



Tytuł

Wykorzystanie technik pamięciowych

Autor

Joanna Smolińska, Łukasz Szychowski

Dział

Efektywne techniki uczenia się

Innowacyjne cele edukacyjne

Uczniowie ćwiczą zdolność tworzenia skojarzeń przy zapamiętywaniu, rozwijając kreatywność. Nabywają umiejętność stosowania wybranych metod ułatwiających zapamiętywanie. Uczniowie dowiadują się jak można wykorzystać techniki pamięciowe w uczeniu się.

Czas

2 jednostki lekcyjne

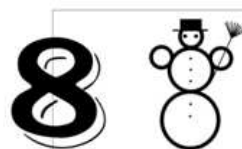
Przebieg

Etap 1

Ćwiczenia praktyczne

Nauczyciel przypomina uczniom metodę haków, którą poznali na poprzednich zajęciach.

Haki - jest to ciekawa technika pamięciowa, która pozwala na szybkie zapamiętywanie wybranych informacji. Haki (czyli obrazki) przypominają kształtem daną cyfrę lub wywołują związane z nią silne skojarzenia.



Mewa



Krzesło

Bałwan



Klucz



Haczyk



Łyżka i talerz

Nauczyciel uzupełnia tę metodę o kolejne liczby i ich odpowiedniki w postaci obrazków.



Maszty



Myśliwiec F16



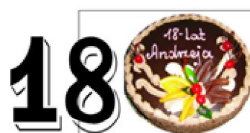
Zegar



Angielska herbatka



Pech



Urodziny



Walentynki



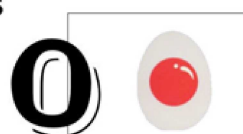
Dobranocka



Kwadrans



Płot XX



Jajko

Nauczyciel może rozdać uczniom plansze z rysunkami haków. W wolne miejsca uczniowie mogą wstawić własne symbole.

Celem tego ćwiczenia jest nauczenie dzieci konkretnej umiejętności np. kwadratów liczb z przedziału 20-40 przy pomocy haków oraz rozwijanie umiejętności stosowania metody haków w praktyce.

Nauczyciel przedstawia uczniom przykładowe historyjki dotyczące kwadratów liczb od 20 do 40.

Przykład:

21. łąbędź (2) i Świeca (1) i kwadrat liczby **21** (441) – łąbędź trzyma Świecę i oświeca kwadrat liczby 21 – światło rozjaśnia się i widać na nim Krzesło tańczące z Krzesłem trzymające zapaloną czerwoną Świeczkę (4,4,1).

22. łąbędzie (2) i kwadrat liczby **22** (484) – łąbędź bije się z łąbędziem – łapie go za głowę i wyrwa ją. Ze zdziwieniem zauważa, że zamiast krwi z drugiego łąbędzia wychodzi na 4 nogach duże Krzesło, którym kieruje Bałwan trzymając w ręku zamiast kierownicy małe Krzeselko.

23. łąbędź (2) z Mewą (3) – kwadrat liczby **23** (529) – łąbędź wybrał się z Mewą na plac zabaw. Tam na Haku bujał się łąbędź trzymając złoty Klucz (5,2,9)

24. łąbędź (2) i Krzesło (4) – kwadrat liczby 24 (576) – łąbędź niefortunnie spadł z Krzesła, zawisł na Haku, następnie został z niego odcięty Kosą, a jego ciało zjadł ogromny Ślimak.

25. łąbędź (2) i Hak (5) – kwadrat liczby 25 (625) – łąbędź wisi głową w dół na Haku i nagle spada na idącego na dole Ślimaka, który odbija łąbędzia do góry i znów zaczepia się on na Haku.

26. łąbędź (2) i Ślimak (6) – kwadrat liczby 26 (676) – łąbędź próbuje zjeść Ślimaka, ale ten woła drugiego Ślimaka, który zaatakował go trzymając w pysku Kosę. Zrobił to jednak tak niefortunnie, że trafił nią w swojego kolegę Ślimaka.

27. łąbędź (2) i Kosa (7) – kwadrat liczby 27(729) – łąbędź trzyma w piórach Kosę i walczy na Kosę z drugim łąbędziem o ważny Klucz.

28. łąbędź (2) i Bałwan (8) – kwadrat liczby 28 (784) – łąbędź podleciał na głowę Bałwana. Nie usiadział jednak na niej długo, bo został z niego przegnany Kosą. Zrobił to Bałwan, który chciał usiąść na Krześle.

29. łąbędź (2) i Klucz (9) – kwadrat liczby 29 (841) – łąbędź ma na sobie Klucz i ucieka. Goni go Bałwan jadąc na Krześle na kółkach i trzymając w rękach gorącą Świeczkę, która widać, jak go topi.

Uczniowie zachęceni są do stworzenia swoich własnych historyjek. Uczniowie pracują w grupach dwuosobowych lub indywidualnie.

Etap 2

Ćwiczenia praktyczne

łańcuchowa metoda skojarzeń.

Nauczyciel podaje uczniom listę słów do zapamiętania np. listę zakupów (20 produktów). Nauczyciel prosi o zapamiętanie tych składników i o mechaniczne odtworzenie z pamięci.

Następnie nauczyciel podaje listę innych 20 składników, tym razem prosi uczniów o ułożenie do nich historyjki. Następnie sprawdza ile spośród tych produktów zostało zapamiętane. Z pewnością uczniowie zapamiętają więcej niż w przypadku pierwszym.

