



# **NASVETI ZA USPEŠNO UČENJE**

KLIK DO POSNETKA



**KAKO SE  
UČITI?**

**PRIPRAVA  
PROSTORA**



# KAKO ORGANIZIRATI DAN?

- Delo načrtuj za **vsak dan posebej**.
- Z delom prični **vsak dan ob približno isti uri**.
- Po spodnjem zgledu si **izdelaj urnik oziroma tabelo obveznosti**.
- Za vsak predmet **izpiši, kaj moraš narediti**.



[KLIK DO URNIKA/TABELE](#)



# KAKO ORGANIZIRATI DAN?

- Reši naloge in zadolžitve za vsak predmet.
- Izpiši vprašanja, snov, ki je nisi znal/a, razumel/a.
- Za pomoč prosi starše ali sošolce.
- Učitelje prosi za dodatno razlago.

• Uči se sproti, vsak dan.



# MED UČENJEM NE POZABI NA ODMORE IN RAZGIBAVANJE

- Kroži z rokama naprej in nazaj.
- Med hopsanjem povej abecedo.
- Poslušaj najljubšo pesem in/ali pleši.
- Naredi 10 globokih vdihov in izdihov.
- Teči na mestu.
- Žongliraj z žogico.
- Naredi 10 počepov z iztegnjenimi rokami.
- Povej smešnico enemu družinskemu članu.
- Izvedi meditacijo.
- Poglej se v ogledalo in si reci:  
*»Danes je moj dan. Dobro mi gre.«*
- Vstani. Zapri oči in zazehaj.
- Pojdi v kuhinjo in popij pol kozarca vode.



## MINUTA ZA ZDRAVJE

Vsak dan malo potelovadi  
in boš takoj boljše volje!



## NAJ KOCKA ODLOČI

	POČEPI 10X	
	TREBUŠNJAKI 8X	
	SKLECE 6X	
	IZPADNI KORAK 4X	
	POVALJKE 8X	
	PAJAC 8X	



## 10 MINUT JOGE

Vsak položaj obdrži za 30 sekund. Ponovi večkrat na dan.

# KAKO SE UČITI?

Če še ne veš, kateri je tvoj prednostni **UČNI STIL** ti predlagam,  
da rešiš vprašalnik [na sledeči strani \(klik\)](#).



Nato preberi, kakšen način učenja bi bil najustreznejši zate.



### Vizualni stil:

- uporablja predvsem besede, ki označujejo barve in vidne vtise: ima jasne predstave, uvidi bistvo problema
- je organiziran, sistematičen
- je miren, preišljen
- zapomni si predvsem slikovno gradivo
- hrup ga razmeroma malo moti
- težko si zapomni ustna navodila
- raje bere, kot da posluša
- stvari ureja po barvah
- potrebuje pregled, vizijo (skice, miselne vzorci)

### Auditivni stil:

- 💡 uporablja izraze »to mi dobro zveni«, »to je odgovor na vprašanje«
- 💡 rad ima predavanja, razprave in razgovore
- 💡 pri branju premika ustnice, rad glasno bere
- 💡 govori sam s seboj, pri učenju uporablja notranji dialog
- 💡 pri delu ga moti hrup
- 💡 govori ritmično
- 💡 rad ima glasbo
- 💡 dobro posnema ton, barvo in melodiko govora
- 💡 vse si zapomni po vrsti, po korakih
- 💡 bolje govori kot piše

### Kinestetični stil:

- ✋ uporablja izraze »imam slab občutek«, »obliva me kurja polt«
- ✋ ljudi in stvari se rad dotika, se jim približa
- ✋ veliko se giblje, gestikulira
- ✋ uči se ob ravnanju s predmeti (na laboratorijskih vajah)
- ✋ več si zapomni med hojo
- ✋ ob branju si kaže s prstom
- ✋ bolje si zapomni celovito izkušnjo kot podrobnosti
- ✋ govori počasi
- ✋ važnejši mu je dober občutek kot videz (npr. obleke)

