

ПУТ КРОЗ ШКОЛСКИ ЛАВИРИНТ



Зденка Ивковић
ПУТ КРОЗ ШКОЛСКИ ЛАВИРИНТ

Издавач:
ИКП „Богуновић“
Карађорђева 62
21000 Нови Сад

За издавача:
Петар Богуновић, директор

Уредник:
Горан Накомчић

Лекџура и корекџура:
Марија Пекез, професор српске књижевности и језика

Илустрације:
Ивана Крчмар

Прелом џекџа и дизајн корица:
Мариус Рошу
„Obliq“
Нови Сад

Шџамџа:
„Футура“
Нови Сад

Тираж:
1.500 примерака

ISBN 978-86-81678-58-9

ЗДЕНКА
ИВКОВИЋ

пут кроз
ШКОЛСКИ
лабиринт



Нови Сад, 2023.



Приручник који је пред вама тражи путеве и начине осмишљавања школског живота и суживота, покушава да пронађе најлепшу и најлакшу протканост целокупног живота са временом у школи и свим обавезама које оно намеће.

У рукама имате путоказ како да што безболније и што успешније прођете кроз школски живот, а при томе останете психички и физички здрави, односно, будете способни да се укључите и прилагодите свакодневном животу.

Много нада и жеља, много снова и планова су у сваком од нас од самог поласка у први разред основне школе. Током школовања јавља се страх од неуспеха, много брига, понекад и разочарење, али и радост и понос. У нашој школи није увек лако постићи добар успех. Она нас понекад исцрпљује и захтева потпуну преданост раду, али је и део нашег свакодневног живота и не можемо без последица одустати од ње.

У стварању овог саветника држали смо се важних правила учења:

1. Учење је тежак, али и занимљив посао и ја га могу успешно обављати;
2. Радозналост је једна од мојих добрих особина и желим да у животу сазнам што више;
3. Желим да оно што сам научио/ла применим у свом свакодневном животу.

Ово је буквар учења. Без њега не треба да почињете учење. Овај буквар вам помаже да информације које вам непрестано пристижу у великом броју, сврстате у „фиоке и преграде“ у својој глави, сачувате их и према потреби лако и брзо отворите.

Ово је водич кроз лавиринт школског живота и помоћ у савладавању, бар неких препрека, тешкоћа и грешака.

Ово је збирка појмова из школског живота који су наведени по азбучном реду. Појмове можете читати по реду, али је дозвољено и прескакање појединих страница у жељи да прочитате оно што је за вас занимљивије или важније.

Циљ овог водича је да опуштени и задовољни корачате кроз школски живот знајући, скоро сасвим сигурно, које путоказе треба бирати и пратити.

Ако у тексту нађете нешто изузетно занимљиво, слободно то подвуците, негде запишите и закачите на видљиво место у простору где учите.

ПОЈМОВИ

У ПУТУ КРОЗ ШКОЛСКИ ЛАВИРИНТ

А

АКТИВНО УЧЕЊЕ
АМБИЦИЈА

Б

БЕЛЕШКЕ
БУБАЊЕ

В

ВЕЛИКИ ОДМОР

Г

ГОВОР
ГРЕШКА
ГУГЛАЊЕ

Д

ДИСКУСИЈА
ДРУШТВО

Ђ

ЂАЧКЕ УНИФОРМЕ

Е

ЕФИКАСНОСТ
ЕКОЛОГИЈА

Ж

ЖЕЉА
ЖИВОТНИ ЦИЉ

З

ЗАБОРАВЉАЊЕ
ЗАГРЕВАЊЕ ЗА РАД

И

ИГРА
ИНТЕРЕСОВАЊЕ
ИНТЕРНЕТ
ИСПИТ

Ј

ЈАВЉАЊЕ НА ЧАСУ
ЈЕДИНИЦА

К

КАМПАЊСКО УЧЕЊЕ
КОНЦЕНТРАЦИЈА

Л

ЛАБОРАТОРИЈА (ЗА СТИЦАЊЕ
ЗНАЊА)
ЛАКИ И ТЕШКИ НАСТАВНИ
ПРЕДМЕТИ

Љ

ЉУТЊА

М

МОТИВАЦИЈА ЗА УЧЕЊЕ
МУЗИКА

Н

НАВИКА
НЕПРАВИЛНОСТИ (У УЧЕЊУ)
НЕСИГУРНОСТ

Њ

ЊУХ (ЗА ШКОЛУ)

О

ОБНАВЉАЊЕ ГРАДИВА
ОЦЕНА

П

ПАМЋЕЊЕ
ПОДВЛАЧЕЊЕ
ПРЕСЛИШАВАЊЕ
ПУШКИЦЕ

Р

РАСПОРЕД (УЧЕЊА КОД КУЋЕ)
РЕЦЕПТ ЗА КОЛАЧ „ЕФИКАСНО
УЧЕЊЕ“

С

СТРЕПЊА И СТРАХ ОД ШКОЛЕ

Т

ТРЕМА

Ћ

ЋУТАЊЕ НА ЧАСУ
ЋАСКАЊЕ НА ЧАСУ

У

УЏБЕНИК

Ф

ФЛЕКСИБИЛНОСТ

Х

ХАОС (У ГЛАВИ)

Ц

ЦИТИРАЊЕ

Ч

ЧАС (ШКОЛСКИ)

Џ

Џ И ПУТ КРОЗ ШКОЛСКИ
ЛАВИРИНТ

Ш

ШКОЛА
ШКОЛА ЗА РОДИТЕЉЕ

ЗАШТО БАШ ОВАЈ ВОДИЧ?

Потражите одговор међу овим „рекламама“!

Да ли вам досадно и мукотрпно учење још увек прави тешкоће? Посетите **ЛАБОРАТОРИЈУ ЗА СТИЦАЊЕ ЗНАЊА!** Адреса: Пут кроз школски лавиринт!

Украсите своју собу оригиналним, јединственим, занимљивим **БЕЛЕШКАМА**. Ваши зидови, ормани и прозори добиће савремен изглед уз помоћ **БЕЛЕЖАКА**. За угодно становање и обликовање простора у коме живите користите **БЕЛЕШКЕ!!!**

Спокојни и мирни снови могући су само ако током дана користите **РАСПОРЕД УЧЕЊА**. Ујутро ћете бити леви, одморни и расположени, јер је уз вас **РАСПОРЕД УЧЕЊА**. Набавите га још данас!!!

Највише што можете да учините за себе – набавите **КОНЦЕНТРАЦИЈУ**. Потражите одмах! Уз **КОНЦЕНТРАЦИЈУ** добићете и комплет **НАВИКА ВРЕМЕНА И МЕСТА, РЕЦЕПТ ЗА ЕФИКАСНО УЧЕЊЕ И АКТИВНО УЧЕЊЕ**.

Да се брзо ослободите вишка јединица, да се у року од 10 дана ослободите две до четири слабе оцене користите **ПОНАВЉАЊЕ ГРАДИВА**. Мењајте ствари на боље!!!

Један од сигурних путева до знања води преко **ПУШКИЦА** – јефтине, увек употребљиве, еколошке и практичне **ПУШКИЦЕ** – „**САМ СВОЈ МАЈСТОР**“!!!

Да савршено изгледате, да ваше вијуге заувек буду младе и да се тако осећате, користите препарат „**ШКОЛА**“!!!

Све о овим „школским производима“ и многим другим који су неопходни за успешан школски живот, можете прочитати у приручнику *Пути кроз школски лавиринт!*



АКТИВНО УЧЕЊЕ

Вероватно вам се често дешавало да сатима седите испред књиге и ништа не научите. Вероватно сте понекад себе убеђивали да сте веома вредни преписујући текст који сте у школи на брзину писали, а онда сте решили да га код куће препишете како бисте имали уредну свеску. При преписивању сте се трудили да свеска изгледа што лепше, ваш је рад био дуготрајан, али без правог резултата што се знања тиче.

Ако желите да вам се ово не дешава прочитајте текст о активном учењу.

Активно учење је *иамејно* учење, учење које је ефикасно, које показује резултате, а доприноси трајнијем, потпунијем и сигурнијем знању.

Оно што је битно за почетак учења је да убедите себе да хоћете да учите и да склопите уговор са самим собом у вези истог. Ако вам је тешко да самог себе терате у неки озбиљан рад направите уговор са собом на краћи рок, на пример, петодневни план са мањим бројем захтева. На пример – учим за позитивну оцену из математике (без додатних услова). Касније ћете опет размишљати о новом уговору са неким другим роком и бројем захтева. Уговор треба да садржи предмете, односно лекције које ћете учити током предвиђених дана и колико ћете времена провести у учењу. На крају вам само остаје да не варате сами себе.

Док учите, било би добро да се придржавате неких правила активног учења:

- Прочитајте лекцију у целини (читајте у себи, јер се на тај начин чита много брже).
- При другом читању можете, ако је то потребно, поделити лекцију на више мањих, смисаоних целина.
- Учите држећи оловку у руци и папир поред књиге.
- Подвлачите најбитније.

- Записујте белешке на припремљеном папиру.
- Непознате речи потражите у речнику (понекад се краћи речник налази на крају уџбеника) и запишите их на маргини (ивици) текста који читате.
- Запишите своја питања и дилеме.
- Код нејасних делова или речи ставите знак питања или усклика да би се касније вратили на њих и разјаснили их.
- Преслишајте се својим речима (наглас!), да бисте и сами чули како звучи оно што говорите.
- Размишљајте о практичној употреби наученог и користите то знање кад год је то могуће.
- Последње, али не и најмање важно: учите у положају који вас држи будним! То значи – седећи на столицама за учење, радећи за писаћем столом, при добром осветљењу. Лежећи положај, кауч, удобна фотеља и полумрак не доприносе активном учењу, већ активном спавању.

Учећи на овај начин за кратко време ћете приметити да учите са разумевањем, да сте у стању да решавате различите мисаоне и практичне проблеме, да сте креативнији, да можете да створите систем знања у сопственој глави, да је ваше мишљење флексибилно (прилагодљиво, способно за промену), да уочавате одређене односе међу појавама, да вам је знање трајније и да можете да га примените у свакодневном животу.

Можда вам све ово изгледа компликовано и застрашујуће, али је исплативо на дуге стазе. Ако будете активно учили, бићете у стању да се снађете у свакој животној ситуацији.

АМБИЦИЈА

Реч потиче од латинске речи *ambitio* и значи славољубивост, изразита жеља за успехом.

Амбиција је тежња да се постигну значајни циљеви у животу, али и спремност да се уложи бар неки напор ради њиховог остваривања. Често занемаримо други део ове дефиниције, желимо много и брзо, али без напора и труда. То ретко када успева. Успех у школи и учењу у великој мери ће зависити од ваших животних амбиција. Добро је ако су ваши циљеви, напори и способности у складу, јер ћете тада вероватно успети у животу и бити задовољни. Тешко је ако сте пред себе у некој области поставили циљеве који су много виши од ваших способности и нису у складу са стварношћу у којој живите. Наравно, веома је лоше и ако немате никакве амбиције, јер живот тада може бити празан и безвредан.

Постоји и она, да је назовемо, „пренесена амбиција“, односно, амбиција коју ваши родитељи могу да пренесу на вас. Њу можете да препознате у следећим речима својих родитеља: „Треба да успеш, јер ја то нисам!“, „Треба да будеш чувени (па ти кажу име неког научника, глумца, спортисте...) јер ја то нисам постао!“, „Мораш имати све најбоље, јер ја то нисам успео да имам.“ и слично томе.

Пре било какве одлуке, без обзира колико она важна била, размислите шта *ВИ* желите, докле и у чему *ВИ* желите да успете и шта *ВИ* желите да имате.

Б



БЕЛЕШКЕ

Ученици основне и средње школе ретко су у прилици да бележе целокупно предавање наставника, односно професора. Студенти, у жељи да запишу предавања професора „хватају белешке“, односно записују све оно што је професор рекао, јер су предавања професора често јаснија од текста у уџбенику. Понекад предавање представља синтезу онога што се налази у више књига различитих аутора. Без обзира на то да ли ћете једног дана студирати или не, било би добро да савладате вештину писања бележака.

