

Að skipuleggja tíma sinn

Flestum okkar finnst við hafa mikið að gera og hafa of lítinn tíma til að komast yfir allt sem okkur langar til. Námsmaðurinn þarf oftast að eyða meiri hluta dagsins í skólanum og auk þess að læra heima. Þar fyrir utan eiga flestir alls kyns áhugamál. Þess vegna er mikilvægt að skipuleggja tíma sinn vel og finna sér leið sem hentar til að vinna heimavinnu á sem árangursríkasta hátt.

Verkefni 1 *

Ein leið til að finna lausan tíma er að nota vikuáætlun, eins konar stundaskrá yfir tímann frá kl. 7 að morgni til miðnættis alla daga vikunnar. Síðan merkir þú inn þann tíma sem er upptekinn, til dæmis litar gula reiti þegar þú ert í skólanum, bláa reiti þegar þú ert í tómstundum eða íþróttum o.s.frv. Mundu að merkja líka þann tíma sem þú ætlar að horfa á tiltekið efni í sjónvarpi o.þ.h. Eftir standa auðir hvítir reitir sem þú hefur til að læra. Þú getur raðað verkefnum heillar viku inn á þá eða tekið einn dag í einu. Dæmi um [útfyllta vikuáætlun](#) fylgir námsefninu.

Dagbók er mikilvægt hjálpartæki fyrir þá sem vilja skipuleggja tíma sinn vel. Því fleiri minnisatriði sem þú skráir í dagbókina því betur gengur þér að hafa yfirsýn yfir verkefni sem þarf að vinna og eru framundan. Ef þér hættir til að fresta verkefnum og sleppa því að læra heima getur þú bætt stöðu þína með því að nota dagbókina vel og skipulega. Það tryggir að þú vitir hvað á að læra. Ef þú venur þig á að merkja við það sem þú ert búin/n að vinna, færðu góða yfirsýn yfir hverju þú hefur lokið og hvað á eftir að gera. Venjir þú þig á að skrifa allt niður og ljúka heimavinnunni hjálpar það til að vinna gegn streitu og kvíða sem oft fylgir því að ljúka ekki við heimaverkefni. Því fylgir vellíðan að ljúka við tiltekin verkefni.

Þegar mikið er að læra heima er oft erfitt að koma sér að verki. Oft getur það hjálpað að búa námsefnið niður og byrja á einhverjum hluta þess. Þá getur verið gott að skrá í dagbókina hversu langan tíma það tekur. Ef mikið er að læra heima þarf að raða námsefninu í forgangs röð. Sú röð getur farið eftir ýmsu. Sumir setja fremst þá námsgrein sem þeir mega síst við að dragast aftur úr í, aðrir leggja áherslu á að læra heima fyrir þá kennara sem eru strangastir.

Mundu að þú ert að læra heima fyrir sjálfa/n þig en ekki kennarann eða skólann! Þeir sem venjast því að nota dagbók, skrá í hana öll verkefni sem á að vinna og einnig ýmislegt annað sem þeir þurfa að gera.

Skoðaðu dagbókina eina til tvær vikur fram í tímann með reglulegu millibili. Það hjálpar þér til að muna eftir stærri verkefnum sem þú þarft að byrja á með góðum fyrirvara.

Verkefni 2

Skráðu í eina viku samviskusamlega í dagbókina þína allt sem þú átt að læra heima. Þegar heim kemur skaltu raða námsefninu í röð sem þér finnst henta best. Mörgum finnst gott að byrja á einhverju léttu og fljótlegu, taka næst eitthvað erfitt og enda svo á einhverju léttu. Merktu með krossi í dagbókina við það sem þú klárar, þú getur jafnvel skráð hversu langan tíma það tók.



Verkefni 3 *

Skráðu á verkefnablaðið hjá þér sterkar og veikar hliðar þínar varðandi tímastjórnun og notkun dagbókar. Skráðu síðan hjá þér hvaða markmið þú vilt setja þér varðandi úrbætur. Ágætt er að setja sér í byrjun tvö til þrjú markmið.

Heilræði

Hafðu dagbókina alltaf á borðinu í skólanum til að auðvelda skráningu. Líttu í dagbókina heima þegar þú ferð að vinna heimavinnuna.