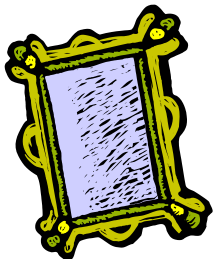


## KAKO SVLADATI STRAH OD ISPITIVANJA?

- *Ponovi gradivo što više puta*
- *Ispitaj se s nekim tko uči isti predmet ili izgovori naučeno nekome od ukućana – dok ponavljaš, govori GLASNO*
- *U strahu prestajemo disati, a tada gubimo energiju potrebnu za razumijevanje: vrlo je važno vježbati disanje – nekoliko puta mirno udahnuti i izdahnuti*



**Pokušaj ponavljati gradivo pred ogledalom jer će ti tada na satu biti lakše ispričati ono znaš!**

## KOD PISANJA TESTOVA...

- *Sjeti se da si učio i da ćeš SIGURNO nešto znati*
- *Pročitaj SVE zadatke*
- *PRVO riješi one koje ZNAŠ*
- *Onda one koje DJELOMIČNO znaš*
- *Ako ne znaš – pažljivo pročitaj pitanje više puta*
- *Ako te uhvati panika – zastani na minutu i mirno DIŠI*
- *Prije nego predaš, još jednom provjeri cijeli test.*



Letak pripremljen u sklopu programa “Tajne uspješnog učenja” koji je namijenjen učenicima petih razreda OŠ.

Korištena literatura: “Kako da učenje ne bude mučenje” (Mira Čudina-Obradović)

**OŠ “Vazmoslav Gržalja” Buzet  
II. istarske brigade 18  
52420 Buzet**

**<http://www.os-vgrzalja-buzet.skole.hr>**

E-mail: [os-buzet-001@skole.t-com.hr](mailto:os-buzet-001@skole.t-com.hr)

Tel. 052/662-856

Fax: 052/662-643

Letak za učenike 5. razreda

## Tajne uspješnog učenja



### Što ću danas učiti?

1. ***Ponovit ću i naučiti ono što smo danas radili u školi!***
2. ***Napisat ću sve domaće zadatke koju su danas zadane!***
3. ***Detaljnije ću pripremiti sve predmete za sutra!***

***... za to će mi trebati barem 60 minuta  
... nikako neću zaboraviti na pauzu, ali  
ne dužu od 5 do 10 minuta***

# PODSJETNIK ZA UČENIKE

## NAČINI UČENJA

ONO KAKO UČIM ...

ORGANIZACIJA  
I PLANIRANJE učenja  
i drugih aktivnosti

TJEDNO—DNEVNO



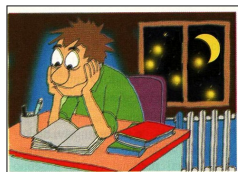
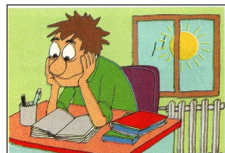
- ♦ Miran kutak
- ♦ Sve nadohvat ruke
- ♦ Osvjetljenje
- ♦ Svjež zrak

## VRIJEME UČENJA

Ujutro: od 9 do 11

Popodne: od 16 do 18

Svaki dan  
približno u isto  
vrijeme  
i na istom mjestu!

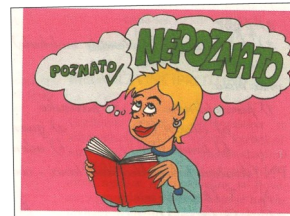
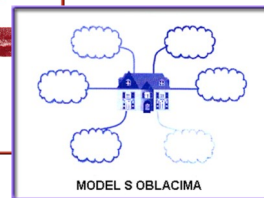
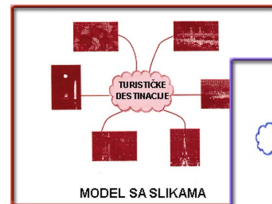


## AKTIVNO UČENJE

ONO ŠTO ZNAM (predznanje) ...

1. Pronalaženje BITNOGA u tekstu—označavanje
2. Pamćenje samo bitnih činjenica i POVEZIVANJE s onim što otprije znamo o tome

IZRADA UMNIH MAPA,  
pravljenje bilježaka,  
sažetaka, pitanja...



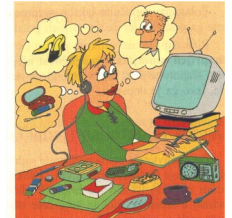
## MOTIVACIJA

ONO ŠTO HOĆU ...

- ♦ Učiti na zabavan način - istraživati raspravljati, crtati...
- ♦ Biti samostalan - tada uspjeh ima veću draž
- ♦ Pratiti svoj napredak - ne uspoređivati se s drugima
- ♦ Naći smisao u onome što učimo - povezivati sa svakodnevnim životom

## KONCENTRACIJA

- ♦ Prije učenje pripremi sve što ti može biti potrebno, a ostalo makni da ti ne smeta
- ♦ Isključi TV, radio, računalo, mobitel i sve što bi ti moglo odvući pažnju
- ♦ Provjetri sobu
- ♦ Tijekom učenja radi kratke pauze
- ♦ Koristi tehnike aktivnog učenja
- ♦ Obavezno doručkuj!



**U školi:**

- ♦ Pažljivo pratiti nastavu
- ♦ Pitati ako nešto ne razumijemo
- ♦ Zapisivati sve što je važno

## SPOSOBNOSTI

ONO ŠTO MOGU ...

