

**învăț
cum să
învăț**
la școală

Învăț să mă cunosc mai bine

- FIŞA 1** Învăț să mă cunosc mai bine p. 6
- FIŞA 2** Învăț să mă motivez p. 12
- FIŞA 3** Învăț să am încredere în mine p. 14
- FIŞA 4** Învăț să fiu pozitiv p. 18
- FIŞA 5** Învăț să am responsabilități p. 20
- FIŞA 6** Învăț să gestionez stresul p. 22
- FIŞA 7** Învăț să-mi păstreze sănătatea p. 24

Învăț cum să învăț mai bine

- FIŞA 8** Învăț cum să învăț mai bine p. 30
- FIŞA 9** Învăț să dau un sens școlii p. 32
- FIŞA 10** Învăț să memorez mai ușor p. 34
- FIŞA 11** Învăț să fiu curios p. 38
- FIŞA 12** Învăț să fiu creativ p. 40
- FIŞA 13** Învăț din greșelile mele p. 42
- FIŞA 14** Învăț să-mi folosesc cunoștințele p. 46
- FIŞA 15** Învăț cu resurse digitale p. 48
- FIŞA 16** Învăț să ascult p. 50
- FIŞA 17** Învăț cu o hartă mentală p. 52

Învăț în clasă

- FIŞA 18** Învăț regulile școlii p. 56
- FIŞA 19** Învăț să particip la lecție în clasă p. 58
- FIŞA 20** Învăț să înțeleg ce spune învățătoarea p. 60
- FIŞA 21** Învăț să prezint lucrări îngrijite p. 64
- FIŞA 22** Învăț să fac un exercițiu p. 66
- FIŞA 23** Învăț să folosesc un dicționar p. 68
- FIŞA 24** Învăț să caut o informație p. 70
- FIŞA 25** Învăț să scriu un text p. 72
- FIŞA 26** Învăț să rezolv o problemă p. 74
- FIŞA 27** Învăț o limbă străină p. 78

Învăț acasă

- FIŞA 28** Învăț să mă motivez pentru teme p. 82
- FIŞA 29** Învăț să-mi organizez biroul p. 84
- FIŞA 30** Învăț să-mi folosesc caietul de notițe p. 86
- FIŞA 31** Învăț să-mi fac temele în avans p. 88
- FIŞA 32** Învăț să-mi pregătesc ghiozdanul p. 90
- FIŞA 33** Învăț să recuperez o rămânere în urmă p. 92
- FIŞA 34** Învăț adunarea p. 94
- FIŞA 35** Învăț tabla înmulțirii p. 98
- FIŞA 36** Învăț să învăț o poezie p. 104
- FIŞA 37** Învăț să-mi îmbunătățesc ortografia p. 106
- FIŞA 38** Învăț să-mi îmbogățesc vocabularul p. 110
- FIŞA 39** Învăț să recapitulez pentru o lucrare de control p. 112
- FIŞA 40** Învăț să-mi îmbunătățesc rezultatele la învățătură p. 114
- FIŞA 41** Învăț să pregătesc o expunere p. 116

Învăț să mă deschid către lume

- FIŞA 42** Învăț și în timpul liber p. 120
- FIŞA 43** Învăț să-mi organizez timpul liber p. 122
- FIŞA 44** Învăț să citesc din plăcere p. 124
- FIŞA 45** Învăț pornind de la ceea ce este în jurul meu p. 128
- FIŞA 46** Învăț să trăiesc alături de ceilalți p. 130
- FIŞA 47** Învăț să-mi înțeleg părinții p. 132
- FIŞA 48** Învăț să lucrez în grup p. 136
- FIŞA 49** Învăț să caut pe internet p. 138
- FIŞA 50** Învăț să comunic prin e-mail p. 142

Învăț despre mine



Învăț să mă cunosc mai bine

Respect pentru învățământul



De ce?

Copiii sunt **diferiți**. Nu au toți același fizic, aceleași gesturi, aceleași facilități sau dificultăți, aceleași moduri de a învăța.

A **mă cunoaște** mai bine îmi permite să pun în valoare ceea ce știu să fac mai bine și să muncesc mai mult în domeniile în care întâmpin mai multe greutăți.

Câștig **încredere**, căci găsesc activități pentru care sunt dotat.



Învăț să mă cunosc mai bine

Cum sunt?

Răspund la întrebări încercuind figura sau figurile (nu mai mult de două la fiecare punct) care îmi corespund.

1) De Crăciun, în ofertele de jucării, privesc mai ales jocurile care m-ar putea ajuta...

- ♥ să folosesc banii: Monopoly...
- ★ să gândesc: șah, sudoku...
- ♣ să mânuiesc: biliard, jocul cu săgeți...
- * să mimez, să cânt, să desenez, să inventez povești...
- ♦ să fac experiențe sau să construiesc.



La ce sunt mai bun?

2) Oricând am timp liber...

