

## 1. Научи кога можеш да се концентрираш добре

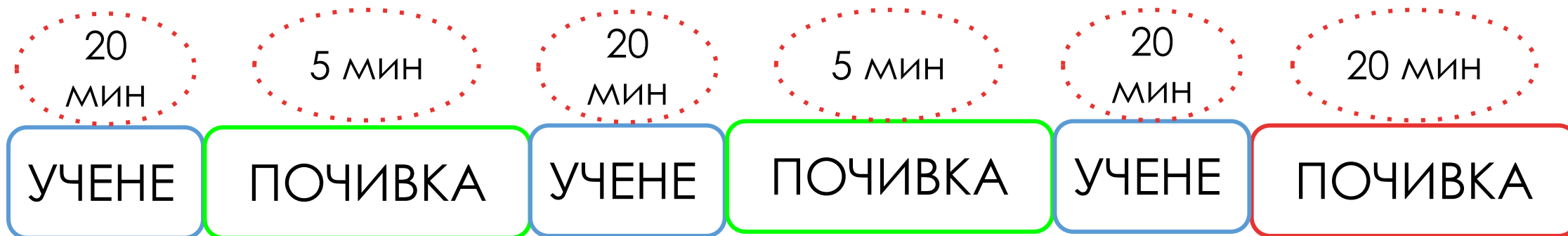
По кое време можеш да се концентрираш по-лесно?

Учи по това време!



Съвет: прегледай наученото още веднъж преди лягане!

## 2. Учете с ритъм



Съвет за почивката:

без смартфон или телевизия, а със спорт и свеж въздух!

### 3. Активиране на всички сетива

Човешките същества помнят средно:

10% от това, което четат

20% от това, което чуват

30% от това, което виждат

50% от това, което чуват и виждат

70% от това, което казват самите те

90% от това, което чувстват



Съвет: Възможно е да си човек, който запомня повече, когато визуализира нещата или ги чува, но колкото повече сетива активираш, толкова по-лесно ще учиш!

## **4. Използване на мнемонични стратегии**

Например помогни на ума си да запомни нови думи, като ги свържеш с думи, които звучат подобно, или с граматически правила, като ги поставиш в рима или използваш съкращения!



## **5. Говори на себе си**

Това може да звучи налудничаво, но не е... наистина е полезно!

Докато си говориш, практикуваш думите, които си научил/а, и свикваш да ги произнасяш.

По този начин ще установиш и кои думи още не знаеш! Така ще знаеш кои думи трябва да учиш по-нататък!

## 6. Играй с индексни карти

Вземи няколко листчета хартия и напиши на едната страна думата на твоя език и на гърба думата на целевия ти език.



Готов/а ли си за игра? Вземи пакета карти, които си създавал/а, и провери една след друга кои думи вече си запомнил/а. Слагай всяка карта, която познаеш отзад. В противен случай я сложи в средата на пакета. Печелиш играта си, когато ги познаеш всичките!

## **7. Лепкави бележки НАВСЯКЪДЕ!**

Как се казва легло, лампа,  
паста за зъби, чаша...?

Сложи превода, написан на  
лепкава бележка, на нещата,  
които имаш у дома, така че да  
ги виждаш често и ще можеш  
да се упражняваш!



## **8. Свързване на думи с изображения**

По-лесно се запомнят нови думи, ако се свързват с някакви образи... можеш да ги визуализираш в съзнанието си или - още по-добре - сам/а да направиш няколко прости рисунки или колаж с изображения от стари списания.



## **9. Нека изкуството ти помага!**

Слушал/а ли си някога музика, докато учиш? Опитай с различни видове музика, може би ще намериш точните ритми за теб!

Още една техника, свързана с изкуството? Скицирай случайни неща, докато повтаряш думите на глас!

## 10. Увеличи контакта си с целевия ти език



- **Говори** с хората, които го говорят, без да изпитваш срам от възможни грешки или неправилно произношение! Кого го вълнува, даваш най-доброто от себе си! Успокой се и ги приеми като шанс да се посмеете заедно!
- **Слушай** песни (научи текстовете и ги пей), подкасти, сериали и филми (опитай със субтитри на същия език).
- **Чети** новини, комикси или книги.