

Poznań, dnia 2 września 2019 roku

Iwona Janas
Szkoła Podstawowa nr 7
im. Erazma z Rotterdamu
w Poznaniu

„TECHNIKI UCZENIA SIĘ I ZAPAMIĘTYWANIA”

PROGRAM DLA UCZNIÓW KLAS IV
SZKOŁY PODTSAWOWEJ NR 7
IM. ERAZMA Z ROTTERDAMU W POZNANIU

„Edukacja nigdy się nie kończy.
To nie jest tak, że czytasz książkę, zdajesz egzamin i kończysz naukę.
Całe życie, od momentu narodzin aż do śmierci, to proces uczenia się”.
Jiddu Krishnamurt

Uzasadnienie

Przez całe swoje życie wciąż przyswajamy nową wiedzę z najróżniejszych dziedzin. Nie zawsze jest to łatwe, zwłaszcza w sytuacjach, gdy chodzi o tematy, które nie leżą w zakresie naszych zainteresowań. Jednak podczas edukacji szkolnej wciąż musimy stawiać czoło coraz bardziej zróżnicowanym wyzwaniom związanym z procesem uczenia się. To właśnie szkoła ma przygotować ucznia do uczenia się przez całe życie, gdyż umiejętność uczenia się zwiększa kapitał, który uczeń powinien wynieść ze szkoły. Natomiast zdolność uczenia się, która wciąż jest doskonała pozostaje na całe życie.

Umiejętność uczenia się charakteryzuje także świadomość własnego potencjału i potrzeb w zakresie zdobywania wiedzy. Wspomniana umiejętność zaliczana jest do najważniejszych z kluczowych kompetencji. Wiedząc w jaki sposób uczmy się i co jest niezbędne do osiągnięcia obranego przez nas celu, jesteśmy w stanie w efektywny sposób rozwijać pozostałe kompetencje. Wszak przyświeca nam konkretny cel - osiągnięcie sukcesu. Gotowość jednostki do korzystania i wcześniejszych doświadczeń oraz umiejętność stosowania dotychczas posiadanej i ugruntowanej wiedzy jest istotnym elementem, który stanowi uzupełnienie całości.

Prezentowany program ukierunkowany jest na podejmowanie działań służących podnoszeniu skuteczności kształcenia. Zapoznanie dzieci ze znanymi technikami uczenia się. Pobudzanie do kreatywnego myślenia, angażując stymulację obydwu półkul mózgowych w zabawach dostosowanych do wieku. Usprawnianiu wszechstronnego rozwoju ucznia, w tym umiejętności czytania, koncentracji na zadaniu, czy tworzeniu czytelnych notatek.

Proces uczenia się ma być dla ucznia przyjemnością oraz motywacją do samokształcenia się.

Cel ogólny:

Głównym założeniem programu jest kształcenie umiejętności wykorzystywania metod uczenia się. Rozwijanie ciekawości poznawczej uczniów oraz motywacji do nauki.

Cele szczegółowe:

1. Podniesienie skuteczności kształcenia. Kształtowanie pozytywnej motywacji do nauki.
2. Rozwijanie wyobraźni i kreatywności oraz twórcze wykorzystanie w procesie zapamiętywania.

3. Zaprezentowanie narzędzi umożliwiających stworzenie własnego systemu pamięciowego. Zachęcenie do świadomego samokształcenia opartego na umiejętnościach ucznia.
4. Doskonalenie umiejętności tworzenia właściwych warunków do nauki i organizowania własnej pracy.
5. Wspieranie w rozpoznawaniu własnych predyspozycji oraz pomoc w odkryciu zasobów ucznia.
6. Rozbudzenie ciekawości poznawczej i aktywności umysłowej.
7. Promowanie korzystania z technik uczenia się.
8. Rozwijanie koncentracji, lepszego skupienia uwagi.
9. Kształcenie myślenia matematycznego i logicznego.
10. Wspomaganie wszechstronnego rozwoju ucznia, w tym umiejętności czytania, pisania i wypowiedzania się.

