

המלצות ללמידה עצמאית ויעילה

במדריך זה ריכזנו מספר אסטרטגיות שיסייעו ללמידה עצמאית יעילה: לא מדובר בטריקים, אלא בשיטות שצריך להשקיע וליישם לאורך זמן.

תכננו את הזמן.

הכינו לעצמכם מערכת, הדפיסו ותלו אותה במקום בולט. תכננו זמן עבודה לכל שיעור ואל תשכחו לחשב בתכנון הזמן הפסקות. חשוב לקחת הפסקות בין מקטעי הלמידה, כדי להתאוורר, לשנות אוירה ושיטת למידה. פעילות גופנית יכולה להוות הפוגה יעילה וכמובן לא לשכוח – שינה.

העזרו בחברים בלימודים.

למידה בשניים נעימה יותר, ומונעת דחיינות (דחיית המטלות למועד מאוחר יותר). צרו הרגל קבוע של למידה בשניים (או יותר). אם זה לא מתאפשר, צרו קשר עם חבר. בצ'אט/וואטסאפ וכדומה, כדי להתחיל ולסיים את הלמידה יחד

היכנסו לאווירת למידה.

- למדו במקום קבוע.
- סגרו את כל מה שלא קשור ללמידה: מולטי־טאסקינג היא אשליה, אף אחד לא באמת יכול להתרכז בלימודים תוך כדי גלישה.
- סדרו את החומרים סביבכם, הכינו מים, קפה ונשנוש קטן.

היו פעילים.

שאלו שאלות, כתבו לעצמכם הערות, תנו ביקורת לחברים בכיתה. ניסוח שאלות דורש חשיבה מורכבת ויצירתית ומסייע להבהיר נקודות חשובות וגם לזכור אותן. בדקו איך החומר החדש מתקשר למה שאתם כבר יודעים.

רווחו את הלמידה.

חזרות רבות וקרובות על החומר יעילות רק בטווח הקצר מאוד, ואילו חזרות מרווחות בזמן הן יעילות מאוד גם בטווח הארוך. שימו לב, למידה מרווחת דורשת תכנון מראש – נסו להערך לכך, במיוחד לקראת תקופות עמוסות.

היעזרו במרצים.

נצלו את זמן השיעור כדי לשאול שאלות. בנוסף, במידת הצורך העזרו בפורומים, בדוא"ל, ובכל דרך התקשרות שנקבעה על ידי המרצה מחוץ לשעות השיעור. הפנייה שלכם תסייע למרצה לדעת מה דורש הבהרה והיכן כדאי לפרט יותר.

חומרי-עזר נוספים:

מוזמנים להרשם לסדנאות לסטודנטים בשנקר שמציע הלי"ה (המרכז לקידום הסטודנט.ית): כאן	סדנאות הלי"ה בשנקר
סרטונים על למידה עצמית ודיגיטלית מתוך ערוץ היוטיוב של בית הספר לקרירה	סרטוני וידאו קצרים - 5 דקות כל אחד
 - אסטרטגיות למידה: לינק - איך מתניעים: לינק - טיפים וטריקים: לינק	
How to Choose the Right Way to Study for You כאן	מאמר קצר