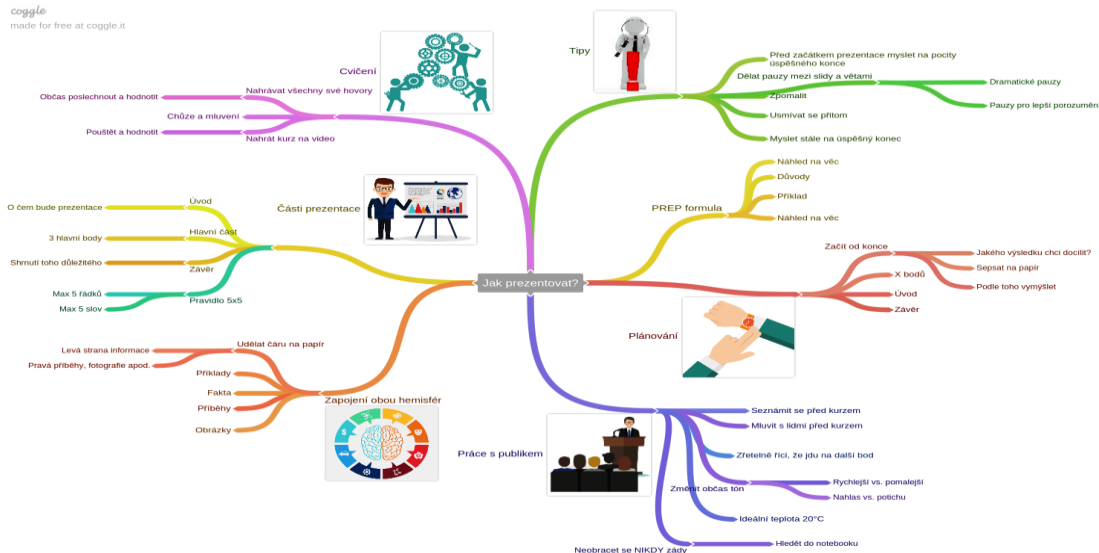


Zrakový (vizuální) styl

1. k zapamatování co nejvíce **využívej obrázků, map, filmů a videí**
2. můžeš také využít tzv. **myšlenkových map** – do centra se do kroužku napíše téma a kolem se od něj udělají odrážky, odbočky obsahující podstatné informace
3. když se učíš, vždy zavři oči a zkus si danou věc představit
4. dobře si strukturuj zápisky – **je obtížné se učit z cizích zápisků**, proto buď co nejvíce ve škole
5. **dívej se** na toho, kdo přednáší, pomůže ti to udržet pozornost

6. když se doma učíš, dělej si poznámky nebo osnovy
7. **podtrhávej** si v textu podstatné informace
8. používej barevné fixy, zvýrazňovače
9. kresli si své mapy, schémata, diagramy, časové osy

coggle
made for free at coggle.it



10. **využívej** pro to různě velké **formáty papíru**
11. vytvoř si **kartičky se slovíčky**, s osnovami a opakuj si z nich
12. pokud si stanovuješ cíle učení nebo plán, napiš si jej na kartičky a dej si jej na viditelné místo

Zvukový (auditivní) styl



1. buď co nejvíce přítomen ve škole, ať **slyšíš** co nejvíce látky
2. v zápiscích si nech místo na dopsání důležitých informací – v hodině všechno nestihneš pochytit, tak abys měl(a) úplné zápisky
3. **diskutuj** se spolužáky, když je možnost, převyprávěj jim látku nebo si naopak nech látku převyprávět ty
4. ideální pro tebe je **učit se ve dvojici** nebo větší skupince
5. když se učíš doma, látku si **nahlas** čti, pak **přeříkávej nahlas**



6. můžeš si – po dohodě s učitelem – látku i nahrát a pak si ji pouštět (například v MP3 po cestě do školy 😊)
7. přeříkávej látku někomu konkrétnímu, nebo pokud nikdo není v okolí, říkej látku někomu, koho si jen představuješ

