

Šola?
Ni problema!



Najboljši v razredu v 4 tednih

1. KAKO POSTATI ODLIČNJAK V 10 LEKCIJAH

1. VEDNO ZAJTRKUJ!

Veš, da za učenje potrebuješ energijo-zato si privošči obilen zajtrk. Če nimaš teka najprej popij kozarec mleka ali soka-pomaga.

2. TORBO SI PRIPRAVI ŽE ZVEČER!

Tako zjutraj ne bo panike. Pripravi vse-tudi oblačila.

3. NE DELAJ NALOG ZADNJI TRENUTEK!

Tako se bo rešil nepotrebnih skrbi. Učitelji priporočajo, da v 6. razredu delaš od pol do ene ure na dan kasneje pa nekoliko več.

4. ZVEČER PONOVI SNOV ZA JUTRI!

Tako si najbolje zapomniš in utrdiš znanje. V šoli bo potem lažje!

5. ČESA NE VEŠ, VPRAŠAJ!

Učitelji pravijo, da se največ naučiš v šoli. Splača se vprašati, saj so zato tam.

6. PREZRAČI SE!

To pomeni, da se moraš za boljši učinek pri učenju sprostiti. Recimo s igro, športom, ...

7. DOBRO SE NASPI!

Spanje je pomembno saj se takrat vse kar si se naučil čez dan ureja.

8. PAZI NA PRVI VTIS!

Mnenje učiteljev o tebi je odvisno le od **tebe**.

9. PREDEN SE LOTIŠ NALOG SE NAUČI SNOV!

To je čisto logično!

10. IMEJ UREJNE ZVEZKE!

V zvezku naj se vidi, da je res skrbno narejeno. Tudi če bo nekaj napak, ne bo tako hudo.

MATEMATIKA IN PODOBNO

▫ Iz števil naredi simbole-lažje si zapomniš lekcije.

▫ Primer:

▫ 0-jajce

▫ 1-skakalni stolp

▫ 2-labod

▫ 3-srce

▫ 4-jadro

▫ 5-debel mož

▫ 6-slonov rilec

▫ 7-kosa

▫ 8-vlak smrti

▫ 9-balon

Primer: letnica 1989

Zgodbica:

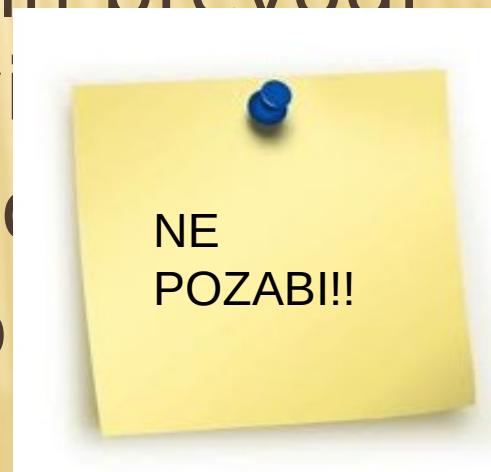
S skakalnega stolpa skoči balon in pristane na progi za vlakec, čeprav je to za balone prepovedano.



Naredi čim bolj nesmiselno zgodbo in dalj časa ti bo ostala v glavi.

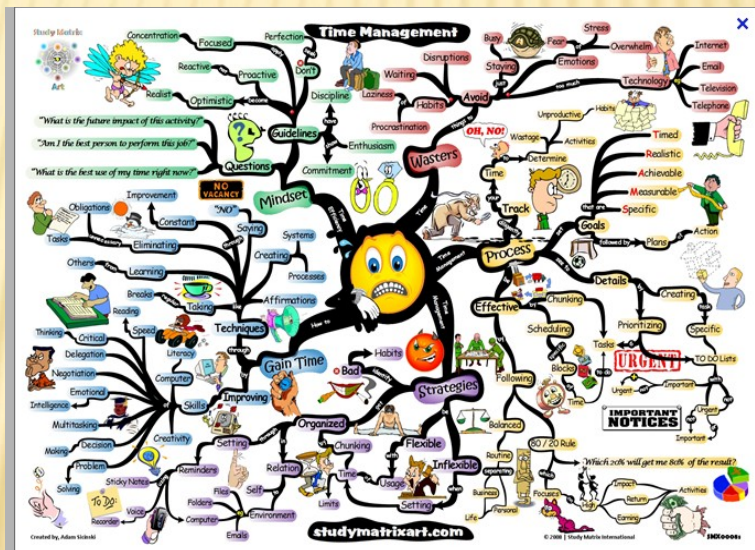
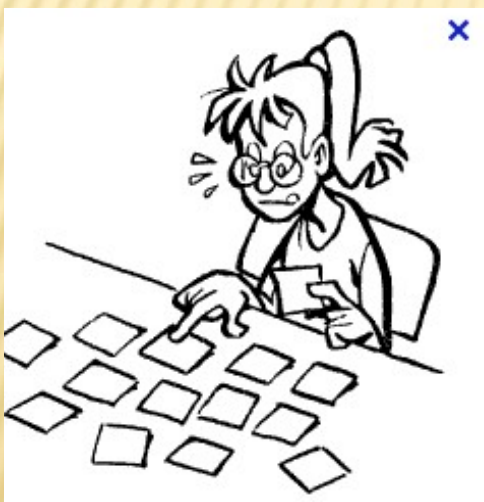
BESEDE IN PODOBNO

