

Prowadzący: Piotr Chojnacki  
Tomasz Kijewski

Psychologia – prezentacja – temat 14

## ***Techniki uczenia się.***

### 1. Wprowadzenie – część 1

**PAMIĘĆ i UCZENIE SIĘ** to podstawowe funkcje umysłowe człowieka, bez których nie mógłby żyć. Korzystamy z naszej pamięci nie tylko ucząc się w szkole, ale potrzebujemy jej na co dzień: nawet najprostsze czynności, takie jak jedzenie, czy chodzenie nie byłyby możliwe bez sprawnie działających funkcji pamięci.

Nasz **mózg** pozwala nam na odbieranie informacji z otoczenia, odkodowywanie ich i decydowanie, co jest dla nas ważne, a co nie. Aby wykonać jakąkolwiek czynność, nasz umysł musi wykonać szereg zadań, w których pamięć stanowi najistotniejszy element.

Jak to więc możliwe, że tak mało zastanawiamy się nad naszą najważniejszą funkcją umysłową, jaką jest **myślenie i uczenie się**?

Dlaczego nie uczymy się już jako małe dzieci, jak **udoskonalić nasz "warsztat pamięciowy"**, jakich strategii można użyć, aby łatwiej i szybciej się uczyć, i zrozumieć, dlaczego jedne rzeczy zapamiętujemy z łatwością, a inne nie chcą nam wejść do głowy???

### 2. Wprowadzenie – część 2

Wszystko, czego doświadczamy za pośrednictwem **zmysłów** (a więc wszystko to, co widzimy, słyszymy, czego możemy dotknąć, posmakować i powąchać) trafia do naszego umysłu w postaci **informacji**.

Następnie, w zależności od tego, czy nasz umysł uzna porcję informacji za ważną lub nie, *usuwana* jest ona z pamięci, lub trafia do dalszej *"obróbki"*.

Im większe wrażenie dana informacja na nas wywarła (świadomie lub też nie), tym większa szansa na to, że nie zostanie ona odrzucona.

Ten naturalny proces umysłowy można świadomie wykorzystać przy uczeniu się *"opakowując"* materiał do nauczenia w ten sposób, że informacja naturalnie *"pozostaje"* w pamięci.

Dzieje się tak, gdyż ze względu na pewne cechy charakterystyczne zostaje ona *"odczytana"* i zakodowana jako ważna wiadomość, którą należy przekazać do *pamięci długotrwałej*.

Tego typu uczenie się jest zgodne z naturalnymi zasadami funkcjonowania naszej pamięci. **Nie oznacza to jednak, że korzystając z tego rodzaju "trików" przy kodowaniu informacji, całkowicie można zrezygnować z konieczności uczenia się!**

### 3. Slajd 1

Podział pamięci na:

#### **- krótkotrwałą**

(ćw. 1 Magiczna liczba siedem (7)) napisać na tablicy liczby i litery.

instrukcja:

Przeczytaj jeden(!) raz poniższą listę przypadkowych cyfr, zakryj je i napisz ich tyle, ile potrafisz, w takim porządku w jakim będą ci przychodziły na myśl:

8 1 7 3 6 4 9 4 2 8 5

teraz przeczytaj poniższą listę przypadkowych liter i przeprowadź taką samą próbę pamięci:

J M R S O F L P T Z B

#### **-długotrwałą**

(ćw.2 tekst – nie mówić tytułu tekstu(!)).

Tekst przygotowany na kartkach.

Procedura jest w rzeczywistości całkiem prosta. Najpierw rozkładasz poszczególne elementy na różne grupy. (Oczywiście jedna może wystarczyć, w zależności od tego, ile jest do zrobienia). Jeśli musisz pójść z tym gdzieś indziej z powodu braku odpowiednich udogodnień, lepiej zrób to; w przeciwnym razie jesteś już całkiem dobrze przygotowany. Jest ważne, żeby nie przesadzić. Innymi słowy, lepiej zrobić za mało niż za dużo na raz. Na krótką metę może to nie wydawać się ważne, ale łatwo mogą pojawić się komplikacje. Błąd może też być kosztowny. Początkowo cała procedura będzie się wydawała skomplikowana. Wkrótce jednak stanie się ona po prostu częścią życia. Trudno jest przewidywać, czy w najbliższej przyszłości zadanie to przestanie być koniecznością, ale później - nie wiadomo. Po zakończeniu procedury rozłóż znów materiały na różne grupy. Następnie możesz umieścić je w odpowiednich dla nich miejscach. W końcu zostaną one użyte jeszcze raz i cały cykl trzeba będzie powtórzyć: jednakże jest to część życia.

Pytanie 1 do grupy: Co udało wam się zapamiętać z tego fragmentu tekstu??

Pytanie 2 do grupy: Tytuł tekstu to: „Instrukcja prania odzieży”. Czy znając tytuł zapamiętalibyście więcej informacji? Jeśli tak to czemu?

### 4. Slajd 2

Czemu nie pamiętamy

### 5. Ćwiczenie 3

Rola uwagi w działaniu pamięci. (ćwiczenie podkreśla rolę koncentracji w funkcjonowaniu pamięci).

### cd. ćwiczenia 3

Tekst przygotowany na kartkach.

Instrukcja:

Przeczytajcie bardzo uważnie poniższą historię.

Prowadzisz samochód, w którym jedzie 50 ludzi. Na pierwszym przystanku wysiada 10 osób i wchodzi 3. Na następnym wysiada 7 i dochodzą 2. Na kolejnych 2 przystankach za każdym razem wysiada 4 pasażerów i wchodzi 1. W tym miejscu trasy autobus staje, gdyż są kłopoty z silnikiem. Część osób spieszy się i woli iść piechotą. Wysiada więc 8 z nich. Autobus rusza dalej i dowozi do końcowego przystanku resztę pasażerów.

pytania do grupy:

1. Ile było przystanków?  
(omówienie pytania) odp: 5
2. Ile osób zostało w autobusie?  
(omówienie pytania) odp:24
3. Jak nazywa się kierowca?  
(omówienie pytania)

### 6. Ćwiczenie 4

RYSUNKOWY SYSTEM CYFR