**4 совета, как хорошо учиться**

**1 совет. Найдите мотивацию**

Для того чтобы улучшить свою успеваемость, вы должны, прежде всего, осознать, для чего вам все это нужно. Некоторые дети не понимают, для чего они ходят в школу. Просто родители требуют от них какого-либо результата, но совершенно не говорят о том, где пригодятся им полученные знания. Во-первых, это вина самих родителей, так как воспитание включает в себя не только процесс физической адаптации детей. Во-вторых, есть вина и самих детей, так как они не задумываются о будущем. Особенно сильно это касается студентов, так как они уже взрослые люди и должны всецело отвечать за собственную жизнь.

Так вот, для того чтобы понять, **как лучше учиться в школе**, постарайтесь найти себе  стимул или мотивацию для действий. Она может быть самой разнообразной. Прежде всего, если вы учитесь в школе, это может быть желание поступить в хороший вуз. Сейчас у каждого есть возможность попасть в любой российский вуз на бюджетной основе, если достаточно хорошо учиться. Нужно лишь хорошо сдать ЕГЭ. Это может быть достаточной мотивации для улучшения показателей успеваемости.

Другой пример – интересная работа. Сейчас очень сложно найти по-настоящему интересную работу, за которую будут платить довольно неплохие деньги, если вы недостаточно образованы, поэтому отличная учеба может стать действительно серьезной мотивации. Из этой же серии можно выделить стипендию.

Важно помнить, что мотивация должна по-настоящему вас вдохновлять. То есть, вы должны найти нечто такое, что поможет вам встать с кровати и пойти учиться. Зачастую это сделать довольно проблематично. Так как мешает лень. Чтобы навсегда от нее избавиться, прочитайте [мою статью](http://starkoff.net/5-sposobov-kak-izbavitsya-ot-leni/). Помните, что мотивация не может появиться специально. Прислушайтесь к вашим чувствам. Чего вы хотите больше всего. К чему вас тянет. И продолжайте развиваться в этой сфере. Я уверен, что у вас все получится. Вы же для этого интересуетесь, **как начать хорошо учиться**.

Напоследок хочется сказать, что можно обратиться за советом к своим друзьям и родителям. Да, их точка зрения может отличаться от вашей, но вы наверняка получите направление, которое поможет вам развить ход мыслей. Кстати, в это время уже нужно разобраться с тем, [на кого лучше учиться](http://starkoff.net/kak-vybrat-professiyu-test/).



**2 совет. Определитесь с режимом дня**

Удивительно, но наш режим дня неплохо влияет на нашу успеваемость. Как это проявляется. Давайте все рассмотрим на конкретном примере, чтобы лучше понять. Допустим, вы уходите на занятия в 8 утра, а приходите в 2 часа дня. Садитесь кушать, а после этого отдыхаете до 8 часов вечера и только потом садитесь готовить домашнее задание.  Ваш организм не привык работать эффективно и поэтому возникает все больше апатии и все больше лени. Ваша деятельность теряет смысл.

Попробуйте изменить свой режим таким образом, чтобы максимально быстро и эффективно расправляться с заданиями. Лучше всего это делать, когда ваш организм все еще находится в рабочем состоянии, то есть сразу после занятий. Попробуйте в течение 3-4 недель выполнять домашнюю работу сразу же после того, как приходите домой. Первое время у вас будет плохо это получаться, все ваше тело будет сопротивляться подобным изменениям, но вскоре вы поймете, что это идеальный способ, так как все задачи уже будут решены, а у вас будет впереди еще целый день.

Что еще можно внести в этот совет по вопросу, **как начать учиться лучше**. Попробуйте ложиться и вставать в одно и то же время. Некоторые авторы рекомендуют вставать аж в 5 часов утра и успевать делать гораздо больше дел. Обычно школьникам и студентам такая практика не подходит. При типичном расписании я рекомендую вам ложиться спать в 23-24 часа и вставать в 7. За это время можно неплохо выспаться и хорошенько отдохнуть. Кстати, если вы будете делать это в одно и то же время, ваш организм привыкнет, и вы сможете стать гораздо более работоспособным.