8. při učení **využívej rytmus a hudbu**

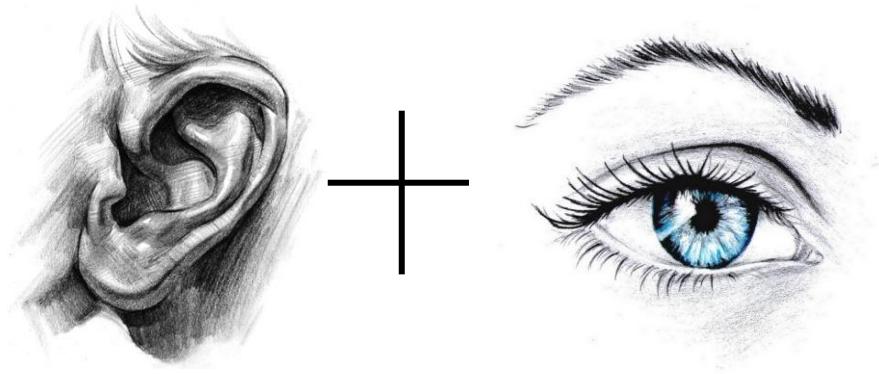
– přeříkávej si látku v nějakém rytmu, rapuj, skládej do básně nebo si text zpívej



9. vytvářej si mnemotechnické pomůcky a říkej si je (např. *Ivan Vedl Xenii Lesní Cestou Do Města* (I = 1, V = 5, X = 10, L = 50, C = 100, D = 500, M = 1000))
10. vytvoř si kartičky na opakování a nahlas si je přeříkávej
11. pokud je to možné, nech se vyvolávat ústně
12. pokud si stanovuješ cíle, napiš je na kartičky a předříkávej je nahlas

Slovní (verbální) styl

1. při učení kombinuj co nejvíce mluvení a psaní



2. využívej říkanky, jazykolamy, hry se slovy

3. vytvářej si mnemotechnické pomůcky

(např. *Ivan Vendl Xenii Lesní Cestou Do Města* (I = 1, V = 5, X = 10, L = 50, C = 100, D = 500, M = 1000))

4. vytvářej si akronymy – první písmena ze slova – na ně napojit slova další např. 4U – pro tebe

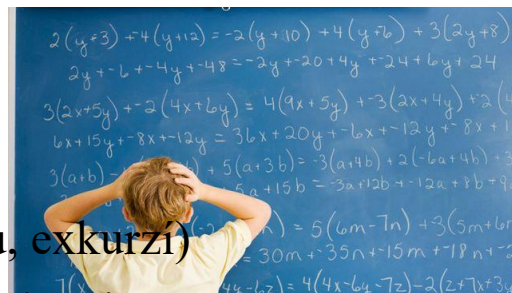
5. využij existující melodii, říkanku a změň slova tak, aby se jednalo o to, co se chceš naučit

6. vytvoř si z materiálu, který se chceš naučit, příběh (povídku, anekdotu, film..)

7. při učení si text čti nahlas a měň u toho různě intonaci, přidej dramatický nádech jako v divadle



Pohybový (fyzický) styl



1. uč se ze zkušenosti (experimentů, pokusů, exkurzí)
2. k učení si vymýšlej příklady z každodenního života
3. vytvářej si modely, pomůcky, které můžeš prozkoumat, a které ti pomohou si věci pamatovat
4. vytvoř si kartičky na opakování nebo hry, křížovky apod.
5. během učení chod' po místnosti
6. pokud je to možné, sehravej různé scénky a modelové situace, aby sis látku zapamatoval(a)
7. používej při učení různá gesta a pohyby, aby sis dobře látku pamatoval(a) – např. každé slovo z názvu díla nějakého spisovatele předved' pantomimou
8. při opakování látky zkus zavřít oči a představit si to, co se snažíš naučit, užívej i gesta
9. využívej počítač, vyhledávání v knihách a encyklopediích
10. při čtení si v textu ukazuj prstem
11. pokud ti to pomáhá, při učení nebo výkladu měj v ruce malý předmět (propisku, balónek apod.) – neruš však ostatní
12. při učení měň často polohu – lež na břiše na koberci, sed' na velkém nafukovacím míči, na sedacím vaku, na polštářcích apod.



