**SOS\*........NE DA SE MI...**

**Živjo!**

Se *še vedno težko* spraviš k učenju na daljavo?

Spet je *še več* priponk na spletni strani?

Kako naprej...?

V petek je bilo govora o tem, da se nekateri hitreje spravijo k učenju, kot drugi. Zakaj? Ja, prav zaradi **MOTIVACIJE**.... Ah, ja...kaj to sploh je motivacija? O tem prav danes....

* motivacija vpliva na tvojo sposobnost in tvojo zavzetost pri učenju, pa seveda dalje tudi na opravljene šolske zadolžitve ter ocene
* motivacija ti omogoča bolj osredotočeno učenje, večjo moč koncentracije
* zato je pomembno, da samega sebe motiviraš za učenje – čim hitreje in dobro opraviš učenje na daljavo
* pomembno je premagati odlašanje učenja

Današnji NAMIG:  **ZASTAVI SI CILJ**

Kako?

1. Zapiši kaj je DANES tvoj glavni cilj za šolo
2. Glavni cilj razbij na manjše cilje; na primer: danes naredim kar je zapisano na šolski spletni strani, na primer manjši cilj:pozorno moram predelati kemijo, da jo res razumem
3. Brez nejasnosti!
4. Zapiši KAKO boš danes dosegel glavni cilj
5. Zdaj pa si v mislih predstavljaj, kako to dosežeš (temu rečemo vizualizacija)
6. Ko dosežeš cilj sledi ....nagrajevanje

Mogoče, ti bo tole v pomoč.... Datum:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| GLAVNI CILJ | MANJŠI  CILJI | KAKO bom to dosegel..? | KAJ moram naredit? | Opravljeno |
|  | 1. |  |  |  |
| 2. |  |  |  |
| 3. |  |  |  |
| 4. |  |  |  |

Zavedaj se, da so meje, kaj zmoremo, v tvoji glavi....

**GOOD LUCK!**

Vesela bom tvojega odziva.....lahko mi pišeš na [masa.mlinaric@guest.arnes.si](mailto:masa.mlinaric@guest.arnes.si)