

# Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



## Jak efektywnie wspierać dziecko w nauce?

Sylwester Pilipczuk

Uniwersytet w Białymstoku

7 marca 2013 r.

Organizatorzy



Partner strategiczny

**NBP**

Narodowy Bank Polski

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

## Cele

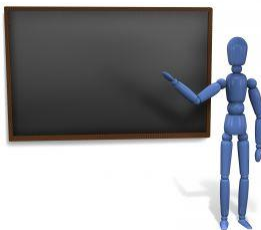
- Zaznajomienie z zasadami konstruktywnej krytyki
- Zapoznanie z narzędziami wsparcia dzieci w nauce
- Poznanie technik szybkiego uczenia się
- Zrozumienie faz procesu zapamiętywania
- Uświadomienie znaczenia zarządzania sobą w czasie
- Zaznajomienie z zasadami tworzenia mapy myśli

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

## Co to jest uczenie się ?

**Uczenie się** jest procesem prowadzącym do trwałych zmian w zachowaniu jednostki poprzez nabywanie wiedzy, doświadczeń i umiejętności.



## Rodzic dziecka coachem? - sztanदारowe założenia coachingu

- Dziecko wyznacza cele
- Dziecko posiada niezbędne zasoby
- Dziecko jest źródłem informacji
- Dziecko i rodzic coach zobowiązani są do przestrzegania kontraktu coachingowego

**Siła płynie z relacji!**

## Analiza GAP

- G - Ground (gdzie jesteś?)
- P - Potential (gdzie chcesz być?)
- A - Action (co musisz zrobić, aby być tam gdzie chcesz?)

## Podstawowe narzędzia wspierania dzieci w nauce

1. Metoda modelowania.
2. Świadomego planowania.
3. Uczenia się poprzez doświadczenie.



## Neurony lustrzane

- Istnienie neuronów lustrzanych oznacza, że umiejętności można zdobywać również poprzez obserwację i doświadczenia o charakterze pośrednim.



## Zarządzanie sobą w czasie

- Podstawą efektywnego zarządzania sobą w czasie jest umiejętność planowania zadań. Ustalając cele kieruj się swoimi priorytetami, czyli sprawami w danej chwili dla Ciebie najważniejszymi.



## Co robić aby wyeliminować „złodziei czasu” ?

- Ograniczaj zbędne rozmowy telefoniczne
- Dbaj o porządek na biurku
- Nie zajmuj się wieloma sprawami naraz
- Nie odkładaj ważnych spraw na później
- Oglądając telewizję, starannie wybieraj programy
- Unikaj pozbawionego sensu i celu „surfowania” po Internecie
- Pilnuj i uczciwie rozliczaj samego siebie z realizacji zamierzeń

## Preferencje sensoryczne

**Preferencje sensoryczne** - indywidualna zdolność, skłonność do odbierania oraz przetwarzania bodźców określonego rodzaju

- wzrokowców
- słuchowców
- kinestetyków



## Jak z cytryn zrobić lemoniadę? - sztuka dawania feedbacku

- Feedback czyli informacja zwrotna to opinia, którą otrzymuje osoba na temat swoich obszarów do pracy. Feedback kanapkowy to model dawania informacji zwrotnej, dzięki któremu zamiast negatywnych odczuć przekazuje się pozytywną motywację kreującą przestrzeń do zmiany.

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIĘCY.PL

## Feedback kanapkowy



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIĘCY.PL

## Co Ci daje feedback kanapkowy?

- **Siłę i energię** jaka płynie z relacji.
- **Nastawianie na rozwiązania, nie na problemy.**
- **Bezpośrednia motywacja**, aby osoba wspierana, jak najszybciej sama mogła wdrożyć pewne rozwiązania.
- Przekazanie **konkretnych narzędzi**, dzięki którym osoba będzie wiedziała, co ma poprawić w swoim zachowaniu.

