



društvo za pomoč otrokom  
in mladostnikom s  
specifičnimi učnimi težavami

### Opozorilo o avtorstvu

Spoštovani,

prispevek, ki ste ga pridobili preko spletnega mesta Društva Bravo ([www.drustvo-bravo.si](http://www.drustvo-bravo.si)), je avtorsko delo. Avtorji prispevkov so dali Društvu Bravo pavico do javne objave prispevkov.

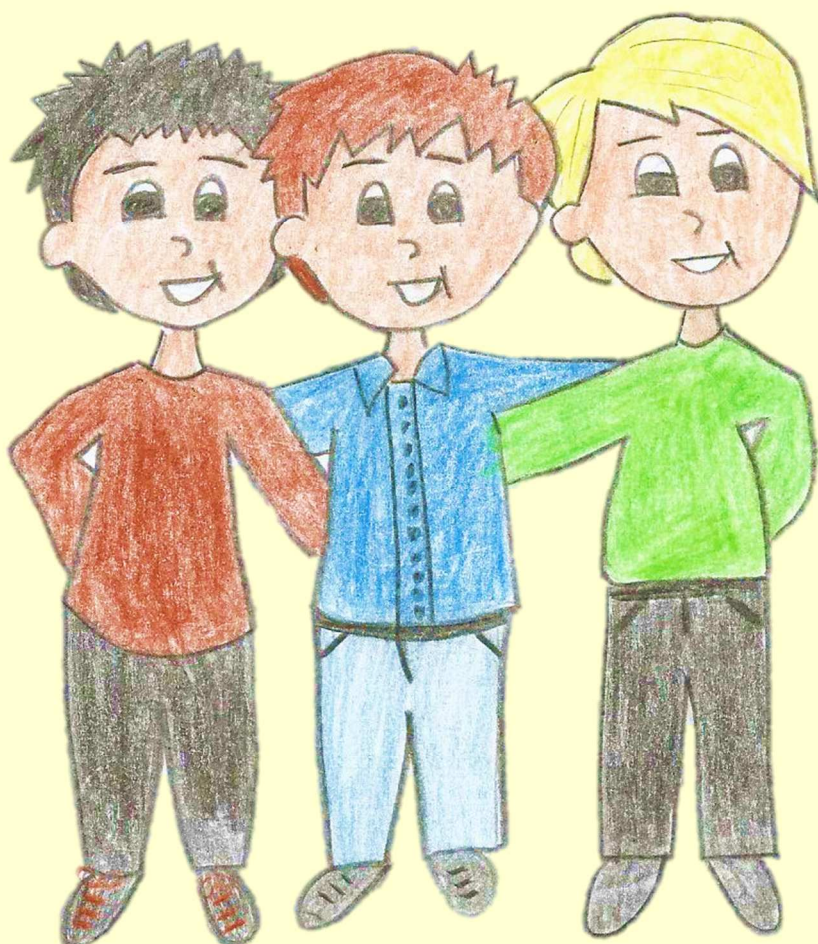
Vse objavljene prispevke lahko delite z vključitvijo povezave do spletne strani društva, kjer so objavljene povezave do prispevkov. **Hranjenje prispevkov na drugih strežnikih brez izrecnega soglasja društva ni dovoljeno.**

**Pri navajanju vsebine prispevka je potrebno obvezno navesti vse avtorje in opombo, da je prispevek pridobljen s spletnega mesta [www.drustvo-bravo.si](http://www.drustvo-bravo.si).**

Hvala za razumevanje.

# KAKO NAJ SE UČIM, DA OD UČENJA NAJVEČ PRIDOBIM?

Priručnik za UČENCE za samostojno učenje doma



**AVTORICE:**

Valentina Božič

Veronika Grebenc

Vanja Hanžekovič

Urška Smolič

**ILUSTRIRALA:**

Valentina Božič

**MENTORICI:**

dr. Marija Kavkler

dr. Milena Košak Babuder

**LEKTORIRANJE:**

Veronika Bakač

Oddelek za specialno in rehabilitacijsko pedagogiko

Pedagoška fakulteta, Univerza v Ljubljani

## KAZALO

**1**

UVODNE BESEDE..... 4

**2**

PREDEN SE ZAČNEŠ UČITI..... 8

**3**

ČAS JE ZA UČENJE..... 26

**4**

KAKO DOBRO SI OPRAVIL SVOJE DELO?..... 51

**5**

SE TI PORAJA ŠE KAKŠNO VPRAŠANJE?..... 74

**6**

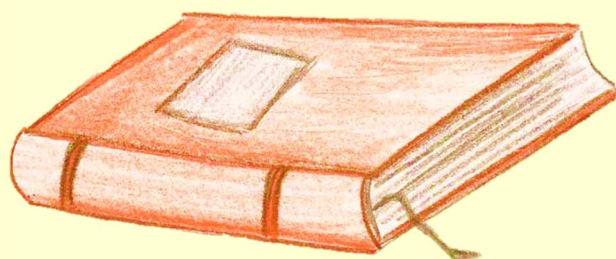
DESET KORAKOV NA POTI DO USPEHA..... 78

Živijo!

- Si se že kdaj spraševal, kako bi se lahko doma lažje učil?
- Si že kdaj razmišljal o vprašanju, ki je zapisano na naslovnici?
- Bi rad izvedel kaj več o tem, kako si organizirati čas in svoj prostor?
- Ne veš, kako bi se pripravil na ustno spraševanje ali govorni nastop?
- Potrebuješ pred učenjem zgolj kakšno spodbudno misel?
- Se ti porajajo še kakšna podobna vprašanja v povezavi s samostojnim učenjem doma?

Ne skrbi, morda odgovore najdeš prav v tem priročniku. Namenjen je tebi, učiteljem, staršem, tvojim prijateljem ... Zbrale smo nekaj nasvetov in upamo, da bodo olajšali tvoje učenje doma.

**Bodi radoveden, raziskuj in se uči.**



V priročniku te bodo spremljali različni simboli. Oglej si, kaj pomenijo.



Se ti zastavljajo podobna vprašanja?



Ali veš ...?

DEFINICIJA

V teh okvirčkih bodo zapisane definicije.



Ne spreglej!



Verjemi vase!

Živijo še z  
moje strani!



Moje ime je Tomi in rad bi ti povedal svojo zgodbo.

Hodim v 9. razred in nekoč bi rad postal policist. Že od nekdaj so mi všeč uniforme. Zato že zdaj treniram borilne veščine in temu namenim veliko časa. Ko sem doma, rad rišem ali peljem psa na sprehod. Pravijo, da lepo pojem.

V šolo rad hodim, ampak branje in pisanje mi ne gresta tako dobro. Pri branju v razredu se res izmučim in ne znam obnoviti, kar sem prebral. Učiteljica je opazila, da potrebujem več pomoči kot moji sošolci. Mnogi so mi želeli takoj pomagati. Ugotovili so, da imam disleksijo. Dolgo nisem razumel, kaj to pomeni. Zdaj vem, da me bo spremljala celo življenje, ampak naučil sem se že nekaj trikov, da se z njo dobro spopadam. Pogumen sem. Še vedno mi je težko, ampak zmorem in zaupam vase. Pridejo tudi dnevi, ko sem jezen na ves svet in si želim, da mi črke ne bi nagajale in poplesavale po listu. Takšen občutek imam namreč, kadar berem. Sošolci so se iz mene norčevali, ker niso vedeli, kako se jaz ob tem počutim. A so se naučili, da smo si različni in da ima vsak svoje probleme. Zdaj so mi pripravljene priskočiti na pomoč. Tudi jaz rad pomagam. Ljudje si moramo med seboj pomagati, kajne?

Naj ti še nekaj  
povem ...



Med brskanjem po internetu sem odkril zanimivost. Ugotovil sem, da sem morda prav zaradi te svoje drugačnosti dragocen.

Si že slišal kdaj za znanstvenika Einsteina, pisatelja Hansa Christiana Andersena, izumitelja žarnice Edisona, igralca Leonarda DiCapria?



To so slavni ljudje, ki jih pozna cel svet. Tudi oni so imeli oz. imajo disleksijo. Tako kot jaz. Verjetno ne bom postal slavna osebnost, morda tudi ti ne; **ampak oba imava možnosti, da postaneva nekdo, na kogar bodo ponosni. Si za?**

P. S. : Kakšen gromozanski dolgčas bi bil, če bi bili vsi enaki. ☺

*Tom*



# 2

## PRE DEN SE ZAČNEŠ UČITI

PRIPRAVI SI PROSTOR ZA UČENJE

ORGANIZIRAJ SI ČAS



## PRIPRAVI SI PROSTOR ZA UČENJE

1.

Dobro se pripravi in izberi primeren prostor za šolsko delo.

2.

Svoj delovni kotiček pripravi za delo.

3.

Organiziraj svoje pripomočke v delovnem kotičku, peresnici ter šolski torbi.

Zelo pomembno je, kje se učiš in kako si pri tem organiziran. Tudi čas, ki ga porabiš za šolsko delo, mora biti dobro načrtovan.





## **1. PRIPRAVI IN IZBERI SI PRIMEREN PROSTOR ZA ŠOLSKO DELO**

- Obleci se v **lahkotna oblačila** (trenirka in majica).



- Poišči najbolj udoben prostor za učenje.
- Vedno se uči **v istem prostoru in na istem** mestu, kjer je dovolj miru.
- Na postelji se ne uči, da pri učenju ne zaspíš.
- Prostor dobro **prezračí**, saj je svež zrak pomemben in možgani takrat lažje delujejo.
- Poskrbi, da je prostor **dovolj svetel**.
- Uči se ob **dnevni svetlobi** ali pa uporabi **stropno in namizno svetilko**, slednjo nastavi tako, da ti ne sveti v oči.

- Med delom si lahko nastaviš glasbo in ko jo zaslišiš, je to opozorilo, da pri delu nisi dovolj zbran.
- Če te glasba moti, jo ugasni.
- Če je zunaj preveč hrupno, zapri okno.
- S svojimi domačimi se dogovori, da te pri šolskem delu ne motijo in na vrata obesi obvestilo: **NE MOTI.**

### ALI VEŠ ...?

... da je kar  $\frac{1}{4}$  uspeha pri učenju odvisna od urejenosti tvojega delovnega kotička pri šolskem delu doma?

... da pri slabi svetlobi nismo dovolj zbrani in se naše oči hitreje utrudijo? Moč tvoje žarnice naj bo 60 W.

... da je najboljša temperatura v prostoru med 18 in 22 stopinj

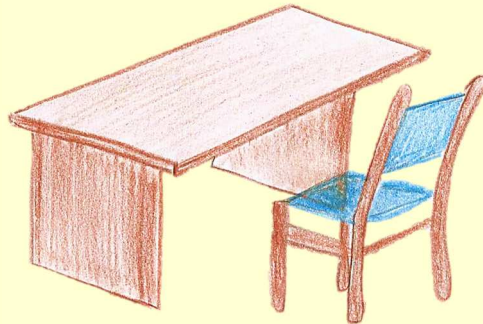
Celzija?



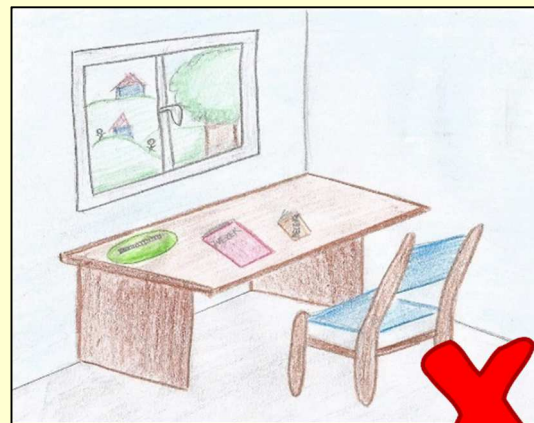


## V DELOVNEM KOTIČKU SE MORAŠ DOBRO POČUTITI

- Potrebuješ dovolj veliko mizo in udoben stol.

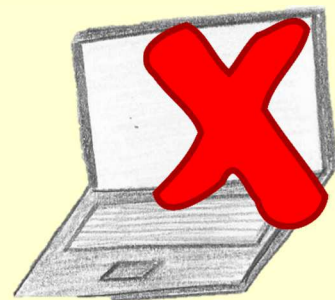
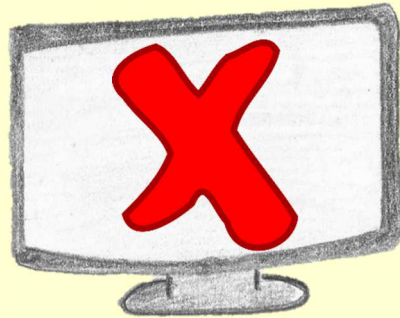
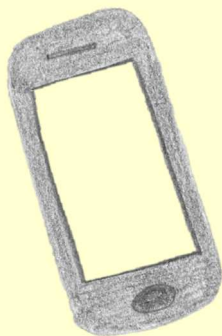


- Mize ne postavi pred okno, saj te dogajanje zunaj lahko pri delu zmoti.
- Postavi jo ob zid, kjer imaš še vedno dovolj svetlobe.



- Vedno imej na mizi le tisto, kar potrebuješ: peresnico, zvezek, beležko.
- Svoj delovni kotiček opremi s košem za smeti.
- Umakni vse tisto, česar ne potrebuješ.

- Odstrani elektronske naprave.
- Telefon utišaj in ga daj v drug prostor, računalnik in televizor ugasni, saj boš tako bolj učinkovito delal.



### ORGANIZIRAJ SVOJE PRIPOMOČKE V DELOVNEM KOTIČKU

- Če je v tvojem delovnem kotičku veliko papirja, ki ga ne potrebuješ, ga vrzi v koš za smeti.
- Za vsak šolski predmet si pripravi svojo škatlo, v katero shrani vse tiste zvezke, in pripomočke, ki jih pri tem predmetu potrebuješ.





