

Namų darbai! Nuo ko pradėti?!

Primename, kad tinkamiausias laikas pamokų ruošai 16.00–19.00 val.

Jeigu nori, kad 100 mlrd. tavo smegenų neuronų ir sinapsių efektingai dirbtų, dalintųsi informacija ir tu išmoktum, svarbiausia nesinervink ir nepanikuok.

Pasimankštink prieš ruošdamas pamokas. Daugybė mokslinių tyrimų rodo, kad trumpa mankšta (apie 5–15 min.) suaktyvina smegenis, todėl mąstymo procesas tampa kokybiškesnis.

Ruošti pamokas pradėk nuo vidutinio sunkumo užduočių ar darbų, po to atlik sunkiausias užduotis, o lengviausias užduotis pasilik pabaigai.

Lengviau bus išmokti, jei mokysiesi vieną po kitos skirtingas pamokas. Pavyzdžiui, tokia tvarka: lietuvių kalba – matematika – istorija – anglų kalba ir t.t. Supratai?

Nusistatyk laiko tarpą, kurį skirsi užduočiai. Smegenys turi žinoti, kad šis procesas nėra begalinis, o turi konkrečią pradžią ir pabaigą. Mokykis aiškiais, trumpais 10–20 min. laiko intervalais.

Išbandyk tai!