

TVARKINGA MOKYMOSI APLINKA

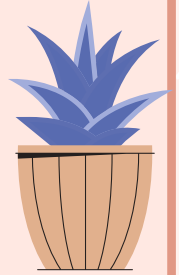
Skirk dėmesio savo mokymosi aplinkai. Susipažink su patarimais, kaip taisyklingai ir patogiai mokytis. Susikurk ne tik tvarkingą, bet ir draugišką mokymosi aplinką!

1. TVARKINGA MOKYMOSI VIETA

Neapkrauk rašomojo stalo. Įdėmiai apžiūrėk jį ir nuspręsk, ar priemonės, esančios ant jo, tikrai yra reikalingos. Naudok priemones, kurios padės sutaupyti vietos: įmautės, pieštukinės, daiktadėžės. Papildomos kanceliarinės priemonės ir kitos smulkmenos gali gulėti stalčiuose. Daugybė daiktų gali slėgti, o netvarka ant stalo – blaškyti dėmesį.

2. JAUKI MOKYMOSI VIETA

Jaukumo gali suteikti augalas. Jis ne tik valo orą, sugeria kenksmingas medžiagas, bet ir padeda išlaikyti „šviežią“ galvą, mažina stresą.



3. ERGONOMIŠKA MOKYMOSI VIETA

Ergonomikos mokslas tiria, kaip tu mokymosi metu draugauji su aplinka ir kaip tai veikia tavo mokymosi kokybę. Pateikiame keletą svarbių dalykų, į ką reikia atkreipti dėmesį.

KAMBARIO ŠVIESA. Venk tamsos, nes tai gali bloginti tavo regėjimą bei slopinti žvalumą.

KAMBARIO TEMPERATŪRA. Vėdink patalpą. Tai raktas į gerą nuotaiką ir produktyvų darbą. Grynas oras yra prisotintas aktyviai smegenų veiklai reikalingo deguonies.

TRIUKŠMAS. Pašaliniai garsai (muzika, televizorius ir kt.) gali trukdyti susikaupti darbui ir paspartinti nuovargį.

STALAS IR KĖDĖ. Įvertink, ar stalas ir kėdė yra tinkamo dydžio ir ar tu gali taisyklingai atsisėsti, kaip nurodyta 5 paveikslėlyje.

4. MOTYVUOJANTI MOKYMOSI VIETA

Nepamiršk motyvuojančių detalių: sporto varžybų laimėjimai, įsimintinų kelionių suvenyrai, įkvepiančių herojų nuotraukos, mokytojų plakatai, motyvuojančios frazės. Svarbu, kad detalės būtų įdomios, skatintų tyrinėti, lavintų vaizduotę.

5. TAISYKLINGAS SĖDĖJIMAS

