



Tytuł

Jak usprawnić naszą pamięć?

Autor

Joanna Smolińska, Łukasz Szychowski

Dział

Efektywne techniki uczenia się

Innowacyjne cele edukacyjne

Uczniowie zapoznają się z podstawowymi prawami i regułami związanymi z zapamiętywaniem i uczeniem się w odniesieniu do praktycznego przykładu zapamiętywania opartego na twardych skojarzeniach – jakim jest zapamiętywanie haków. Lekcja ta uświadomi dzieciom jak łatwiej zapamiętać informacje, jeśli można je skojarzyć z elementami, które one dobrze znają. Ponadto uświadomi, że umiejętność efektywnego uczenia się to klucz do dobrej zabawy i osiągnięcia szkolnych sukcesów.

Czas

2 jednostki lekcyjne

Przebieg

Etap 1

Ćwiczenie praktyczne

Nauczyciel przygotowuje listę od 5 do 10 wyrazów (mogą to być np. kolory lub proste rzeczowniki), następnie prosi dzieci o skupienie uwagi i o zapamiętanie jak największej liczby tych wyrazów.

Po wysłuchaniu listy wyrazów uczniowie starają się wypisać (lub narysować) na kartce tyle wyrazów, ile udało im się zapamiętać.

Nauczyciel pyta uczniów, ile wyrazów udało im się zapamiętać? Następnie pyta, który wyraz było najłatwiej zapamiętać, a który najtrudniej.

Aby uczniowie nie byli zmieszani swoimi wynikami, warto im powiedzieć, że bez stosowania technik trudno jest zapamiętać wszystkie wyrazy.

Następnie można zapytać o to, jakie uczniowie mają sposoby na lepsze zapamiętywanie? Co trzeba zrobić, aby pamiętać? O czym zapominamy? A co zapamiętujemy na długo?

Nauczyciel może podać uczniom kilka wskazówek:

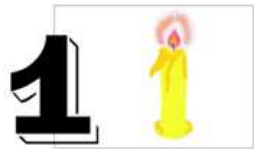
- żeby lepiej coś zapamiętać można **skojarzyć daną rzecz z czymś, co lubimy i co sprawia nam przyjemność** np. z wybranymi zabawkami czy słodyczkami
- żeby lepiej coś zapamiętać należy to **powtarzać**. Im więcej powtórek, tym lepiej zapamiętujemy.
- najczęściej **zapamiętujemy to, co jest na początku i na końcu**, dlatego, gdy dzieci próbują coś zapamiętać warto najważniejszych rzeczy uczyć się na początku, a na końcu je powtarzać

Etap 2

Ćwiczenie praktyczne

Celem tego ćwiczenia jest zapoznanie uczniów z metodą haków, która polega na skojarzeniu liczb z mniej abstrakcyjnymi rzeczami, z którymi uczniowie mają do czynienia w życiu codziennym.

Nauczyciel demonstruje listę haków i wskazuje na ich podobieństwa w zakresie kształtu do znanych uczniom liczb.



Świeca



Ślimak



Łabędź



Kosa



Mewa



Bałwan



Krzeseł



Klucz



Haczyk



Łyżka i talerz



Maszty



Myśliwiec F16



Zegar



Angielska herbatka



Pech



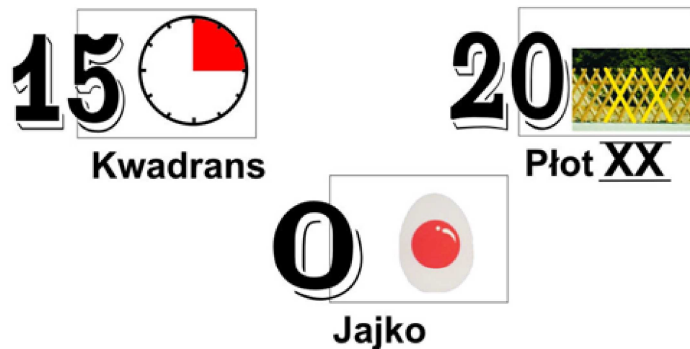
Urodziny



Walentynki



Dobranocka



Nauczyciel rozdaje uczniom rysunki. