

STUDIE KONTROLELYS



WWW.STUDYTIPS.CO.ZA || WWW.STUDIEMETODES.CO.ZA

Voordat jou kind vanaand studeer — Gebruik hierdie kontrolelys

Fokus beter • Leer slimmer • Onthou meer

INLEIDING

Die meeste kinders studeer, maar kry nie altyd resultate nie. Hierdie kontrolelys help om fokus, begrip en geheue te verbeter – en omskep studietyd in werklike leer.

VOOR HULLE BEGIN LEER

Weet hulle presies *wat* hulle moet hulle leer?

👉 Wenk: Neem 'n leë bladsy en skryf: Onderwerp + Doelwit

Is die werk in klein, hanteerbare dele verdeel?

👉 Wenk: Verdeel werk in 3–5 klein take

👉 Skep jou take maklik by: <https://studytips.co.za/pomodoro-timer>

Is hul studieruimte skoon en vry van dinge wat hulle aandag kan aftrek?

👉 Wenk: Verwyder fone en onnodige items

Het hulle alles gereed?

👉 Wenk: Berei boeke en skryfbehoeftes voor *voordat* jy begin

TYDENS STUDIE

Studeer in kort, gefokusde sessies

☞ Wenk: 2–4 gefokusde sessies is beter as lang ure sonder fokus

Gebruik 25-minuut studieblokke + 5-minuut pouses

☞ Probeer ons GRATIS Pomodoro Timer: <https://studytips.co.za/pomodoro-timer>

☞ Wenk: Staan op, strek, drink water tydens pouses

Vermy dinge wat jou aandag kan aftrek soos sosiale media en jou foon

☞ Wenk: Hou jou foon in 'n ander kamer of gebruik 'n app om jou sosiale media te blok wanneer jy leer

Fokus op **begrip**

☞ Wenk: Vra "Verstaan ek dit werklik?"

NA STUDIE

Kan jou kind die werk hardop verduidelik?

☞ Wenk: Leer dit vir iemand of sê dit hardop

Het hulle hulself getoets?

☞ Wenk: Maak die boek toe en skryf wat hulle onthou

Het hulle swak areas geïdentifiseer?

☞ Wenk: Maak 'n "Probleemlys"

Die meeste studente sukkel nie omdat hulle nie probeer nie ... Hulle sukkel omdat hulle nog nooit geleer is hoe om effektief te studeer nie.

studiemetodes.co.za

[Geskep deur Studiemetodes](#)

Ontdek jou leerstyl & leer slimmer met ons studiemetodes werkswinkels - gaan na www.studiemetodes.co.za