- ▣ Nalepi listek z besedo v angleščini recimo na steno (wall) in ko jo gledaš si zapomniš.
- ▣ Glej filme brez podnapisov.
- ▣ Posnemi kaseto z besedami in prevodi vmes naj bo čas da jo ponoviš.
- ▣ Naredi pesem ali rap iz besed.
- ▣ Nariši strip ali naredi zgodbo.



ZGODOVINA IN PODOBNO

- ❑ Vadi in si izboljšuj spomin.
- ❑ Delaj miselne vzorce



TEST: KAKO SE UČIŠ?

1. Opiši svojo pisalno mizo.

- Pravzaprav je nimaš. Učiš se v kuhinji,...
- Uf... Zelo razmetana.
- Na steni je urnik, pisala so v lončku,... lahko začneš z delom.

2. Čas je za domače naloge...

- Začneš z matematiko. Izgubiš živce in se lotiš slovenščine...
- Preštudiraš urnik in narediš seznam 'nujnega'.
- Obiraš se. Čas je za televizijo.

3. Pri angleščini je napovedano spraševanje.

- Nima smisla, da bi se učil-nič ne razumeš.
- Ni problema-vse znaš in razumeš!
- Učenje prestaviš na jutri.

4. Slaba ocena.

- Nič čudnega-vse si pozabil!
- Si pričakoval.
- Nisi imel, da bi se pripravil.

Vse začneš dobro-a ne dokončaš. Malo se organiziraj!

Delaš skrbno. A pri spraševanju vse pozabiš. Bodi bolj gotov!

Ne veš zakaj bi se splačalo truditi. Zberi se in se malo potruđi.

6 ZVIJAČ ZA BOLJŠO ORGANIZACIJO

1. Imej stalen delovni prostor!

Ugotovi na katerem prostoru si najbolj učinkovit.

2. Napiši si delovni urnik!

...in ga upoštevaj.

3. Določi prednostne naloge!

Začni z najnujnejšo.

4. Drži se predvidenega časa!

Oceni koliko časa potrebuješ za določeno nalogo.

5. Delaj,ko si najbolj učinkovit!

Ugotovi kdaj se največ naučiš. Zjutraj? Zvečer?

6. Imej potrebščine pri roki!

Vse imej pripravljeno.



KAJ SO TVOJE MOČNE TOČKE?

Kje si se najraje igral
ko si bil majhen?

- 1-v hiši,stanovanju
- 2-zunaj
- 3-povsod

Kako prideš do vabil za
žur?

- 2-kupim jih
- 3-naredim s pomočjo računalnika
- 1-naredim jih sam

Od prijatelja bi najraje
imel...

- 2-telefonsko številko
- 1-fotografijo
- 3-naslov

Od 8 do 13
točk- vse je v
očeh!

Tvoji najljubši šolski
predmeti so (dva)?

- 3-naravoslovje
- 1-kemija
- 3-fizika
- 3-matematika
- 2-glasba
- 1-likovna
- 2-slovenščina
- 2-angleščina
- 1-geografija
- 3-športna
- 2-etika
- 1-računalništvo

Kaj imaš najraje na
počitnicah?

- 3-lenarjenje na plaži
- 2- žuranje v disku
- 1-raziskovanje z kolesom

Kako bi opisal svojo sobo?

- 3-kaotična
- 2-udobna
- 1-čista

Od 14 do 19
točk-sama
ušesa so te!

Kaj najbolj pogrešaš v
vročih poletnih dneh?

- 3-sladoled
- 2-ventilator
- 1-morje

Kaj prijatelji najbolj cenijo pri
tebi (po tvojem mnenju)?

- 1-imam veliko nasvetov
- 2-se znam kul urediti
- 3-sem pripravljen pomagati

Od 20 do 24
točk-
s tipalkami
na preži!