## Co to jest pamięć ?

**Pamięć** jest to zdolność do rejestrowania i ponownego przywoływania wrażeń zmysłowych, skojarzeń bądź informacji.



## Rodzaje pamięci

- Ikoniczna
- Krótkoterminowa
- Długoterminowa

## Funkcje półkul mózgowych





## Prawa półkula kontroluje funkcje:

- wizualne
- przestrzenne
- emocjonalne
- abstrakcyjne
- kształty i schematy
- postrzeganie całościowe

## Lewa półkula mózgu kontroluje funkcje:

- werbalne
- językowe
- praktyczne
- konkretne
- porządek linearny
- postrzeganie szczegółów

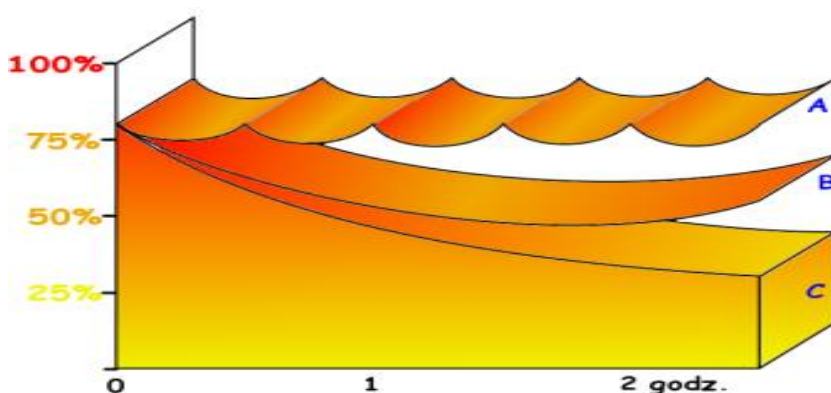
## Jak zwiększyć potencjał umysłu?

- Badania naukowe wykazały, że półkule mózgu spełniają odmienne funkcje. Zwykle półkulą dominującą jest lewa, natomiast prawa półkula wykazuje mniejszą aktywność.
- Współpraca obydwu półkul mózgowych stanowi klucz do metod szybkiego uczenia się i doskonalenia naszej pamięci. Udowodniono, że pobudzając do współpracy „słabszą” półkulę z półkulą dominującą, sprawność intelektualna wzrasta w sposób lawinowy.

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

## Przyswajanie zapamiętywanego materiału w funkcji czasu

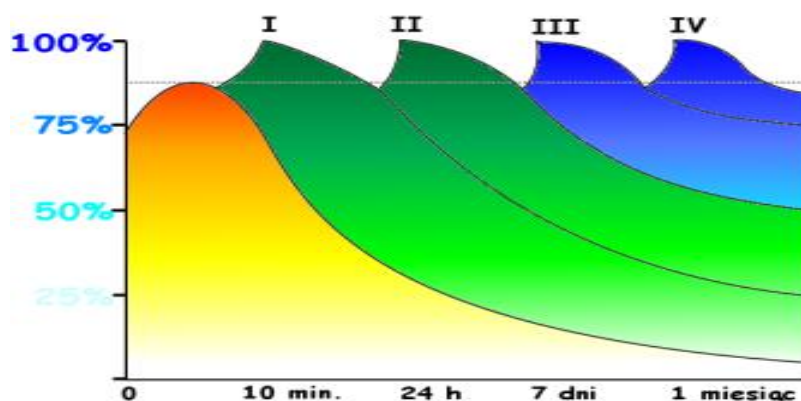


Źródło: [http://pl.wikibooks.org/wiki/Organiczna\\_teknika\\_studiowania/Rytmy](http://pl.wikibooks.org/wiki/Organiczna_teknika_studiowania/Rytmy)

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

## Optymalny rozkład powtórek materiału



Źródło: [http://pl.wikibooks.org/wiki/Organiczna\\_teknika\\_studiowania/Rytmy](http://pl.wikibooks.org/wiki/Organiczna_teknika_studiowania/Rytmy)

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

## Co to są mnemotechniki ?

- **Mnemotechniki to sposoby ułatwiające zapamiętanie, przechowywanie i przypominanie informacji z pamięci.** Dzięki technikom pamięciowym, można w niezwykle szybki i łatwy sposób zwiększyć zakres oraz trwałość pamięci.
- Wyraz „*mnemotechnika*” pochodzi od greckiego słowa: *mneme* – pamięć, oraz greckiej bogini pamięci – **Mnemozyny**. Twórcą technik pamięciowych jest **Simonides** z greckiej wyspy Keos.