Неплохо было бы выделить в своем расписании время для занятий спортом. Помните, что если вы будете постоянно сидеть и не делать никаких физических упражнений, со временем ваше тело начнет терять часть по-настоящему важной энергии, которую вы могли бы направить в производительное русло. Старайтесь, чтобы у вас всегда поддерживался высокий уровень энергии. Для этого питайтесь правильной пищей и не забывайте разгружать мозги. То есть, просто лежать в тишине и ни о чем не думать. Поверьте, после таких упражнений эффективность учебы повышается в разы. Проверьте на практике, результат вас удивит.

**3 совет. Развивайтесь дополнительно**

Чтобы достигнуть хороших результатов на поприще обучения, обычной школьной или студенческой программы вам будет недостаточно. Ваш мозг будет требовать большего, новых знаний и навык, которые облегчат состояние обучения. Не зря же вы говорите: «**Хочу хорошо учиться**». Если вы сказали подобную фразу, значит, нынешнее положение дел вас серьезно беспокоит, и вы хотите изменить ситуацию. Так вот, этот пост и является примером такого дополнительного образования.

Вы можете начать изучать какую-нибудь дополнительную сферу, вроде психологии. Можете заняться научной практикой или глубоко изучить культуру какой-либо страны, то есть ваша задача получить как можно больше знаний. Причем эти знания должны быть интересны для вас. Случайна выбранная сфера, вряд ли привлечет ваше внимание. Задумайтесь над тем, что всегда было вам интересно, и углубите свои познания в данной сфере. Может быть, это принесет вам даже больше удовольствие, чем выбранная ранее мотивация.

Допустим, вы хотите **быть умным и хорошо учиться**.. Сам не верю, что это говорю, но вам поможет телевизор. Там есть множество полезных телеканалов вроде Дискавери, на которых показывают образовательные передачи. Так вот, посмотрите несколько. Какая-нибудь из них вас обязательно привлечет. Попробуйте покопаться в этом направлении и вы 100% найдете именно ту сферу, изучать которую вам будет по-настоящему интересно.

Еще один вариант – записаться на специальные занятия по выбранной сфере. Например, вы можете начать изучать иностранный язык. Найдите в вашем городе школу, которая предоставляет услуги обучения в этой теме, и запишитесь на занятия. Это не только поможет вам расширить уровень знаний и подтянуть успеваемость, но и познакомит вас с множеством новых людей, многие из которых могут стать вашими хорошими друзьями. Связи это всегда хорошо.

В крайнем случае, вы можете найти такие групповые занятия, проводимые через интернет. Например, блоггинг – это своеобразный кружок по интересам. То есть люди обмениваются с помощью личных журналов знаниями по какой-либо теме и читают о каких-то новых знаниях. Получается довольно интересно и познавательно. Да и сам блоггинг можно назвать такой сферой, так как его освоение требует множества дополнительных знаний.



**4 совет. Читайте больше книг**

Самый популярный ответ на вопрос, **что нужно делать, чтобы хорошо учиться** – это читать больше книг. Это неудивительно, ведь в них храниться по-настоящему огромное хранилище знаний, которые наверняка поможет вам улучшить успеваемость. Особенно, если читать профильные книги. Как это понять? Давайте попробую объяснить.

Допустим, вы учитесь на маркетолога. В ходе обучения у вас появляется множество специальностей, некоторые из которых кажутся вам по-настоящему важными, а некоторые ненужными. Так вот, попытайтесь расставить приоритеты в обучении и выделите именно те предметы, которые кажутся вам самыми значимыми. После этого пойдите в библиотеку и найдите как минимум три книги (не учебника), которые помогут вам лучше усвоить пройденный вариант и прочитайте его.

Если речь идет о предметах, которые являются профильными для данной специальности, то вам нужно прочитать таких книжек по максимуму. Первые будут содержать максимальное количество новых знаний, а затем вы будете узнавать все меньше и меньше нового. Это говорит о том, что вы становитесь профессионалов в выбранной вами специальности. Конечно, вам еще понадобятся годы практики, но теоретическую базу вы получите превосходную. При этом вам не придется что-либо специально учить. Все знания и так будут вами освоены и никакой зубрежки.

Кстати, насчет зубрежки. Если вы хотите узнать, **что делать, чтобы учиться лучше**, обратите внимание на память. Если ее развивать, то запоминать новую информацию вам станет по-настоящему легко, а значит и успеваемость повысится.

Напоследок хочется вам порекомендовать наладить отношение с одноклассниками, так как именно хорошая атмосфера внутри коллектива поможет вам улучшить успеваемость.

Источник http://starkoff.net/4-soveta-kak-xorosho-uchitsya/