ALI VEŠ...

Toliko spanja je nujno potrebnega

- * 20 % ljudi potrebuje malo spanja – samo 6 ur ali celo manj.
- * 70 % ljudi potrebuje normalno veliko spanja – od 7 do 9 ur.
- * 10 % ljudi potrebuje zelo veliko spanja – več kot 9 ur.

Res zamudno ...

- * 26,7 let svojega življenja prespiš.
- * 4,3 leta si zaposlen s hrano.
- * 4 mesece telefoniraš.
- * 15,6 let se zabavaš s prijatelji.
- * 6 let posedaš pred televizorjem.

- * Zapomniš si 20 % tega, kar slišiš.
- * Zapomniš si 30 % tega, kar vidiš.
- * Zapomniš si 50 % tega, kar slišiš in vidiš.
- * Zapomniš si 70 % tega, kar slišiš in vidiš in o čemer takoj nato tudi govoriš.
- * Uau! Zapomniš si 90 % tega, kar slišiš, vidiš, o čemer govoriš in kar si sam doživel ali naredil.

PREDNOSTI POSPRAVLJANJA

Tu pa je seznam prednosti pospravljanja:

- * Prihraniš čas, ker stvari hitreje najdeš.
- * Lažje se učiš, saj imaš pregled.
- * Na pisalni mizi imaš prostor za nove stvari.
- * Imaš jasno glavo, saj se tvoj pogled ne izgublja več v kaosu.
- * Postaneš samozavestnejši, saj si lahko ponosen na to, kako imaš vse pod nadzorom.

MOČ ZA DAN-DOBER ZAJTRK

Druge vrste hrane za dobro telesno pripravljenost

- * **ovseni kosmiči**: poživljajo in pomagajo pri motnjah koncentracije
- * **glavnata solata**: pomirja, harmonizira in skrbi za dobro razpoloženje
- * **pepermintov žvečilni gumi**: sprošča telo in stimulira možgane
- * **vanilja**: velja za naravno poživilo; slastno med učenjem: kepica vaniljevega sladoleda
- * **sadje**: kivi in multivitaminski sok s skoncitriranimi vitamini te takoj osvežita

Moč za zajtrk:

Računaj na dober dan

koruzni kosmiči, misliji
ali polnozmat kruh
+ sadje ali sok
+ skuta, sirni namaz, jogurt
ali mleko

= v dobri kondiciji
ves dan



LAŽJE POSPRAVLJANJE-METODA ZA LAŽJE DELOVANJE

Zato upoštevaj tole:

1.

Vrzi stran vse, kar je mogoče. Strokovnjaki za pospravljanje so prepričani, da vsaka stvar, ki jo posedujemo, pritegne našo pozornost. Celo star, pokvarjen walkman te bo enkrat premamil, da ga boš spet vzel v roke, samo zato da bi preveril, ali ti vendarle ne bi mogel priti prav. Torej, raje takoj proč z njim!

Stvari izločaj res dosledno. Le kaj ti bo 158 avtomobilčkov ali 20 barbik? Majhna spodbuda za pospravljanje: stvari, od katerih se lahko ločiš, prodaj na najbližjem boljšem sejmu, da boš ob žepnini še kaj zaslužil.



2.

Če se težko ločiš od stvari (npr. od figuric iz kinderjajčkov, ki si jih zbiral več let), jih zloži v zaboj, ki ga je mogoče zapreti, nanj napiši datum in ga spravi

v klet. Če je klet čez eno leto zatrpna in te mama roteče prosi za kakšen kotiček v njej, se vrni k točki 1.



3.

Stvari, ki jih sploh nisi pogrešal in jih – roko na srce – tudi v prihodnje ne boš, lahko prodaš, podariš ali (če za prodajo oziroma darilo niso več primerne ali jih nihče noče) vržeš stran. Preden to narediš, še enkrat dobro razmisli, ali se res hočeš ločiti od njih.

4.

Enkrat na dan – najbolje pred odhodom v posteljo – se natančno razglej po sobi. Vse, kar lahko po hitrem postopku pospraviš, odstrani. Tako lahko nov dan začneš brez najhujšega kaosa.

5.

Enkrat na teden si pol ure rezerviraj za pospravljanje.

PLONKANJE JE ZAKON!

DOBRO PREPLONKANO JE ŽE POL VSEGA

Lestvica desetih najboljših plonklistkov:

1. Vročje: Z vročo paro s plastenke za vodo previdno odstrani etiketo. Poskeniraj jo in besedilo na njej zamenjaj z »učnimi pripomočki«. Etiketo nato sprintaj in jo nalepi nazaj na plastenko, ki jo boš vzел k pouku.

