

Plan učenja

Plan učenja uključuje:

Gde ću učiti?

U kom vremenskom intervalu ću učiti?

Šta ću učiti?

Kojim redosledom ću učiti?

Gde ću učiti?

- Za stolom

Učenje u fotelji ili na krevetu može biti veoma ugodno, ali nije efikasno jer vodi u pospanost. Budnost je neophodna za dobru koncentraciju. Učenjem za stolom održavaš budnost.

- U radnoj atmosferi – pripremi samo predmete neophodne za učenje

Zamisli mladu osobu okruženu zanimljivim časopisima, igricama, pored telefona koji često zvoni... Može li u takvim uslovima da koncentrisano uči jednu od težih lekcija?

Važno je da:

- imaš stalni radni prostor ili kutak – dobro osvetljen, provetren...

Stalni radni prostor je važan za sticanje radnih navika. Može delovati čudno, ali ako uvek učiš na istom mestu, vremenom ćeš razmišljati o gradivu čim sedneš.

- obezbediš što “mirnije” uslove za učenje

Neko voli da uči uz muziku, neko ne. U svakom slučaju, bitno je da muzika nije glasna. I da te ne prekidaju telefonski pozivi...

U kom vremenskom intervalu ću učiti?

Važno je da se osećaš odmorno i spremno za učenje – pronađi svoj ritam učenja i redovno ga se pridržavaj.

Istraživanja pokazuju da je kod većine učenje najefikasnije: pre podne od 8:00-11:00 i po podne od 16:00-19:00 časova.

Da li je i kod tebe tako? Možeš napraviti probu – zgodno je da otkriješ u kom intervalu učiš najkvalitetnije i sa najmanje zamora.

Korisno je da planiraš koliko ćeš gradiva za određeno vreme da savladaš.

- Kad god ispuniš plan, nagradi sebe nečim što voliš da radiš. Ispunjen plan, sam po sebi, pozitivno utiče na motivaciju, a nagrada može vrlo povoljno da se odrazi na elan za učenje.
- Ako je tvoja «kondicija za učenje» relativno slaba, počni sa umerenim planovima koje možeš da ispuniš – i na taj način razvijaj motivaciju. Kasnije možeš da povećavaš količinu gradiva koju želiš da naučiš za određeno vreme.

Šta ću učiti?

Važno je:

- učiti novo gradivo istog dana
Znači, učiti predmete koji su tog dana bili prema rasporedu časova (ako je bilo novog gradiva) i uraditi domaće zadatke zadate tog dana.
- a zatim – ponavljati predmete koji su narednog dana u rasporedu časova.

Novo gradivo treba učiti odmah nakon što je ispredavano jer:

- zaboravljanje je najbrže na početku

Nešto što ti je na času bilo jasno možeš istog dana da proučiš i ponoviš svojim rečima. U protivnom, veliki deo tog gradiva biće zaboravljen kroz nekoliko dana, pa će biti potrebno više vremena i truda za učenje. A to je zgodno izbeći.

- bitan uslov uspešnog učenja je da učenje bude raspoređeno u vremenu

Ako je učenje «kampanjsko» veća je verovatnoća zbunjivanja, mešanja gradiva, naučeno kraće traje...

Dakle, ako novo gradivo učiš istog dana:

- sprečavaš brzo zaboravljanje već naučenog na času,
- raspoređuješ učenje u vremenu (isto gradivo ćeš ponoviti kada bude u rasporedu časova za naredni dan).

Kojim redosledom ću učiti?

Korisno je da:

- prvo učiš gradivo koje ti je teže

Dobro je da učiš teže gradivo dok se još osećaš odmorno i sveže. Gradivo koje ti je lakše možeš da savladaš i kasnije.

- srodne nastavne predmete ne učiš jedan za drugim – moglo bi doći do «brkanja»
- praviš pauze između učenja različitih gradiva

Pauza pomaže da se naučeno gradivo utvrdi – ako se ne napravi pauza pre učenja novog gradiva, veća je verovatnoća da se gradivo zaboravi ili «pobrkano» sa ranije naučenim.

Nije korisno:

- praviti pauze tokom prvog sata učenja

Zagrevanje je važno, kako u sportu, tako i za efikasno učenje. Ako prerano napraviš pauzu, efekat zagrevanja nestaje i vraćaš se na startnu poziciju.

- praviti previše dugačke pauze