**UČINKOVITO UČENJE NA DALJAVO**

**Spoštovani učenci, učenje na daljavo terja precej naše samodiscipline. Da bo le to kar se da učinkovito vam prilagam nekaj kratkih navodil, ki se jih je dobro držati, da boste uspešni:**

* **svoje dnevne obveznosti opravljate sproti oz. redno (ne dovolite, da bi se vam snov kopičila, saj jo boste težje osvojili, če jo bo preveč naenkrat);**
* **prostor za učenje naj bo primerno svetel, topel in večkrat prezračen;**
* **šolskega dela se lotite vsak dan ob približno istem času, ne pozno zvečer ali takoj po končanem kosilu;**
* **v opravljanje dnevnih nalog vnesite odmore (odmori naj bodo kratki, brez uporabe motečih dejavnikov (mobitel, spletna omrežja, tv …))**
* **največ si zapomnite na začetku ali koncu učenja, zato naredite več začetkov in več koncev;**
* **pomembno je »notranje« pozitivno vodilo za učenje. Spodbudne besede, misli si napišite na listke in jih nalepite na steno pred seboj.**
* **ne pozabite na telesno aktivnost, na sprostitvene oz. dihalne vaje za umirjanje in boljšo koncentracijo, ki so objavljene na naši spletni strani;**
* **poskrbite, da boste imeli dovolj časa tudi za tiste stvari, ki vas veselijo in sproščajo (npr. glasba, branje zanimivih knjig, ustvarjanje, petje …, skratka za vse tisto, za kar vam v »normalnih okoliščinah« zmanjka časa in vas tako ali drugače bogati).**

**Verjamem v vaš uspeh. Maja Potočnik, ŠSS**