

Jak się uczyć w domu?

Zmotywuj się, wyznacz cel: zbierz korzyści wynikające z nauki, np. dobra ocena, satysfakcja, pochwała od rodziców.

Stwórz warunki: przygotuj odpowiednio miejsce swojej pracy. Nic nie może Cię dekoncentrować.

Stwórz plan: Zaplanuj swój dzień. Materiał do nauki podziel na części. Zacznij od najtrudniejszych zadań.

Nie odkładaj na później: staraj się pracować systematycznie, pozbądź się zaległości.

Rób zaplanowane przerwy: Przerwę od nauki możesz wykorzystać na ruch, jedzenie lub domowe czynności.

Powtarzaj: Częste powtórki materiału pozwalają dłużej zachować go w pamięci.

Wsparcie: utrzymuj kontakt on-line z przyjaciółmi. Wspólnie sprawdzajcie postępy w nauce.

Bądź aktywny: W wolnej chwili angażuj swoją pamięć, ćwicz koncentrację uwagi, korzystając z różnych aplikacji edukacyjnych, portali on-line do nauki.