До сада сте вероватно само бележили (преписивали) тезе са табле, затим задатке који су решавани на табли или најважније мисли које вам је наставник диктирао у току часа.

Много већи значај имају белешке које правите код куће приликом учења новог градива. Белешке нису неопходне при учењу лакшег и краћег градива, али када су у питању значајне, дугачке и тешке лекције, белешке су од непроцењиве користи. Тада говоримо о „вађењу бележака“ а то треба радити на следећи начин:

- направите тезе о целом градиву (издвојте најважније и уочите срж градива);
- запишите кључне речи;
- забележите формуле, дефиниције, правила, законе (најбоље их је записати на већем, уочљивом папиру који ћете ставити на видљиво место);
- запишите питања која сте себи постављали за време читања;
- запишите недоумице које сте имали за време читања;
- при целокупном послу око бележака добро је користити различите боје, како би текст био што уочљивији;

- овладајте вештином прављења различитих табела У табелу можете „ставити“ скоро сваку лекцију. Папир са израђеном табелом или белешком ставите или залепите на уочљиво место – на врата, орман, писаћи сто, прозор и сл. и погледајте га сваки пут када пролазите крај њега. Што чешће „бацате“ поглед на садржај табеле – ваше знање постаје трајније. Када стигне друга лекција на ред за учење, нови папир причврстите преко старог тако да су вам оба папира доступна. На крају ћете имати скраћени текст свих лекција у виду лако доступног подсетника.

БУБАЊЕ

Након бубања често на часу следи „лупање“, па онда код куће кукање.

Бубање је учење напамет, без икаквог разумевања, а изискује много напора. Постоје ученици који искључиво уче тако што „набубају“ неку лекцију, јаве се, одговарају и често добију релативно добру оцену. Овакво учење практикују они који имају одличну меморију, али не и друге квалитете и способности. Бубање не спада у паметно и квалитетно учење, а рок трајања тог знања је од једног до три дана.

Постоје садржаји који се морају учити бубањем. То су, најчешће, садржаји који немају логику – списак имена, година, неправилних глагола у страном језику и сл. Чак и тада можете покушати да нађете неки систем у памћењу – памтите по словима у азбуци, по броју речи, некој асоцијацији... Добро је наћи свој систем памћења, па бубање претворити у „мисаону операцију“.

Бубање можете примењивати када вам нису битни квалитет и трајност знања, већ само оцена коју ћете добити. Размислите због чега учите, па томе прилагодите своје технике учења.



В

ВЕЛИКИ ОДМОР

Велики одмор је велика пауза између часова која вам омогућава да се истрчите, наједете, испричате, опустите, напишете заборављени домаћи и на крају одморите од часова. За разлику од великог, мали одмори вам само дозвољавају прелазак из кабинета у кабинет, понеко гурање или стисак руке у пролазу. Немојте заборавити да се после великог одмора вратите у учионицу!

САВЕТ: Није препоручљиво да велики одмори буду једино што имате од школе.





ГОВОР

Говор је способност изражавања и споразумевања помоћу гласа и покрета. Постоје различите врсте говора. За нас је најважнија способност изражавања и споразумевања помоћу гласа, али постоји и говор тела, говор цвета, говор боја...

Споразумевање помоћу гласа може имати различите облике:

- паметан говор;
- некултуран говор;
- држање говора (односно „држање слова“);
- говор типа „*Ја Тарзан-џи Џејн*“;
- неартикулисан говор типа *хмм, уфф, ахаха* и сл.;
- оштра размена мишљења (читајте: *свађа*);
- „лупање“ глупости;
- кратак говор, дугачак говор;
- неписмен и полуписмен говор...

Чињеница је да све мање разговарамо и да нам је веома тешко да изразимо своје мисли, било писмено, било усмено. Сваки ученик који има богат речник и развијене говорне способности је у изузетној предности над оним који то нема. Бољу оцену увек добија онај који боље изнесе оно што зна, макар и мање знао од онога који се тешко усмено изражава. Ако још све оно што знате (нека је то и мало) кажете гласно и уверљиво, без поштапалица типа *овај, како се зове* и сл. загарантована вам је добра оцена.

САВЕТ: Како обогатити свој речник и развити говорне способности? Можда вам се неће свидети, али нема друге: читајте књиге, што више разговарајте са укућанима и пријатељима и користите целе реченице у говору.

ГРЕШКА

Још нико није прошао кроз живот без иједне грешке. Кроз школски живот пролазите правећи многе грешке – оне које се односе на учење, на понашање према друговима и наставницима и оне (најчешће) које правите на контролним и писменим задацима. Често мислите да су грешке на контролном и писменом задатку најгоре грешке и да је њих најтеже исправити, а при томе се заборавља да су грешке према другим људима много болније и дуготрајније.

Оно што треба да знате је да се скоро све грешке могу исправити и да нам свака грешка изгледа прилично страшна на почетку. Никада не очајавајте, много је боље покушати исправити грешке. Ако не можете сами да смислите начин како то да учините, потражите помоћ од друга, родитеља или наставника. Што време више пролази, грешку је теже исправити. Ако је грешка направљена на неком задатку, решење је једноставно – следећи пут учите и вежбајте озбиљније. Наравно, не дозволите да након много грешака током школске године исправљате те грешке баш у последњем контролном пред крај школске године. Ако је грешка у техникама учења – прочитај овај водич! Ако је грешка у односу према другим људима – разговарајте са њима и решите проблем!

САВЕТ: Не заборавите! Склони сте да грешке тражите у другима – Он је *што урадио, нисам ја; Наставник само мене види и чује, а друге не; Намерно је измишљала оно што не пише у књизи; И други су што радили, нисам само ја...* Грешка се прво тражи у самом себи!

ГУГЛАЊЕ

Гуглати је глагол који означава употребу гугл (google) претраживача у проналажењу информација на интернету. Ово је за многе већ увелико позната реч.

Једини прави, исправни разлози за гуглање, када је учење у питању, су:

1. Тражење потврде о тачности информација које сте прочитали или научили из других извора знања – предавања наставника, из уџбеника или неке друге књиге;
2. Тражење нових информација које се не налазе у другим изворима знања;
3. Коришћење аудио, видео материјала, анимације и илустрација које надопуњују знања која имамо. Знање најбоље стичемо ако користимо више чула – и слух, и вид, покрет и сл.
4. Брзо претраживање података;
5. Проверавање властитог знања;
6. Коришћење садржаја који су постављени на наставничким блоговима;
7. Прављење различитих презентација и решавање различитих школских и домаћих задатака...

САВЕТ: Дилема : *Имам јуил (не) шреба ми књиџа ?* не треба да постоји. Треба и једно и друго!



Д

ДИСКУСИЈА

Реч дискусија потиче од латинске речи *discussio* што значи претресање.

Дискусија је посебан вид разговора. Код нас има две врсте дискусије – *пожељна дискусија* која је корисна, позитивна и потребна и *непожељна дискусија* која је искривљени облик дискусије. Непожељна дискусија је код нас много чешћа (на жалост), а изгледа овако: сви говоре истовремено, дискутује се и о ономе о чему немамо појма, оптужујемо једни друге, нико неће да чује и саслуша оног другог, тон је подигнут и љутит... Пожељна дискусија је потребна у школском животу и на часу, у току рада и у оквиру међусобне другарске комуникације. Ова дискусија се води тако што износимо своје мишљење, али уз аргументе (доказе, разлоге, образложења).

Пожељна дискусија има своја правила:

- дискутовати само о познатим стварима;
- треба бити уљудан при говору;
- треба имати доказе за своје тврдње;
- при дискусији држати се предмета разговора;
- дискутовати када сте средили своје мисли и износити их по неком плану;
- бирати најприкладније речи;
- не губити се у ширини дискусије;
- висину гласа прилагодити општој атмосфери.

Ако знате тако да дискутујете, слободно се обратите наставнику када желите да размените мишљења. Тада размена мишљења неће бити препирка са наставником, нити ћете добити „налепницу“ да сте некултурни, већ ће наставник признати да разговара са вама на истом нивоу, као са одраслом особом. Држећи се правила *разумне дискусије*, избећи ћете многе непотребне свађе са друговима и другарицама, али и одраслима – родитељима, наставницима, рођацима.

ДРУШТВО

Свакодневно слушате: „Пази са ким се дружиш!“, „Са ким си, такав си!“, „Упао/ла је у лоше друштво!“, „Бирај друштво!“, „Да сам знала да ће због њега/ње занемарити учење, никад не бих дозволила да ми уђе у кућу!“ Има и другачијих порука: „Поносна сам на твоје друштво“, „Ова другарица/друг ти је баш на месту“...

Сасвим је сигурно да ћете своје друштво бирати сами, али будите опрезни. Не дозволите да други мисле вашом главом. Имајте своје мишљење и своје ставове у животу.

САВЕТ 1. Послушајте мишљење родитеља, понекад се са стране боље види оно што се иначе не примећује.

САВЕТ 2. У једној књизи је записано: „Када се туга има са ким поделити, туге нема; као што радост није радост ако се нема с ким поделити!“ Бирајте друштво, али немојте остати без њега.

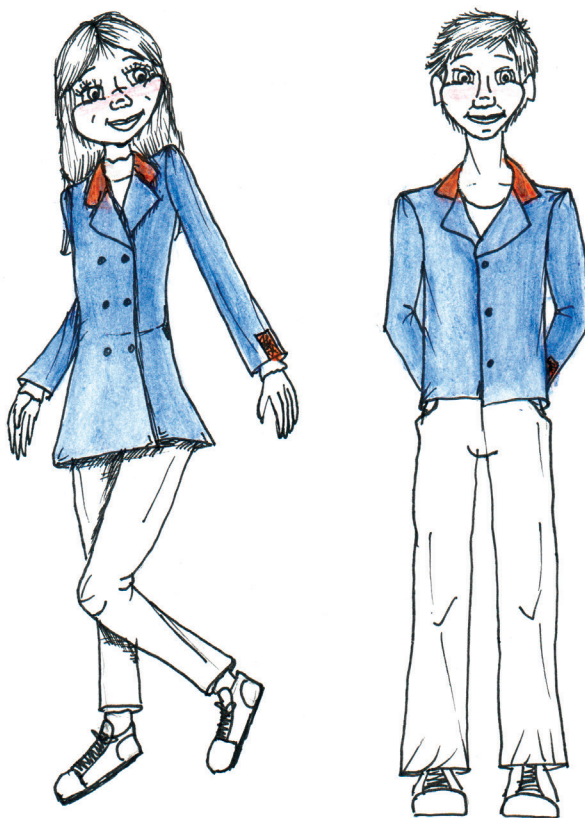
САВЕТ 3. Размислите шта значи добар друг и пријатељ. Научите да чувате и негујете право пријатељство. Не чините другом оно што не желите да вама други чине.

САВЕТ 4. Бити члан групе вршњака је неопходно, али ипак размислите да ли при томе треба потпуно да потиснете нека своја интересовања и склоности. Немојте се стопити са групом – задржите своју индивидуалност, чак и у друштву вршњака!

Ђ

ЂАЧКЕ УНИФОРМЕ

Ђачке униформе су биле део школског живота ваших бака и дека, можда и родитеља. Постојале су плаве и црне, најчешће са белим крагнама код девојчица. Нека вам о томе они причају. Нека се подсетице како су пре часова униформу стављали у школску торбу, долазили у школу у новој хаљини или новим фармерицама, изгужване униформе вадили и облачили у школи, па онда опет стављали у торбу при повратку кући... У неким школама у иностранству униформе још увек постоје и разликују се од школе до школе. Ко је у предности, они или ми, зависи од тачке гледања. Процените сами.



E

ЕФИКАСНОСТ

Реч ефикасност потиче од латинске речи *efficare* што значи постићи.

Најчешће се под овим појмом подразумева количина знања коју сте усвојили у одређеном временском периоду. Ефикасност је већа уколико у краћем времену, уз уложен рад, успевате да постигнете више. Нисте ефикасни ако за много више времена научите исто или мање од других који за много мање времена науче исто или више од вас, а истих сте интелектуалних способности.

Често се чује да неки ученик проведе сате и сате учећи, али су му оцене и даље слабе. Ефикасност у учењу таквог ученика је веома мала, а разлози могу бити многобројни: не размишља о градиву које учи, сваки час гледа кроз прозор, пушта прегласну музику, не уме да издвоји најважније и још много других, могућих разлога и изговора. Све ово може довести до смањења воље за учењем, због чега следе још слабије оцене и онда почињете да се вртите у зачараном кругу.

Уколико се то и вама догађа, мењајте начин учења.

САВЕТ: Добро проучите све појмове у овом водичу који се односе на активно учење, читање, бележење и методе учења. Сигурно ћете пронаћи где грешите. Немојте да ваша реакција на све ово буде: „Ово је досадно. Све сам пробао и није било резултата.“ Користите активно учење, лакше се дише, хтедох рећи учи!

ЕКОЛОГИЈА

Реч води порекло од грчких речи дом и наука и назив је за науку која проучава односе живих бића према средини и утицај средине на њих.

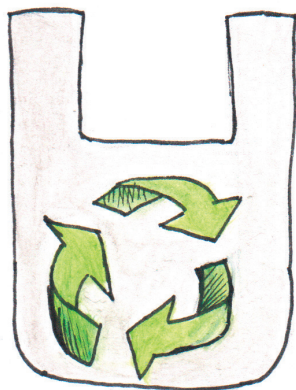
О заштити човекове околине веома много се говори и ви вероватно о томе много знате. Због тога смо вам спремили само краatak тест:

Брзо одговорите на следећа питања:

1. Где бацате папире које сте исцепали из свеске, исписали и згужвали?
2. Где остављате (лепите) истрошену жваку?
3. Где бацате празну флашу од воде или кока-коле?
4. Шта радите са остацима сендвича, пике или слично на крају великог одмора?
5. Шта радите са празном, употребљеном најлон кесом?

Ако су ваши одговори у свих пет случајева били „Бацим у канту за отпатке“, „Раздвајам отпад за рециклажу“ или слично, онда су ваши одговори тачни и ви сте еколошки свесно биће и водите рачуна о својој околини.

Ако имате и један одговор који није као горе наведен, последњи је тренутак да мењате своје понашање! *Овде је дозвољено само 5 тачних одговора!*



Ж



ЖЕЉА

Жеља је осећање тежње да се нешто има, постигне или оствари. Жеља је осећање које нас покреће на акцију, на делање, рад. Она нам указује на нешто што је повезано са побољшањем квалитета нашег живота. То што желимо треба да улепша наш живот, али без тога најчешће можемо живети.

За остварење неке жеље понекад је довољно рећи: „Купи ми...“, „Направи ми...“, „Уради то уместо мене“... али не могу се све жеље остварити на тај начин. За остварење неких жеља морате веома да се потрудите и нарадите, и то ви сами.

Када су у питању школске жеље, можемо рећи да већина вас има жељу да буде солидан ученик, нешто мањи број да буде одличан, а неки желе да буду најбољи.

Да вам се жеље испуне, морате кренути у акцију:

- када су оцене у питању – треба учити;
- када је симпатија у питању – треба јој на прихватљив начин скренути пажњу;
- када је другарство у питању – треба „радити“ на очувању добрих односа са другарима;
- када су родитељи у питању – па, треба и неке њихове жеље испунити;
- када је новац у питању – морамо радити и зарадити га;
- када је физички изглед у питању – треба нешто и порадити на нези тела;
- када је здравље у питању – треба неговати свој организам и придржавати се правила здравствене неге и здраве исхране.

САВЕТ: Ако само чекате да се жеље саме од себе испуне, мала је вероватноћа да ће се то и десити. Ако се трудите да се испуне и чврсто верујете у то, повећава се вероватноћа да ће се то и десити.

ЖИВОТНИ ЦИЉ

Циљ је исход који желимо да остваримо неком активношћу. Животни циљеви су исходи које постављамо пред себе одређујући свој живот и своју будућност.

Чини вам се да је будућност о којој размишљате веома неизвесна, пуна дилема и страхова. Многи путеви су испред вас и није лако одредити се којим кренути. Ову дилему су сви имали.

Животних циљева, нарочито док сте млади, треба да има више и могу се односити на ваше породичне планове, професионалне и економске планове, на избор места становања, на животни стил, избор друштва и мноштво других избора. Можете желети да постигнете све у животу, можете се одредити само за један циљ, али важно је да планирате свој живот и да тежите и радите на остварењу свог циља или циљева најбоље што можете.

Знање које стичете у школи и ван ње помаже вам да лакше поставите животне циљеве и да их лакше и успешније остварите. Немојте бежати од образовања, захваљујући њему ваши циљеви ће бити квалитетнији и открићете многе начине за њихово остварење.

Проблем је ако немате животних циљева и ако не видите своју будућност. Та слика не мора бити баш јако светла, јасна и ружичаста, али слика треба да постоји.

САВЕТ: Ако не видите себе у будућности, попричајте о томе са својим родитељима, неким старијим или се обратите за помоћ школском психологу.

3

ЗАБОРАВЉАЊЕ

Заборављање је губљење онога што сте запамтили. Кажемо да сте нешто заборавили када раније научено градиво нисте више у стању да поновите или чак препознате.

Проблем брзог заборављања онога што сте учили мучи скоро свакога. Често чујемо: „Јуче сам све знао, а данас једва могу да се сетим неколико реченица“, или „Ја учим, учим и све заборавим тог момента када сам престао/ла да учим.“



Заборавити неки мање важан податак или догађај, лик из детињства или неку мање важну кућну обавезу, није тако страшно, али ако вам се „бришу“ целе лекције из главе, то већ може довести до низа проблема.

Оно што већину највише занима јесте како спречити или бар успорити процес заборављања. Раширено је схватање да понављање добро наученог градива спречава заборављање истог. Знате и ону изреку: *Понављање је мајка знања*. Чињеница је да, ако се нешто не понавља, то знање полако бледи и нестаје. Међутим, на процес заборављања не делује „празно време“ већ мноштво информација и догађаја које сте у међувремену примили, научили и доживели. Тачније, све активности након учења неког садржаја ометају претходно знање. Што сте градиво слабије научили, то ће ометање бити јаче. Истовремено, што је више различитих активности, претходно научени садржаји краће се памте. Ова појава се зове ретроактивна инхибиција (ретроактивно значи деловање уназад, а инхибиција значи спречавање, заустављање). Постоји и проактивна инхибиција, односно да градиво које сте прво учили смета градиву које касније учите. Зато је веома битно да одмах, при првом учењу добро научите лекцију како се градиво не би помешало.

Сигурно сте некад и ви, тражећи помоћ и излаз у борби против заборављања, ставили књигу под јастук како не бисте заборавите научено. Веровали или не, ово помаже, али у нешто измењеном облику – пре спавања, 15 до 20 минута, прелистајте оно што сте учили преко дана. Након тога лезите да спавате. Књигу можете, а и не морате, да ставите под јастук. Током спавања нема активности које ометају научено, односно нема ретроактивне инхибиције и установићете да сте мало тога заборавили и да се сећате градива које сте поновили претходне вечери. Наравно, услов је да након одласка у кревет не гледате филмове на телевизијском програму или играте игрице на рачунару или мобилном телефону, јер се тада ефекти вечерњег учења губе.

ЗАГРЕВАЊЕ ЗА РАД

Започети учење је проблем који се јавља код већине ученика, нарочито ако један дужи период нисте озбиљно учили (био је дугачак распуст, мало сте „заобилазили“ школске обавезе и томе слично).

Вероватно вам је ово познато: знате да морате да учите, седите над књигом, „загрејали“ сте столицу, отворили књигу, али никако да добијете вољу да почнете и да је читате.

Шта тада? Постоји неколико правила загревања за рад:

- Учење почните градивом које је вама занимљиво.
- Загревајте се за рад учећи лакше градиво које не захтева већи интелектуални напор. На овај начин брзо постижете успех и осетићете задовољство што вам учење „иде од руке“. Брзи успех са собом доноси и вољу за даљи рад.
- При почетном учењу правите мале кораке, не почињите са дугачком лекцијом или је поделите на мање смисаоне целине.
- Учите уз оловку, папир, подвлачите оно што је битно у тексту, запишујте кључне речи како бисте приморали себе да се концентришете и кренете са радом.
- Водите рачуна о правилном положају тела, добром осветљењу, времену за учење. Све ово мора бити повољно како би утицало на почетни рад, како бисте добили вољу за учење.
- Склоните из свог видокруга све занимљиве предмете који нису везани за учење како вам не би скретали пажњу и „вукли“ вас ка ономе што је занимљивије.



Шта ако и даље немате вољу и нисте загрејани за рад?

САВЕТ: Ако будете само чекали да се појави воља, вероватно је никад нећете дочекати. Почните да учите без воље и инспирације, не размишљајте шта би било кад би било, већ отварајте књигу! Кад једном кренете, можда вам се догоди да то учење и не буде тако страшно како је изгледало.

И



ИГРА

Игра је слободно смишљена и изабрана активност која нас упознаје са светом у коме живимо, доприноси међусобном упознавању, пружа нам задовољство, често нас одушевљава и покреће наше стваралачке и креативне снаге. Обавезна је у раном детињству, није забрањена за адолесценте (адолесценција – период сазревања, прва младост), ни за младе одрасле људе, ни за зреле особе, а нарочито није забрањена за баке и деке. Срећан је сваки онај човек који зна да се игра и онда када више није дете.

Наравно, кроз школски живот не можете успешно путовати, а да не умете или нећете да се играте. Реч игра се најчешће употребљава у значењу забава, разонода. Постоји велики број игара. У школском животу добро ће вам доћи игре које су на неки начин повезане са учењем, а да вам ипак буду забавне. Такве су различите игре речи и бројева. Кроз ове игре развијате говорне и математичке способности, способности памћења и логичког закључивања. То су игре: *на слово, на слово, љуви џелефони, на три слова, игре меморије, карти-рошке игре, шах, не љути се човече, занимљива географија* и наравно, мноштво игара на рачунару.

Понекад треба да будете опрезни када су игре у питању. Нису препоручљиве све игре, а неке од њих нису ни дозвољене, као што су:

- „игре“ са људима, њиховим осећањима, када људе варате и на тај начин их повређујете;
- „игре“ које физички повређују друге, када (не)намерно скачете на друге, гађате их неким тешким или оштрим предметом, у „жару“ игре их ударате и сл. ;
- „игре“ експериментисања, пробања алкохола и дрога, а непожељно је и дувана;
- „игре ватром“, односно испробавање туђег стрпљења, нервирање некога или играње са стварима опасним по људско здравље или живот;

- „игре“ са школом – игре са школом нису препоручљиве, јер школа често нема разумевања за игре типа *разбијамо школске ѓрозоре, шкрабамо ѓо клуѓама, исѓисујемо ѓрафиѓе, униѓиѓавамо сѓѓолице, ѓравимо неоѓравдане изосѓанке, ѓсујемо насѓавнике* и сл.;
- неодговорне сексуалне игре – улазак у свет одраслих и прихватање задовољстава света одраслих носи са собом и преузимање одговорности за сопствене поступке;
- „игре“ на друштвеним мрежама - не пишите и не радите другима на друштвеним мрежама оно што не желите да други раде или пишу о вама. Друштвене мреже вам омогућавају да добијете пажњу и да не будете сами, али исто тако могу постати канали за слање мржње, ружних речи и погодне су да лаж, искривљена истина или изјава без довољно знања постану извор бројних неугодности.

САВЕТ: Играјте се игара које доносе смех и шалу за све, које су радост, весеље и задовољство, које са собом носе спонтаност и слободу.

ИНТЕРЕСОВАЊЕ

Глаголска именица од глагола интересовати се (од латинског *interesse*), а значи занимати се, узимати учешће у нечему, распитивати се за нешто, имати наклоност према нечему.

Интересовање је тежња да се са предметима и појавама боље упознате, да проникнете у њих. Интересовања могу бити усмерена на различите области: науку, спорт, уметност, културу, забаву...

За неке људске делатности и активности су сви заинтересовани, на пример за неку врсту забаве, већина вас нема проблема са интересовањем за спорт, неки показују интересовање за уметност, нарочито за филмску или музичку, али када је у питању наука број заинтересованих нагло опада. Како се наука највећим делом изучава у школи, тако је и интересовање за школу у великој опасности.



Познато је да већи интерес за неки предмет олакшава и убрзава усвајање знања из тог предмета. Проблем је како развити интересовање за одређени наставни предмет ако интересовање за њега не постоји. У предности су сви они који имају наставника који својим излагањем и квалитетним предавањем развија интересовања (не предаје једнолично, користи различита наставна средства, активира ученике...).

Интересовање за неко градиво расте:

- ако увидите могућност коришћења стеченог знања у пракси, у свакодневном животу;
- ако вам та знања могу донети неке користи или привилегије (добар успех, упис у жељену школу, стипендију и сл.);
- ако добијете добру оцену. Успешност (добра оцена) из неког предмета повећава интересовање за тај предмет, те се зато трудите да на самом почетку школске године добијете добру оцену да бисте имали вољу за даље учење тог предмета;
- ако учите са разумевањем јер градиво које се не разуме не може бити интересантно;
- ако убедите себе да вам неко неинтересантно градиво треба за неки други, можда интересантнији предмет;
- ако знате да ће вам и досадно градиво требати у свакодневном животу, пре или касније;
- ако донесете чврсту одлуку да ћете учити и досадно градиво;
- ако знате да у животу није све забавно;
- ако верујете да је откривање, упознавање, учење новог, само по себи интересантно и узбудљиво. У човековој природи је да жели да сваког дана зна више него јуче и да воли да „завирује“ у непознато.

САВЕТ: Имајте у глави следећу мисао: некада неинтересантне ствари доводе до неочекиваних, интересантних догађаја. Можда ће се то баш вама десити када учите нешто што вас не занима!

ИНТЕРНЕТ

Поред учења у школи, дигитално и онлајн учење постаје посебна област која има свој удео у процесу стицања знања, навика и вештина, унапређује квалитет знања и развија способности за самостално учење и самообразовање.

Пре него што почнемо да говоримо о учењу уз помоћ интернета, треба истаћи да ниједан алат, ни претраживач неће и не може да замени људски ум, али може побољшати потрагу за знањем и развојем мудрости и културе.

Предности коришћења интернета приликом учења:

- Замењује бројне књиге, енциклопедије и друге изворе информација;
- Омогућава брзо претраживање великог броја података;
- Можете лако и брзо прегледати више текстова онолико пута колико вам је потребно;
- Већина садржаја, поред текста, има илустрацију, аудио или видео додаток који олакшавају учење. На тај начин су занимљивије објашњени него на часу;
- Омогућава виртуално упознавање са делима и личностима знаменитих људи света;
- Пружа могућност „обиласка“ градова, музеја, галерија, познатих грађевина...;
- Пружа могућност упоређивања података из различитих извора информација;
- Уз помоћ различитих апликација и програма можете проверити ваше знање и брзо добити повратну информацију;
- Пружа могућност међусобног повезивања преко разних платформи у реалном времену и размену информација;
- Учење може бити динамичније и забавније од класичног учења из уџбеника;
- Постоје бројни Youtube туторијали који вам објашњавају како да решите одређене задатке или проблеме;
- Омогућава вам да стварате сопствене приручнике или подсетнике о некој теми, нарочито ако немате литературу или уџбеник из области коју учите.

Недостаци коришћења интернета приликом учења:

- Даје лажну представу да сте нешто научили ако сте само прочитали текст и одгледали неки видео снимак;
- Постоји опасност од прихватања информација са интернета без критичког осврта на извор информација. Велики број информација на интернету су непроверене или лажне, тако да претраживање података захтева способност вредновања и селекције садржаја;
- Олако коришћење наредби *copy-paste* омогућава вам лако (и недозвољено) присвајање туђих мисли и навода као својих;
- Могућност преласка са линка на линк веома често вас може веома удаљити од суштине садржаја који учите;
- Лако прелажење са градива које учите на вама занимљиве садржаје и губљење драгоценог времена које имате за учење;
- Не омогућава вам да једноставно, док читате текст истовремено подвлачите најважније, обележавате кључне речи, записујете оно што је нејасно, бележите непознате речи и слично, што је веома битно за ефикасно учење;
- Тражи од вас велику концентрацију приликом читања са екрана, што може довести до бржег замарања, нарочито чула вида;
- Успешно и ефикасно се може користити само ако имате већ неко предзнање из области коју претражујете. У супротном, губите много времена и често можете доћи до погрешних информација.
- Захтева развијене радне навике и способност самосталног учења. Ако то не поседујете, интернет вас одвлачи од учења и чини га неефикасним.

ИСПИТ

Испит је проверавање одређених знања и умења, способности и резултата рада и учења. Постоји велики број испита – квалификациони, пријемни, завршни, разредни, матурски, дипломски, поправни, али и животни, љубавни, другарски, испит поверења, упорности, храбрости ...

Свако проверавање носи у себи дозу непријатности, али и буди жељу да будемо успешни и да се докажемо. Постоји низ савета и правила како да се понашате пред испит и на самом испиту како би резултат био што повољнији.

Припреме за испит састоје се у следећем:

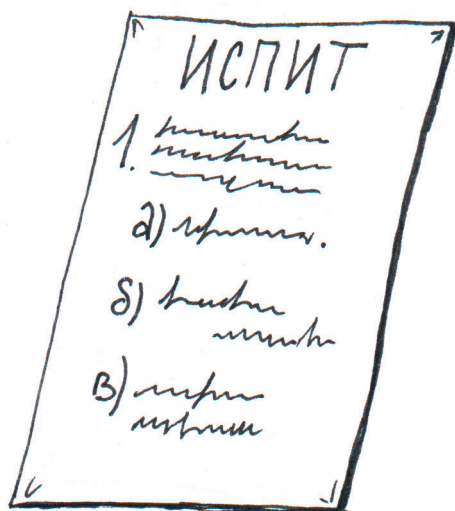
- довољно да пре испита направите план припреме за испит – сагледајте шта све треба да научите и са колико дана располагете, те распоредите градиво на те дане;
- учите према плану;
- ако имате трему од усменог испита, добро је код куће одглумити одговарање пред наставником тако што ћете нека питања гласно излагати као да сте на испиту;
- дан пре испита проведите тако што ћете само кратко поновити места у градиву где сте несигурни;
- у дану пред испит дозвољена су шетња, лагани спорт, возња бициклом, али не и тешке физичке вежбе;
- вече пред испит немојте провести у гледању филмова страве и ужаса или читању сличне литературе;
- умерено вечерајте;
- уочи одласка на спавање припремите прибор којим ћете радити на испиту или само проверите да ли сте све спремили ако сте тај посао већ завршили;
- на спавање идите у уобичајено време, ни прерано, ни прекасно;
- на дан испита устаните на време, јер журба повећава страх;
- доручкујте лаку храну, али обавезно доручкујте;
- себе убедите да сте овог пута заиста уложили доста труда (под условом да је то заиста тако);
- ако нисте довољно учили, а ипак излазите на испит, кажите себи да немате шта да изгубите ако пробате, можда вам се ипак посрећи;

Правила понашања на самом испиту:

- при додели теста слушајте наставника који објашњава и даје додатна упутства;
- питања детаљно и пажљиво читајте, обратите пажњу на детаље;
- рад започните решавањем лакших задатака или оних које знате;
- ако неки задатак не можете никако решити, не губите време већ пређите на други задатак, а на тај се вратите само ако вам остане времена;
- при раду штедите нерве, чувајте се од панике дубоким дисањем, гимнастиком рамена, померањем главе, кратким предахом и сл.;
- чувајте се грешака које настају из брзоплетости, понекад се због брзине или непажње погрешите на ономе што се веома добро зна;
- најбоље резултате постижу најупорнији, а не најбржи и зато предајте рад тек ако сте све више пута прегледали;

- оставите пет минута времена (ако их имате) да преконтролишете резултате;
- без обзира колико вам се чини да је испит лак, приђите решавању задатака пажљиво и концентрисано.

Сва ова правила не важе само за „велике“ испите, овако треба да се понашате пред сваки контролни или писмени задатак.





ЈАВЉАЊЕ НА ЧАСУ

Код многих ученика постоји дилема да ли треба да се јављају на часу, дижу руку и траже могућност да покажу своје знање или је довољно научити градиво, бити сигуран у своје знање и мирно чекати прозивку наставника.

Скоро сви наставници воле да се ученици јављају на часу. Многи то тумаче као заинтересованост за њихов предмет и склони су да на основу веће или мање учесталости јављања дају бољу или слабију оцену. Ученик који се јавља на часу бива запажен од стране наставника, постаје наставнику симпатичан и по правилу, лакше добије добру оцену. Супротно се дешава са учеником који се не јавља. Његово нејављање често се тумачи као незнање и добија лошију оцену. Наравно, јављање не треба да буде без смисла, „на прву лопту“, а да заправо не знате одговор.

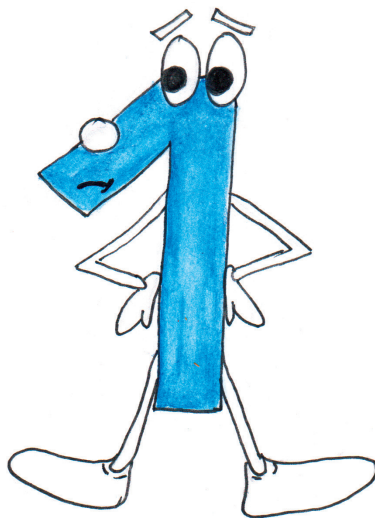
Наравно, не морамо нагласити да овде не говоримо о јављању типа: *моју ли у шоалеџи, смејџа ми сунце, да ли моју да зарежем оловку, бацим жваку...*

САВЕТ: Они мало несигурнији или они који не воле да се истичу треба да практикују дизање руке увек када знају. Када их наставник прозове треба да устану одлучно и брзо (уместо несигурног и спорог устајања), затим да јасно, гласно и сигурно кажу оно што знају без обзира колико је то. Понекад сигурни почетак може довести до тога да вас наставник даље и не пита. Ови ситни „трикови“ могу вам донети бољу оцену за исто знање.

ЈЕДИНИЦА

Јединица је најнепожељнија оцена у школи. Ако се „срећете“ са њом ретко – није страшно. Свака оцена се, уз мало или мало више труда, може поправити. Неуспеси се дешавају, не кривите друге и пронађите грешку код себе. Признајте је барем самом себи, промените метод учења, повећајте време за учење, потражите помоћ од другова, наставника, родитеља, будите пажљивији на часу...

Ако је јединица свакодневна појава код вас, време је за узбуну! Што време више пролази све је теже нешто променити, нарочито ако је крај школске године близу. Хитно направите временски план учења, учите само најбитније (прошло је време учења за петицу), тражите помоћ од свих – родитеља, наставника, другова, школског педагога, заборавите на забаве и изласке, уведите лично ванредно стање. Не ослањајте се на чудо, јединице се не поправљају саме од себе. Не рачунајте на добру вољу наставника! Не помишљајте на преписивање (то је тек последњи очајнички покушај поправке), а можда ће и баш тог дана друг од кога преписујете имати прехладу и изостати из школе. Не рачунајте на поклањање двојке, јер ће можда баш од ваше генерације избацити ту праксу. Имајте поверења у себе и рачунајте на своје снаге. Можете ви то, али бар мало прелистајте уџбеник и прочитајте најбитније из лекције. Ако на крају ипак све буде у реду (и добра воља наставника, и преписивање, и поклањање оцена...), бићете задовољни сами собом, јер ћете и себи и другима доказати да можете више од јединице и да се труд ипак исплати.



К

КАМПАЊСКО УЧЕЊЕ

Назив „кампањско учење“ не потиче од учења у кампу, мада резултати кампањског учења могу да личе на резултате учења које би постигли учећи у летњем кампу, при температури од 35°C у хладу, купајући се у топлом мору и мислећи на вечерњи излазак... Иначе, то је нередовно учење, учење на брзину, непосредно пред испитивање, тзв. *учење за оцену*. Резултати оваквог учења су празнине у знању и површност. Оно што је најгоре – све се заборави за неколико дана, а нешто већ тог истог.

САВЕТИ у борби против кампањског учења: развијајте своје радне навике и свест о сопственим обавезама; покушајте да натерате себе да нешто од старог градива поновите и да се подсетите, без обзира што га наставник можда и неће питати. Повезујте старо и ново градиво.