Formy i sposoby realizacji:

- **Miejsce:** sale edukacji dla klas IV w Szkole Podstawowej nr 7 im. Erazma z Rotterdamu w Poznaniu.
- **Uczestnicy:** uczniowie klas IV.
- **Formy pracy:** indywidualna, w grupach, w parach.
- **Pomoce dydaktyczne:** kserokopie, rzutnik, książki („Trening intelektu” P. Mechło, J. Grzelka; „Rusz głową” T. Buzan; „Mapa twoich myśli” T. Buzan; „Podręcznik szybkiego czytania” T. Buzan – książki w 13. egzemplarzach).
- **Metody nauczania:** metody praktyczne, metoda podająca.

Zasady prowadzenia zajęć:

Na realizację zajęć przewidziana jest jedna dodatkowa godzina w tygodniu przez pół roku szkolnego 2019/2020 dla klas IV. Zajęcia przeznaczone będą na przedstawienie wybranych metod samodzielnego uczenia się, naukę robienia czytelnych notatek, elementy szybkiego czytania oraz ćwiczenia relaksacyjne, zwalczające stres. Lekcja będzie prowadzona w formie warsztatów z dostosowaniem do grupy wiekowej. W celu uatrakcyjnienia, zajęcia będą wspomagane poprzez wykorzystanie tablicy multimedialnej, materiału wyświetlanego przez rzutnik, kart pracy.

Teść kształcenia:

Treści nauczania programu są dostosowane do grupy wiekowej.

Spis tematów

Zakres	Wiadomości
Koncentracja	- zdolność koncentracji: czynniki sprzyjające zapamiętywaniu; - mechanizmy związane z zapamiętywaniem; - ćwiczenia poprawiające koncentrację.
Wprowadzenie elementów ćwiczeń poprawiające sprawność umysłową (kinezylogia edukacyjna)	- Metoda Paula Dennisona; - ćwiczenia relaksacyjne; - ćwiczenia stabilizujące układ nerwowy wpływają na zmniejszenie objawów nadruchości występujących u dzieci.
Nauka tworzenia czytelnych notatek	- notatka Cornella,; - technika sporządzania map myśli; - kodowanie kolorami: metoda przy użyciu kolorów; - tworzenie notatek za pomocą obrazków: sketchnotka.

Techniki szybkiego czytania- elementy	- ćwiczenia poprawiające efektywność szybkiego czytania; - omówienie powszechnych problemów związanych z czytaniem.
Techniki zapamiętywania	- zróżnicowanie funkcji półkul mózgowych; - opis technik pamięciowych w nauce- wybrane metody; - mnemotechniki; - ćwiczenia usprawniające pamięć.
Pojęcie kreatywności w nauce	- ćwiczenia rozwijające umiejętność twórczego myślenia; - sposoby na twórcze podejście do sytuacji i rozwiązanie problemu związanego z nauką.
Organizacja czasu	- strategie zarządzania czasem; - organizowanie procesu nauki; - znaczenie snu dla organizmu.

Efekty działań edukacyjnych:

Po zrealizowaniu programu uczeń:

- uczeń potrafi wymienić czynniki zewnętrzne oraz wewnętrzne rozpraszające uwagę podczas nauki oraz zna ćwiczenia poprawiające koncentrację;
- potrafi zaplanować czas potrzeby do nauki;
- zna sposoby radzenia sobie ze stresem;
- potrafi wymienić techniki pamięciowe usprawniające naukę;
- potrafi sporządzić czytelną notatkę;
- zna ćwiczenia pobudzające kreatywność.

Ewaluacja

Ewaluacja odbywać się będzie przez:

- porównanie uzyskanych wyników w nauce na bazie przerobionego materiału (współpraca z nauczycielem wybranego przedmiotu);

- narzędziem ewaluacji stanie się również obserwacja uczniów i ich zachowań podczas zajęć.

Literatura

- Boral B., Boral T. , *Techniki zapamiętywania*, Warszawa 2013
- Buzan T. , *Rusz głową*, Łódź 2017
- Praca zbiorowa, *Techniki uczenia się, jak efektywnie przyswajać wiedzę*, Łódź 2016
- Kotarski R, *Włam się do mózgu*, Warszawa 2017
- Żmudziński W. , *Metodologia uczenia się*, Poznań 2001