

ONLINE NASTAVA

Kako se “natjerati” na učenje



NAPRAVI ONO ŠTO ZNAŠ DA
MOŽEŠ!



Barem ćeš nakratko maknuti fokus sa situacije u kojoj smo se našli i teoretski trebao/la bi se osjećati bolje jer si ipak nešto napravio/la.

Ciljeve nemoj postavljati previsoko niti “forsiraj” previše sam/a od sebe; koliko možeš.

Bitno da probaš.

I da počneš.....

MIRNO MJESTO ZA UČENJE



Pokušaj naći neko mirnije mjesto kod kuće gdje ćeš moći učiti i izvršavati školske zadatke. Ako nemaš svoju sobu, probaj s ukućanima dogovoriti vrijeme kada će ti prepustiti mjesto gdje možeš raditi bez većih ometanja.

PRONAĐI VRIJEME KOJE TI ODGOVARA ZA UČENJE

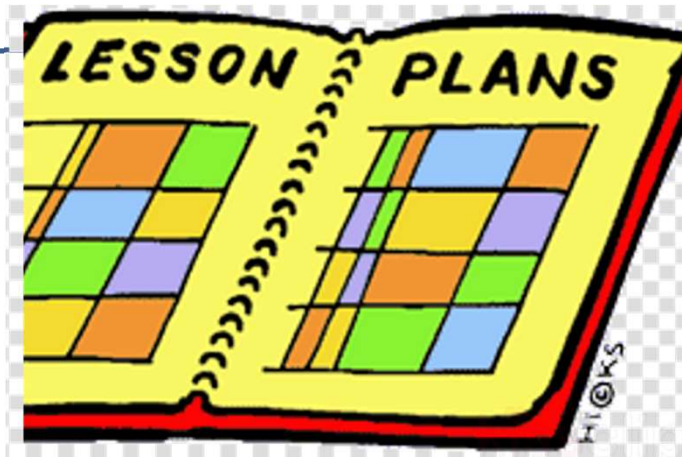


Pronađi vrijeme u danu koje ti najbolje odgovara.

Trenutno nismo ograničeni samo na nekoliko sati prije popodnevne nastave
ili par sati između ručka i treninga.

Ako ti se čini da bolje pamtiš ujutro – tad je tvoje vrijeme!
Ako bolje pamtiš u popodnevnom ili večernjim satima - tad je tvoje
vrijeme za učenje!

NAPRAVI PLAN!



Osobito ako imaš zaostatke od ranije!

Izbroji koliko lekcija trebaš naučiti, koliko je to stranica, koliko neispunjenih strana radne bilježnice, koliko nenapisanih zadaća, koji sve predmeti.

Raspodijeli ih po danima.

Npr. ako imaš 6 lekcija iz povijesti koje hoćeš odraditi do kraja tjedna, možeš ih rasporediti tako da svaki dan naučiš dvije. Ili tri danas, tri sutra pa si prije gotov/a i u nedjelju si slobodan/na, barem što se tiče povijesti.

NAPRAVI SVOJ RASPORED UČENJA



Napiši što sve trebaš napraviti. Napravi popis. Nekad pomogne kad zaista i vidimo, a ne samo da imamo u glavi neki okvirni koncept pa nam se čini jako malo ili jako puno, a u stvarnosti je drugačije. **Stavi kvačicu pored odrađenog zadatka ili ga prekriži.** Veselit će te kad vidiš da sa vremenom popis postaje sve kraći.

Možeš zadatke pisati i zasebno, svaki na poseban papirić. Npr. naučiti Osmansko carstvo, biologija – dz, Azija – RB. Ako imaš samoljepive papiriće, polijepi negdje gdje ćeš ih vidjeti, a gdje ne smetaju tebi ni drugima. Kako koji zadatak napraviš, skidaš pripadajući papirić, zgužvaš, podereš, baciš. Neki će ti vjerojatno biti poseban gušt. **Sa svakim je bačenim papirićem manje posla koji te čeka.** 😊😊

NE MOŽEŠ SE KONCENTRIRATI ?!



Događa se li ti se da imaš najbolju namjeru nešto napraviti, motiviran/a si, ali naprosto nakon nekog vremena shvatiš da ništa nisi odradio/la, a vrijeme je prošlo. U ovim je okolnostim to nešto što možeš očekivati. Moguće je da će ti se biti teže koncentrirati nego inače. I moguće da će ti se činiti da ništa ne možeš zapamtiti, da jednostavno ne ide u glavu. **Nekima pomaže da čitaju naglas kako bi čuli sami sebe.** Možeš pokušati i biti profesor/ica pa samom sebi predavati neku lekciju. Smišljati pitanja koja bi ti profesor/ica mogao/la postaviti i tako probati upamtiti gradivo. Možeš početi i tako da prvo pročitaš pitanja na kraju lekcije da vidiš o čemu se uopće radi pa ćeš imati barem neki okvir onoga što je pred tobom.

AKO TI SE BAŠ NIKAKO NE DA ...



... ne možeš se natjerati da učiš, barem uzmi knjigu ili bilježnicu i pročitaj.

Probaj uvjeriti samog/u sebe da se spremaš pročitati strašno zanimljiv tekst. Možda i upali. U svakom slučaju, pročitaj. Koliko god ti se čini da od toga neće biti koristi i da ćeš kasnije ionako morati štrebati, iznenadit ćeš se koliko će ti poslije biti lakše savladati tu lekciju. Nešto si ipak zapamtio/la čitajući. Ako ništa drugo, barem će ti sadržaj donekle biti poznat sljedeći put.

I NE ZABORAVI ...



... SE NAGRADITI!!!

I nakon što odradiš što si namjeravao/la i koliko si bio/ila u mogućnosti, napravi za sebe nešto što te veseli i što voliš (naravno, u okvirima dozvoljenog obzirom na izvanrednu situaciju) – **svima nam je to potrebno ovih dana!**

Izvor:

<https://www.poliklinika-djeca.hr/aktualno/novosti/online-nastava-kako-se-natjerati-na-ucenje/>