КОНЦЕНТРАЦИЈА

Реч латинског порекла *concentratio* и значи окупљање око једне тачке, способност удубљивања у нешто.

Ефикасног учења нема без добре концентрације, а то значи да сте у стању да се у потпуности посветите ономе што тренутно учите, да се фокусирате на градиво које је пред вама. Концентрација се може увежбати и побољшати. Савети за бољу концентрацију су:

- Учите и пишите домаћи задатак увек у исто време и на истом месту;
- Тражите мир за време учења, без родитељског или другарског прекида;
- Правилно седите и имајте добро осветљење;
- Заборавите породичне и личне проблеме за време учења (ако сте ипак исувише заокупирани њима, не почињите учење, већ потражите неко привремено решење тих проблема или потражите помоћ ако их не можете сами решити). Не вреди учити ако су вам мисли на другом месту;
- За време учења одстраните занимљиве детаље, слике, играчке и слично из сопственог видокруга (треба да знате да је скоро све занимљивије од учења, нарочито када вам се не учи);
- Повезујте текст лекције са неком фотографијом или епизодом. Смислите свој начин повезивања, односно асоцијација;
- Вежбајте концентрацију и када не учите – памтите детаље, след догађаја, повезујте узроке и последице, понављајте бројеве, на пример ауто таблице које сте видели тог дана, памтите наслове у новинама и слично;
- О омиљеној забави мислите после учења;
- Мисли о симпатији раздвојте на мисли пре и после учења;
- Учите у просторији која је добро осветљена;
- Учите у просторији која није ни прехладна, али ни претопла, око 20 до 22°C.

САВЕТ: Не форсирајте учење ако се дешава нешто значајно и занимљиво око вас. Тада се не можете концентрисати на учење, али немојте ни сваки дан измишљати нешто изузетно занимљиво што вас спречава да учите.

Л



ЛАБОРАТОРИЈА (ЗА СТИЦАЊЕ ЗНАЊА)

Реч латинског порекла *laboratorium* и значи специјално опремљена просторија за научно-истраживачки рад.

Можемо рећи да се до знања може доћи на два начина:

Први начин: Уђете у продавницу знања и купите, на пример, пет килограма знања из математике, шест метара знања из историје, две литре знања из хемије и донесете пакет кући. Затим улијете нешто тог знања у главу, неколико метара знања из историје омотате око главе, а једно два килограма знања оставите за касније и не размишљајте више о томе. Учинили сте све што сте, по својој процени, могли да учините. Али, на жалост, такво куповно знање брзо се квари и испарава. Мало тога остане употребљиво.

Други начин: Направите у својој кући лабораторију за стицање знања (потребна вам је једна мања просторија, сто, столица и светло), набавите нешто знања у сировом стању (може се наћи у школи приликом наставниковог предавања). То знање у сировом стању почните да прерађујете у својој личној лабораторији уз помоћ мотивације, концентрације и памћења (то већ имате код себе, набављено је у раном детињству уз помоћ родитеља, а могу се наћи и нови и свежи као хитна роба). Сада томе додате извесне количине разума, убаците везивне елементе, на пример, систем у глави, мало трансвера знања и преслишавања, мешате их и стварате нова знања, обавезно додате средства против кварења и брзог испарења као што су упорност, технике памћења, ефикасно учење и слично. Ако се нешто и поквари, одвојте га од оног што је исправно, поновите процес и пазите да се грешке у справљању следећи пут не понове.

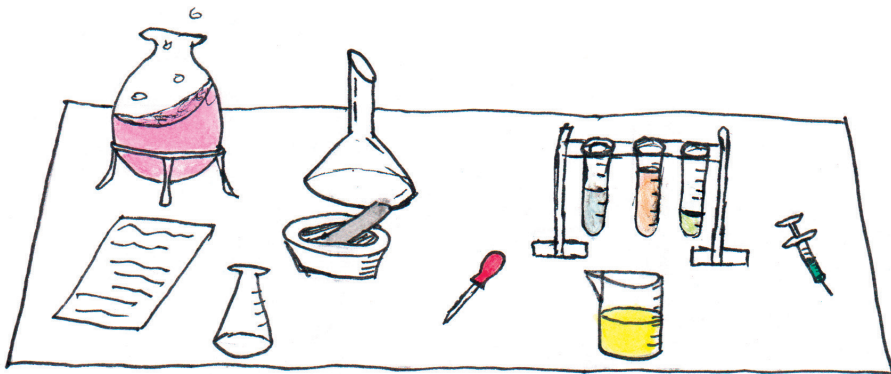
САВЕТ: Ако и дође до експлозије (знања) у вашој лабораторији – није страшно. То се догађа и у правим лабораторијама.

ЛАКИ И ТЕШКИ НАСТАВНИ ПРЕДМЕТИ

Подела на лаке и тешке наставне предмете не постоји. Није редак случај да је одличном физичару музичка култура изузетно велики проблем или да је сликарском генију биологија права ноћна мора. Не постоји подела ни на важне и мање важне предмете, јер сваки предмет доприноси развоју једног дела ваше личности. Ако се изостави било која област рада, имаћете прекиде и пукотине у вашем свеопштем развоју, образовању и васпитању.

Да ли је вама неки предмет лак или тежак зависи од ваших способности, интересовања, породичног усмерења, личног ангажовања, озбиљности којом прилазите раду и слично.

ОНО ШТО ЈЕ ВАЖНО: Добро је што смо различити, што нас занимају различите ствари и различити наставни предмети, а свако је у нечему добар више него други.



Љ



ЉУТЊА

Љутњу ћете осетити када процените да се нешто одвија супротно вашим жељама, када мислите да сте урадили све како треба, а опет се ствари не догађају онако како бисте желели.

Љутња је често присутна у животу. Она у себи носи поруку другој особи да треба да промени своје понашање. Лако можемо да запазимо особу која се љути – намргођена је, стеже песнице и уста, из очију „севају муње“, подиже тон, спремна је да се туче...

Љутња је дозвољена ако је оправдана, а оправдана је:

- ако постоји стварна угроженост, на пример стално „другарско“ задиркивање, физичко узнемиравање, ругање, неоправдано омаловажавање од стране родитеља или наставника;
- ако јачина љутње одговара јачини угрожавања (није добро ако се због ситнице претерано љутите);
- ако љутњу можете да изразите на прихватљив начин – да једноставно кажете: „Смета ми то и то, желео/ла бих да престанеш да...“, покажите је мимиком, покретом, подигнутим тоном, игнорисањем, духовитом примедбом или сличним понашањем које је прихватљиво.

Љутњу веома често осећате након добијања слабе оцене или неке казне у школи. Мислите и често љутито кажете: „Питао ме је најтежу лекцију. Наставник ме мрзи, само мене прозива, нисам само ја крив/а...“ Не треба да вам кажемо да је та љутња неоправдана и да грешку треба тражити у правом кривцу, односно у себи самом.

САВЕТ: Преузмите одговорност, љутите се на себе, али са циљем да промените своје понашање.



M



МОТИВАЦИЈА ЗА УЧЕЊЕ

Реч мотивација потиче од латинске речи *motivatio* која значи покре-
тати и представља скуп подстицаја и побуда који човека покрећу на
активност.

Мотивација за учење је скуп подстицаја који вас покрећу на стицање зна-
ња. Најбоље је када имате унутрашњу потребу за учењем, односно када вас
нико не присиљава да учите, када је то ваша лична одлука и жеља да много
знате, будете образовани и нађете добар и цењен посао.

Ако вас неко, најчешће родитељи или наставници присиљавају да учите
и то чините уз претњу и казну, зато што то неко захтева од вас, говоримо о
спољашњој мотивацији. Тада је учење много теже, а резултати учења много
слабији и краткотрајнији.



Покушајте да пронађете шта вас покреће. Сигурно нешто има, на пример:

- жеља за стицањем знања;
- жеља за самопотврђивањем;
- стицање угледа у одељењу;
- знатижеља;
- изазов да се савлада нешто тешко;
- жеља да се добију похвале, награде, поклони;
- жеља за угледањем на друге;
- жеља да се задиве родитељи, симпатија, наставник...;
- потреба да се имају све одличне оцене;
- жеља за уписом у неку елитну школу или факултет;
- потреба да будете што боље оспособљени за каснији живот;
- у инат свима...!

САВЕТ: Сви разлози унутрашње мотивације су добри, јер је за сваког човека нешто друго важно, а различите ствари и потребе нас „гурају“ ка успеху. Добро је да знате шта вас покреће на учење и да будете свесни онога што ћете ви лично добити када овладате неким градивом.

МУЗИКА

Музика је незаменљив и незаобилазни део школског и целокупног живота. Треба да буде присутна свуда, да нас увесељава и оплеменењује. Питање је да ли учење и музика иду заједно, истовремено, јер многи ученици уче уз музику. Учење и музика могу да иду заједно, али постоји неколико правила којих треба да се придржавате при учењу, а која су у вези са музиком:

- исувише гласна или вама блиска музика коју певушите при активно-стима где се тражи озбиљно расуђивање, решавање задатака, размишљање – *није ђрејоручљива*;
- музика при преписивању текста, прецртавању, сликању, решавању лакших задатака – *дозвољена*;
- прејака, прегласна музика за време учења – *није дозвољена*;



- музика са интересантним текстом који вас „тера“ да запевате, музика омиљеног певача или групе – *није њрејоручљива*;
- пријатна, ненаметљива, тиша музика – *дозвољена је*;
- музика уз учење за типове личности који имају изразито развијену музичко-ритмичку интелигенцију – *њрејоручује се*, јер они повезују ритам, тоналитет, звуке инструмената, певање... са градивом, стварају везе и асоцијације, те садржаје лекција брже и лакше запамте;
- музика са изразитим ритмом који тера на игру – *њокушајте да избејне-ије*, јер ће вас стално подизати са столице и терати на плес;

Дилему учење или музика решићете ако анализирате своју способност концентрације – ако поседујете добру способност концентрације, ако можете да се „искључите“ из околних дешавања, можете учити уз музику. Ако не можете да се концентришете на учење када сте окружени занимљивим ствари-ма – постерима, играчкама, дешавањима које видите кроз прозор и слично, боље угасите радио, телевизор, ЦД, рачунар, мобилни и – учите у тишини.

Н



НАВИКА

Навика је вршење одређене радње која се сталним понављањем или вежбањем учврстила тако да је извршавамо без већег размишљања. Навике вам могу помоћи да много тога урадите брже, ефикасније и успешније. Две важне навике у учењу су навика места и навика времена. Обе ове навике су, у ствари, радне навике.

Навика места је навика да се увек учи на истом месту и у истој просторији. Ако се навикнете да радите на једном месту (најбоље за писаћим столом или сличним столом за рад) онда ће већ само то место и седање на њега бити подстицај за рад.

Навика времена је навика да се сваког дана учи у одређено време. Ова навика се најбоље стиче прављењем распореда учења. Радећи по распореду не губи се време у размишљању шта треба, када и колико учити.

Постоји још добрих навика које ви код себе можете развити, на пример: учење чим се вратите кући после школе, а може и да се прво одморите, па онда учите (али чините то увек у исто време на исти начин), можете учити тако да увек направите скицу лекције или да читате наглас, или да се обавезно преслишавате наглас. Све је дозвољено, стекните неке навике у виду само вама знаних ритуала, процедура и слично, али све у циљу да лакше и брже учите.

Наравно, постоји и много лоших навика када је у питању учење: као прво, то је навика неучења, навика учења у последњем тренутку, навика учења напамет, навика да се учи у лежећем положају, навика заборављања домаћих задатака, навика да се увек други оптуже за твоје незнање и томе слично.

САВЕТ: На време створене навике места и времена „закон“ су за ефикасно учење. Развијајте их !

НЕПРАВИЛНОСТИ (У УЧЕЊУ)

Рекли смо већ да у тешком послу какво је учење треба да изнађете могућности да, уз што мање времена научите што више и да немате „празног хода“ у учењу. Ако неправилно учите може вам се десити да проведете сате и сате учећи, а да су резултати веома слаби. Тако ћете, највероватније, изгубити вољу за рад и сигурност у сопствене снаге.