- Škarje, lepilo, ravnila pospravi v poseben predal.



- Pripravi si kozarec in vanj pospravi vsa tista pisala, ki so v delovnem kotičku in jih ne potrebuješ.



## 1. Šolska torba

Za uspešno šolsko delo je pomembno, da imaš urejeno šolsko torbo. Napotki ti bodo pomagali, da bo tvoja šolska torba vedno pripravljena in urejena.



- Šolsko torbo imej pospravljeno **vedno na istem mestu**.
- **Izprazni jo**. Tiste stvari, ki jih **ne potrebuješ**, daj stran.
- Šolsko torbo si pripravi vsak dan, preden greš spat. Pomagaj si s seznamom na naslednji strani.

## ALI IMAŠ V TORBI VSE, KAR POTREBUJEŠ?

### V večje predale zloži ...

- zvezek za vsak predmet (glej šolski urnik),
- učbenike (glej šolski urnik),
- delovne zvezke (glej šolski urnik),
- mapo,
- športno opremo (kratko majico, kratke hlače, superge).

### V manjše predale zloži ...

- peresnico (svinčnik, radirko, nalivno pero, brisalec),
- barvice,
- beležko,
- copate,
- ključ za omarico\*,
- ključ za hišo\*,
- telefon\*.

\*Če nujno potrebuješ!

## Ne pozabi na beležko!

**Beležka** je zelo pomembna, zato jo imej vedno s seboj. Vanjo zapiši vse pomembne informacije, kot so: **datumi pisnih in ustnih ocenjevanj znanj, domače naloge, roki za pripravo in oddajo plakatov, domača branja in podobno.** **Pomembne dogodke** zapiši z **drugo barvo**. Uporabljalj samolepilne lističe.



Pomembno je, da v tvoji torbi **listi niso razmetani**, zato mora biti urejena tudi tvoja mapa.

## 2. Da bo tvoja mapa v torbi bolj urejena ...

... si v mapo dodaj **štiri dodatne plastične (vložne) mape** in jih označi z naslednjimi oznakami:

### **REŠENI LISTI**

V to mapo shrani liste, ki si jih že rešil.

### **NEREŠENI LISTI**

Vanjo shrani liste, ki jih še moraš rešiti.

### **OBVESTILA ZA STARŠE**

V njej hrani obvestila, ki jih morajo podpisati starši.

### **VRNI UČITELJU/UČITELJICI**

Ta mapa naj ti služi za hrambo listov, ki jih moraš vrniti učitelju/učiteljici.

### 3. Peresnica

- Dobro je, da uporabljaš peresnico z več predali, da ima vsak pripomoček svoje mesto.
- Vse, česar ne potrebuješ, vzemi iz peresnice in pospravi na svoje mesto.
- Preden greš spat, preveri, če imaš v peresnici vse pripomočke.

#### V PERESNICI SO:

svinčnik

radirka

šilček

nalivno pero

brisalec

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ORGANIZIRAJ SI ČAS

V nadaljevanju bo nanizanih nekaj nasvetov, ki ti bodo lahko v pomoč pri časovni organizaciji šolskega dela doma.



Primere koledarjev in urnikov najdeš v prilogi. Lahko si jih preprosto natisneš in izpolniš po svoje.



## MESEČNI KOLEDAR

- Na začetku meseca si **pripravi mesečni koledar**.
- V levi zgornji kot napiši **ime meseca in datume**.
- Mesečni koledar imej **na vidnem mestu – nad delovno mizo**, da imaš pregled nad pomembnimi dogodki v mesecu.

IME MESECA						
PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK	SOBOTA	NEDELJA
						1
2	3					

- V mesečni koledar zapiši vsa **pisna in ustna ocenjevanja znanja**, ki jih imaš v tem mesecu.
- Pomagaj si z **barvnimi oporami**.

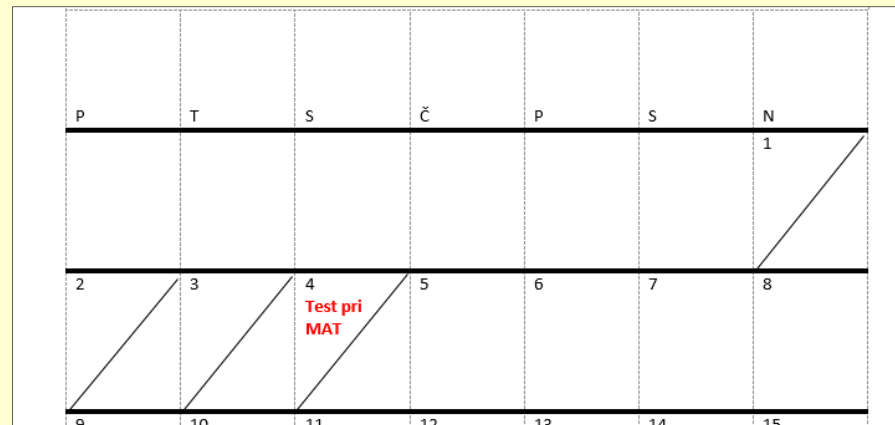
### LEGENDA:

2	3	4 Test pri MAT	5	6	7	8
9	10	11	12	13 Vprašan SLO	14	15

**Pisno ocenjevanje  
znanja**

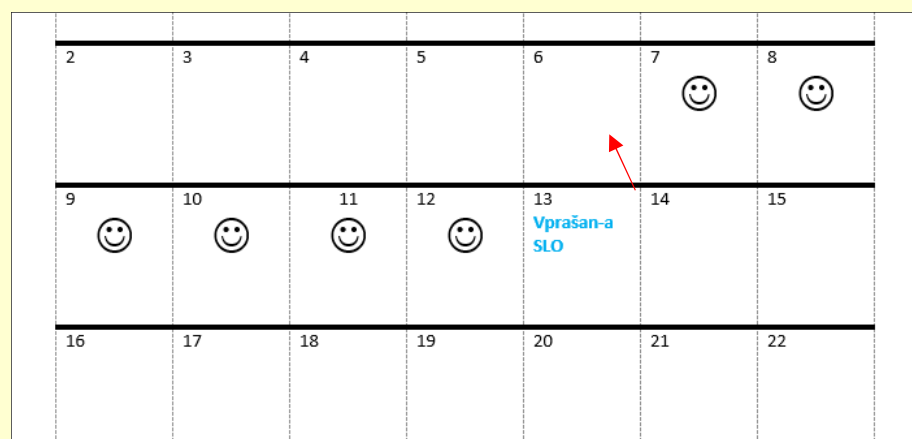
**Ustno ocenjevanje  
znanja**

- V mesečnem koledarju ob koncu dneva prečrtaj dan, ki je že minil.



- Premisli, koliko časa potrebuješ za pripravo na pisno ali ustno ocenjevanje znanja za nek predmet.
- Število dni učenja zabeleži v mesečni koledar s pomočjo smeškov: 😊.

**PRIMER:** Če potrebuješ za pripravo na ustno ocenjevanje pri slovenščini šest dni, to označi v koledarju s šestimi 😊. Vedno, ko boš zagledal prvi 😊, veš, da se moraš začeti učiti.



- Mesečni koledar lahko tudi plastificiraš in po potrebi spreminjaš dejavnosti s pomočjo pisala piši – briši.



## 2. TEDENSKI URNIK

### Vanj vpiši:

1. vse **šolske predmete** po urniku,
2. vse **druge obveznosti** (športne treninge, krožke, glasbeno šolo),
3. **čas**, ki ga boš vsak dan posvetil učenju (začetek učenja označi z **debelejšo** črto, konec pa s **tanjšo**, saj se bo to spreminjalo glede na količino snovi).

URA	PON.	TOR.	SRE.	ČET.	PET.	SOB.	NED.
6-7							
7-8				BIO			
8-9	SLO	GEO	TJA	SLO	MAT		
9-10	MAT	KEM	ZGO	FIZ	MAT		
10-11	ŠVZ	SLO	SLO	TJA	TEH		
11-12	BIO	SLO	MAT	IZBIRNI	ZGO		
12-13	KEM	MAT	KEM	ETIKA	GEO		
13-14		ŠVZ					
14-15			trening				
15-16	UČENJE	UČENJE					
16-17			UČENJE	UČENJE	UČENJE		
17-18							
18-19							
19-20				trening			
20-21							
21-22							

## Kaj moraš upoštevati pri oblikovanju tedenskega urnika?

1. Vsak dan se začni učiti ob isti uri.
2. Ne uči se takoj po kosilu, niti ne pozno zvečer.
3. Dobro je, če se med tednom začneš učiti med tretjo in četrto uro popoldne, saj si takrat najbolj zbran.
4. Z učenjem prenehaj vsaj od 30 do 60 minut pred spanjem.
5. Ko prenehaš z učenjem, se posveti tistim stvarim, ki te sproščajo.
6. Ko izdeláš tedenski urnik, ga obesi na vidno mesto, najboljšje kar nad delovno mizo.



### DNEVNI URNIK

Dobro je, da vsak dan pripraviš tudi časovni načrt opravljanja šolskih obveznosti doma.

1. Pripravi si delovni prostor.
2. Odstrani vse, česar ne potrebuješ.
3. Preglej beležko.
4. Aktivnosti, ki so v beležki, zapiši na časovnico, ki jo lahko plastificiraš (najdeš jo v prilogah).

KAJ ME ČAKA DANES?	ČAS, KI GA BOM PORABIL
_____ <input data-bbox="852 1149 948 1249" type="checkbox"/>	
_____ <input data-bbox="852 1267 948 1368" type="checkbox"/>	
_____ <input data-bbox="852 1386 948 1487" type="checkbox"/>	
_____ <input data-bbox="852 1505 948 1606" type="checkbox"/>	
_____ <input data-bbox="852 1624 948 1724" type="checkbox"/>	
_____ <input data-bbox="852 1742 948 1843" type="checkbox"/>	



5. Najprej nanjo zapiši, kaj imaš za domačo nalogo.
6. Določi, koliko časa boš potreboval za neko domačo nalogo.

KAJ ME ČAKA DANES?	ČAS, KI GA BOM PORABIL
<u>Naredi domačo nalogo pri SLO-obnova</u>	30 minut

7. Nato zapiši, katere predmete se moraš učiti.
8. Zapiši, koliko časa se boš učil določen predmet.
9. Ko z dejavnostjo končaš, to s kljukico označi na časovnici.

**Ob koncu dneva preveri, ali si bil dobro organiziran.**

	<b>Domača naloga narejena.</b>
	<b>Učenje z aktivnimi odmori.</b>
	<b>Zdravi vmesni obroki.</b>
	<b>Zaužite dovolj tekočine.</b>
	<b>Šolska torba pripravljena.</b>



## NE SPREGLEJ!

- Najbolje je, da se učimo 45 minut, nato pa naredimo odmor, dolg od 10 do 20 minut.
- Učimo se le en predmet naenkrat.
- Učimo se tako, da znamo naučeno razložiti nekemu, ki o snovi nič ne ve.
- Med učenjem ne pozabimo na vmesne obroke hrane (kot so: oreščki, polnozrnat kruh, čokolada).
- Pravočasno hodimo spat, da se spočijemo.
- Med odmori izkoristimo svoj čas za razvedrilo.

## ALI VEŠ ...?

... da je pomembno, kdaj se učiš, saj možgani ob določenih urah lažje delujejo?

16.00–18.00 MOŽGANI DELUJEJO 100 %

18.00–19.30 MOŽGANI DELUJEJO 50 %

OD 20.00 DALJE MOŽGANI DELUJEJO SLABO



**3**

## **ČAS JE ZA UČENJE**

**USTNO SPRAŠEVANJE – NI PROBLEM**

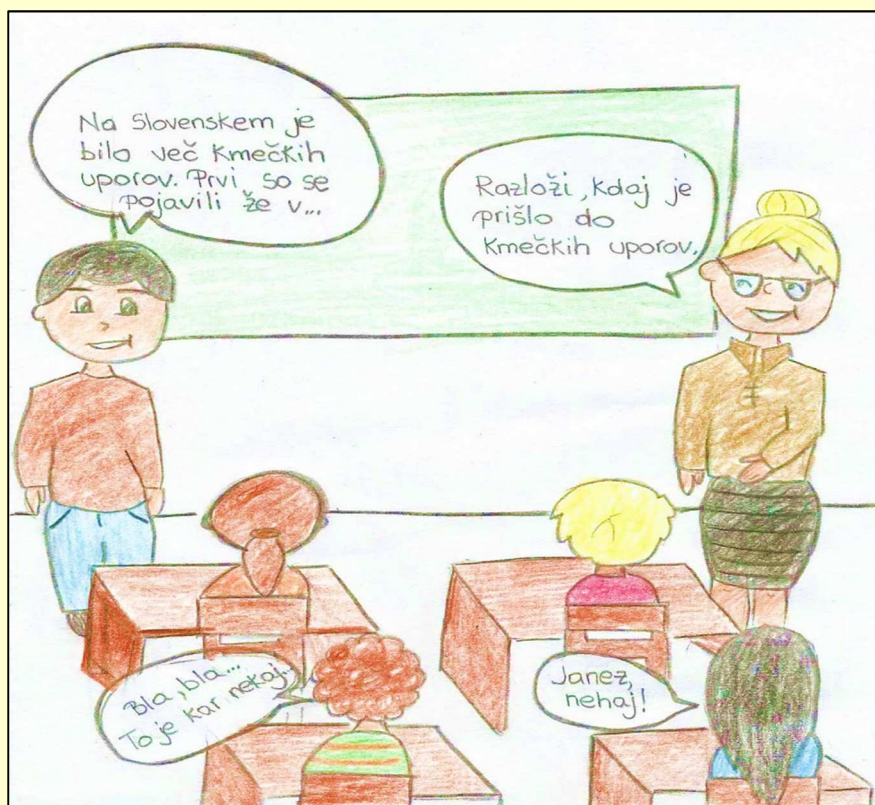
**GOVORNI NASTOP SE BLIŽA**

**SE ŽELIŠ NAUČITI PESEM NA PAMET?**

**BEREŠ ZA DOMAČE BRANJE?**

**NE VEŠ, KAKO NAPISATI OBNOVO?**

## USTNO SPRAŠEVANJE – NI PROBLEM



### Ne bodi kot Janez, ampak dobro izkoristi čas med poukom!

- Ko je v šoli vprašan kdo izmed tvojih sošolcev, pozorno **poslušaj učiteljeva vprašanja**. Obstaja velika verjetnost, da boš tudi ti dobil podobna vprašanja.
- **Zapisuj** učiteljeva vprašanja.
- **Razmisli**, kako bi ti odgovoril nanje.
- **Poslušaj sošolca** in morebitna učiteljeva dopolnila k odgovorom. Tako boš slišal, kaj je pravilen odgovor in boš že pri pouku ponavljal učno snov.