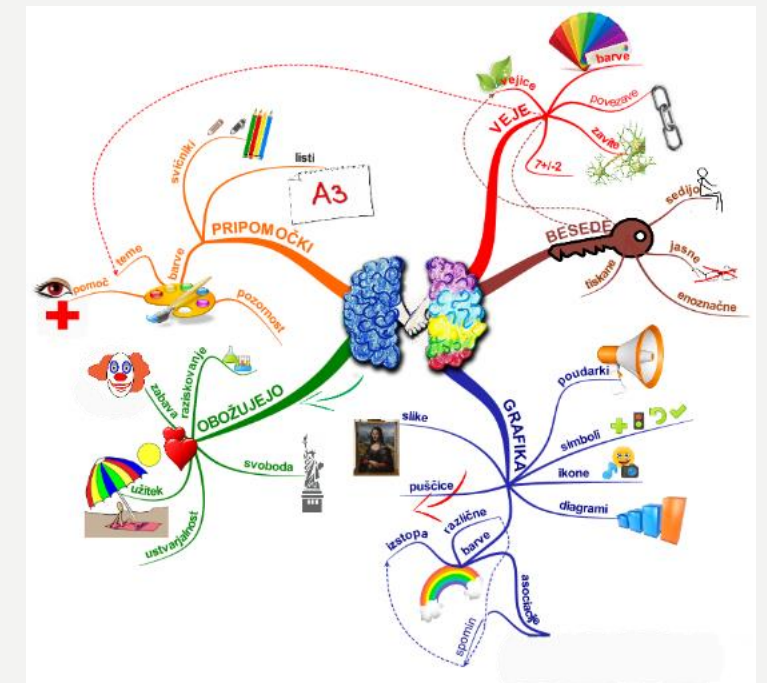
# UČNI STILI



# KAKO SE UČITI?

Pri učenju uporabljaj različne **UČNE STRATEGIJE**:

- uporabi barvna pisala in/ali markerje za označevanje pomembnega besedila,
- iz besedila izlušči bistvene podatke in naredi kratek povzetek s ključnimi besedami,
- izdelaj miselni vzorec,



# KAKO SE UČITI?

- učno snov **ponavljaj na glas**,
- v učbeniku, na spletu poišči **vizualna podporna gradiva** (slike, video ipd.),
- pri branju **uporabi različne bralne strategije**.



## Paukova strategija

- **Preberite** besedilo.
- **Razdelite** list papirja na levo in desno kolono.
- Drugič preberite besedilo in **zapišite pomembne informacije** v levo kolono.
- Zapišite **ključne besede** v desno kolono.
- **Ponovite** (najprej desno, nato levo kolono).

L	D

## Strategija PV3P

### Preletetite gradivo:

Preberite naslov, preglejte besedilo, bodite pozorni na podnaslove in slikovno gradivo.

### Vprašajte se:

Naredite seznam vprašanj, poskušajte napovedati, kaj bi se radi naučili.

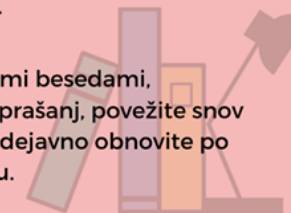
**Preberite gradivo in si sproti zapisujte.**

### Ponovno preglejte:

Pojasnite pomen besed, razdelite dele besedila na manjše enote, izluščite bistvene pojme.

### Ponovite:

Obnovite s svojimi besedami, odgovorite na vprašanj, povežite snov in celotno snov dejavno obnovite po svojem spominu.



## Strategija VŽN

- V prvo kolono napišete, kaj že **veste** (aktivacija **predznanja**),
- v drugo kolono napišete, kaj bi **želeli** vedeti (**motivacija**),
- v zadnjo pa, kaj ste se **naučili** (**povzetek**).

V	Ž	N

KATERO STOPNICO  
SI DOSEGEL DANES?

TI ZMOREŠ

USPELO MI JE!

BOM

ZMOREM

POIZKUSIL BOM

KAKO?

RAD BI

NE ZMOREM

NOČEM

[www.izaja.si](http://www.izaja.si)