- cloud ies să mă joac cu mingea sau să mă plimb cu bicicleta;
- * desenez, pictez, cânt, lipesc, scriu, îmi decorez lucrurile, cânt la un instrument;
- heart mut mobila, îmi aranjez lucrurile, mă gândesc cu ce mă voi îmbrăca mâine;
- blue speech bubble îmi iau tableta ca să mă joac, să fac cuvinte încrucișate sau să caut un subiect care mă interesează;
- star lucrez ori mă plimb prin grădină sau parc în căutarea unor insecte, semințe...

3) Locul în care mă simt cel mai bine este...

- cloud terenul de fotbal, pentru că acolo mă pot juca cu prietenii;
- heart magazinele, pentru că îmi place să calculez și să văd ce-mi pot cumpăra cu banii de buzunar;
- * teatrele și cinematografele, pentru a descoperi povești noi;
- blue speech bubble pădurea, pentru că îmi place să construiesc căsuțe;
- star muzeele, pentru că acolo învăț lucruri noi.

4) Când lucrez în grup cu prietenii, eu sunt cel care...

- cloud se deplasează pentru a merge dintr-un loc în altul;
- heart face lista materialelor și fixează rolul fiecărui;
- * decorează;
- blue speech bubble construiește;
- star găsește soluții la probleme.

Rezultatele testului

Este posibil să am același număr de figuri. Asta înseamnă că am mai multe **talente** diferite! Să aflăm deci însușirile corespunzătoare fiecăreia dintre aceste figuri.

Dacă am mai mulți de ☁, fac parte dintre cei cărora le place să se miște

Îmi este ușor să mă servesc de **corpul** meu. Am înclinații în special pentru sport și am nevoie să-mi consum energia.

Învăț să progresez

- Profit de timpul meu liber pentru a testa cât mai multe sporturi, astfel încât să-l descopăr pe cel preferat, în care să pot prograda.
- Încerc să fac concursuri în care să mă pot întrece cu alții, dar mai ales să-mi urmăresc propria evoluție.
- Nu ezit să mă antrenez pentru a-mi demonstra că „munca” își arată întotdeauna roadele. Îmi dezvolt gustul pentru efort, ceea ce îmi va putea fi de folos la școală, de exemplu.

Le cer părinților mei:

- să mă înscrive la un club sportiv și să facă efortul de a mă duce la competiții sau la meciuri. Pentru a evita să facă prea multe drumuri, ei se pot organiza împreună cu alți părinți;
- să mă ducă în locuri în care să îmi pot consuma energia (piscină, parc, stadion...);
- dacă este posibil, să practice o activitate sportivă împreună cu mine.

Dacă am mai mulți de *, fac parte dintre cei cărora le place să acționeze, să experimenteze

Dacă trebuie să rezolv o **problemă**, voi încerca mai multe soluții și le voi testa pentru a verifica dacă funcționează. Am nevoie să **examinez** pentru a înțelege.

Învăț să progresez

- Nu ezit să fac maximum de experiențe pentru a-mi descoperi și dezvolta curiozitatea.

- Pot crea tot felul de obiecte practice care răspund unei nevoi: o căsuță pentru insecte, un suport de creioane...
- Pot ține cont de capacitatea creativă a celorlalți pentru a mă ajuta să progresez, observându-i în timp ce lucrează în bucătărie, în atelierul de tâmplărie, în grădină... și cerându-le să mă învețe.
- Mă pot uita pe internet la filme (videouri) care arată experiențe sau pot citi cărți care îți explică cum trebuie să procedezi.

Le cer părinților mei:

- să-mi permită să fac experiențe și să-mi amenajez un loc pentru asta (într-un colț la garajului, al camerei mele sau al grădinii...);
- să-mi explice pericolele anumitor experiențe sau instrumente. Ei îmi vor fixa limite ca să știu până unde voi merge;
- să-mi transmită în etape cunoștințele lor, înțelegând că nu pot învăța totul într-o zi.

Dacă am mai mulți de *, fac parte dintre cei cărora le place să creeze

Îmi plac în special arta, timpul liber creativ, teatrul, muzica... Resimt cu ușurință o **emoție** în timp ce mă uit la un film sau când ascult muzică. Mă simt cel mai bine atunci când **creez**. Am o **imaginatie** foarte bogată. Nu trebuie să mă gândesc prea mult, ideile îmi vin în mod natural.

Învăț să progresez

- Mă las în voia tuturor emoțiilor care mă cuprind, chiar dacă uneori ele mă fac să nu mă simt în largul meu, neputându-mi stăpâni furia sau lacrimile. Asta reprezintă o bogăție pe care eu o am!
- Trebuie să caut modalitatea care îmi permite să mă exprim cel mai bine: pictura, muzica, scrisul, desenul.


Le cer părinților mei:

- să mă înscrive la cursuri de activități artistice;
- să mă încurajeze să mă exprim în toate modurile posibile;
- să mă lase să fac pictură sau modelaj arătându-mi cum să protejez mobila și cum să curăț, pentru ca apoi să pot face asta singur.