Неправилно учите ако:

- приликом учења само гледате занимљиве детаље или слике;
- понављате туђе речи не налазећи своје, односно учите напамет целе реченице од речи до речи из књиге или свеске;
- претпостављате да знате и оно што тек треба објаснити;
- мислите да је оно што сте схватили одмах и постало ваше знање, односно, да сте то одмах и запамтили без додатног учења и понављања;
- само слушате на часу, без учења код куће;
- не слушате на часу, већ код куће учите све из почетка;
- само читате лекцију без преслишавања;
- користите речи које нисте разумели;
- не повезујете старо и ново градиво;
- ново градиво учите, а да оно старо нисте добро или уопште научили. У овом случају долази до бркања старог и новог;
- не користите поступак ППЧПП – П – преглед градива, П – питања о градиву, Ч – читање, П – преслишавање, П – понављање целине.

НЕСИГУРНОСТ

Несигурност је погубна за школски успех. Ако се наставнику учини да сте несигурни, вероватно ће и ваша оцена бити слабија. Често наставник процени да сте несигурни, односно недовољно спремни за час, ако је ваш глас тиши, ако подрхтава, ако не стојите довољно усправно, вртите оловку у руци, црвените у лицу и сл. Понекад је наставник у праву, али прави проблем је у томе што приликом одговарања, најчешће, не размишљате о свом спољашњем утиску, већ само о постављеном питању. Тако и дође до неспоразума и погрешног утиска наставника о вама. Ваше знање и жеља да га покажете треба да се чује, али и да се „види“. Нека цела ваша појава казује како знате лекцију, како хоћете да се докажете и како сте сигурни у себе. За овакав став није потребно да знате „све знање овог света“ и целу лекцију као из енциклопедије, довољно је да знате да сте се трудили да савладате градиво и да сте били довољно вредни и упорни у складу са својим способностима.

САВЕТ: Када вас наставник прозове да одговарате устаните одлучно, усправите се док стојите, говорите гласно, јасно, не пребрзо, али не и споро, гледајте наставника у очи, мислите о ономе што знате, не страхујте да ће вас питати баш оно што не знате, мислите позитивно, крените да говорите убедљиво (можда ће вас прекинути и дати добру оцену пре него што дођете до дела који не знате баш тако добро). Утисак ће бити много бољи, оцена такође.

Њ



ЊУХ (ЗА ШКОЛУ)

Њух је потребан за многа школска догађања. Неопходан је за лако и успешно путовање кроз школски живот. Потребан је за:

- одређивање правог времена које је наставник одредио за испитивање;
- погађање питања која ће бити на контролном;
- утврђивање тренутног расположења наставника;
- давања правог одговора или коментара у право време;
- проналажења идеалног места за пушкице.

САВЕТ: Да би се њух током школовања добро развијао и постао прецизнији треба што чешће (и дуже, али без понављања разреда) мирисати школски живот.

O



ОБНАВЉАЊЕ ГРАДИВА

Обнављање градива је враћање на већ научено градиво у жељи да га што боље запамтите и да га касније успешно примењујете у пракси или у неком новом градиву са којим је у вези. О памћењу и заборављању можеш детаљније прочитати у овом приручнику, а обнављање градива управо има задатак да обезбеди дуготрајније памћење и спречи заборављање.

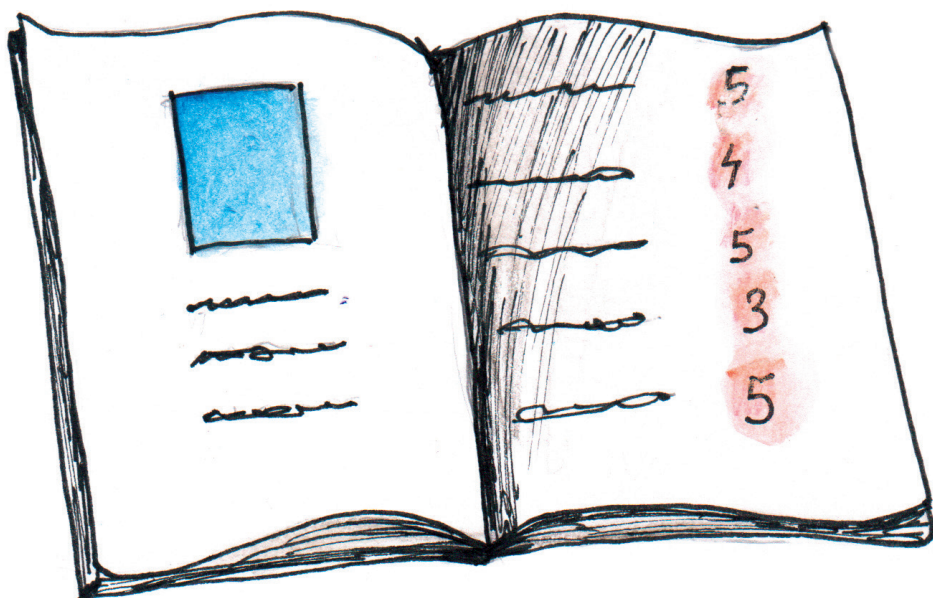
Да би обнављање градива било успешније, ефикасније, треба се придржавати одређених правила:



1. Обновљање градива треба да радите на више различитих начина као што су:
 - а) сажето препричавање својим речима,
 - б) образлагање правила својим речима,
 - в) примењивање знања на нове ситуације,
 - г) вршење класификације, сређивање, података по новом принципу,
 - д) издвајање резимеа, односно, најважнијих мисли.
2. Приликом обновљања градива треба да откривате нове везе и односе.
3. Појединачне појмове треба да повезујете у целину.
4. Сваком обновљању градива треба да одредите циљ: да ли ћете само објашњавати нове појмове, да ли ћете обновљати све појединости или само кључне појмове, да ли ћете проучавати шеме, графиконе, мапе и сл. и да ли планирате само летимичан преглед, излиставање појмова и тако даље.
5. Исто градиво треба увек обновљати на други начин како би се избегла монотонија, досада или учење напамет.
6. У почетку, обновљања треба да буду чешћа, а касније ређа, јер се знање временом учврсти и спорије заборавља.

ОЦЕНА

Оцена је најчешћа тема разговора код куће. У основи сваког питања типа: „Како је било у школи?“, „Шта данас има ново?“ (а тек сте се вратили из школе), „Да ли су наставници данас били расположени?“ и слично, увек је питање „Да ли си нешто одговарао/ла, да ли си добио/ла оцену и коју?“ Родитељи очекују добре оцене и онда су често разочарани и немају разумевање за ваш евентуални неуспех. Често вас и упоређују са другима из одељења желећи да budete бољи. То је оно питање: „Коју је оцену добио, па кажу име твог најбољег друга?“ или: „Видиш како он/а може...“ Подсетите их да су понекад похвала и разумевање бољи подстицаји за учење, али морате и ви да покажете добру вољу.



Школска оцена показује колико сте савладали неко градиво, показује ваше знање чињеница, правила, дефиниција из неког предмета, како знате да их повезујете, решавате проблеме, како схватате узроке и последице неких појава, да ли сте у стању да пронађете главну мисао, поенту, примените знање у пракси... Оцена показује и ваше радне навике, интересовања и залагања у раду. Оцена јесте и показатељ вашег знања у односу на знање других ученика у одељењу, али и колико сте ви лично напредовали у односу на себе самог у току школске године и у односу на ваше способности.

Без обзира што је оцена разлог за препирку између родитеља и деце, ученика и наставника, наставника и родитеља, ученика између себе, а неретко и између наставника међусобно, ви треба да се трудите у складу са својим способностима, да се не обазирете баш много на оцене других и гледате да постигнете што више. Неправде се дешавају, што не значи да неће бити других прилика да покажете своје знање и поправите оцену.

Опис оцена:

Јединица – најнепожељнија оцена у школи. Ако се „срећеш“ са њом ретко, није страшно, свака оцена се може уз мало труда поправити. Ако је јединица свакодневна појава код тебе, уведи ванредно стање и тражи помоћ.

Двојка – школска оцена која вреди само зато што није јединица. Ако сте већ сигурни да знате за двојку, уложите још само мало труда до тројке. Немојте бити у оној групи која на крају године очекује да јој наставници поклоне двојку.

Тројка – је за неке добра оцена, за неке лоша, за неке максимум, за неке минимум, за неке одлично, за неке страшно.

Четворка – је добра оцена, сан многих. Четворка је ретко узрок незадовољства и сви треба да имају у виду да добијање ове оцене захтева доста учења, да је то добра оцена иза које стоји много знања.

Петница – је дивна оцена, жеља и радост свих, али и оцена иза које лежи много труда. Петица може бити опасност по твоје ментално здравље ако не можеш да прихватиш да постоје и друге оцене, а може бити „храна“ твом менталном здрављу ако стигне након вредног учења.

САВЕТ: Често мислимо да учимо само због оцене, само нам је важно да буде што већа без обзира колико знања стоји иза ње. Кажемо: „Да није за оцену, не бих ни учио/ла“. Веома брзо ћете се уверити да ништа није учиено узалуд, да су добра оцена и учење за њу допринели развоју ваше личности и квалитетнијем и лепшем животу.

П



ПАМЋЕЊЕ

Памћење је задржавање онога што је научено. Добро памћење је жеља сваког ученика. Било би дивно само слушати на часу и све запамтити.

Број нових чињеница и поступака са којима се сусрећете изузетно је велик и различит, тако да без свакодневног учења у школи и код куће не можете постићи добар успех. Постоје правила доброг памћења:

- Што је једно градиво боље научено, а то значи да разумете све појмове, повезујете их, можете да испричате лекцију својим речима и слично, ваше памћење тог градива биће дуже и отпорније на заборављање.
- Што је временски размак између два учења већи, мања је могућност „бркања“ два градива. Теже се памти градиво које се учи непосредно иза учења претходног. Добро је направити краћу паузу између учења два градива.
- Уколико је већа сличност између два градива која се уче једно за другим, већа је могућност да се све побрка. Када правите распоред учења два слична градива не треба планирати да учите једно за другим, на пример, физику иза математике, један страни језик после другог страног језика итд. Треба да планирате учење једно за другим потпуно различитих градива – математика после географије, страни језик после хемије и томе слично.
- Понекад градиво које учите или догађаји који се дешавају, или су се раније десили, могу да ометају оно што касније учите. Има много присталица, заговорника учења ујутро или у току преподнева, јер је тада број догађаја који би могли да ометају учење много мањи него увече, када је прошао дан пун различитих догађања.
- Уколико градиво научите напамет, без смисла и разумевања, памтићете га теже и краће.
- Уколико боље организујете и повежете све делове градива, дуже ћете памтити градиво, његове делове и детаље.

- Што једно градиво чешће понављате, знање ће се боље „прилепити“ за вас.
- Кампањско учење доприноси бржем заборављању градива, односно, краћем памћењу које некада траје само један дан после одговарања.
- Активно учење доприноси бољем памћењу градива.
- Добро је кад имате намеру, жељу, добру вољу да нешто научите, јер је тада и памћење боље.
- Преслишавајте се својим речима и покушајте да видите практичну примену наученог, јер је тада такво знање отпорније на заборављање.
- Пронађите своје мале тајне лакшег памћења – на пример: памћење појмова по азбучном реду, боји, броју, некој асоцијацији, месту, слици...
- Водите рачуна да чињенице одмах тачно запамтите. Не морате их све одмах запамтити, али оно што памтите нека буде тачно. Погрешно научене ствари стално изговарате и памтите погрешно и грешка се тешко исправља.
- Убедите себе да вас интересује и оно градиво које вас не интересује, јер се боље памти градиво које је пријатно и занимљиво. Смислите већ неки разлог зашто сте баш „луди“ за неким законом, дефиницијом, чињеницом...
- Тренирајте своје памћење свакодневно да не бисте изашли из форме доброг памћења. Обично памћење великог броја чињеница, без неког већег разумевања, још увек је, на жалост, цењено у нашим школама.

ПОДВЛАЧЕЊЕ

Подвлачење најважнијих делова текста у књизи или уџбенику веома је корисно. На тај начин издвајате најбитније чињенице и касније лакше и ефикасније учите. Подвлачење вас присиљава да мислите док учите.