## KAJ STORIŠ DOMA?

- Uči se **sproti**, ne glede na to, ali si v šoli vaju napovedanega spraševanja ali ne. Če boš snov večkrat ponavljal, si boš zapomnil več in bolje.
- Uči se iz vseh virov, ki jih imaš na voljo: učbenik, delovni zvezek, zvezek ... Ne ponavljalj snovi »na pamet«, ampak beri z razumevanjem! Delaj zapiske, miselne vzorce, skice ...
- Poglej tudi vprašanja, ki si jih zapisoval v šoli med spraševanjem sošolcev. Najprej poskusi samostojno odgovoriti nanje. Če odgovorov ne veš, jih poišči v učbeniku ali (delovnem) zvezku.
- Doma se postavi v podoben položaj, kot če bi bil vprašan v šoli:
  - na majhne (samolepilne) listke si zapiši vprašanja, na katera boš odgovarjal;
  - vstani s stola, preberi vprašanja z listkov in glasno odgovori nanje;
  - domače lahko prosiš, da te poslušajo, saj te bodo v razredu poslušali tudi drugi;
  - bolj ko bo domača vaja podobna poznejšemu ocenjevanju, manj treme boš imel v šoli.

## KO SI VPRAŠAN ...



Dobro **poslušaj učiteljevo vprašanje**. Če nisi prepričan, da si ga pravilno razumel, ga prosi za ponovitev.



Vzemi si **čas za razmislek** in v mislih oblikuj odgovor.



Na glas smiselno odgovori na zastavljeno vprašanje. Pred tablo pridi pokončno in samozavestno. Nekajkrat **globoko vdihni** in zberi svoje misli.



## GOVORNI NASTOP SE BLIŽA



- Se tudi ti sprašuješ, kako pripraviti govorni nastop, ki ga moraš pripraviti za predstavitev v razredu?
- Te zanima, kako se lotiti priprave govornega nastopa in kaj povedati?
- Želiš izvedeti, kako nastopiti dovolj samozavestno, da te pri tem ne bo izdala trema?

Naredi načrt, kako se boš tega lotil in sledi spodnjim korakom.

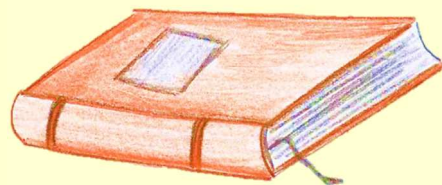
### OD IDEJE DO NASTOPA:

1. Najprej **razmisli**, o čem boš pripovedoval.
  - Ko si izbereš temo, vprašaj za mnenje še starše in učiteljico.
  - Lahko predstaviš državo ali mesto, ki si ga obiskal med počitnicami, vzornika, žival ...

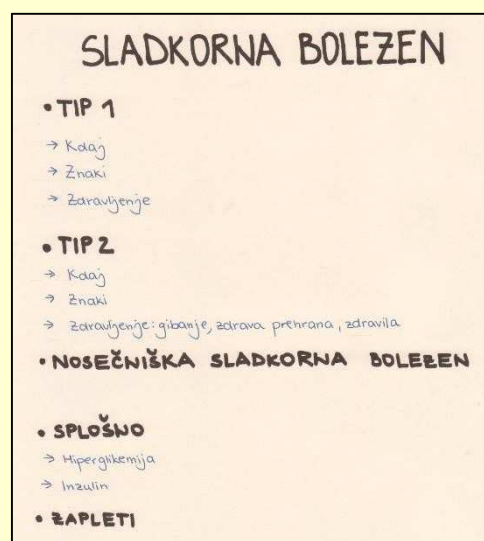
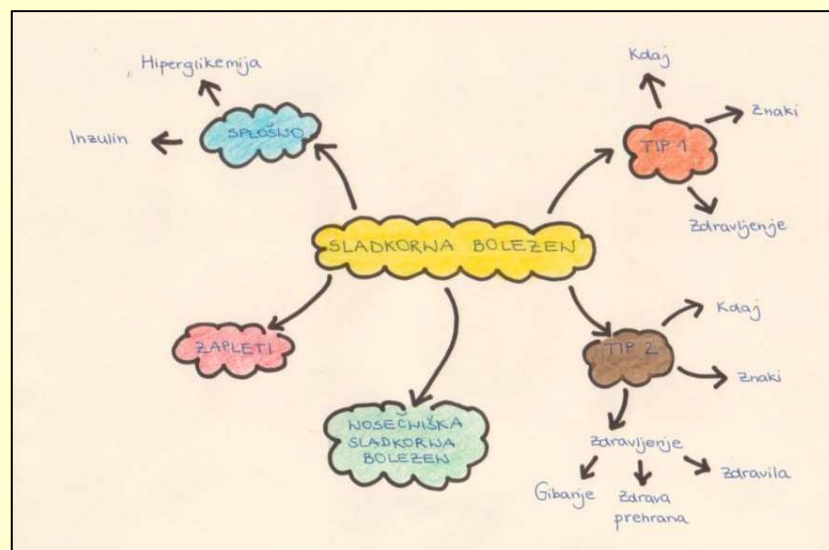


2. Temo, o kateri boš govoril, moraš dobro poznati.

- Najprej o njej poišči **čim več informacij**: pojdi v knjižnico in si sposodi kakšno knjigo, pobrskej po spletu, obišči osebo, ki izbrano temo dobro pozna ...



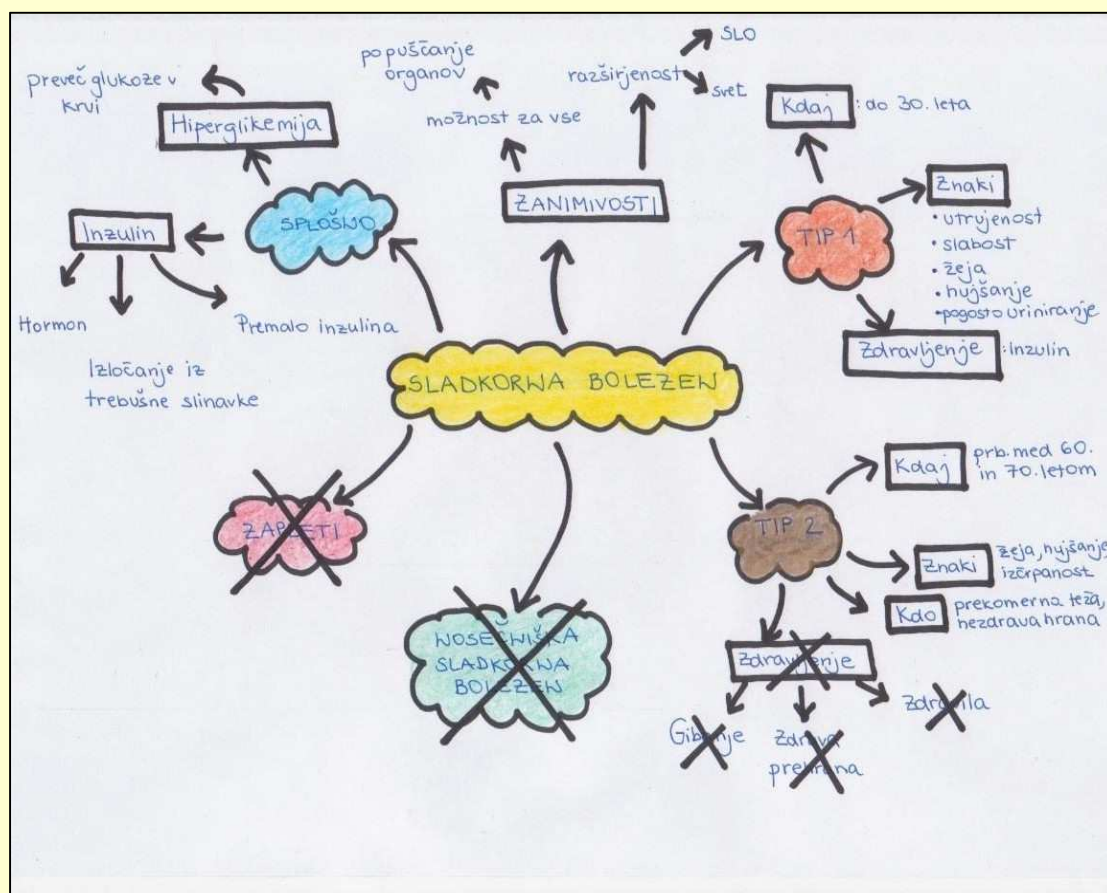
3. Vzemi list papirja in naredi **miselni vzorec**. Ideje lahko zapišeš tudi v obliki alinej, če ti je tako lažje.





## Kako narediš miselni vzorec?

- List obrni vodoravno. Na sredino lista zapiši izbrano temo.
- Okrog teme zapiši, kaj vse si želiš v zvezi z njo povedati. Ta področja še nadaljnje razčleni.
- Besede povezuji s črtami.
- Za večji pregled uporabljalj oblačke in različne barve, simbole.
- Zapisuj le ključne besede! To so večinoma samostalniki.
- Preberi vse, kar si zapisal na list. Po potrebi dopiši, prečrtaj ali spremeni svoje ideje.



#### 4. Svoje **misli organiziraj bolj natančno.**

- Premisli, kaj bi povedal najprej, o čem bi govoril v osrednjem delu in kako bi predstavitev zaključil.
- Pri tem upoštevaj čas, ki ga imaš na voljo!



#### 5. Zamisli, ki jih imaš v glavi, zapiši na papir v takem **vrstnem redu**, kot jih boš predstavil v razredu.

#### 6. S pomočjo opornih točk **sestavi besedilo.**

- Besedilo naj ima uvod (napovej, o čem boš govoril), jedro (glavne informacije o temi) in zaključek (povzemi povedano).
- Besedilo nato preberi in ga po potrebi skrajšaj, dopolni ali spremeni.
- Za pomoč lahko prosiš tudi starše.

### ALI VEŠ ...?

... da ena tipkana stran (A4) zadošča približno za pet minut govora? Že od začetka imej v mislih, koliko časa imaš na voljo za govorni nastop, da ne boš pripravil predolgega besedila.



## KAKO SI ZAPISANO BESEDILO ZAPOMNIŠ?

- Govornega nastopa ne beri! Pomagaj si z opornimi točkami in se ga nauči na pamet.
- Vedno vadi na glas.

Pri učenju besedila si lahko pomagaš z mnemotehniko.

**MNEMOTEHNIKA** je način, s katerim si določene stvari lažje zapomnimo. Primer mnemotehnik je tudi **10 OPORIŠČ**.

### 10 oporišč

Vsebino, ki si jo želiš zapomniti, poveži z določenimi kraji ali točkami, ki jih dobro poznaš. Te točke so lahko deli tvojega telesa:

1. Zapiši 10 delov telesa od zgoraj navzdol.



2. Oporišča si dobro zapomni. Ko jih znaš naštetih po vrsti, lahko nadaljuješ.
3. Svoje besedilo za govorni nastop razdeli na 10 približno enako dolgih delov.
4. Vsak del besedila poveži z enim oporiščem (npr. prve tri povedi, ki so v uvodu, poveži z lasmi, naslednje tri povedi z očmi ...).

