

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΛΥΣΕΩΝ

✓ Ελέγχω όλα τα βήματά μου.

- ☑ Επαληθεύω τις απαντήσεις μου.
- ☑ Εντοπίζω τα λάθη μου.
- ☑ Συγκρίνω με τα παραδείγματα.
- ☑ Σημειώνω ερωτήσεις για το επόμενο μάθημα.

ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΜΝΗΜΗΣ

✓ Φτιάχνω σχεδιάγραμμα.

- ⌘ Γράφω τις βασικές έννοιες.
- ⌘ Κάνω συνδέσεις με γραμμές και σύμβολα.
- ⌘ Περιγράφω πώς σχετίζονται μεταξύ τους.

✓ Το λέω φωναχτά.

- ☐ Διαβάζω δυνατά τη θεωρία.
- ☐ Περιγράφω με δικά μου λόγια να απευθύνομαι στην παρέα μου.
- ☐ Κάνω υποθετικές ερωτήσεις δίνοντας δικές μου απαντήσεις.

✓ Διδάσκω τους φίλους μου.

- ⦿ Όταν το γνωρίζω πολύ καλά.
- ⦿ Λύνω μαζί τους ασκήσεις.
- ⦿ Απαντάω στις απορίες τους.

Που χρειαζόμαστε τα Μαθηματικά;

- ✓ **Λύνουμε** καθημερινά προβλήματα.
- ✓ **Κατανοούμε** περισσότερο τον κόσμο γύρω μας.
- ✓ **Πετυχαίνουμε** με ό,τι ασχολούμαστε.
- ✓ **Οργανώνουμε** καλύτερα τη ζωή μας.



Μελετώ αποτελεσματικά τα Μαθηματικά στο Γυμνάσιο και το Λύκειο

Πώς να τα καταφέρνω!

Δημήτρης Πολυχρόνης
ΠΕ03 Μαθηματικός ΕΑΕ

ΚΕΔΑΣΥ Ξάνθης
2024-2025

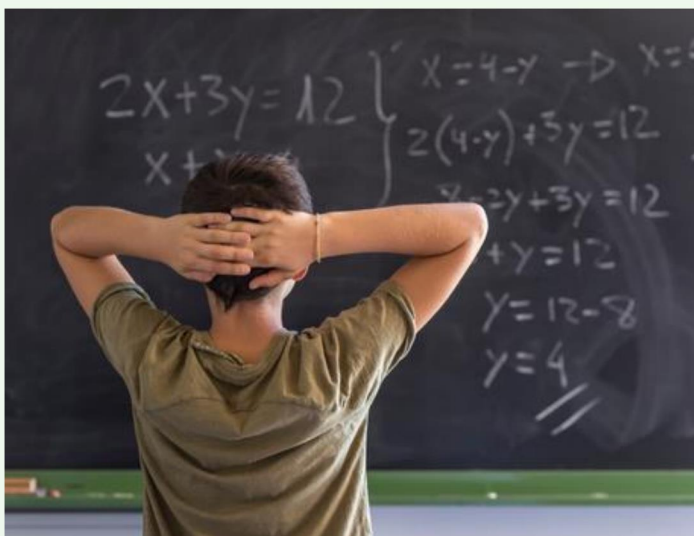


ΣΥΝΕΠΗΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

- ✓ **Οργανώνω τον χώρο μελέτης.**
 - Ήσυχο και άνετο μέρος
 - Καλά φωτισμένο
 - Χωρίς οθόνες και παιχνίδια
- ✓ **Ετοιμάζω τα απαραίτητα υλικά.**
 - Σχολικό βιβλίο
 - Σημειώσεις και βοηθήματα
 - Τετράδιο ασκήσεων και πρόχειρο
 - Στυλό, διορθωτικό και υπογραμμιστικό
- ✓ **Διαχειρίζομαι τον χρόνο μου.**
 - Συγκεκριμένες μέρες και ώρες
 - Επικεντρώνομαι αποκλειστικά στα Μαθηματικά.
 - Κάνω συχνά διαλείμματα.

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ

- ✓ **Υπογραμμίζω και διαβάζω προσεκτικά.**
 - ⊗ Έννοιες και ορισμούς
 - ⊗ Θεωρήματα και τύπους
 - ⊗ Εφαρμογές και πορίσματα
- ✓ **Γράφω τις δικές μου σημειώσεις.**
 - ⊙ Βασικές στρατηγικές
 - ⊙ Τη σειρά των βημάτων
 - ⊙ Αυτά που κατανοώ περισσότερο.
- ✓ **Αξιοποιώ τα παραδείγματα.**
 - ❖ Τα συνδέω με τη θεωρία.
 - ❖ Προσπαθώ να τα λύσω μόνος/η.
 - ❖ Πειραματίζομαι με παρόμοιες ασκήσεις.



Δεν τα παρατάω με την πρώτη δυσκολία!

Τα Μαθηματικά χρειάζονται υπομονή και επιμονή μέχρι να καταφέρουμε να βρούμε τη λύση.



ΣΥΝΕΧΗΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗ

- ✓ **Ξεκινάω με τα εύκολα.**
 - ⊗ Αυτά που μοιάζουν περισσότερο με τα λυμένα παραδείγματα.
 - ⊗ Όσα έχουν εύκολους αριθμούς
 - ⊗ Λύνω αργότερα τα δύσκολα.
- ✓ **Λύνω αρκετές ασκήσεις.**
 - ◆ Ξεκινάω με 2-3 από κάθε είδος.
 - ◆ Πειραματίζομαι με τα ζητούμενα.
 - ◆ Τα συνδυάζω με παλιές γνώσεις.
- ✓ **Αντιμετωπίζω τις δυσκολίες.**
 - + Δε φοβάμαι να κάνω λάθος.
 - + Αναζητώ παρόμοιες λύσεις σε άλλα παραδείγματα.
 - + Ζητάω βοήθεια όταν τη χρειάζομαι.