Dacă am mai mulți de ★, fac parte dintre cei cărora le place să gândească

Îmi place să **învăț**, și asta îmi ușurează munca la școală, fiind mai mereu un **elev bun**. A înțelege repede și a fi curios reprezentă mari calități! Nu trebuie să mă devalorizez pentru că am impresia că nu sunt întotdeauna precum ceilalți copii, mai ales dacă nu sunt foarte dotat la sport sau artă.

Învăț să progresez

- Pot ieși în evidență prezentând o expunere despre un subiect care mă pasionează sau dând explicații colegilor care au dificultăți. În felul acesta, mă vor vedea altfel!

Le cer părinților mei:

- să jucăm jocuri de societate care favorizează gândirea, ca de exemplu șahul...
- să mă ducă la bibliotecă sau la muzeu;
- să discute cu mine despre subiecte de actualitate.

Dacă am mai mulți de ❤, fac parte dintre cei cărora le place să organizeze

Dificil pentru mine să-mi identific talentul! Am impresia că nu știu să fac ceva cu adevărat! Să-ți placă să organizezi, să triezi, să comanzi... asta nu pare să fie o activitate adevărată! Să, totuși, într-un grup, trebuie să existe cineva care **să conducă și să organizeze**, altfel nu se realizează mare lucru! Eu știu să am inițiative, adică știu să fac lucruri fără să mi se ceară asta.

Învăț să progresez

- Mă obișnuiesc să mă organizez făcând programe care mă ajută să câștig timp.
- De asemenea, pot învăța să-mi gestionez banii: să știu ce vreau să-mi cumpăr, ce trebuie să economisesc, cum să-i obțin.
- Trebuie să fiu și atent: chiar dacă am talent pentru repartizarea rolurilor într-un grup, trebuie să fac acest lucru fără a lăsa impresia că eu comand.

Le cer părinților mei:

- să mă lase să iau inițiative în casă, cum ar fi să pregătesc singur o refeță;
- să mă lase să-mi organizez activitățile și timpul aşa cum vreau eu;
- să mă încurajeze să particip la proiecte care presupun organizare: strângerea de donații pentru o asociație, organizarea aniversării mele.

Învăț să mă motivez

Respect pentru oameni și cărți



Învăț să mă motivez

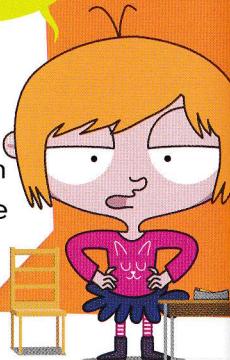
Învăț despre mine

12

De ce?

Atunci când mi se vorbește despre un subiect care mă interesează, sunt mai motivat să aflu cât mai multe despre el. Îmi place să ascult, căci **îmi pun întrebări și caut răspunsuri**. Rețin fără probleme ce am ascultat sau ce am văzut și sunt curios să știu mai multe despre acel subiect.

Detest să stau jos totă ziua.



Învăț să mă cunoșc mai bine ✓

Ce mă motivează?

Bifez căsuțele care corespund activităților care îmi plac.

- sportul (fotbal, dans...);
- activitățile în natură (animale, grădinărit);
- lectura și scrisul (inventez povești, țin un jurnal intim...);
- activitățile manuale (pictură, bucătărie, bricolaj...);
- experimentele și tehnologia (calculator, jocuri video, tabletă);
- muzica (pe care o ascult sau o fac) sau spectacolele (pe care le văd sau le realizez);
- cinematograful, filmele;
- altele



Învăț să progresez

Aleg ce îmi place să încerc pentru a fi mai motivat.

- Să înțeleg** ceea ce învăț. Nu pot fi interesat de un subiect dacă nu îl înțeleg. Pentru a înțelege mai bine, nu ezit să le pun întrebări profesorilor sau părinților mei, chiar dacă ele pot părea copilărești.
- Poate că nu-mi plac anumite lucruri pentru că nu le cunosc. Pot încerca activități noi și îmi pot forma o **părere proprie**.
- În situațiile de zi cu zi folosesc **cunoștințele** pe care le-am acumulat la școală.
De exemplu, dacă îmi place să mă plimb, să scriu și lucrez ușor la calculator, pot realiza un album de amintiri cu fotografii. Scriu un mic text despre ceea ce am trăit, pun fotografiile și decorez. Pot face acest lucru și pe internet.
- Mă străduiesc să nu mă limitez **doar** la materiile la care sunt bun. Se întâmplă să nu fii înzestrat într-un domeniu, dar asta nu te împiedică să fii interesat de el!
- Dacă o **lecție** mi se pare **plictisitoare**, încerc să găsesc un mijloc de a o face mai **atrăgătoare**. La științe, de exemplu, aş putea reface, cu ajutorul unui adult, experiențele realizate în clasă.



Le cer părinților mei:

- să-mi propună o **activitate** în legătură cu ceea ce învăț la școală. De exemplu, dacă învăț despre Brâncuși, ei îmi vor putea arăta pe internet reproduceri ale sculpturilor sale sau m-ar putea însoțи la muzeu.