### ŠLADKORNA BOLEZEN

<p>Gotovo ste že vsi slišali za sladkorno bolezen. Manjši otroci najprej pomislijo, da ljudje s to boleznijo pojedjo preveč sladkarij. Kaj pa je pravzaprav sladkorna bolezen, boste izvedeli v naslednjih minutah.</p>	<p>LASJE</p>
<p>Poznamo več vrst oziroma tipov sladkorne bolezni ali diabetesa. Vsem je skupno to, da imajo ljudje v krvi preveč sladkorja (glukoze), kar imenujemo hiperglikemija. To je posledica nezadostnega izločanja insulina ali pomanjkljivega delovanja trebušne slinavke in vodi v razvoj kroničnih okvar.</p>	<p>OČI</p>
<p>Insulin je hormon, ki ga izloča trebušna slinavka v krvni obtok in potuje po telesu. Znižuje nivo glukoze v krvi, pomaga pa tudi pri presnovi beljakovin in maščob. Če je insulina premalo, se razvije sladkorna bolezen.</p>	<p>UŠESA</p>
<p>Sladkorna bolezen tipa 1 ali mladostna sladkorna bolezen se pojavi do 30 leta starosti. Vzrok razvoja ni znan (je avtoimuna bolezen – to pomeni, da se pojavi sama). Razvije se v zelo kratkem času – od nekaj tednov do nekaj mesecev.</p>	<p>USTA</p>
<p>Prvi znaki so utrujenost in slabost, izrazito povečana žeja in hitro nenadzorovano hujšanje. Značilno je pogosto uriniranje, tudi ponoči.</p>	<p>ROKA</p>
<p>Takoj, ko nekdo opazi nekaj teh znakov, je potrebno zdravljenje. Zdravnik priporoči vrsto insulina in število injekcij na dan. Mladoletniki s sladkorno boleznijo si morajo vbrizgavati insulin do konca življenja.</p>	<p>VRAT</p>
<p>Sladkorna bolezen tipa 2 se razvije večinoma med 60. in 70. letom starosti, lahko pa tudi že pri 45 letu ali celo prej. Najprej je insulina še dovolj oziroma preveč, vendar nima pravega učinka. Celice so preveč odporne na insulin.</p>	<p>TREBUH</p>
<p>Sladkorna bolezen tipa 2 se razvija počasi – tudi nekaj let. Največkrat se pojavi pri ljudeh, ki imajo prekomerno telesno težo in jedo preveč nezdrave hrane. Ponavadi se tudi premalo gibajo. Bolniki so pogosto žejni, izčrpani, imajo zamagljen vid in pospešeno hujšajo.</p>	<p>STEGNO</p>
<p>Sladkorna bolezen je bolezen mladih in starih, ki se pojavi zaradi nezadostnega izločanja insulina ali pomanjkljivega delovanja trebušne slinavke.</p>	<p>GLEŽENJ</p>
<p>Je ena izmed najbolj razširjenih bolezni po svetu, saj je sladkornih bolnikov kar 200 milijonov, v Sloveniji pa 100 000.</p>	<p>STOPALO</p>

Ko boš govorno nastopal, se boš v mislih sprehajal od las do stopal. Pri vsakem delu telesa pomisli na besedilo, ki je s tem delom telesa povezano.

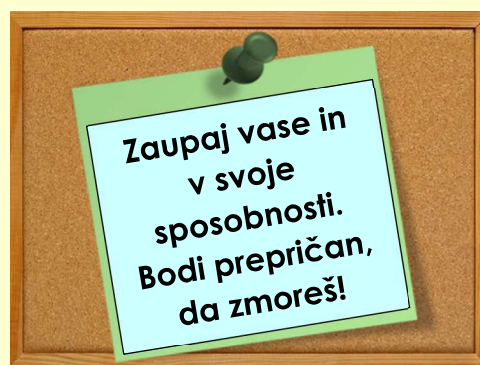


## NE SPREGLEJ!

- Dobro je, da za vsak nastop uporabljaš ista oporišča, saj se boš le tako lahko posvetil vsebini govora.
- Primer oporišč pa so lahko tudi točke, ki jih najdeš na poti v šolo (poiščeš 10 stvari, ki jih srečaš na poti v šolo, ter jih zapišeš).

## TIK PRED NASTOPOM ...

- Razmigaj celo telo, da boš bolj sproščen.
- Spomni se nekega trenutka, ko ti je bilo v življenju lepo ali ko si se zelo nasmejati.
- Nekajkrat globoko vdihni in izdihni.
- Spij kakšen kozarec vode.



## NA KAJ MORAŠ BITI PRI GOVORNEM NASTOPU POZOREN?

- Govorni nastop začni z nasmehom.



- Govori na pamet – poleg sebe imej le oporne točke, ki si jih predhodno pripravil.



### **NE SPREGLEJ!**

Pri govornem nastopu je pomembna tako dobra vsebina, kot tudi sam govor in nebesedna komunikacija.

### Govor

- Naj bo jasen, razločen in dovolj glasen.
- Naj bo v ravno pravšnjem tempu – ne prehiter in ne prepočasen.
- Naj bo zanimiv in doživet. Razmišljaj, o čem govoriš, in vsebino poudari s tonom in barvo glasu.
- Uporablaj premore med odstavki.
- Upoštevaj slovnična pravila. Izogibaj se tujkam in slengovskim besedam.



## Nebesedna komunikacija

- Izberi udobna in spodobna oblačila. Teško se boš osredotočil na besedilo, če se boš v obleki počutil neprijetno.
- Stoj vzravnano in sproščeno. Nogi naj bosta trdno na tleh in postavljeni v širini ramen.
- Vsebino, ki jo želiš posebej poudariti, nakaži tako z govorom kot s telesom. Vseeno pazi, da z rokami ne mahaš preveč. Najbolje je, da imaš roke med rameni in boki.
- S pogledom se »sprehajaj« po razredu in glej sošolce v obraz.



## SE ŽELIŠ NAUČITI PESEM NA PAMET?

### ALI VEŠ ...?



... da se boš pesem lažje naučil, če boš vsebino razumel in se boš vanjo skušal čim bolj vživeti?

**Pesem se lahko naučiš v krajšem času in na lažji način, če upoštevaš naslednje korake.**

1. Najprej v celoti preberi pesem na glas.

**Srečko Kosovel**

#### **OTROK S SONČNICO**

Nesem sončnico na rami,  
zlat metulj je vzplaval nanjo,  
sončnica se je nagnila,  
o, da ne bi se zlomila!

Nesem sončnico na rami,  
v njej so zlata, zlata zrna,  
sončnica se je nagnila,  
o, da ne bi se zlomila!

O, metulj razprl je krila,  
sapica je vzvalovila,  
sončnica se je nagnila,  
o, da ne bi se zlomila!



2. Na glas preberi prvo kitico.

**Srečko Kosovel**

**OTROK S SONČNICO**

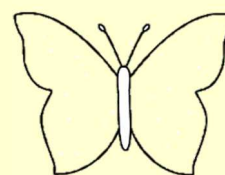
Nesem sončnico na rami,  
zlat metulj je vzplaval nanjo,  
sončnica se je nagnila,  
o, da ne bi se zlomila!

3. Ob kitici lahko narišeš stvar, ki te najbolj spominja na vsebino kitice.

**Srečko Kosovel**

**OTROK S SONČNICO**

Nesem sončnico na rami,  
zlat metulj je vzplaval nanjo,  
sončnica se je nagnila,  
o, da ne bi se zlomila!



4. Vrstice z isto rimo označi z enako barvico.

**Srečko Kosovel**

**OTROK S SONČNICO**

Nesem sončnico na rami,  
zlat metulj je vzplaval nanjo,  
sončnica se je nagnila,  
o, da ne bi se zlomila!

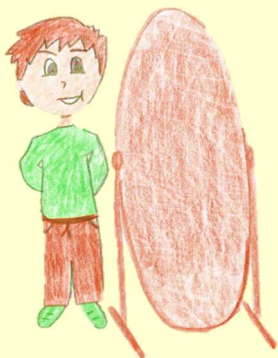
5. Preberi prvo vrstico prve kitice, nato pa jo poskušaj ponoviti sam.  
6. Ko si prvo vrstico usvojil, preberi drugo in tako tudi ostale.  
7. Ponovi celo kitico na pamet.

8. Ko znaš prvo kitico, se enako naučiš še naslednje (po korakih: 2., 3., 4., 5., 6., 7.).
9. Celotno pesem pokrij z listom, ob glasnem ponavljanju si lahko pomagaš z narisanimi risbami.
10. Pokriješ tudi risbe in samostojno poveš pesem na glas.

Ko misliš, da si se pesem dobro naučil, se lahko posnameš. Ko boš posnetek poslušal, boš takoj opazil, kje se ti zatika in katere kitice moraš še vaditi.



Med pripovedovanjem moraš pritegniti pozornost tistih, ki te poslušajo. Deklamiranje pesmi lahko vadiš pred ogledalom ali pred poslušalci že doma. V šoli ti tako ne bo težavno stati pred razredom in doživeto povedati pesem, ki si se jo naučil.



**Naučeno pesem glasno ponavljaj. Le tako ne boš pozabil naučenega.**

## BEREŠ ZA DOMAČE BRANJE?

### ZAKAJ MORAŠ BRATI?

- Najprej se poskusi motivirati za branje. Če tudi sicer rad bereš, to verjetno ne bo težava, sicer pa poskusi najti kakšno dobro stran tega opravila. Na samolepilne lističe zapiši, **zakaj je branje koristno** ali zakaj je dobro, da kljub vsemu opraviš to nalogo. Pozitivna naravnost ti bo med branjem gotovo pomagala; več in bolje si boš zapomnil tisto, kar je zapisano v knjigi.



- Pred branjem si lahko **določiš »mini« nagrado**. Razmisli, kaj si želiš in bi lahko po uspešno opravljenem branju uresničil – morda je to obisk gledališča, ogled dobrega filma, sladkanje s prijateljem v slaščičarni ...

## KAJ STORIŠ PRED BRANJEM?

- Branja se loti **pravočasno!**
- Pozanimaj se, kdo je **avtor knjige**, v katerem **obdobju** je to delo nastalo in za kakšno **vrsto** gre (roman, črtica, drama ...). Podatke poišči v učbeniku, enciklopediji ali na spletu in jih zapiši v tabelo. Osnovno poznavanje knjige ti bo omogočilo, da boš vsaj približno vedel, kaj lahko od branja pričakuješ.

VPRAŠANJA	ODGOVORI
<b>AVTOR:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Kdo je avtor dela?</li><li>○ Kaj že veš o tem avtorju?</li></ul>	
<b>OBDOBJE:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>○ V katerem obdobju je bilo delo napisano?</li><li>○ Kdaj je bilo to obdobje?</li><li>○ Kakšne so glavne značilnosti tega obdobja?</li><li>○ Kateri so najpomembnejši avtorji tega obdobja?</li></ul>	
<b>LITERARNA VRSTA DELA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>○ epika</li><li>○ lirika</li><li>○ dramatika</li></ul>	

- Pred branjem pogledj naslov in poskusi **napovedovati**. Razmisli in zapiši, kaj se bo po tvojem mnenju zgodilo v knjigi. Pozneje med branjem bo zanimivo spremljati, ali so se tvoje napovedi uresničile.
- Tik preden začneš brati, si pripravi **list** in **pisalo**.

## KAKO LAHKO BEREŠ?

1. Beri **tiho in z razumevanjem**. Pomembno je, da si pozoren na glavne osebe, ki nastopajo v zgodbi, na kraj in čas dogajanja.
2. Na pripravljen list si sproti **zapisuj pomembne dogodke**:
  - izpisuj si tudi **ključne osebe** iz besedila (z nekaj besedami poleg zapiši tudi njihovo vlogo v besedilu ali osebnostne lastnosti), **čas** in **prostor**;
  - zapisano ti bo pomagalo pri boljšem spremljanju zgodbe, poleg tega pa ti bo olajšalo poznejše pisanje obnove.
3. Zaključek zgodbe preberi nekoliko počasneje. V njem se namreč zgodi razplet, poleg tega pa je navadno ravno na koncu najbolj jasno razvidna ideja besedila.
4. Pri izpisovanju iz knjige si lahko pomagaš z naslednjimi vprašanji v tabeli:

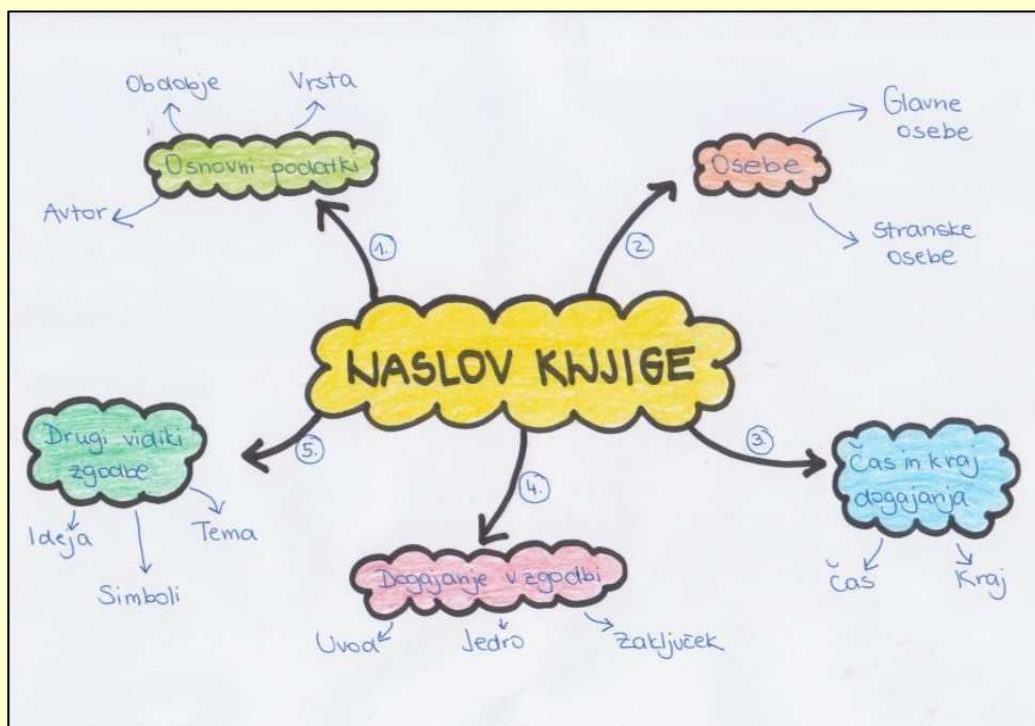
VPRAŠANJA	ODGOVORI
<b>OSEBE:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>o glavne osebe:</li><li>o stranske osebe:</li></ul> Pri vseh osebah razmisli in zapiši: <ul style="list-style-type: none"><li>o kakšna je njihova vloga v besedilu</li><li>o kakšne so njihove osebnostne lastnosti</li><li>o kakšne so njihove telesne značilnosti</li><li>o kakšne so njihove posebnosti</li></ul>	
<b>ČAS IN KRAJ DOGAJANJA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>o Kdaj se zgodba dogaja?</li><li>o Kje se zgodba dogaja?</li></ul>	
<b>DOGAJANJE V ZGODBI:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>o Kaj se je zgodilo najprej?</li><li>o Kaj se je zgodilo potem (kako se zgodba zaplete)?</li><li>o Kje zgodba doseže vrh (kateri je osrednji dogodek)?</li><li>o Kako se zgodba razplete?</li><li>o Kako se zgodba konča?</li></ul>	

## Kaj storiš, če česa ne razumeš?

- Če česa ne razumeš, ti ni potrebno takoj ponovno prebrati tistega dela besedila. Po vsej verjetnosti bo to bolj natančno obrazloženo v naslednjih odstavkih ali straneh.
- Če ob koncu poglavja nečesa še vedno ne razumeš, pa meniš, da je to pomembno, **še enkrat preberi**. Po potrebi za razlago prosi domače, sošolce ali učitelja.
- Če ne razumeš določene besede, za njen pomen poglej v **slovar** ali **vprašaj** osebo, ki ji zaupaš.

