****

 **Tipy a triky pro efektivní učení**

Podmínkou úspěšného učení je **pochopení učební látky.** Výzkumně bylo prokázáno, že se lépe pamatuje látka, jejíž smysl chápeme, než to, co se učíme pouze mechanicky. I když jsou mladší žáci schopni a někdy i zvyklí učit se hlavně pamětně, nemělo by se při správném učení stavět jen na tomto způsobu učení. V řadě předmětů je cílem pochopení určitých zákonitostí a pouhé mechanické zapamatování pouček je nemůže nahradit. Navíc ve vyšších ročnících by již zvládnutí veškeré učební látky zpaměti byl až nadlidský výkon, takový způsob učení prostě už ve vyšších ročnících a zejména na střední škole nemůže stačit.

**Doporučená optimální doba věnovaná denně domácí přípravě:**

* **1. – 3. ročník ZŠ: 10 – 45 minut**
* **4. – 6. ročník ZŠ: 45 – 90 minut**
* **7. – 9. ročník ZŠ: 1 – 2 hodiny**
* **střední škola: 1,5 – 2,5 hodiny**

**Práce s textem- metoda PQRST:**

* **písmeno P znamená slovo preview, odkazuje nás na rychlé a zběžné přelétnutí textu, díky kterému si všimneme nejdůležitějších témat a způsobů, kterými jsou uspořádány**
* **písmeno Q značí slovo question, v této části bychom si měli položit několik základních otázek, které se vztahují k problematice narychlo přečteného textu**
* **písmeno R znamená slovo reading, v této fázi se jedná o pečlivé čtení, při němž je nutné zaměřit se na klíčové myšlenky**
* **písmeno S značí slovo self – recitation, jedná se o fázi, kdy je vhodné si naučenou látku opakovat a to nejlépe nahlas, nyní zjistíme, zda jsme vůbec schopni nastudované informace převést do mluveného slova a zda-li jsme se již něco naučili**
* **písmeno T znamená slovo test, v této poslední fázi je nutné otestovat, zda rozumíme nejrůznějším souvislostem a propojování faktů, pokud ano, bylo učení efektivní, pokud však ne, nastala někde chyba a bude vhodné průběh metody PQRST zopakovat nebo využít metodu jinou**

**Kreativnost:** při učení je bezesporu vhodné využívat vlastní kreativitu. Pokud budeme k výuce a studiu přistupovat tvořivě a budeme tak schopni se studovanými fakty a informacemi kreativně pracovat, můžeme zcela jistě očekávat lepší výsledky učení a v neposlední řadě také zvýšenou efektivnost.

Využívání grafiky: někteří lidé mají grafickou představivost. V praxi to znamená, že si dokážou lépe zapamatovat věci, které jsou jakkoli vizuálně zajímavé. V takových případech lze doporučit snažit se co nejvíce graficky upravovat informace a skutečnosti. Je tedy vhodné vždy barevně potrhovat nadpisy a jinak graficky znázorňovat důležité pasáže studovaných informací. Při této metodě se také doporučuje co nejčastější vizuální kontakt se studovanými informacemi. Není tedy na škodu zdroje těchto dat nechávat na takových místech, abychom se s nimi denně co nejvíce setkávali.

Mnemotechnické pomůcky: spojení snadno zapamatovatelného s obtížně zapamatovatelným

* Šetři se osle = rovníkový poloměr Země (6378 km)
* Ve dne je líná = koncovky slovesných tříd (-e, -ne, -je, -í, -á)
* Ivan Vedl Xenii Lesní Cestou Do Města = římské číslice (I = 1, V = 5, X = 10, L = 50, C = 100, D = 500, M = 1000)
* Deka = vitamíny rozpustné v tucích (A, D, E, K)
* Emil hodil granát do atomové elektrárny = označení strun na kytaře (E, H, G, D, A, E)
* Když byli Braniboři v Čechách, dala Prodaná nevěsta jménem Libuše Daliborovi Hubičku u Čertovy stěny za zvuků Violy. Dozvěděly se to Dvě vdovy a bylo po Tajemství = názvy oper Bedřicha Smetany

Využití rýmů a rytmizace:

* BeFeLeMe, Pes Se VeZe (b, f, l, m, p, s, v, z – obojetné souhlásky)
* Hy chy ky ry dy ty ny (h, ch, k, r, d, t, n – tvrdé souhlásky)
* H2S – smrdí jako pes (H2S – vzorec sulfanu)

Paměťové kolíky: zapamatování si a pravidelné opakování základních fakt

* Karel IV. 1316 – narození

1347 – korunován českým králem

1348 – založení Karlovy univerzity

1357 – základní kámen Karlova mostu

1378 - úmrtí

Vytvoření učebních kartiček, na nichž máme důležité údaje (např. na jednu stranu kartičky si napíšeme letopočet, na druhou stranu událost související s tímto letopočtem, otočením kartičky si vždy ověříme, zda-li si daný fakt pamatujeme, kartičky můžeme postupně odkládat podle toho, zda jsme si informaci na ní již zapamatovali nebo ne).

Zajímavosti: zpestřují učivo a napomáhají paměti

* Karel IV. položil základní kámen mostu přesně 9.7. 1357 v 5 hodin 31 minut, termín vybrán astrology, jde o magické číslo, které je při čtení stejné z obou stran – 135797531

Spojení učiva do souvislostí: takto propojené informace se dobře pamatují, spojují se do stále větších logických celků a zamezují „biflování“, které nikoho nebaví a je málo efektivní

* Archimédův zákon: Těleso ponořené do kapaliny je nadlehčováno silou, která se rovná váze kapaliny tělesem vytlačené.

Archimédes – řecký matematik a fyzik, žil ve 3. st.př.n.l. (propojení s dějepisem), téměř celý život strávil v sicilských Syrakusách (historické město vyhledávané turisty, propojení se zeměpisem), při svém objevu zvolal „heuréka“ (heuristika – metoda objasňování a řešení problémů, propojení s vědeckou metodologií)

Pět pravidel pro učení slovíček:

* 1. učte se slovíčka všemi smysly (říkejte si je nahlas, pište si je, kreslete si k nim obrázky apod.)
* 2. učte se každý den nanejvýš 7 slovíček najednou, jestliže se musíte naučit více slovíček, rozdělte si je do skupin po šesti až sedmi
* 3. mezi každou skupinou si udělejte dvacetiminutovou přestávku
* 4. naučte se každý den 7 slovíček (mimo víkendy a prázdniny), tímto způsobem si rozšíříte základní slovní zásobu asi o 1400 slovíček za rok
* 5. neučte se nová slovíčka po jiném cizím jazyce, hrozilo by nebezpečí, že je budete zaměňovat

Využití všech dostupných pomůcek: při učení je vhodné užívat různé encyklopedie, atlasy, slovníky, internet a počítačové výukové programy,vypracovávat si tzv. *mentální mapy*, což je grafické uspořádání klíčových slov, doplněné obrázky, vyznačující vzájemné vztahy a souvislosti. Začněte ve středu papíru hlavním námětem - to je klíčový podnět, jádro mentální mapy, k němuž se řetězí asociace.Využijte obrázků, symbolů, kódů (nebojte se je obkreslit z jiné mapy nebo se nechte inspirovat obrázky na internetu). Vyberte hlavní témata a zdůrazněte jejich důležitost pomocí velkých, malých nebo tučných písmen. Využijte barev. Buďte kreativní. Vytvořte si svůj osobní styl tvorby myšlenkových map.



Použitá literatura: internetové zdroje /www.wikipedia.cz

 Jak se správně učit a získávat informace