

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Sztuka zapamiętywania

Justyna Brzezińska

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach
Data: 04.11.2024 r.

Organizatorzy

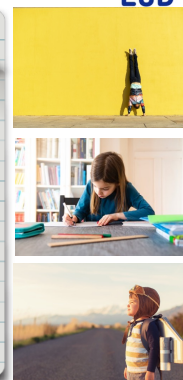
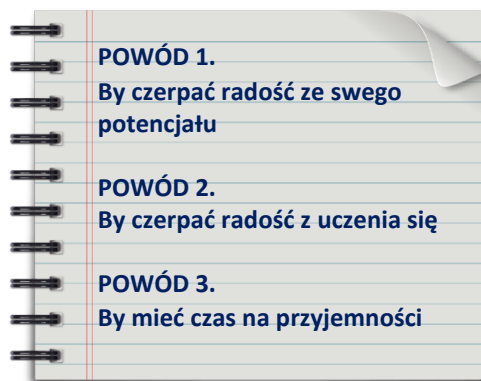


EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

1

Po co mi to?



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

2

Wasz mózg



- 1,5 kg galaretki, z czego 13 dag to białko, a reszta to woda i tłuszcz
- Ta galaretka generuje prąd
- Tak tworzą się myśli, emocje, psychika



Czy to znacie?



- Czego Jaś się nie nauczy, tego Jan nie będzie umiał?
- To prawda
- Co ciekawe, podobnie sprawa wygląda u zwierząt
- Wyrok – uczenie się przez całe życie!



Badania i metoda „ZZZ”



- Prof. Daniel T. Willingham, światowej sławy psycholog procesów nauczania, zbadał sposoby uczenia się typowego ucznia
- Okazało się, że uczniowie kodują tę samą techniką: czytają, starają się zrozumieć tekst, podkreślają, czytają ponownie
- Wyniki w dniu testu: 74% poprawnych odpowiedzi
- Wyniki po 3 dniach: 26% poprawnych odpowiedzi



Wiedza wyparowała???

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

5

Kto winien?



- Prof. Daniel T. Willingham, światowej sławy psycholog procesów nauczania, zbadał sposoby uczenia się typowego ucznia
- Okazało się, że uczniowie kodują tę samą techniką: czytają, starają się zrozumieć tekst, podkreślają, czytają ponownie
- Wyniki w dniu testu: 74% poprawnych odpowiedzi
- Wyniki po 3 dniach: 26% poprawnych odpowiedzi



Wiedza wyparowała???

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

6

Jak wygląda nauka?



Podczas nauki w taki sposób
każdy uczeń wygląda jak żyrafa
która próbuje przebiec
zamarznięte przez ogromne
jezioro



Style uczenia się



Podczas nauki w taki sposób
każdy uczeń wygląda jak żyrafa,
która próbuje przebiec
zamarznięte przez ogromne
jezioro

Wzrokowiec

1. Zadbaj o porządek miejsca pracy
2. Usuń niezbędne elementy z biurka
3. Korzystaj z książek
4. Istotne informacje umieść na kolorowych karteczkach
5. Używaj kolorowych zakreśleń
6. Dbaj o czystość zeszytu



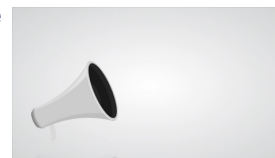
EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

9

Słuchowiec

1. Powtarzaj na głos
2. Dyskutuj z kolegami
3. Zadbaj o ciszę w miejscu pracy
4. Korzystaj z cd, nagrań
5. Układaj rymowanki, wiersze
6. Czytaj na głos



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

10

Kinestetyk



1. Gdy się uczysz, spaceruj, ruszaj się
2. Wymyślaj i odgrywaj scenki
3. Używaj plasteliny, ruchu rąk
4. Rysuj mapy myśli
5. Rób przerwy w trakcie nauki
6. Wykonuj ćwiczenia ruchowe



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECI

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

11

Jak się uczyć?