## KAJ STORIŠ PO BRANJU?

1. Po branju si **uredi zapisane podatke**. Lahko jih oblikuješ v:
  - miselni vzorec,
  - tabelo.



2. Po branju si lahko pri ugotavljanju različnih vidikov zgodbe pomagaš tudi s temi vprašanji:

VPRAŠANJA	ODGOVORI
<p><b>IDEJA, TEMA IN SIMBOLI:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>o Kakšna je glavna <b>ideja</b>, miselno sporočilo besedila (npr. politično, moralno, filozofsko ...)?</li><li>o Katere <b>teme</b> si prepoznal/a med branjem (npr. ljubezenska, domovinska ...)?</li><li>o Kateri <b>simboli</b> so bili uporabljeni v zgodbi (npr. ptica = svoboda, drevo = življenje, čopič = ustvarjanje ...)?</li></ul>	



### **NE SPREGLEJ!**

Za urejanje podatkov si **vzemi čas!** Dober zapis informacij ti bo pomagal pri pisanju obnove, pripravi govornega nastopa ali pri učenju o domačem branju.



## NE VEŠ, KAKO NAPISATI OBNOVO?

### KAJ MORAŠ VEDETI, PREDEN SE LOTIŠ PISANJA OBNOVE?

- Obnova pomeni kratek povzetek nekega besedila. Napišeš jo s svojimi besedami.
- Obnova mora biti jasna za nekoga, ki ni prebral ali videl izvirnega besedila. Uporabiti moraš ključne informacije, ki jih nekdo potrebuje za razumevanje.



- Ko obnavljaš besedilo, ga moraš dobro poznati in razumeti.



## KAKO NAPIŠEŠ OBNOVO?

1. Najprej **preberi celotno besedilo** oz. odlomek, ki ga obnavljaš.
2. V besedilu označi **ključne besede** (podčrtaj, pobarvaj, obkroži ...). Če to ni mogoče (npr. imaš v roki izposojeno gradivo), si glavne poudarke samo izpiši. Zapiši tudi druge glavne točke in temo besedila.
3. Oblikuj **kratek povzetek besedila** s svojimi besedami. Pri tem si pomagaj tudi s ključnimi besedami. Sledi zaporedju dogodkov iz odlomka.
4. Napiši **grob osnutek**, nato uredi in prilagodi dolžino.
5. **Primerjaj** obnovo z izvirnim besedilom. Pri tem bodi pozoren na to, ali si res napisal tisto, o čemer besedilo govori.
6. **Preglej** osnutek in popravi slovnične napake.
7. **Oblikuj obnovo.**

### Krajše besedilo lahko obnoviš tudi s pomočjo naslednjih korakov:

1. Po vsakem prebranem odstavku **zapiši eno poved**, ki najbolje opisuje tisto, kar je bilo v njem zapisano.
2. **Preberi** vse povedi, ki si jih napisal.
3. Poskusi skrajšati zapisano in informacije **napiši v smiselno celoto.**

### Pri pisanju obnove si lahko pomagaš z naslednjimi vprašanji:

- Kdo je glavni junak/oseba?
- Kakšne so junakove značilnosti in osebnostne lastnosti?
- Kje se zgodba dogaja?
- Kdaj se zgodba dogaja?
- Kateri je glavni dogodek v zgodbi? Kako je do tega dogodka prišlo?
- Kaj je glavno sporočilo zgodbe?

### NA KAJ MORAŠ BITI POZOREN PRI PISANJU OBNOVE?

- Uporabljaljaj **knjižni jezik**.

Alenka je ful rada špansirala s psom. Enkrat se je zgodil, da je ta začel blazno hitro laufat. Pes je bil itak ...



Alenka je zelo rada sprehajala psa. Enkrat se je zgodilo, da je ta začel zelo hitro teči. Pes je bil tako ali tako ...



- Piši v **3. osebi**.
- **Bodi objektivni**. Ne vključuj lastnega mnenja.
- Osredotoči se na **bistveno**: o kom ali o čem govori knjiga ter kdaj in kje se zgodba dogaja.
- Vsebino obnovi v takem **vrstnem redu**, kot si dogodki v zgodbi dejansko sledijo.

- Če bereš knjigo, v kateri je več kratkih zgodb, ne obnavljaj vsake posebej. Premisli, kaj je skupno vsem zgodbam – je to morda podobna tema, dogodki, način pisanja ...
- Obnova mora biti kar se da **kratka in jedrnata**. Ne vključuj posebnih detajlov, razen če je to nujno za razumevanje zgodbe. Izpostavi le tiste ključne dogodke, ki so pomembni za nadaljnje dogajanje.
- Ne prepisuj povedi iz besedila. Dolge fraze skrajšaj in jih povej s svojimi besedami.



### **NE SPREGLEJ!**

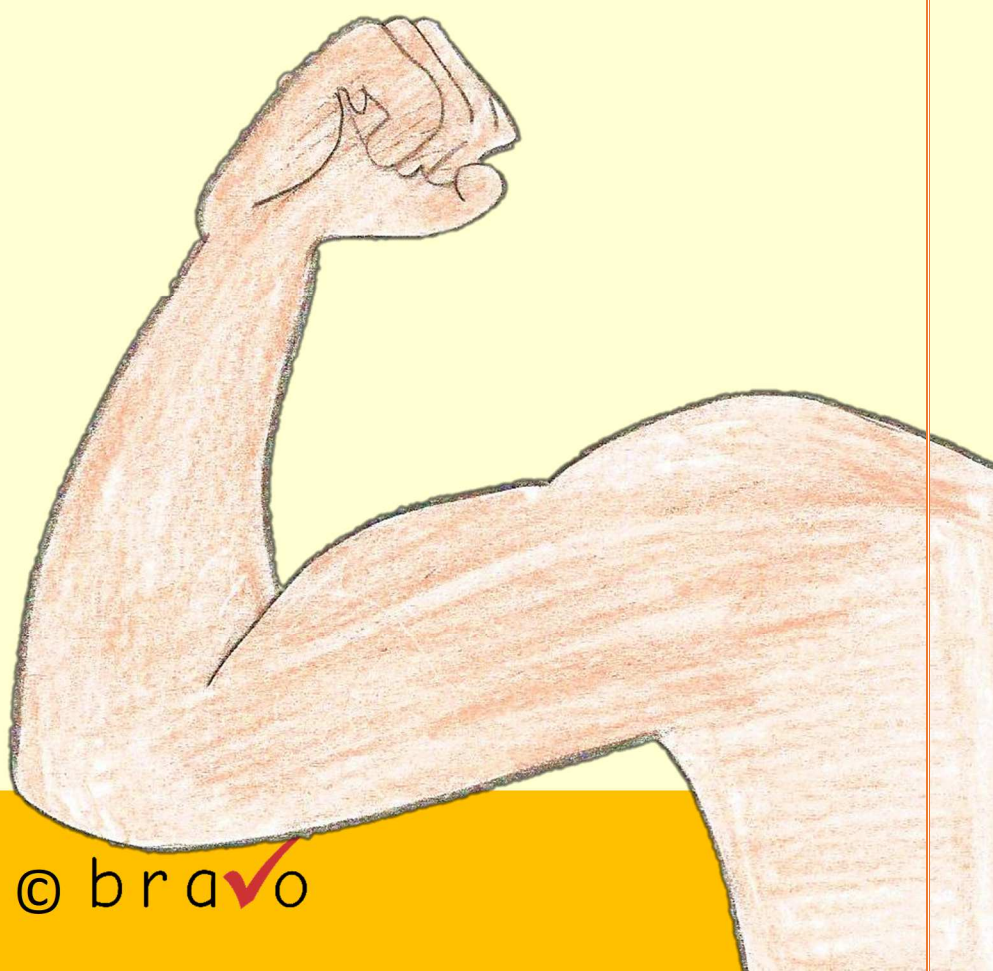
Ni predpisa, koliko mora biti obnova dolga. Pri tem vedno upoštevaj, da je kratka, a da vsebuje vse glavne poudarke in ideje izvirnega besedila.

**4**

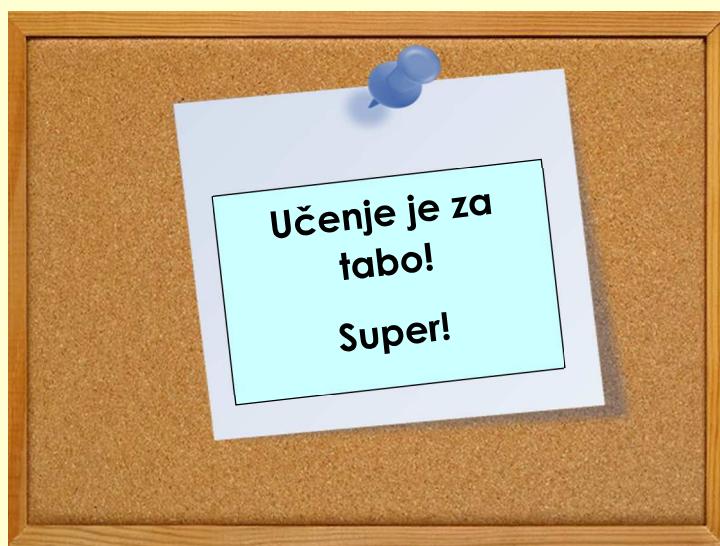
**KAKO DOBRO SI OPRAVIL SVOJE DELO?**

**PREVERI SVOJE ZNANJE**

**PREMAGAL BOŠ STRAH**



## PREVERI SVOJE ZNANJE



### ALI VEŠ ... ?

... da je dobro ponoviti svoje znanje, preden se znajdeš v »pravi« situaciji ocenjevanja znanja?

... da se učenci, ki doma preverijo svoje znanje, v »pravi« situaciji praviloma odrežejo boljše?





- Nisi prepričan, kako dobro si se naučil snov?
- Ne veš, kaj bi bilo dobro, da si še enkrat pogledaš?
- Bi rad učno snov dopolnil s svojimi izkušnjami?

Če si zastavljaš takšna vprašanja, je zate **primeren**:

## INFO ZID

**Poglej si primer, kako si ga lahko oblikuješ tudi sam.**

1. Vzemi prazen list papirja poljubne barve.
2. Zgoraj na sredino lista napiši ime predmeta in ime učne snovi, pri kateri želiš preveriti svoje znanje.
3. V sredino lista nariši pet različnih oblačkov (narišeš lahko tudi kaj drugega, npr. pravokotnik ali krog).
4. Nad vsakim izmed oblačkov je zapisano vprašanje, na katerega odgovoriš v oblačku.



## Ime predmeta: NASLOV UČNE SNOVI

### KAJ VEM O TEJ TEMI?

Zapiši vse, kar veš o tej temi (to lahko zapišeš samo s ključnimi besedami).

### O TEJ TEMI SEM BRAL ali SLIŠAL TUDI V...

Zapiši, kaj si o tej temi že kdaj slišal po radiu, po televiziji; prebral v časopisu ali slišal iz pripovedovanja drugih.

### MOJE IZKUŠNJE, ki se povezujejo s to temo...

Opiši svoje izkušnje, ki bi jih lahko povezal s to temo.

### GLEDE ČESA PRI TEJ TEMI NISEM POVSEM PREPRIČAN?

Napiši, kaj pri tej učni snovi ti dela težave. Razmisli, česa glede te snovi še ne obvladaš dobro in to zapiši (v obliki ključnih besed).

### S ČIM SI BOM POMAGAL, DA BOM RAZJASNIL SVOJE DVOME PRI TEJ SNOVI?

Napiši, s čim si boš pomagal, da se boš naučil tiste podatke, ki si jih nisi dobro zapomnil (npr. zvezkom, delovnim listom, enciklopedijo, ...)



- Si že kdaj slišal v filmih ljudi govoriti: »Check, check« (izgovorimo: »Ček, ček«)? To pomeni, da smo opravili neko stvar, ki smo jo imeli v načrtu.
- Si vedel, da lahko na podoben način preveriš tudi svoje znanje?

## ČEK LISTA oz. preveritveni seznam

Znanje lahko preveriš s pomočjo ČEK LISTE.

**ČEK LISTA** ali bolje preveritveni seznam je seznam, s pomočjo katerega preverimo, ali je »analoga opravljena«.

Lahko je seznam opravil, ki jih moramo narediti, ali pa seznam stvari, ki jih moramo kupiti v trgovini.

Ko preverjamo svoje znanje, uporabimo t.i. ček listo, s katero preverimo, kaj točno smo se naučili in česa še ne.

