

10 TANÁCS A HATÉKONY TANULÁSHOZ

A diákoknak nagyon fontos az, hogy a tanulás könnyű és hatékony legyen. Ehhez találsz itt 10 tippet!

1, A tanulást kezd 15 perc pihenéssel! Játssz a kutyáddal, hallgass zenét. Semmiféle infót ne vigyél be. Pihenj egy kicsit, ürítsd ki az agyad. Legyen hely a tananyagnak.

2, Amilyen tanórád volt, azzal foglalkozz még aznap, mivel 24 óra múlva az új információk 80%-a távozik a fejedből.

3, Készíts jegyzetet, fogalomtérképet, diagramokat vagy tanulókártyát. Ezek írása, készítése közben is tanulsz az anyagot, ráadásul segítenek az ismétlésben is!

4, Mondd fel hangosan az anyagot a fogalomtérkép vagy a jegyzet segítségével. Ha el tudod mondani, akkor érted is a tananyagot.

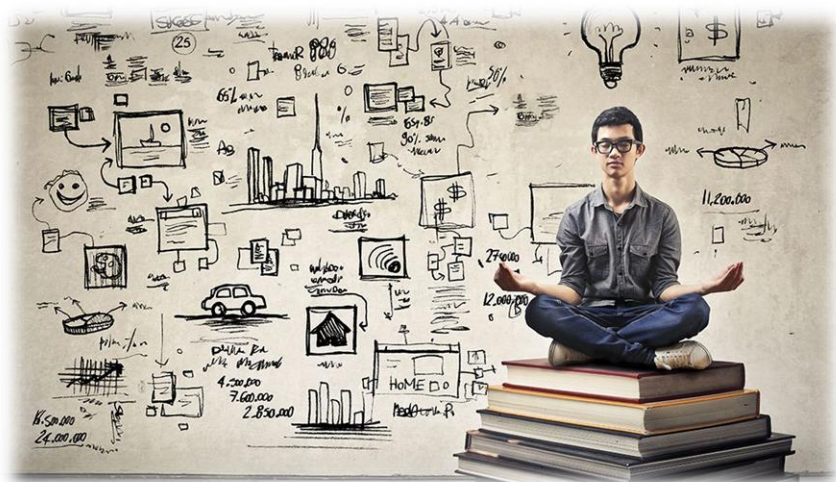


5, Használd appokat a tanuláshoz! Vannak nagyon jó tanulást segítő fejlesztések, melyek változatossá teszik a tanulást. (pl.: Duolingo, Quizlet, Elevate, StudyBlue, Evernote, Xmind)

6, Beszélg róla! Meséld el a tananyagot a szüleidnek, testvérednek vagy a barátaidnak. Legyél biztos abban, hogy tudod a tananyagot.

7, 20-25 percenként tarts 5 perc szünetet! Ennél tovább nem tudsz koncentrálni, anélkül pedig felesleges tanulni. Plusz a bevitt új infót az agynak el kell rendeznie. Viszont a szünet ne legyen több 3-5 percnél, mert úgy kieshetsz a koncentrált állapotból.

8, A telefont hagyd a másik szobában! Elmélyült, koncentrált tanulás állapotába kerülni 10-15 perc. Egy pillantás a telefonra elég ahhoz, hogy kiess a figyelemből. Újabb 15 perc kellene, hogy visszajuss abba az állapotba, amiben voltál.



9, Legyen rendezett a hely, ahol tanulsz! Legyen elég hely a könyveidnek, füzeteidnek, legyen elég fény. Ha rendetlen az íróasztalod, a figyelmedet elvonhatják a rajta lévő dolgok.

10, Motiváld magad! Találd meg azokat a módszereket, amikkel motiválni tudod magad. Arra is fektess hangsúlyt, hogy megjutalmazd magad, amikor valamit jól csináltál!

+1, Tudd meg, hogy melyik tanulási típus vagy! Így sokkal könnyebb lesz megtalálnod a számodra hatékony módszereket a tanuláshoz.

<http://savaborsa.blogspot.com/p/melyik-tanulasi-forma-legjobb-nekem.html>



forrás:

<https://weitzterez.hu/otodikes-lesz-a-gyereked-10-jotanacs-az-eredmenyes-tanulashoz/>

<https://karrierkod.hu/blog/5-osztalyos-szueloknek-10-jotanacs-a-hatekony-tanulasrol>

<https://mersz.hu/blog/hatekony-tanulasi-modszerek-top-10-lista/>

<https://www.topuniversities.com/student-info/health-and-support/exam-preparation-ten-study-tips>