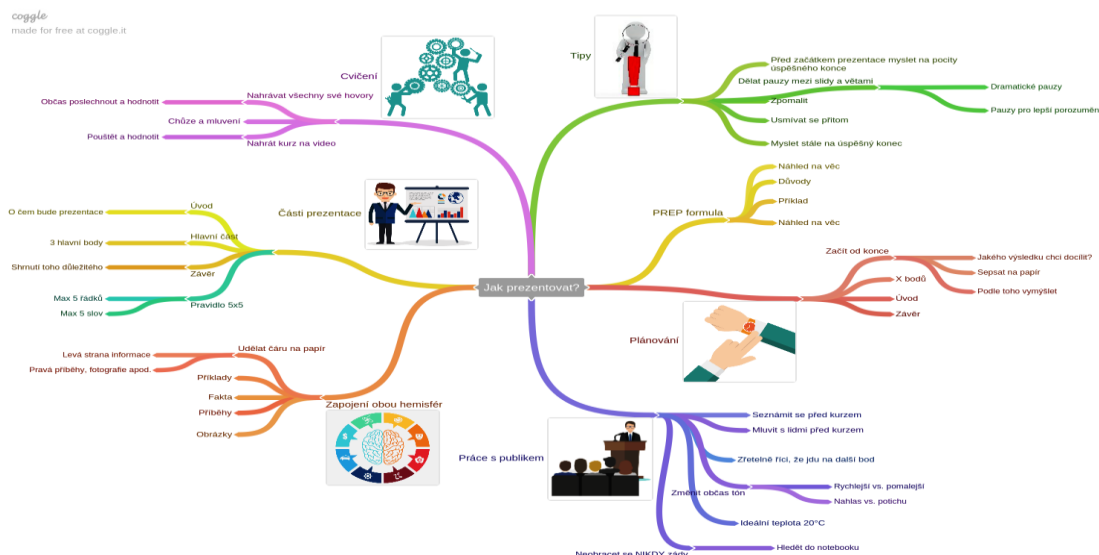
13. pokud ti to vyhovuje, pusť si v pozadí klidnou hudbu
14. svoje pracovní místo si ozdob barvou, která je Ti příjemná
15. text si podtrhávej barevně, najdi si tu barvu, která Ti vyhovuje nejvíce

16. dělej si často přestávky, ale rychle se vrať k práci – ideálem je 30 minut učení, 3–5 minut přestávka

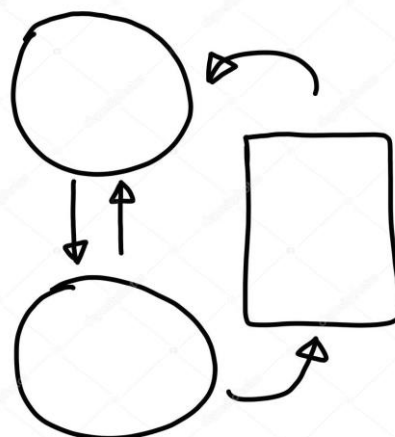


Logický (matematický) styl

1. vytvářej si souvislosti mezi jednotlivými prvky – nespokoj se pouze s jednotlivým tématem, ale hledej souvislosti, vysvětlení a zapisuj si objevené



2. pokládej si otázky a náměty, které by tě zajímaly, podnítiš tak zvědavost
3. vytvářej si plány, seznamy, souhrny s logickými návaznostmi



4. pokud ti to pomůže si látku lépe zapamatovat, vyhledej si k ní další informace – statistiky, výzkumy apod.



5. nezapomínej také na své tělo, dech a relaxaci
6. při učení upřednostňuj okamžitou práci a neodkládej ji na později

Společenský (interpersonální, sociální) styl

1. co nejvíce pracuj ve skupině nebo s ostatními lidmi
2. pokud to jde, tak ve třídě, v hodině; pokud ne, vytvoř si svou vlastní studijní skupinku
3. opakuj si co nejvíce ve skupince nebo dvojici, látku přeříkávej ostatním a také poslouvej to, co říkají druzí
4. rozděl si s ostatními látku na části a pak si ji vzájemně vysvětlete



Samostatný (intrapersonální) styl

1. využívej slovní asociace – co tě ke slovu napadne, aby se ti lépe učilo
2. propojuj si učení se svou osobní zkušeností, veď si deník nebo poznámky
3. před každým učením si najdi motivaci, proč a k čemu je pro tebe osobně daná část důležitá
4. využívej relaxaci – odpočívej mezi učením
5. zkus zapojit do studia také ostatní a srovnej se s nimi, jak na tom jsi

