

CÂTEVA IDEI PENTRU VIITORUL ABSOLVENT

Centrul Judeţean de Resurse şi de Asistenţă Educaţională Cluj
Ruxandra Vasilescu, CJRAE / CJAP Cluj

Planificarea învăţării trebuie să pornească de la câteva întrebări:

Cât timp am la dispoziţie?

Cât mai am până la examen? Am timp pentru repetare? Cât timp în fiecare zi pot să-mi planific?



Ce am de făcut în acest timp ?

Câte materii am de parcurs? Câte lecţii / capitole la fiecare? Ce alte lucruri mai am de făcut în timpul acesta?

Care este scopul meu?

Pentru ce vreau să învăţ? Ce planuri am pentru acest examen? Dar pentru mai târziu? La ce mă ajută nota?







1. Stabilesc câte zile mai am la dispoziţie pentru a parcurge materia;
2. Îmi rezerv câteva zile pentru recapitularea finală (zile în care nu se mai învață nimic nou);
3. Mai rezerv câteva zile pentru situații neprevăzute;
4. Împart materia (capitole, lecții etc.) pe aceste zile rămase.

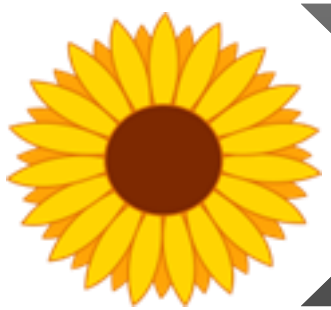


Este bine ca această planificare să fie făcută într-un tabel scris frumos, ordonat, afişat pe perete, de exemplu deasupra biroului.
Bifaţi fiecare zi în care aţi respectat planul!



1. Având în față planificarea pe zile, putem realiza acum şi o planificare pentru fiecare materie în parte;

2. Realizați din nou un tabel, în care să treceți lecția sau capitolul pe care le aveți de învățat pentru fiecare zi.



Dacă reuşiţi să respectaţi planul, oferiţi-vă recompense, singur sau în colaborare cu familia!
Recompensele sunt foarte importante pentru susţinerea unei motivaţii adecvate.

Odată planificată materia, putem trece la învăţarea propriu-zisă:

1. Citirea integrală a lecţiei

În această primă etapă materialul este parcurs în general, pentru familiarizare.

2. Citirea atentă

În cea de a doua etapă materialul este parcurs din nou, de data aceasta cu mai multă atenţie, încercându-se înţelegerea sa.

3. Realizarea unui rezumat a unei scheme a lecţiei

Schema sau schiţa uşurează învăţarea materialului parcurs, atât prin simplificarea volumului de informaţii cât şi prin clarificarea, organizarea sa.

4. Învăţarea logică

Materialul fiind parcurs, înţeles şi schematizat, putem trece la învăţarea logică a acestuia. Dacă materialul este vast, învăţarea şi ulterior repetarea pot avea loc pe fragmente.

5. Repetarea I

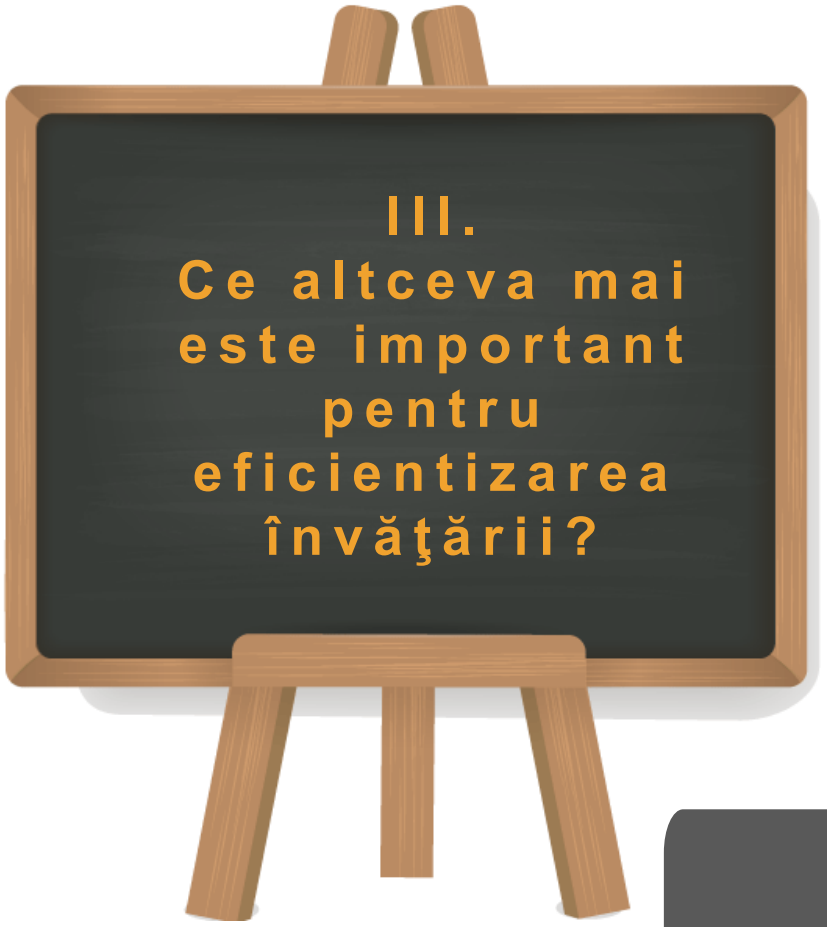
Prima etapă de repetare poate include doar schema sau întreg materialul, acest fapt depinzând de volumul acestuia. Repetarea poate fi făcută în gând sau cu voce tare, utilitatea acestui lucru fiind diferită de la o persoană la alta.

