



# NASVETI ZA USPEŠEN ŠTUDIJ

1

## Aktivno učenje

Pravočasno si priskrbite vso potrebno literaturo in uredite zapiske. Uporabite miselne vzorce, pojmovne mape, oblake besed, kartice vprašanj in strategijo VŽN za učinkovitejše in hitrejše učenje.

2

## Sprotno učenje in spremljanje napredka

Izogibajte se kampanjskemu učenju in načrtujte svoj urnik aktivnosti. Preizkusite tudi skupinsko učenje, da spoznate drugačne poglede na študijsko vsebino. Zastavite si učne cilje in določite prioritete po dnevih ali tednih ter se za dosežene uspehe nagradite.

3

## Počitek, prehrana in gibanje

Za učenje bodite naspani. Izklopite družabna omrežja in druge motilce. Raziščite, kje vam učenje najbolj ustreza. Ne pozabite na krajše in daljše odmore, zdravo prehrano in zadostno količino vode. Vključite tudi gibanje in se nadihajate svežega zraka.

4

## Dobro duševno počutje

Dobro duševno počutje je osnova za uspešen študij. Marsikatero izzive lahko hitro premagamo, če jih pravočasno prepoznamo. Ne odlašajte s strokovno pomočjo in preverite, katera pomoč vam je na voljo na Univerzi v Mariboru.

**Več informacij:**

[moja.um.si](http://moja.um.si)