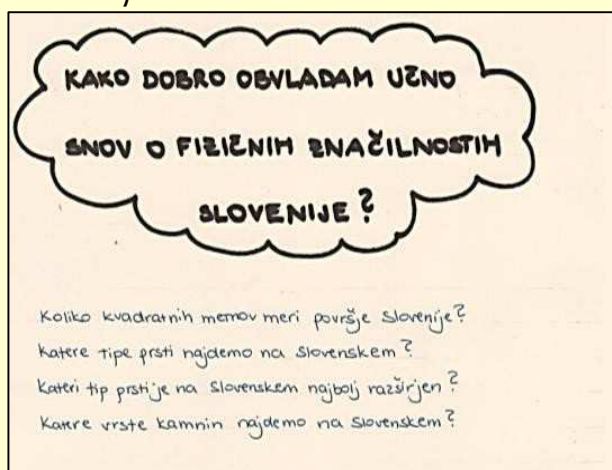


## Kako si narediš svoj preveritveni seznam?

1. Izberi poljubno barvo papirja, na katerega boš pisal.
2. Pripravi pisala (barvice, flumastre, svinčnike ...).



3. Zapiši naslov učne snovi na vrhu lista, na sredini:  
KAKO DOBRO OBVLADAM UČNO SNOV O \_\_\_\_\_ ?  
(Primer: Kako dobro obvladam snov o fizičnih značilnostih Slovenije?)
4. Pripravi vse zvezke ali učbenike, kjer piše kaj o temi, pri kateri bi rad preveril svoje znanje.
5. Še enkrat na hitro preleti besedilo.
6. Eno pod drugo zapiši:
  - vsa vprašanja, na katera lahko najdeš odgovore v besedilu, ki se ga učiš.
  - vprašanja, ki se ti porajajo med branjem besedila (in so z njim povezana).



## 7. Vprašanja oštevilči.

KAKO DOBRO OBVLADAM UŽNO  
SNOV O FIZIČNIH ZNAČILNOSTIH  
SLOVENIJE ?

1. Koliko kvadratnih metrov meri površje Slovenije?
2. Katere tipe prsti najdemo na Slovenskem?
3. Kateri tip prsti je na Slovenskem najbolj razširjen?
4. Katere vrste kamnin najdemo na Slovenskem?

## 8. Sedaj se vrni k prvemu vprašanju in nanj odgovori.

- Preveri, ali si odgovoril pravilno (pomagaj si z besedilom ali zapiski).

KAKO DOBRO OBVLADAM UŽNO  
SNOV O FIZIČNIH ZNAČILNOSTIH  
SLOVENIJE ?

1. Koliko kvadratnih metrov meri površje Slovenije?
2. Katere tipe prsti najdemo na Slovenskem?
3. Kateri tip prsti je na Slovenskem najbolj razširjen?
4. Katere vrste kamnin najdemo na Slovenskem?

□  
□  
□  
□

- Če si na vprašanje odgovoril pravilno, v kvadrateg zraven vprašanja, naredi kljukico.

**KAKO DOBRO OBVLADAM UZNO  
SNOV O FIZIČNIH ZNAČILNOSTIH  
SLOVENIJE ?**

<b>1.</b>	Koliko kvadratnih metrov meri površje Slovenije?	<input checked="" type="checkbox"/>
<b>2.</b>	Katere tipe prsti najdemo na Slovenskem?	<input checked="" type="checkbox"/>
<b>3.</b>	Kateri tip prsti je na Slovenskem najbolj razširjen?	<input type="checkbox"/>
<b>4.</b>	Katere vrste kamnin najdemo na Slovenskem?	<input checked="" type="checkbox"/>

9. Enako ponovi pri vseh ostalih vprašanjih.

Bodi pozoren na tista vprašanja, ob katerih nisi narisal kljukice. Še enkrat poglej, kje najdeš odgovore na ta vprašanja in se jih nauči.



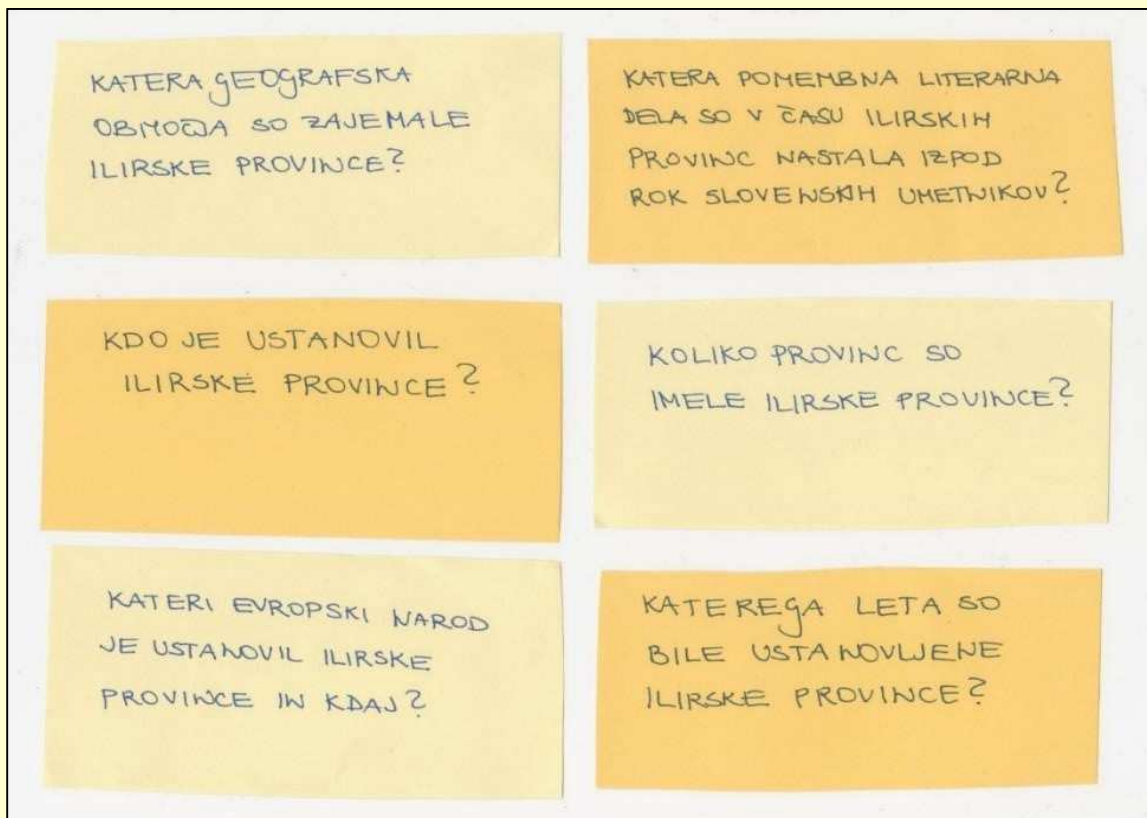
- Se ti zdi ponavljane snovi "na pamet" dolgočasno?
- Bi rad preveril svoje znanje in pri tem užival?
- Rad ustvarjaš?

## Igra: ČLOVEK, TI VSE VEŠ

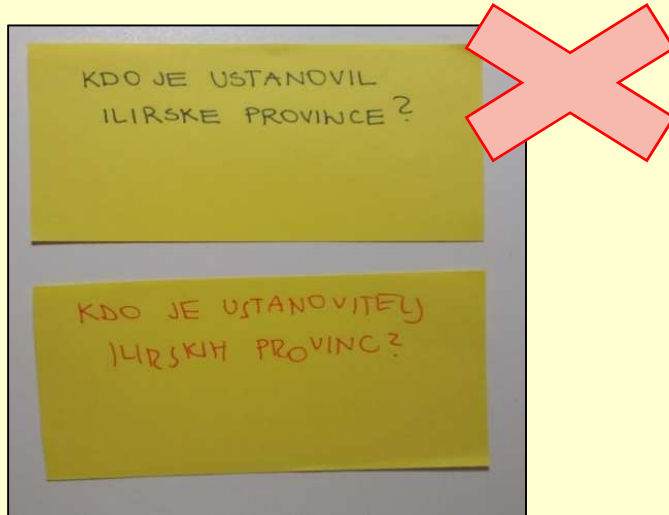
- Vprašaj sošolca, ali bi skupaj pripravila igro človek, ti vse veš (če privoli – super; če ne privoli, poišči tistega, ki se jo bo z veseljem igral).

### 1. PRIPRAVA VPRAŠANJ

- Vsak naj napiše toliko vprašanj, kolikor se jih spomni glede določene učne snovi.
- Vsako vprašanje zapišita na svoj listek.

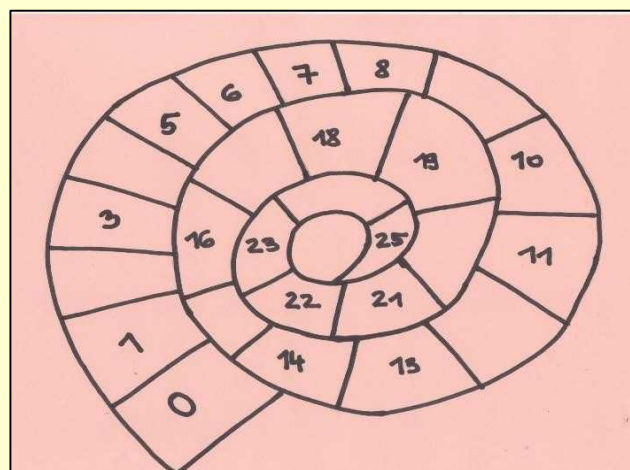


- Preglejta vprašanja. Vprašanja se ne smejo ponavljati.
- Če se ponavljajo, izločita en listek, na katerem je tako vprašanje.



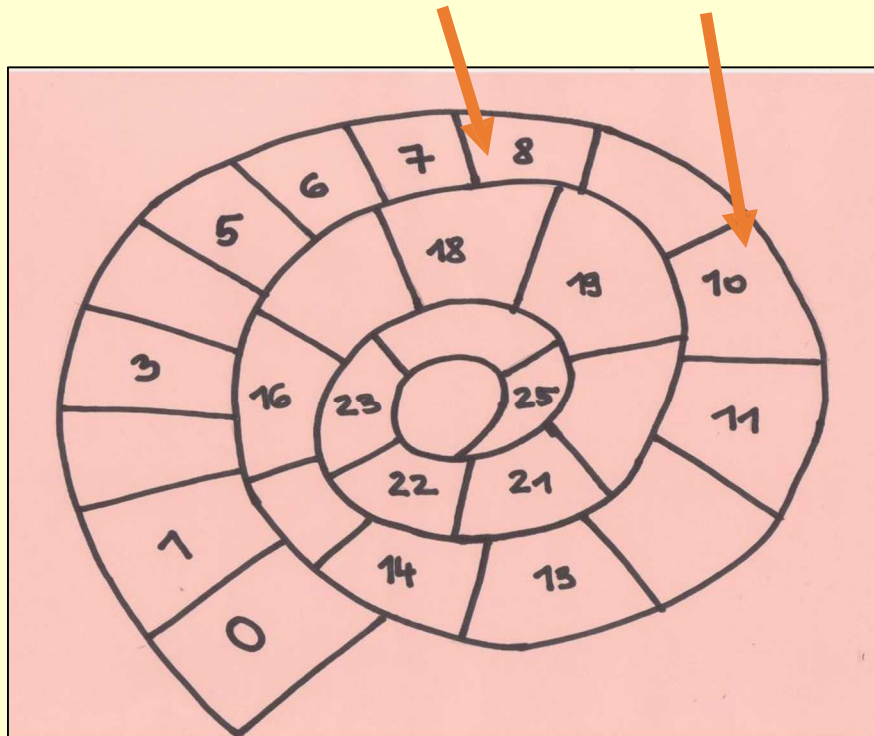
## 2. PRIPRAVA IGRALNE PODLOGE

- Izdelajta igralno površino (na list naredita pet polj več, kot je listkov z vprašanji). Polja se morajo med seboj dotikati. Oblikujta jih v poljubno obliko.
- Polja NAJ BODO OŠTEVILČENA. Oštevilčita, vendar **POZOR!** Med oštevilčenimi polji naj bo tudi pet praznih polj. Prazno polje mora stati tako, da ima na obeh straneh oštevilčeno polje. Na primer tako:





- Ob strani postavita kup z listki, na katerih so vprašanja. Listki naj bodo obrnjeni tako, da bo vprašanje zapisano na spodnji strani (da jih igralca ne vidita).



- Vsak naj si izbere figurico, s katero se bo premikal po poljih (figurica je lahko kovanec, sponka, gumb ...).
- Pripravita na primer gumb in na eno stran s flumastrom napišita 1, na drugo stran pa 2.



### 3. PRAVILA IGRE ČLOVEK, TI VSE VEŠ

- Postavita svoji figurici na polje »0«.
- Prvi vrže kocko (gumb). Pomakne se za toliko mest naprej, kolikor kaže število na gumbu.
- Če pride igralec na:
  - prazno polje, se mora vrniti nazaj na polje »0«.
  - oštevilčeno polje, povleče en listek s kupa listkov ter odgovori na zastavljeno vprašanje (pravilnost odgovora lahko preverita v učbeniku ali zvezku).
- Če odgovori pravilno, ostane na svojem mestu; če je odgovor nepravilen, se vrne na polje »0«.
- Zmaga tisti, ki prej pride do konca (do zadnjega polja in na vprašanje odgovori pravilno oz. tisti, ki je npr. na predzadnjem polju in vrže 2).



#### NE SPREGLEJ!

Doma lahko svoje znanje preveriš na številne druge načine:

- Poišči eno **pravo problemsko situacijo**, kjer lahko uporabiš naučeno znanje.
- Izmisli si **zgodbo**, ki se nanaša na naučeno snov, in nariši strip (ali zapiši v obliki spisa).

## PREMAGAL BOŠ STRAH



- Ali pri sebi opaziš, da te boli glava, ti močnejše razbija srce, te stiska v prsah ali zvija v trebuhu?
- Si morda razdražljiv in zaskrbljen?
- Se ti zdi, da si se doma dobro pripravil na neko nalogo, ko pa si z njo soočen, kar pozabiš, kaj moraš storiti?