6. Reproducerea rezumatului

Acest pas poate constitui o auto-verificare a învăţării, ajutând pentru orientarea efortului voluntar spre un aspect sau altul al materialului, care a fost mai puţin bine reţinut.

7. Repetarea II

De data acesta, repetarea cuprinde întreg materialul parcurs, cu pornire tot de la rezumat (schemă). Eşalonarea repetiţiilor este deosebit de importantă (de exemplu, câte o repetare pe zi timp de trei zile este cu mult mai utilă decât trei repetări în aceeaşi zi).

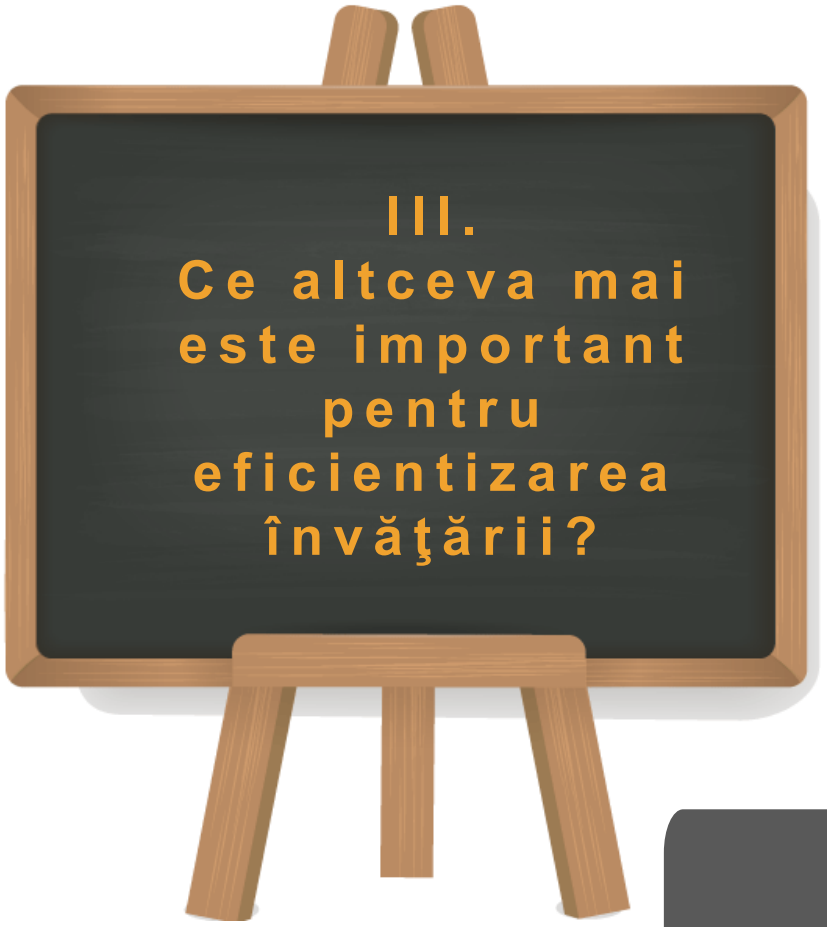


1

Pauzele sunt, la rândul lor, deosebit de importante! După fiecare 50-60 de minute, sunt necesare 10-15 minute de pauză, iar după 2-3 ore de învăţat aveţi nevoie de o pauză mai lungă. Fie că este vorba despre o pauză scurtă sau una mai lungă, **ridicaţi-vă de la birou** (visatul cu ochii deschişi şezând la birou nu ajută nici pentru învăţat şi nici pentru odihnă – este pur şi simplu un timp „mort”) şi alegeţi o activitate diferită faţă de cea de învăţare, care să vă relaxeze!

2

Este esenţial ca **locul unde învăţaţi** să fie special pentru învăţat, să nu fie un loc unde desfăşuraţi şi alte activităţi (cum ar fi somnul sau mâncarea, de exemplu)! Acest loc trebuie să fie bine aerisit, luminat corespunzător şi în care să nu existe, pe cât posibil, elemente care să ne distragă atenţia.



3

Este importantă şi **păstrarea unui nivel acceptabil al zgomotului**, chiar dacă nu întotdeauna putem să ne asigurăm o linişte perfectă. Învăţarea pe muzică este posibilă pentru unele persoane, cu condiţia ca sonorul să nu fie prea tare, mai ales dacă o muzică de fond acoperă alte zgomote deranjante.

4

Persoane diferite învaţă în moduri diferite. Încercaţi să vă identificaţi stilul de învăţare – cum învăţaţi mai uşor? De exemplu, pentru unii este important să facă scheme colorate, să sublinieze, să ia notiţe, pe alţii îi ajută mai mult cititul cu voce tare etc.