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECI

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

12

Miejsce do nauki



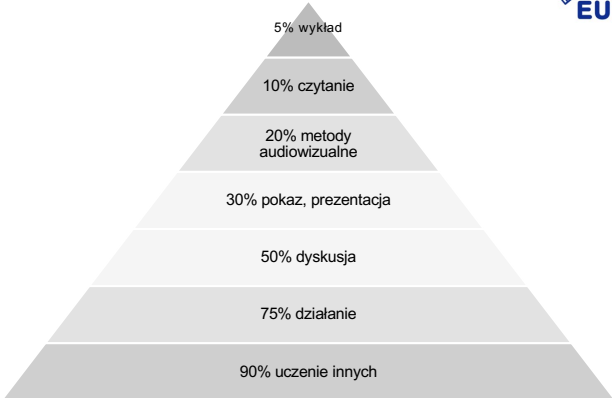





EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

13

Podtytuł



5% wykład
10% czytanie
20% metody audiowizualne
30% pokaz, prezentacja
50% dyskusja
75% działanie
90% uczenie innych

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

14

Technika pomodoro





1. Przygotuj listę zadań do wykonania
2. Wybierz z listy to zadanie, które chcesz wykonać
3. Weź do ręki minutnik i ustaw czas na 25 minut
4. Pracuj nad zadaniem przez 25 minut w pełnej koncentracji
5. Zrób 5-minutową przerwę po upływie 25 minut
6. Wykonaj 4 cykle „pomodoro”

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

15

Metoda TERMINATORA



Terminus (łac.) – kres

- Wcielaj w życie od razu rzeczy, których się uczysz
- Odwzorowuj wszystko w praktyce
- Nie musisz idealnie odwzorowywać
- Nie chodzi o terminatora!
- Zamiast czytać kolejny raz tekst, sprawdź ile już pamiętasz
- Ucz się na własnych pomyłkach!
- Wykorzystuj niewielkie testy



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

16

Metoda testu zderzeniowego



1. Sprawdź się, zanim zaczniesz naukę
2. Sprawdzaj swoją wiedzę testami
3. Informacje, które zdobędziesz rozwiązując test i próbując przypomnieć sobie odpowiedź utrwalać się same
4. Nie czytaj biernie tekstu kilka razy. Sprawdź, ile pamiętasz
5. Ucz się błędach!



Metoda papugi



1. Nie powtarzaj materiału mechanicznie
2. Robiąc powtórki – angażuj zmysły, uwagę i emocje
3. Kolejny raz powtarzając materiał możesz:
 - zadać pytania
 - odnieść się do praktyki
 - sprawdzić swoją wiedzę
 - narysować to, co umiesz
4. Pamiętaj, aby powtórki rozłożyć w czasie i powtarzać materiał inaczej niż wcześniej



Metoda Walenia



1. Rób notatki i filtruj treści. Nie zapisuj wszystkiego, co słyszysz!
2. Zamiast suchych faktów zapisuj wnioski, tezy.
3. Odróżniaj fragmenty kolorami
4. Używaj strzałek, linii, kropek by powiązać informacje
5. Wprowadzaj symbole, skróty
6. Twórz własne notatki – to



Metoda nauczyciela



1. Jesteś nauczycielem dla kogoś, tłumaczysz to, czego sam się nauczyłeś
2. Korzystaj z metody nauczyciela, gdy uczysz się w grupie i na własną rękę
3. Na głos wypowiadaj wyjaśnienia, fakty
4. Analizuj i opisuj rozwiązane zadania (także na głos)



Metoda fiszek



- Kiedyś słowo "fiszka" (fr. fiche) oznaczało kartkę w kartotece.
- Z czasem znaczenie tego słowa poszerzyło się.
- Obecnie fiszka to również dwustronny kartonik wykorzystywany w nauce pamięciowej.

Otóż na awersie fiszki znajduje się pytanie (zadanie), a na rewersie – odpowiedź (rozwiązanie).

Nauka polega na tym, że najpierw czytamy pytanie, a następnie obracamy fiszkę i sprawdzamy, czy znamy odpowiedź.