Са подвлачењем текста треба да почнете тек када сте добро упознати са градивом, после другог или трећег читања. Не треба подвлачити сувише појмова, јер тада подвлачење губи свој смисао. Најважније податке подвучите једном бојом, на пример црвеном, мање важне другом бојом, рецимо плавом. Најбоље је да прво научите оно што је подвучено црвеном бојом као најважније, а онда да на то надограђујете оно што је подвучено плавом бојом, жутим и тако даље. Добро је и памтити по боји, нарочито ако сте визуелни тип ученика (тип ученика који боље памти оно што види, за разлику од аудитивног типа, ученика који боље памти оно што чује).

ПРЕСЛИШАВАЊЕ

Преслишавање је једна од фаза учења и неопходан је део тог процеса. Док се не преслишате својим речима, најбоље наглас, нећете знати да ли сте лекцију савладали или не. Понекад је добро да се, нарочито на почетку савладавања техника успешног учења, преслишавате испред огледала, да бисте видели како изгледате наставнику док одговарате неку лекцију. Можда ћете тада постати свесни да „млатарате“ рукама док говорите, правите гримасе, замуцкујете или, баш супротно, увидите да сте савршен говорник. Преслишавање у себи је често варљиво, јер даје утисак да се боље зна, него што је стварна ситуација.

САВЕТ: Добро је да се након самосталног преслишавања преслишате у друштву, односно да научено градиво испричате другу или другарици који знају исто или више од вас. На тај начин се контролишете и процењујете, пре него што вас оцени наставник на часу. На овај начин најбоље проналазите своје „рупе“ у знању и имате времена да их попуните пре званичног оцењивања.

ПУШКИЦЕ

Пушкице су оно мало, видљиво само за око ученика, веома корисно помагало које захтева вештину при употреби. „Новија научна истраживања“ потврђују да је пушкица изузетно добар лек против лоших оцена и незнања, али се мора правити лично, од стране онога који је користи.

Правећи пушкице приморани сте да учите. При томе користите и правила успешног учења – упознајете се са градивом, издвајате најбитније, бележите исто, оспособљени сте да се снађете у свим тим папирима. Недопустиво је коришћење туђих пушкица, јер се у њима не можете снаћи.

„Лепота и квалитет“ пушкице огледа се и мери величином папира и слова на њему: што су слова мања, а при томе и добро читљива – квалитет пушкице је бољи.

P



РАСПОРЕД (УЧЕЊА КОД КУЋЕ)

Ако сте један од оних ученика који жели да има одличне оцене, али и да буде члан неке од школских секција, успешан ученик музичке или балетске школе, посетилац додатних часова страних језика и разних других ваншколских активности, веома рано ћете у свом школовању схватити значај доброг и ефикасног планирања рада, односно, прављења распореда учења код куће. Ако и не спадасте у горе наведену амбициозну групу ученика, често ћете пожелети да правилним распоредом учења допринесете ефикасности свог рада и да имате више слободног времена за игру или забаву.

Распоред учења је део система учења. Захваљујући добром распореду не мучите себе размишљањем шта, када и како треба да радите. Ако се придржавате времена које сте планирали у распореду, нећете имати „празан ход“ – погледате у распоред учења и тачно знате шта, колико и којим темпом треба да радите и врло лако можете установити и шта сте пропустили да урадите.

Понекад ће се догодити да морате да одступите од свог распореда, али ћете и онда знати шта сте и колико променили у својим обавезама и лако ћете их „пребацити“ у неки други термин. Добра организација рада, добар план учења, увек доприносе ефикасном и квалитетном раду.

САВЕТИ за израду доброг распореда учења:

- Распоред учења се прави на самом почетку нове школске године када се још уходавате у радне обавезе, јер ћете га тада и најлакше усвојити као навику.
- Распоред учења треба да мењате у „ванредним околностима“ – пред писмени или контролни задатак када повећавате потребно време за учење предмета из којих ће бити провера знања.
- Субота и недеља су дани које уносите у свој распоред учења, али тада време за учење можете смањити или, баш супротно, повећати време за учење оног предмета који вам је најтежи.

- Добро је у вечерњим часовима планирати мало времена за „блиц“ преслишавање.
- Ако имате ваншколске обавезе, време учења испланирати пре и после тих обавеза.
- Дужина времена које се планира у распореду за учење разликује се код појединих ученика, а зависи од способности за учење, захтева које постављате пред себе и квалитета знања који се жели постићи.
- Није неопходно, а није ни могуће, да сваки дан учите све предмете и да баш увек будете спремни да одговарате за најбољу оцену. Зависно од тога када сте нешто одговарали, да ли је предавано ново градиво или не, можете планирати некад више, а некад мање времена за учење једног предмета.
- За почетак, док вам се распоред „не увуче под кожу“, залепите га на неко видљиво место у просторији у којој учите.
- Са стране распореда забележите где сте погрешили у процени потребног времена и мењајте то време према потреби.
- Распоред је различит за различите ученике, али треба да се држите, колико можете, правила да се по доласку из школе, ако сте у њој били пре подне, мало одморите, ручате и онда кренете са учењем, између учења појединих предмета направите кратку паузу, а пред спавање још једном све проверите. Када идете после подне у школу, устаните на време, до 8 сати и око 9 почните са радом.

РЕЦЕПТ ЗА КОЛАЧ „ЕФИКАСНО УЧЕЊЕ“

За колач је потребно:

- једно средње тешко ново градиво,
- $\frac{1}{4}$ старог градива,
- две различите боје,
- једна паметна ђачка глава.

Узмите једно средње тешко градиво, поделите га на неколико једнаких „гомила“. Сваку гомилицу пажљиво, више пута премесите читајући и објашњавајући је. Непознате делове добро промућкајте, јер од тога зависи коначан квалитет колача „ефикасно учење“. Смеси додајте $\frac{1}{4}$ старог градива и добро га умесите са новим градивом. Главне податке издвојте из сваког дела, ставите их на врх тог дела и украсите различитим бојама (препоручујемо барем две боје). Градиво поново промешајте, послажите део по део, један до другог и оставите да мало одстоји. Пред вече још једном узмите цело градиво и испеците га у својој глави.

На крају колач прикажите наставнику, али се и сами засладите добијеним знањем (и добром оценом).





СТРЕПЊА И СТРАХ ОД ШКОЛЕ

Било би лепо рећи да страх од школе не постоји, али школа је установа у којој се стално процењују ваше способности и постигнућа, а то није увек пријатно. Како је школа окренута постизању успеха који се мери оценама, страх од неуспеха, односно школе, стално је присутан.

Стрепња и страх се осећа у ситуацијама у којима мислите да вас неко или нешто угрожава, да постоји опасност и да се тој опасности не можете супротставити. Стрепња се најчешће јавља, јер не знате шта ће се десити када дођете у школу. Не знате да ли ћете бити у некој непријатној ситуацији, да ли ће бити непланирано оцењивање и провера знања и слично. У школи постоји страх од неуспеха и лоших оцена, школских правила, појединих наставника, неких ученика, али и од родитељских захтева у вези школе.

Постоје добри и лоши страхови. Ако се ради о страху који вас покреће на активност, онда је реч о *добром сћраку* и он вас штити од неуспеха у школи. Ако се ради о страху који кочи све ваше активности, на првом месту учење, реч је о *лошем сћраку*.

На смањење страха од школе могу да утичу наставници стварањем добре атмосфере на часу, родитељи смањењем превеликих захтева у односу на своје дете и променом начина кажњавања, али и ви сами, јер је страх од школе најчешће условљен недостатком знања из наставних предмета.

Ако осећате сталну стрепњу и страх од школе треба да мењате начин учења, да се дружите са ученицима који немају страх од школе и који вам могу бити подршка. За помоћ се можете обратити и школском психологу и педагогу. Разговарајте са својим родитељима о вашим и њиховим амбицијама и очекивањима како бисте их ускладили и уједначили.

T



ТРЕМА

Трема је врста страха који се јавља у ситуацијама за које ви мислите да превазилазе ваше могућности и доприноси да се унапред бојите те ситуације. Она може бити позитивна и негативна. Прва вам помаже да подигнете ниво будности организма, а друга блокира и паралише активности.

Примери утицаја позитивне треме:	Пример утицаја негативне треме:
1. Час оцењивања, наставник испитује. Ученик мисли у себи: <i>Бојим се, али нешћо сам и научио, можда ме баш шћо љишћа. Моју ја шћо, биће све у реду!</i> 2. Час оцењивања, наставник испитује. Ученик мисли у себи: <i>Учио сам, имаћу среће да ме љишћа оно шћо знам. Оно шћо знам рећи ћу сијурно и одлучно, ља шћа буде!</i> 3. Час оцењивања, наставник испитује. Ученик мисли у себи: <i>Имам љоверења у себе. Не морам баш увек да будем савршен, вера у усљех – усљеха је љола.</i>	1. Час оцењивања, наставник испитује. Ученик мисли у себи: <i>Учио сам, али ће ме љишћа баш оно шћо не знам. Бојим се да ћу ојетљ забрљаји!</i> 2. Час оцењивања, наставник испитује. Ученик мисли у себи: <i>Све сам заборавио, збунитћу се, љишћаће ме оно шћо нема ни у књизи, ни зайисано у свесци!</i> 3. Час оцењивања, наставник испитује. Ученик ћути и мисли у себи: <i>Нишћа не знам, родићељи ће ме казнићи!</i>

CABET: Ако често имате негативну трему и због ње имате слаб успех у школи (а учите довољно и редовно), потражите помоћ од школског психолога или педагога. Што се пре њима обратите, ваши проблеми ће пре бити решени.

Ћ

ЋУТАЊЕ НА ЧАСУ

Постоје две врсте ћутања на часу.

Прва врста зове се *ћућим и слушам наставника* и веома је цењена од стране наставника. Тако „прикупљате“ поене за добру оцену и представљате се као вредни и пажљиви ученици.

Друга врста ћутања *ћућим, јер не знам одговор на питање* је веома непопуларна код наставника. Она вас води ка слабој оцени, доводи у непријатну ситуацију и сврстава вас у ред ученика који делују неодговорно и незаинтересовано.

САВЕТ: Трудите се да што више користите прву врсту ћутања, нарочито на часу када је то потребно.

ЋАСКАЊЕ НА ЧАСУ

Ћаскање на часу значи лако и необавезно причање, наравно не у вези градива које се обрађује. Има сличне последице као *ћућим, јер не знам одговор на питање*. Најчешће је присутно на досадним часовима, између парова у клупи, а може и са друштвом које седи у клупи испред, иза и са стране.

САВЕТ: Ћаскање на часу није препоручљиво и покушајте да га избегнете!



УЏБЕНИК

Уџбеник је главна школска књига са којом се ученици „друже“ током целог школовања. Он је редовни пратилац ученика од куће до школе, од школе до куће, у школи, код куће, на фотељи, кревету или добро сакривен у некој фиоци.

Правила за коришћење уџбеника – „11 педагошких заповести“:

1. Наставно градиво се боље и лакше учи уз уџбеник!
2. Чувајте уџбеник и будите нежни са њим.
3. На почетку школске године, при првом листању уџбеника, упознајте се са њим – погледајте садржај, поглавља, начин писања сваке лекције, додатна питања, издвојене дефиниције, цртеже, речник непознатих појмова и слично.
4. Подвлачите важне делове лекције.
5. Проучавајте илустрације, графиконе, цртеже, фотографије и слично које допуњавају и ближе објашњавају текст лекције.
6. На маргини (ивици) текста слободно додајте своја запажања, недоумице, важније речи и слично.
7. На крају сваке уџбеничке лекције обратите пажњу на резиме, односно кратак преглед градива, јер он садржи суштину лекције.
8. Обратите пажњу на допунске текстове у уџбенику, уколико их има, јер они дају додатна објашњења, писани су на занимљив начин, лако се памте и имају задатак да помогну бољем разумевању градива.
9. Читајте лекцију у целини, а не само интересантне делове.
10. Уџбеник користите што чешће!
11. Личне креативне цртеже и карикатуре оставите за задње странице у уџбенику и крај школске године!