2. Predrzno: Formule ali besede na debelo napiši na tablo in jih nato previdno zbriši. Noben profoks ni pozoren na to, kaj je ostalo razmazano po tabli!

3. Slastno: Popiši jedilni papir in ga preprosto pojej, če bi profoks kaj posumil. Zadeva deluje tudi z zelenim jabolkom, ki ga lahko neopazno popišiš s svinčnikom.

4. Lasato: Super je, če imaš res dolgo grivo! Na 120-minutno avdiokaseto posnameš vse pomembne informacije. Pod lase skriješ mini slušalke, pod obleko pa kabel. Walkman s kaseto spraviš v žep široke jakne. Pred tem moraš nujno vaditi, kako boš kaseto z eno roko neopazno prevrtaval nazaj in naprej in kako jo boš izključil.

5. Prosojno: Z brisalcem za nalivnik na mizo nevidno napiši vse formule in podatke. Ko pogledaš od strani, napisano zlahka prebereš. Prednost brisalca za nalivnik je, da se na gladkih površinah ne posuši in če profoks kaj posumi, lahko z eno potezo vse zbrišiš.

6. Kul: Priskrbi si reklamni kuli z okencem, v katerem se ob vsakem kliku prikaže določena vsebina. Plonkec primer- no pomanjšaj in ga namesto reklamnega sporočila vstavi v okence.

7. Samo za punce: Obleci miniko in si na stegno nalepi plonklistek. Prednost: profoksi puncam ne bi nikoli gledali pod kiklo, tudi če so še tako prepričani, da goljufajo!

8. Zdravje: Napiši čim manjši plonkec in ga s selotej- pom prilepi na robček. Ko med kontrolko česa ne veš, močno kihni v prebrisani robček.

9. Sveže: V na pol prazno labelo vtakni čim manjši plonk- listek. Ko česa ne veš, dobijo tvoje ustnice malo vlage, ti pa se oskrbiš z novim znanjem.

10. Sladko: Čokoladne tablice so krasno mesto za skrite informacije. Glede na to, koliko prostora rabiš, svoj plonkec z ostrim predmetom vreži v mini ali maxi tablico. Podatke, ki jih ne potrebuješ več, lahko seveda poješ.



KAKO SE IZGOVORITI?

Tole so najbolj kul izgovori za vse primere:

Če zamudiš pouk ...

- * »Mlajšega brata sem moral učiti abecedo.« (zlasti učinkovito pri prfoksu za slovenščino)
- * »Mlajši brat se je malo pohecal in mi skrnil šolsko torbo. Ko sem to opazil, je bil že v vrtcu in zelo dolgo je trajalo, preden sem torbo spet našel.«
- * »Hotel sem izračunati, koliko časa potrebujem, da pridem v šolo s kolesom. Ko sem končal, se je ura, žal, že začela.« (primerno, če zamudiš pri uri matematike)
- * »Avtobusno postajo so prestavili in najprej sem jo moral poiskati.«
- * »Bil sem že skoraj v šoli, ko je nek brezobziren voznik avta tik ob meni zdivilj čez lužo. Bil sem popolnoma premočen in sem se moral iti domov preobleč.« (samo ob deževnem vremenu, prosim)
- * »Pri sosedih so vlomili in policija me je zaslišala, ali sem videl kaj neobičajnega.«
- * »Na naši ulici je zmanjkalo elektrike, zato moja radioura ni več delala in me ni zbudila.«

Če si pozabil narediti domače naloge ...

- * »Mama je pomotoma med svoje stvari vtaknila moj zvezek in ga vzela s sabo v pisarno.«



- * »Grozno mi je nerodno, ampak naš maček se je polulal na moj zvezek, tako da je bil samo še za stran.«
- * »Naš pes mi je raztrgal zvezek.«
- * »Res trapasto, ampak začel sem pisati v nov zvezek, domače naloge imam pa še v starem, ki je ostal doma.«
- * »Šolsko torbo sem, žal, izgubil pri pokru.«

Če te zalotijo med špricanjem pouka ...

- * »Tu sem zmenjen z mamo, ki mi je hotela prinesti en zvezek. Očitno zamuja.«
- * »Danes zjutraj sem nekje tu izgubil ključ in zdaj ga iščem.«
- * »Prepričan sem, da na oglasni deski piše, da zadnja ura odpade.«

HVALA!

- Viri:
- Karin Kampwerth- Najboljši v razredu v 4 tednih
- Hura za punce!