Przykład:

Technika łańcuchowa polega na tworzeniu historyjki zawierającej słowa kluczowe dla danego zagadnienia, np. jeśli chcemy zapamiętać listę zakupów możemy zacząć historyjkę następująco:

"jeśli nie zrobię wszystkich dzisiejszych zakupów, mogę być uznany za barana", co przypomina osobie posługującej się tym łańcuszkiem słów kluczowych, że ma kupić baraninę.

Historyjka ułożona z szeregu zagadnień nie ma ograniczeń co do ich liczby. Może być bardzo długa, ciągnąć się bez końca, ale może mieć również formę zamkniętą, tzn. że dochodząc do pewnego elementu historyjka zaczyna się od początku (por. Birkenbihl, 1997). Dodatkowo wskazane jest, aby jej fabuła nie została zbudowana wyłącznie z tekstów opierających się na jednym temacie, zatem może być wielowątkowa. Najważniejsze jest, aby zawsze powstawała przy tym historyjka, w której „każdy z obrazów będzie dotyczył tylko konkretnej pracy, tylko dwóch kolejnych ogniw całego łańcucha” (Loryane, 1998, s. 38).

Zaleca się przy tworzeniu łańcuszka obrazów (historyjki) tworzenie skojarzeń absurdalnych, śmiesznych, a przynajmniej nietypowych, gdyż wymaga to od nas wyższej koncentracji i głębszego użycia wyobraźni.

Zgodnie z zasadami funkcjonowania sprawnej pamięci, aby tworzone według tej mnemotechniki historyjki pozostały w pamięci na bardzo długo, wymagane jest stosowanie aktywnych powtórek. Stosując się również do niej, warto pamiętać maksymę Carla Gustawa Junga: „**Nauczanie to nie napełnianie zbiornika, lecz rozpalanie ognia**”. Nie warto tworzyć króciutkich historyjek, bo to nie objętość zapamiętujemy, lecz korzystamy z uroku rozpalonego ognia naszej wyobraźni, skojarzeń i pamięci.

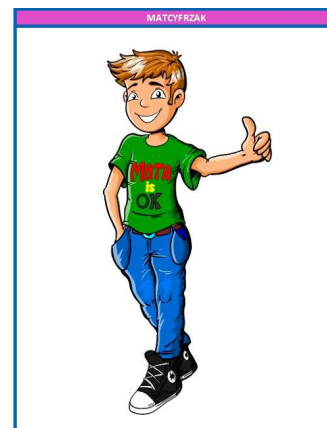
Etap 3

Ćwiczenia praktyczne

Nauczyciel przedstawia uczniom jeszcze inną **metodę mnemotechniczną tzw. rzymski pokój**. Technika ta polega na skojarzeniu miejsca z obiektem do zapamiętania.

Nauczyciel prosi uczniów o umieszczenie poszczególnych zakupów na ciele Matcyfrzaka.

1. Uszach - pęczek rzodkiewek (jak kolczyk)
2. Czołe - kostka masła
3. Oczach - śmietana 18%
4. Nosie - vegetta
5. Ustach - oliwa z oliwek
6. Szyi - 5 parówek
7. Ramionach - 10 plasterków szynki
8. Prawej ręce - 3 kg ziemniaków
9. Kolanach - 0,5 kg cebuli
10. Przy prawej stopie - 2 kilogramy cukru



Ćwiczenie pokazuje, że łatwiej zapamiętujemy obiekty, jeśli zostaną one przyporządkowane do określonych miejsc łatwo dostępnych dla naszych skojarzeń.

Podobnie działają inne techniki pamięciowe, choć w zależności od ich indywidualnej specyfiki, mają różne zastosowanie.

Każda mnemotechnika wymaga jednak powtórek, ponieważ ulega ona takim samym procesom zapominania jak inne elementy. Takie powtórki zajmują niewiele czasu, gdyż są tylko ćwiczeniem myślowym. Treningu wymaga również umiejętność układania informacji w odpowiednich miejscach oraz umiejętność zaglądania do tych miejsc i wyciągania potrzebnych nam informacji.

Podsumowanie

Podsumowując należy podkreślić, że wykorzystanie technik pamięciowych opiera się na trzech fundamentalnych zasadach: asocjacji, wyobraźni i lokalizacji (czyli elementu, od którego będzie następowało skojarzenie). Wskazane jest mieć bardzo dobrze rozwiniętą sferę wyobraźni, ale towarzyszyć temu powinna również sfera logicznego myślenia (tzw. „zdrowego rozsądku”). Należy nadmienić, że w procesie uczenia się najważniejszy jest proces zrozumienia, potem dobrze postawionego celu nauki. Za tym powinno iść wyznaczenie wyselekcjonowanej treści do uczenia się (najlepiej w formie słów kluczy), a dopiero w dalszym etapie nauki wybór instrumentów (metod, technik), które pozwolą w jak najkrótszym czasie przyswoić nowy materiał.

Asocjacja w psychologii to proces kojarzenia wątków tak, by razem przedstawiały całość. Asocjacja w mnemotechnice przejawia się w łączeniu elementów (wiedzy) do zapamiętania z elementami, które dobrze znamy poprzez np. umieszczanie jednego elementu na drugim, przenikanie lub łączenie się ich ze sobą itd.

Materiały do druku

- [Załącznik 1 - Haki 1-10](#)
- [Załącznik 2 - Haki 11-20](#)
- [Załącznik 3 - Łańcuchowa Metoda Skojarzeń \(ŁMS\)](#)
- [Załącznik 4 - Matcyfrzak - do zaprezentowania metody](#)