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

21

Metoda tancerki



- Rozłóż pracę mądrze w czasie (to nie to samo, co systematyczne uczenie się)
- Rozproszenie nauki w czasie pozwoli zapamiętać Ci na całe życie
- Planuj naukę w takich terminach, aby nieco zapomnieć
- Rozproszenie nauki na wiele dni zajmie mniej czasu niż jednorazowe kucie na blachę



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

22

Metoda zmiany miejsca



- Zmieniaj miejsce nauki



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

23

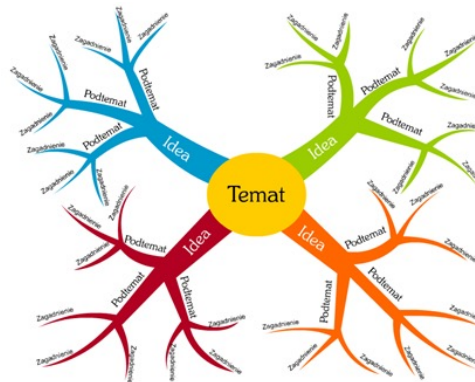


EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

24

Mapa myśli



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECI

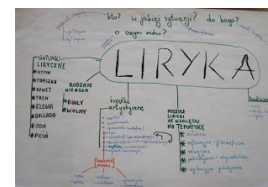
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

25

Jak zrobić mapę myśli?



1. Określ główny temat mapy myśli
 - Główny temat to zagadnienie, które będziesz zgłębiał
 - Powinno być jak słońce w centrum układu słonecznego
2. Dodaj do centrum mapy gałęzie
 - Mapa myśli przypomina drzewo z gałęziami
 - Na gałęziach powinny znajdować się słowa kluczowe, tematy, obszary zagadnienia
 - Każde z tych słów będziemy dalej omawiać
3. Dodaj kolejne słowa kluczowe



Kolejne podgałęzie to kolejne szczegóły, skojarzenia, myśli, podtematy

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECI

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

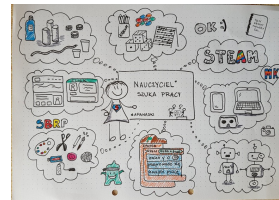
26

Po co praca nad notatkami?



Z dobrą notatką zapamiętasz 90-100% tekstu

Im więcej energii i czasu poświęcisz na dobre notatki, tym mniej czasu na powtórki



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECI

WWW.UNIWERSYTET-DZIECI.PL

27

Porównanie notatek



Notatka linearna



Notatka wizualna

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECI

WWW.UNIWERSYTET-DZIECI.PL

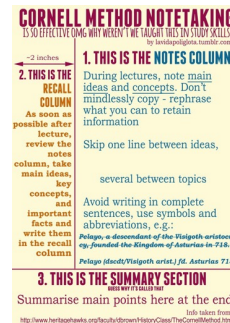
28

Metoda Cornell



Metoda Cornell polega ona na podzieleniu kartki na 4 części, w których zapisujemy:

- A – tytuł wykładu;
- B – notatki właściwe, czyli fakty, szczegółowe informacje i główne myśli;
- C – słowa kluczowe, hasła i pytania;
- D – podsumowanie, które sporządza się po upływie około 24 godzin od zakończenia notowania.



Czy zapamiętaliście?



Zadanie dla Was



Na podstawie przedstawionego
poniżej tekstu o wodzie sporządź
notatkę własnego autorstwa



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

31



Woda jest substancją zbudowaną z cząsteczek.
Każdą cząsteczkę tworzą dwa atomy wodoru połączone z jednym atomem tlenu.
Woda przyjmuje dwa stany skupienia:

- gaz (parę)
- ciało stałe (lód)

Zawartość wody w organizmach:

- Rośliny składają się w 95% z wody
- Ryby składają się w 80% z wody
- Człowiek składa się w ok. 65% z wody
- Woda w przyrodzie występuje m. in. w lodowcach, zbiornikach wodnych, wodach gruntowych, opadach oraz w postaci pary
- Temperatura wrzenia wody wynosi 100°C, a topnienia to 0 °C
- Masa wody to 18,02 g/mol
- Woda destylowana to woda bez zanieczyszczeń, związków chemicznych, gazów czy soli mineralnych

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

32



Dziękuję za uwagę!