Vse to so znaki, ki **lahko** kažejo na to, da te nekaj spravlja v stisko. Učenci so pogosto vznemirjeni pred ustnim ali pisnim ocenjevanjem znanja, govornim nastopom ali recitiranjem pred sošolci.

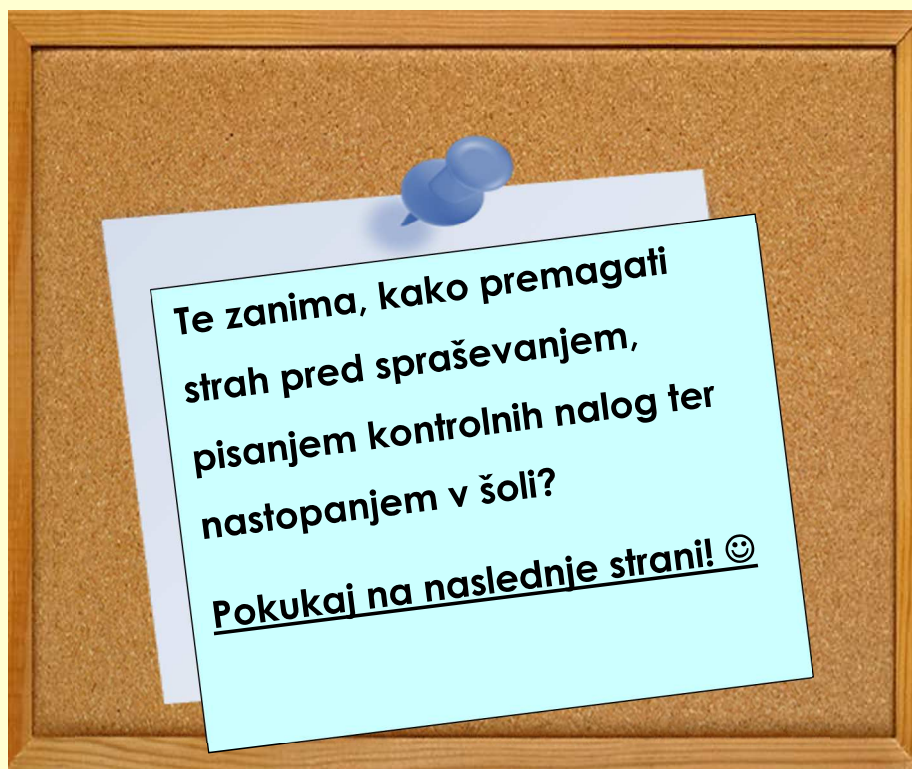
Tako vznemirjenost, ki jo občutimo, ko nismo prepričani, ali bomo nalogi kos, imenujemo **trema**.

### ALI VEŠ ... ?

... da je malo treme pred ustnim ali pisnim ocenjevanjem znanja dobrodošlo? ☺ Vzpodbudi nas, da smo osredotočeni samo na eno nalogo.







Te zanima, kako premagati  
strah pred spraševanjem,  
pisanjem kontrolnih nalog ter  
nastopanjem v šoli?  
Pokukaj na naslednje strani! 😊

## VIZUALIZACIJA

**Vizualizacija** pomeni, da si v mislih čim bolj »živo«  
predstavljaš, kako bo izgledalo spraševanje, pisanje kontrolne  
naloge, recitacija ...



## **ČE JE PRED TABO USTNO SPRAŠEVANJE, SI SKUŠAJ PREDSTAVLJATI:**

- kako boš oblečen;
- kako stojiš oz. sediš;
- ali se boš sam javil za to, da bi bil vprašan;
- kako te bo učiteljica poklicala k spraševanju;
- kako se boš počutil;
- kaj bi te lahko učiteljica vprašala;
- kaj bi ji ti odgovoril.

## **ČE JE PRED TABO PISNO OCENJEVANJE ZNANJA, SI SKUŠAJ PREDSTAVLJATI:**

- kje v razredu boš sedel;
- kaj boš lahko imel pri sebi na mizi;
- kako bo učiteljica delila teste;
- kako boš postavil test;
- kako se boš počutil;
- kako boš reagiral, če bo v testu nekaj, česar ne znaš.

## ČE JE PRED TABO **GOVORNI NASTOP ALI RECITACIJA**, SI PREDSTAVLJAJ:

- kako bo izgledal razred, ko boš stal pred tablo (kje bo sedel kateri izmed sošolcev; kje bo učiteljica in kaj bo počela);
- kako boš povedal besedilo ali ga recitiral;
- kako boš stal;
- kako boš premikal svoje roke;
- kaj boš naredil, če se ti pri govoru ali recitaciji zatakne;
- ali boš lahko kam pogledal za namig, kako nadaljevati.

### ALI VEŠ ... ?



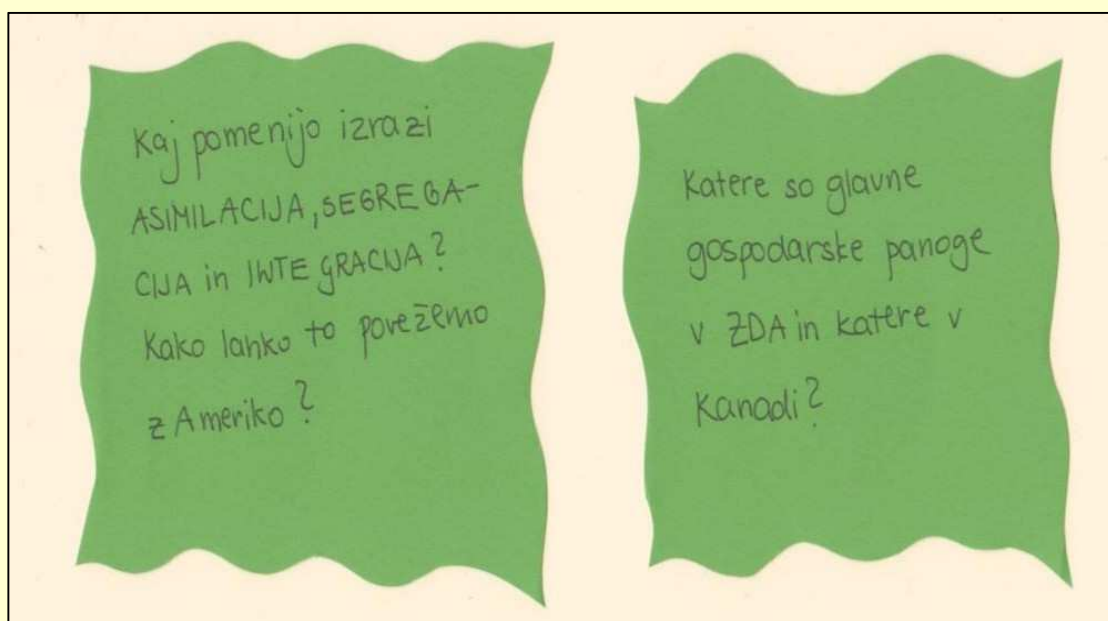
... da je vizualizacija dobra zato, ker si lahko predstavljaš situacijo in predvidiš, kaj vse se lahko zgodi?

## VADI NA NAČIN, KI SE BO ZAHTEVAL OD TEBE

Če vadiš spraševanje, govorno nastopanje ali recitiranje na način, kot te čaka v šoli, je zelo verjetno, da boš, ko »bo šlo zares,« bolj sproščen.

**ČE JE PRED TABO USTNO SPRAŠEVANJE, LAHKO:**

### 1. Napišeš primere vprašanj.



Listke z vprašanji položi v košarico ali vrečko, premešaj in nato izvleci enega naenkrat. Na vprašanje poskušaj odgovoriti.

## 2. Oblikuješ kooperativne kartice.

Na vsako kartico na eno stran kartice zapiši ime snovi ali en pojem. Na drugo stran kartice zapiši razlago pojma oz. ključne besede o tej snovi.



Kartice pospravi v košarico ali vrečko, premešaj in izvleci eno naenkrat.

- Če je na kartici zapisano ime teme, o njej povej vse, kar veš.
- Če je na kartici zapisan pojem, povej, kaj pomeni.
- Svoj odgovor preveri na drugi strani kartice.

### **3. Prosiš osebo, ki ji zaupaš, da te sprašuje.**

Osebi, ki jo izbereš, povej, na kakšen način sicer sprašuje učiteljica (povej primer). Postavi se tako, kot bi bil v razredu (lahko se usedeš za mizo ali pa stojiš – odvisno od tega, kako spraševanje poteka v tvojem razredu).



**ČE JE PRED TABO PISNO OCENJEVANJE ZNANJA, LAHKO:**

### **1. Napišeš primere vprašanj.**

Listke z vprašanji položi v košarico ali vrečko, premešaj in nato izvleci enega naenkrat. Na vprašanje poskušaj pisno odgovoriti v svoj zvezek za vajo.

### **2. Oblikuješ kooperativne kartice.**

Na vsako kartico na eno stran zapiši ime ene snovi ali en pojem. Na drugo stran pa zapiši razlago pojma oz. ključne besede o snovi. Enako kot v prejšnjem primeru, kartice pospraviš v košarico ali vrečko, jih premešaš ter vlečeš eno naenkrat.



- Če je na kartici zapisano ime (naslov) učne snovi, poskušaj v zvezek za vajo zapisati vse, kar veš o tej temi.
- Če je na kartici ime pojma, v zvezek za vajo napiši, kaj ta pojem pomeni.
- Svoj odgovor preveri na drugi strani kartice.

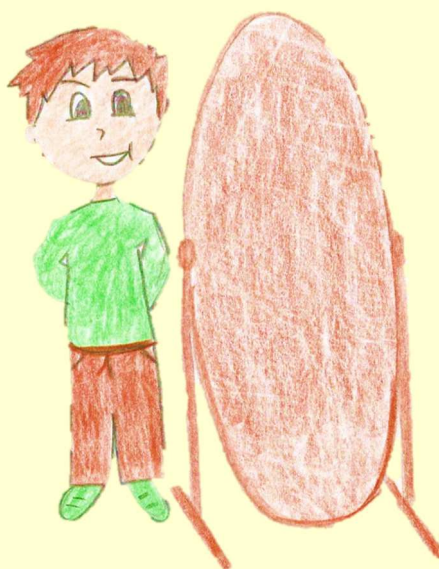




## ČE JE PRED TABO GOVORNI NASTOP ALI RECITIRANJE, LAHKO:

### 1. Vadiš pred ogledalom.

Ko veš, kaj želiš povedati v svojem govornem nastopu oz. ko znaš pesem za recitacijo na pamet, se postavi pred ogledalo. Začni pripovedovati oz. recitirati.



#### Opazuj se in poslušaj.

- Najprej povej samo uvod ali nekaj uvodnih verzov.
- Razmisli, ali si zadovoljen z videnim v ogledalu in slišanim.
- Premisli, ali bi moral biti na kakšno podrobnost (npr. držo rok) še posebej pozoren, ko bo šlo »zares.«
- Poskusi znova. Tokrat pred ogledalom zopet povej uvodne misli govornega nastopa oz. začetek pesmi ter dodaj še nekaj besedila, ki ga prej nisi povedal.
- Postopno povej vsakič večji del besedila pred ogledalom.

## ALI VEŠ ... ?

... da boš med govornim nastopanjem ali recitiranjem deloval sproščeno, če boš sprostil ramena in dvignil glavo? Tvoje roke naj bodo prosto ob telesu. Noge naj bodo rahlo razširjene in poravnane z rameni.



### 2. Vadiš pred nekom, ki mu zaupaš.

Prosi osebo, ki ji zaupaš, da te spremlja, medtem ko vadiš govorni nastop oz. recitiranje. Prosi jo, da si na list zabeleži tisto, kar se ji je zdelo dobro, in tisto, za kar meni, da še lahko izboljšaš.





## NE SPREGLEJ!

V pomoč pri opogumljanju pred šolskimi izzivi so ti lahko:

- 1. Motivacijski lističi**, ki jih nalepiš na vidno mesto v sobi.
- 2. Sprostitev** med pripravo na ocenjevanje znanja (oz. govorni nastop ali recitacijo). To je lahko športna aktivnost, poslušanje glasbe ...
- 3. Dihalne tehnike (predlogi):**
  - Silovito vdihni skozi obe nosnici z dvojnimi vdihom. Drugi je malo daljši od prvega. Sledi močan dvojni izdih skozi usta.
  - Dihanje s štetjem: med umirjenim dihanjem bodi osredotočen na štetje (npr. od 1 do 20).
  - Dihalni sprehod po telesu: globoko vdihni in si predstavlja, kako gre vsak vdih svežega zraka v posamezen del telesa (najprej v prste na rokah in nogah, nato v dlani in stopala, nato pa do trebuha in do srca).
- 4. Predmeti za sproščanje** (gnetenje žogice za stiskanje ali blazinice, napolnjene z rižem; opazovanje vodnega stolpa ...).
- 5. Pozitivno mišljenje.**
- 6. Imaš še ti kakšno idejo? 😊**

# 5

## SE TI PORAJA ŠE KAKŠNO VPRAŠANJE?



- Se tudi tebi ob učenju in o učenju postavljajo vprašanja, pa nanje v priročniku še nisi dobil odgovora? Morda najdeš rešitev za kakšen problem v naslednjih vrsticah.



**Kako naj se spravim  
k učenju predmeta, pri  
katerem sem vedno  
neuspešen?**

Najprej poskusi ugotoviti, kaj je vzrok teh neuspehov. Razmisli, kako bi jih lahko odpravil oz. kdo bi ti lahko pri tem pomagal. Nato vztrajaj pri delu, četudi ti še vedno ne bo šlo vse kot po maslu. Ne dovoli, da te neuspehi potrejo. Ne primerjaj se z drugimi, ampak tekmuji sam s seboj. Zaznamuj vsak še tako majhen napredek, ki te bo gotovo motiviral za nadaljnje delo.