ФЛЕКСИБИЛНОСТ

Реч потиче од латинске речи *flexibilis* што значи савитљив, а у међуљудским односима – онај који је у опхођењу прилагодљив, који своје ставове лако може прилагодити ставовима друге стране.

Флексибилност је способност да пронађете најбољи приступ другој особи или групи људи у решавању неког проблема. Она вам омогућава и боље сналажење у школском животу. Крутост у говору и размишљању могу бити препрека у разумевању других и проналажењу различитих путева у решавању проблема у школском животу.

Како се постаје флексибилан?

- Окружите се позитивним и ведрим људима.
- Избегавајте оне који стално кукају и вечно су незадовољни.
- Будите радознали.
- Повежите се са особама које имају другачије интересе и мишљење од вас.
- Прилагодите свој начин размишљања некој новонасталој ситуацији.
- Промените своје мишљење када је свима, па и вама, јасно да нисте у праву.
- Мењајте увек исти начин решавања проблема, ако је очигледно да тај начин не доводи до решења.

X



ХАОС (У ГЛАВИ)

Хаос значи општи неред, недостатак било каквог реда.

Хаос у глави најчешће настаје када желите да у року од једног дана научите десетак последњих лекције које пре тога нисте ни прочитали, а треба да одговарате за бољу оцену.

Хаос у глави може да се јави приликом учења било ког наставног предмета, али свој најтежи облик добија у предметима који су препуни појмова, датума, личности, дефиниција... Резултат хаоса у глави је помешаност година, личности, догађаја, органа за дисање, планина, хемијских једињења...

САВЕТ: Препорука за нестајање хаоса у глави је редовно и планско учење.



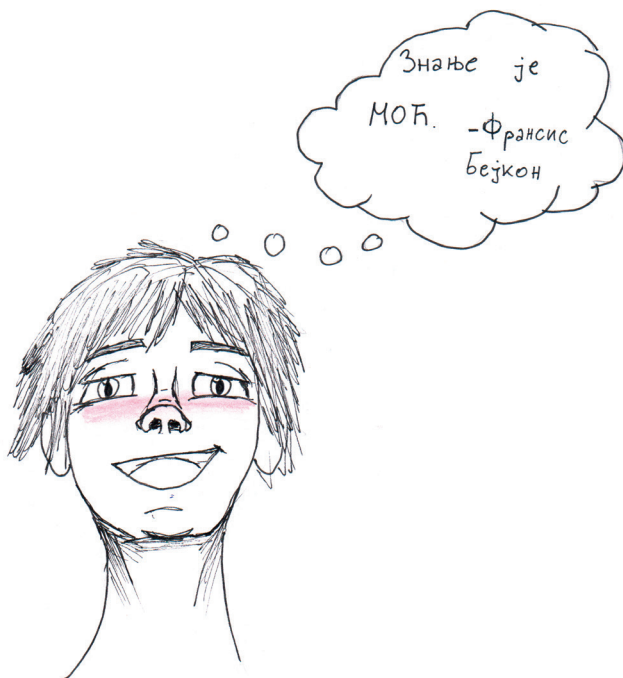
Ц

ЦИТИРАЊЕ

Цитирање је дословно, тачно навођење туђих речи и мисли. Колико год је добро познавати мисли и дела славних људи и наводити њихове речи и мисли, толико је лоше:

- цитирање туђих мисли као својих;
- претерано и безразложно коришћење туђих речи и мисли, јер је то само доказ недостатка властите оригиналности и креативности;
- „цитирање“ (читај учење *најамеџи*) целе лекције из уџбеника. Овакво цитирање је неекономично, без сврхе и применљиво на веома кратке стазе.

САВЕТ: Добро је ако ваше мисли и речи други цитирају као изузетне, оригиналне, занимљиве и паметне.



Ч

ЧАС (школски)

Постоје успешни и неуспешни часови, досадни и занимљиви, „опасни“ и опуштајући, напорни и лаки, часови за обраду новог градива, вежбање и оцењивање, али сви су они, не заборави(!) - обавезни.

Сигурно се много тога може учинити да час буде интересантан, али немојте да баш ви својим понашањем будете најинтересантнији део часа, као на пример:

	ПОНАШАЊЕ УЧЕНИКА	МИСЛИ УЧЕНИКА
1. час	Ученик дремка на клупи.	„Ово је последица „бурно“ проведене ноћи испред ТВ екрана, рачунара, мобилног телефона, или можда уџбеника.“
2. час	Ученик се буди, „чује“ му се стомак.	„Време је за „буђење“ и доручак.“
3. час	Ученик вредно ради.	„Овај час је право време за учење“.
4. час	Ученик и даље учи, али са мањом енергијом и мотивацијом.	„Још увек се добро држим.“
5. час	Ученик постаје помало нервозан, врпољи се на столицу.	„Стварно смо преоптерећени, шта они мисле, колико можемо да издржимо.“
6. час	Ученик дрема, очи полуотворене и зева.	„Трудим се, али мозак ми је на резерви.“
7. час	Ученик исцрпљен, чека крај часа, гледа кроз прозор и прави планове за остатак дана.	„Прође још један школски дан, преживели смо!“

САВЕТ: Када сте већ на часу, искористите га на најбољи могући начин и на њему научите што више.

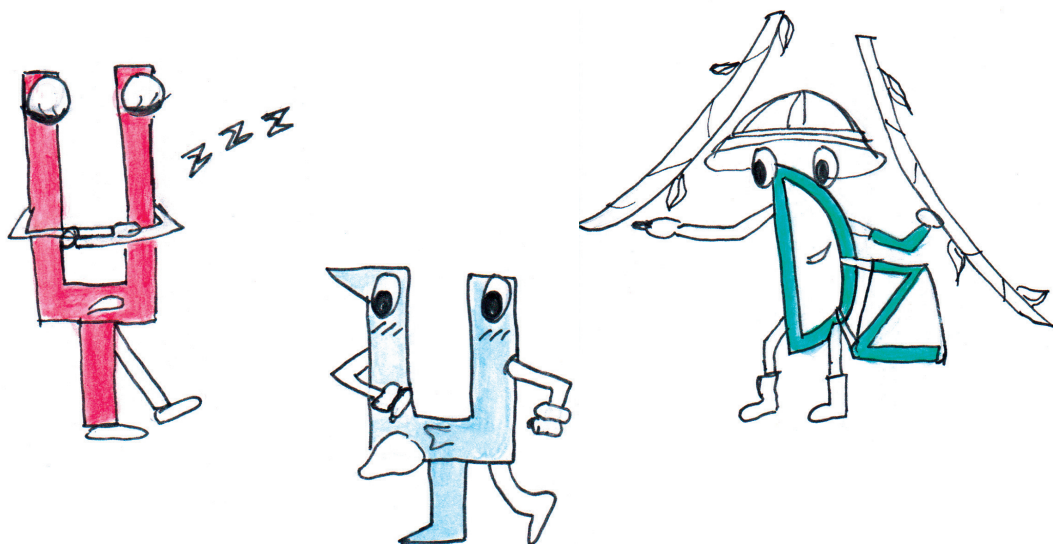
Џ

Џ и Пуџ кроз школски лавиринт (или како повезати појмове на слово Џ са школским живојом)

Кратка шаљива прича

Кроз школску џунулу (шешко проходно место) су џојрали (шрчкарали, неко само рекреативно, неко мало озбиљније) млади људи. Наилазили су у тој школској џунули на разне џомбе (неравнине, рује, исцупчења на џуџу). Неко је на џом џомбасџом џуџу џабалебарџо (мало или нимало радио), неко је џравио џумбус (неред, буку, џаламу), а неко је сањао да је школа само џинџл (крајка рекламна или музичка џорука лака за џамћење).

Најважније у целој овој причи је да су сви џумле (заједно, скупа) схватили да је школа веома важна, да је треба успешно завршити и да све што се у школи учи, не учи се џаба.





ШКОЛА

Школа је образовна установа у којој се подучавају ученици, али она је и прва важна животна станица која је препуна путоказа које треба бирати и пратити током школовања.

Некоме је већ у основној школи делимично одређена будућност – иде у разред са својом будућом девојком или младићем (али то ће сазнати тек кроз много година), седи у клупи са другом са којим ће играти у успешном спортском клубу (а то ће доживети много касније), током школских дана се упознаје са будућим лекаром, који ће лечити његову породицу (ни то још увек не зна), учи га учитељица због које ће постати познати математичар или писац (ни тога још није свестан у школи), али може се десити и да на одмору сретне друга са којим ће много година касније бежати са часова и остати без школе (ни то још увек не зна)...



Школа одређује ваш круг пријатеља, ваша радна места, положај у друштву... Мала је вероватноћа да се нешто велико и значајно може постићи без школе. Знање се увек исплати, пружа вам сигурност, можда не баш увек и материјалну, али личну, сигурно и зато ћете на крају ви који имате знање бити победници.

Избор и одговорност је на вама самима!

ШКОЛА ЗА РОДИТЕЉЕ

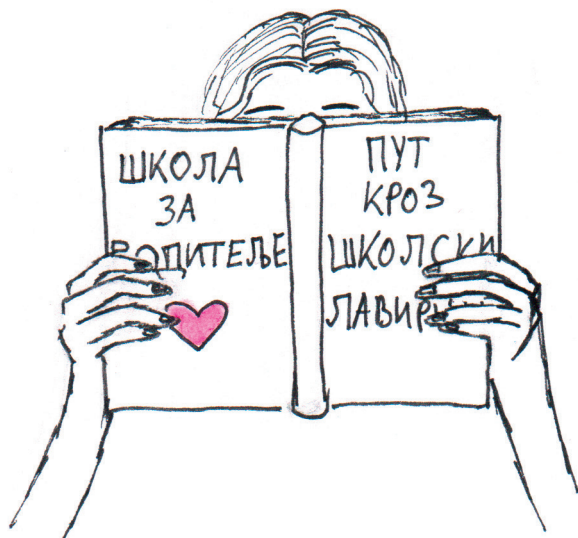
Ако сте овај приручник или његове делове читали са својим родитељи-ма, они сигурно неће прескочити крај који је намењен њима, а све у жељи да вам помогну да успешно прођете кроз школски период.

Ако сте приручник читали сами, обавезно упознајте родитеље са саветима из *Школе за родитеље*.

Школа за родитеље – кратак курс:

1. Прихватите своје дете као личност која има своја интересовања, способности и особине.
2. Учините све што је у вашој моћи да ваше дете развије своје потенцијале не гушећи његову индивидуалност.
3. Добра дела и успех детета треба приметити! Похваљујте и награђујте своје дете кад год је то заслужило.
4. Грдите и кажњавајте своје дете кад год је то заслужило, али без омаловавања и понижавања личности детета. Захтевајте промену понашања без вређања личности.
5. Нека ваше похвале и казне буду благовремено, правилно одмерене, у складу са узрастом детета, образложене, објашњене и укинута онда када дође до позитивне промене понашања.
6. Јасно кажите детету да га волите и онда када је дете нешто погрешило и када је кажњено, пазећи да не прекидате контакт и комуникацију у породици.
7. Јасно кажите детету да у вама има ослонац, да га подржавате и да ћете му помоћи без обзира у каквој ситуацији се налазило.
8. Пружите детету помоћ када му је потребна, али пустите га да самостално ради када видите да оно то може – оставите му довољно простора да одрасте.

9. Нађите времена за своје дете и проведите га квалитетно и заједно.
10. Имајте разумевања и стрпљења, сакупљајте животне мудрости и искуства других, потражите савет и помоћ стручњака ако треба, а све у циљу да оспособите своје дете за успешан самосталан живот.
11. Читајте *Пут кроз школски лавиринт* заједно са вашим дететом, разговарајте о појединим појмовима и помозите му да примени понуђене савете.



CIP - Каталогизација у публикацији
Библиотека Матице српске, Нови Сад

371.212(035)

ИВКОВИЋ, Зденка, 1958-

Пут кроз школски лавиринт / Зденка Ивковић ; [илустрације Ивана Крчмар]. - Нови Сад : Богуновић, 2023 (Нови Сад : Футура). - 75 стр. : илустр. ; 24 cm

Тираж 1.500.

ISBN 978-86-81678-58-9

а) Школа - Ученици - Приручници б) Школски живот - Приручници

COBISS.SR-ID 127084809