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

## Mnemotechniki

- Łańcuchowa metoda skojarzeń  
*np. pokazanie sztuczki cyrkowej*
- Zakładki obrazkowe
- Rymowanki
- *Rzymski pokój* czyli zakładki mieszkaniowe



## Co to jest mapa myśli?

- Mapy myśli to narzędzie zwiększające kreatywność i produktywność, które może podnieść również efektywność uczenia się. Mózg pracuje w sposób integrujący i koncepcyjny, mapy myśli uwzględniają ten mechanizm dzięki czemu możemy bardzo skutecznie notować zgodnie z naturą mózgu.

## Główne zasady tworzenia mapy myśli

1. Notuj na czystej kartce papieru, ułożonej poziomo, format (co najmniej A4)
2. Temat mapy w centrum kartki oznacz symbolem
3. Od środka mapy prowadź linie jak gałęzie drzewa
4. Używaj słów-kluczy

## Główne zasady tworzenia mapy myśli

5. Zostawiaj wolne linie
6. Stosuj numerację głównych linii
7. Stosuj własne oznaczenia i symbole

Przykładowa mapa myśli (źródło: [www.edu.bialystok.pl](http://www.edu.bialystok.pl)):



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

## Efektywne uczenie się

- **Wyobraźnia to najwyższa forma energii umysłowej**, jaką mamy do naszej dyspozycji.
- **To siła skutecznego uczenia się** i warunek naszego rozwoju. Rozum analizuje i organizuje, wyobraźnia zaś tworzy.

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

## Albert Einstein

*„Logika zaprowadzi cię z punktu  
A do punktu B.*

*Wyobraźnia zaprowadzi cię wszędzie”*



## Wyznaczanie celów (Brian Tracy)



## Krok 1

### CEL

**Zdecyduj, co dokładnie chcesz zrobić i zapisz to w czasie teraźniejszym.**

---

---

---

---

---

## Krok 2

### KIEDY?

**Zaplanuj realizację celu w czasie. Jeżeli to konieczne wyznacz sobie terminy częściowe: im bardziej będziesz precyzyjny/a, tym więcej osiągniesz.**

---

---

---

---

---



## Krok 3

### WYZWANIE

Określ, jakie mogą wystąpić przeszkody.

---

---

---

---

---

## Krok 4

### UCZENIE SIĘ

Określ, czego powinienes/ąs się nauczyć.  
Pamiętaj, że aby osiągnąć coś czego  
nigdy przedtem nie dokonałeś/ąs, musisz  
stać się kimś, kim nigdy przedtem  
nie byłeś/ąs. Każdy nowy cel wymaga od  
Ciebie przemiany.

---

---

---

---

---

## Krok 5

### POMOC

**Od kogo chcesz uzyskać pomoc?  
Co będziesz musiał/a zrobić, aby uzyskać ich  
poparcie? Co będą z tego mieli?**

---

---

---

---

---

## Krok 6

### PLAN

**Ułóż plan działania. Ułóż listę według  
priorytetów.**

---

---

---

---

---

## Krok 7

### DZIAŁANIE

**ZACZNIJ DZIAŁAĆ!** Codziennie rób coś,  
co zbliży Cię do osiągnięcia celu.

---



---



---



---



---

## Bibliografia

- Brzeškiewicz W. Z.**, *Superumysł*, Katowice 1997  
**Buzan T.**, *Mapy myśli dla biznesu*, Łódź 2011  
**Buzan T.**, *Rusz głową*, Łódź 2000  
**Buzan T.**, *Pamięć na zawołanie*, Łódź 1997  
**Covey R. Stephen.**, *7 nawyków skutecznego działania*, Poznań 2003  
**Grębski M.**, *Jak odnieść sukces na egzaminie*, Łódź 2000  
**Placha K.**, *O lepszą jakość uczenia się*, Warszawa 2011  
**Raifensehneider D.**, *Techniki trenowania umysłu*, Warszawa 2001  
**Rogers J.**, *Coaching*, Gdańsk 2010  
**Tracy B.**, *Zarządzanie czasem*, Warszawa 2009