilę.
- Podziel zadania pod względem trudności - najpierw wykonuj zadania trudne, dzieląc je na mniejsze fragmenty, nie marnuj czasu na powtarzanie tego, co już wiesz.
- Ucz się w miejscu, gdzie nic nie będzie zakłócało Ci spokoju.
- Zastanów się, co Ci ułatwia naukę, a co przeszkadza.
- Poproś rodziców lub sam dla siebie ustal nagrodę za wykonaną pracę, np.- za powtórzenie określonej partii materiału - możliwość gry na komputerze.

3. Nauka

- Narzuć sobie rygor czasu - codziennie tyle samo czasu pracujesz z materiałem powtórkowym.



- **Używaj różnych pomocy - kolorów do podkreślania najważniejszych treści, rysunków, schematów, tabelki do porządkowania informacji. W przerwach słuchaj muzyki.**
- **Informacje zapisuj w postaci krótkich notatek- załóż segregator na materiał już utrwalony, zrób listę zagadnień sprawiających ci najwięcej problemów i omów ją z nauczycielem.**
- **Pracuj z "mapami myśli", rysunkami, schematami, tabelami.**
- **Pracuj skojarzeniami - do słów twórz obrazy.**
- **Przeń informację na duże arkusze papieru i wieszaj je w swoim pokoju.**
- **Korzystaj z płyt dołączonych do podręczników.**
- **Układaj melodie do głośnego powtarzania wzorów, dat, twórz rymy.**

4. Zapamiętywanie i przypominanie

- **Zapisuj najważniejsze punkty, aby je zapamiętać.**
- **Czytaj teksty na głos, aby wzmocnić pamięć, potem powtarzaj je głośno.**
- **Nagrywaj siebie na dyktafon, możesz korzystać z tych nagrań, np. w samochodzie.**
- **Zabaw się w nauczyciela - spróbuj komuś wyjaśnić materiał, który aktualnie powtarzasz.**
- **Stosuj łączenie informacji z muzyką, potraktuj treści powtórkowe, jako teksty piosenek .**

5. Pomoc w uczeniu

- **Kontroluj przebieg pracy, zaznaczaj treści już opanowane.**
- **Ćwicz rozwiązywanie zadań testowych.**



- Nie bój się zwracać o pomoc do nauczyciela, rodzica.
- Po ciężkiej pracy spraw sobie radość, zajmij się czymś, co szczególnie lubisz, spotkaj się z kolegami, posłuchaj muzyki itp.

Kilka rad ogólnych:

1. Wyznaczaj sobie jasne cele nauki i chciej je zrealizować - od celów wielkich (na całe życie), poprzez średnie aż do tych najmniejszych (ilu słówek chcesz nauczyć się każdego dnia?). Podejmowanie prawidłowych decyzji możliwe jest tylko pod warunkiem pełnej świadomości własnych życiowych zadań, misji, określającej wyzwania, które sobie stawiasz.
2. W pełni koncentruj się na bieżącym zadaniu - ucz się po to, aby osiągnąć wyznaczone sobie cele.
3. Uważnie obserwuj rzeczywistość - jest ona nieocenionym źródłem informacji.
4. Optymalny proces uczenia się polega na doskonaleniu starych i rozwijaniu nowych umiejętności.
5. Wykorzystuj każdą okazję do nauczenia się czegoś - znajdź związki nowej wiedzy z już posiadaną oraz z własnymi celami. Wszystko, czego się w życiu nauczysz prędzej, czy później może się przydać.

POWODZENIA!!!