**https://www.youtube.com/watch?v=evzgqBDZocE**

**Ako sa učiť?**

Škola je tvoje zamestnanie a učenie je tvoja práca

* Po návrate zo školy si oddýchni
* Urč si hodinu, kedy sa začneš učiť, ak sa budeš učiť stále v tom istom čase, vytvoria sa v tvojej mozgovej kôre podmienené reflexy, ktoré ti uľahčia učenie
* Ideálne je, keď sa začneš pripravovať okolo 16. Hodiny
* Uč sa vždy na jednom mieste, ak sa naučíš pracovať v určitom čase a v rovnakých podmienkach, učenie bude efektívnejšie, učenie ti pôjde ľahšie a neskôr sa unavíš
* Vypni televízor, rádio, mobil
* Priprav si všetky pomôcky, ktoré budeš potrebovať
* Striedaj ťažšie a ľahšie predmety, začni ťažšími predmetmi
* Neponáhľaj sa pri učení, dopraj si dostatok času
* Ak ti niečo nejde, nie si jediný a všetko treba trénovať
* Uč sa slohu po slohe, odsek po odseku, nakoniec celý text zopakuj
* Ak si unavený, urob si krátku prestávku, zmeň na chvíľu priestor
* Striedaj učenie s oddychom, aspoň hodinu stráv so svojimi kamarátmi vonku na vzduchu
* Učenie a prípravu do školy nezaraďuj do pod-večerných a večerných hodín, nedokážeš sa sústrediť a zvládnuť aj jednoduchšie úlohy