**Pri učenju se nikoli ne morem prav zbrati. Kako naj se pripravim, da mi misli ne bodo uhajale drugam?**

Normalno je, da naša koncentracija ne more biti vedno na enako visokem nivoju. Na začetku učenja potrebujemo nekaj časa, da se »ogrejemo«, nato lahko dlje vzdržujemo pozornost, po določenem času pa nam koncentracija ponovno pade. Dobro je, da čim prej dosežeš čim boljšo koncentracijo. Da to storiš, se moraš odločiti, s katerim predmetom boš začel učenje. Najprej vso snov preleti in pri tem se ne ustavljaš ob nerazumljivih besedah; nato pa se loti postopnega učenja. Že od samega začetka se uči z razumevanjem!

Za podaljšanje časa osredotočenega dela je pomembno, da med učenjem narediš dovolj odmorov. Bolje je, da narediš več krajših odmorov kot enega zelo dolgega. Če ugotoviš, da pravzaprav nisi tako utrujen, ampak le naveličan učenja, razmisli o cilju, ki ga imaš pred seboj, da to opraviš.

Vnaprej se moraš odločiti, kdaj se boš učil in kdaj ne, saj boš tako bolje izkoristil čas. Ko se učiš, se zares uči, in ko počivaš, počivaj in ne misli na šolske obveznosti. Tudi to bo pripomoglo k bolj osredotočenemu delu.



**Veliko se učim, ampak zdi se mi, da ogromno stvari pozabim. Učiteljica mi reče, da se moram več učiti, ampak jaz se res že veliko učim. Kaj lahko še naredim?**

Pozabljanje je povsem običajen proces, ki se dogaja vsakomur. Največ pozabimo še isti dan, ko se nekaj naučimo, kasneje pa je pozabljanje počasnejše. Z nekaterimi metodami lahko pozabljanje vsaj nekoliko zmanjšaš. Pomembno je, da se vedno učiš z razumevanjem in ne da mehanično ponavljaš besede, ki si jih prebral. Podatke si bolje zapomniš, če se ti zdijo smiselni, zato med učenjem povezuje informacije med seboj, jih primerjaj, ugotovi glavne poudarke ... Po prebranem določenem delu snovi jo poskusi obnoviti s svojimi besedami. To ti bo namreč pomagalo pri razumevanju in boljši zapomnitvi. Predvsem pa večkrat ponavljaj! To stori tudi takrat, ko misliš, da nekaj že znaš. Na splošno namreč velja, da je ponavljanju treba nameniti vsaj polovico časa za učenje. Zavedaj se, da ni pomembno samo to, koliko se učiš, ampak predvsem, kako se učiš!



**Snov, ki se jo učimo v šoli, se mi zdi brezvezna. Rad bi počel kaj drugega, kot se učil nekaj, kar je čisto neživljenjsko, in vem, da mi nikoli več ne bo prišlo prav. Kako naj se pripravim, da se naučim?**

Verjamemo, da ob poplavi informacij večkrat dobiš vtis, da se učiš neuporabne stvari, ki ti ne bodo koristile. Svetujemo ti, da v takih primerih poskušaš najti kakšno pozitivno plat in premisliš, zakaj je nekaj morda vseeno dobro znati. Razmisli, kaj bi rad v življenju postal in pri kakšnem delu bi ti tovrstno znanje lahko pomagalo. Če še vedno ne vidiš uporabne vrednosti učne vsebine, naj ti povemo, da vseh učinkov znanja ne vidimo takoj. Morda te res nihče ne bo nikoli več vprašal direktno po teh podatkih, vendar pa se moraš zavedati, da je znanje med seboj zelo povezano in je uporabno v najrazličnejših situacijah. Zavedati se moraš, da se učiš predvsem zase. Gotovo si želiš v življenju postati nekdo uspešen in nekaj doseči, to pa je možno predvsem z znanjem.

Da, morda koristi učenja res še ne vidiš zdaj, jih boš pa imel v prihodnosti. Zato le pogumno znanju naproti!



# 6

## DESET KORAKOV NA POTI DO USPEHA



1. V življenju učenju ne moreš ubežati. Vsak se uči in to počnemo celo življenje.
2. Učenje je kot veslanje proti toku. Stati na mestu pomeni nazadovati.
3. Vedi, da ima vsak svoja močna in šibka področja.
4. Četudi ti kdaj ne uspe, vztrajaj. Zaupaj vase, da ti lahko uspe.
5. Pri pouku bodi aktiven. Če česa ne razumeš, vprašaj.
6. Ne boj se prositi za pomoč sošolca, brata/sestro, učiteljico ...
7. Uči se sproti, saj si tako več zapomniš in pred testi porabiš manj časa, da usvojiš snov.
8. Učenje si dobro organiziraj. Ne pozabi na vodo in aktivne odmore.
9. Večkrat na dan si povej, kako si ponosen nase.
10. Tja, do koder je vredno iti, ne pelje nobena bližnjica.

# PRILOGE



# MESEČNI KOLEDAR



PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK	SOBOTA	NEDELJA



## TEDENSKI URNIK

URA	PON.	TOR.	SRE.	ČET.	PET.	SOB.	NED.
6-7							
7-8							
8-9							
9-10							
10-11							
11-12							
12-13							
13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							
21-22							



## DNEVNI URNIK

KAJ ME ČAKA DANES?

ČAS, KI GA  
BOM PORABIL

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_





## VPRAŠANJA

## ODGOVORI

### AVTOR:

- Kdo je avtor dela?
- Kaj že veš o tem avtorju?

### OBDOBJE:

- V katerem obdobju je bilo delo napisano?
- Kdaj je bilo to obdobje?
- Kakšne so glavne značilnosti tega obdobja?
- Kateri so najpomembnejši avtorji tega obdobja?

### LITERATNA VRSTA DELA:

- epika
- lirika
- dramatika



VPRAŠANJA	ODGOVORI
<p>OSEBE:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• glavne osebe</li><li>• stranske osebe</li></ul> <p>Pri vseh osebah razmisli in zapiši:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• kakšna je njihova vloga v besedilu</li><li>• kakšne so njihove osebnostne lastnosti</li><li>• kakšne so njihove telesne značilnosti</li><li>• kakšne so njihove posebnosti</li></ul>	
<p>ČAS IN KRAJ DOGAJANJA:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kdaj se je zgodba dogajala?</li><li>• Kje se je zgodba dogajala?</li></ul>	
<p>DOGAJANJE V ZGODBI:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kaj se je zgodilo naprej?</li><li>• Kaj se je zgodilo potem (kako se zgodba zaplete)?</li><li>• Kje zgodba doseže vrh (kateri je osrednji dogodek)?</li><li>• Kako se zgodba razplete?</li><li>• Kako se zgodba konča?</li></ul>	





VPRAŠANJA	ODGOVORI
<p>IDEJA, TEMA IN SIMBOLI:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kakšna je glavna ideja, miselno sporočilo besedila (npr. politično, moralno, filozofosko ...)?</li><li>• Katere teme si prepoznal med branjem (npr. ljubezenska, domovinska ...)?</li><li>• Kateri simboli so bili uporabljeni v zgodbi (npr. ptica = svoboda, drevo = življenje, čopič = ustvarjanje ...)?</li></ul>	

## INFO ZID



**KAJ VEM O TEJ TEMI?**

Empty orange rounded rectangular box for writing.

**O TEJ TEMI SEM BRAL ali SLIŠAL TUDI V...**

Empty light blue rounded rectangular box for writing.

**MOJE IZKUŠNJE, ki se povezujejo s to temo...**

Empty light pink rounded rectangular box for writing.

**GLEDE ČESA PRI TEJ TEMI NISEM POVSEM PREPRIČAN?**

Empty light purple rounded rectangular box for writing.

**S ČIM SI BOM POMAGAL, DA BOM RAZJASNIL SVOJE  
DVOME PRI TEJ SNOVI?**

Empty light green rounded rectangular box for writing.

## VIRI

- Ajdini nasveti za učenje: Kako učinkovito pripraviti miselni vzorec?* (2013). Pridobljeno s <https://www.kopija-nova.si/koristni-nasveti/ajdini-nasveti-za-ucenje/kako-ucinkovito-pripraviti-miselni-vzorec>
- Ajdini nasveti za učenje: Domače branje: knjiga ali obnova.* (2014). Pridobljeno s <https://www.kopija-nova.si/koristni-nasveti/ajdini-nasveti-za-ucenje/domace-branje-knjiga-ali-obnova>
- Ajdini nasveti za učenje: Izvedba govornega nastopa.* (2013). Pridobljeno s <https://www.kopija-nova.si/koristni-nasveti/ajdini-nasveti-za-ucenje/izvedba-govornega-nastopa>
- Ajdini nasveti za učenje: Kako se lotiti knjige za domače branje.* (2014). Pridobljeno s <https://www.kopija-nova.si/koristni-nasveti/ajdini-nasveti-za-ucenje/kako-se-lotiti-knjige-za-domace-branje>
- Ajdini nasveti za učenje: Priprava govornega nastopa.* (2013). Pridobljeno s <https://www.kopija-nova.si/koristni-nasveti/ajdini-nasveti-za-ucenje/priprava-govornega-nastopa>
- Ajdini nasveti za učenje: Ustno preverjanje in ocenjevanje znanja.* (2014). Pridobljeno s <https://www.kopija-nova.si/koristni-nasveti/ajdini-nasveti-za-ucenje/ustno-preverjanje-in-ocenjevanje-znanja>
- Buchler, K. R. (2013). *Anxiety- Reducing Strategies in Classroom.* Pridobljeno s <http://scholarworks.wmich.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1182&context=dissertations>.
- Buneska, L. (2012). *Testna anksioznost in njena povezanost z učnimi strategijami ter učno uspešnostjo* (Diplomsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- Cohen, M. (2016). *Student Guide to Survive Stress and Anxiety in Collage and Beyond.* Pridobljeno s <http://www.learnpsychology.org/student-stress-anxiety-guide/>
- Helping children get organized for homework and schoolwork.* (2009). Pridobljeno s <http://www.uisd.net/wp-content/uploads/2009/10/helping-children-get-organized-for-homework-and-schoolwork.pdf>

- Horvat, T. (b. d.). *Tudi učenja se je treba naučiti*. Pridobljeno s [http://www.odlicnost.si/foto/clanek\\_jana\\_25.3.14.pdf](http://www.odlicnost.si/foto/clanek_jana_25.3.14.pdf).
- How to write a summary*. (2012). Pridobljeno s <https://www.youtube.com/watch?v=eGWO1ldEhtQ>
- Je pisanje obnov res tako zahtevno?* (b. d.). Pridobljeno s [http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/odrasli/Gradiva\\_ES/DRP/DRP\\_9Je\\_pisanje.pdf](http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/odrasli/Gradiva_ES/DRP/DRP_9Je_pisanje.pdf).
- Kirm, S. (2012). *Avtor in naslov knjige: domače branje*. Pridobljeno s <http://www.osbozidarjakca.si/sites/default/files/clanki/Navodila%20za%20seminarsko%20nalogo.pdf>
- Kratki in učinkoviti nasveti za samozavesten in prepričljiv nastop s Sašo Einsiedler*. (2014). Pridobljeno s <https://www.youtube.com/watch?v=FYMosT47NYc>
- Lah, K., Rovtar, B., Perko, J. in Matajč, V. (2007). *Umetnost besede: berilo 1: učbenik za slovenščino – književnost v 1. letniku gimnazijskih in štiriletnih strokovnih šol*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Lečnik, A., Schweiger, S. in Šuštaršič, M. (2015). *Priročnik za učence z disleksijo: 3. triletje*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta. Pridobljeno s <http://www.osmsn.si/files/2016/10/A.-Le%C4%8Dnik-S.-Schweiger-M.-%C5%A0u%C5%A1tar%C5%A1i%C4%8D-Priro%C4%8Dnik-za-u%C4%8Dence-z-disleksijo1.pdf>
- Life hacks*. Pridobljeno s <https://s-media-cache-ak0.pinimg.com/564x/e5/f6/cd/e5f6cdbab7ef1880d99b6ddfe08a3638.jpg>
- Marentič Požarnik, B. (1969). *Kako naj se učim*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Muršec, S. (2009). *Učno-motivacijske značilnosti, interesne in pristočasne dejavnosti pri učencih s primanjkljaji na posameznih področjih učenja in učencev brez učnih težav* (Diplomsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Pokovec, N. (2010). *Žabica Polonca ima govorni nastop*. Radovljica: Didakta.
- Summarizing text*. (2013). Pridobljeno s <https://www.youtube.com/watch?v=AX81Y371TKI>
- Summary writing: learn how to write summary*. (2012). Pridobljeno s <https://www.youtube.com/watch?v=VwEl-MiZH0E>

*Video priročnik javnega nastopanja.mp4*. (2012). Pridobljeno s

<https://www.youtube.com/watch?v=Y8XklBmPuss>

Žagar, I. Ž. (ur.). (2006). *Retorika: uvod v govorniško veščino: učbenik za retoriko kot izbirni predmet v 9. razredu devetletnega osnovnošolskega izobraževanja*. Ljubljana: I 2.

Župnek, J. (2013). *Strah pred preverjanjem in ocenjevanjem znanja pri učencih ter načini spoprijemanja z njim* (Diplomsko delo). Maribor: Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta.

42 ways to help messy kids organize their school work. Pridobljeno s

<http://www.sugaraunts.com/2016/01/organization-tips-for-students-organize-kids-school-work.html>

27 ways to check your student's knowledge daily. Pridobljeno s

<http://www.educatorstechnology.com/2014/02/27-ways-to-check-students-prior.html>.

21 Ways for checking your Student understanding. Pridobljeno s

<http://www.opencolleges.edu.au/informed/features/21-ways-to-check-for-student-understanding/>.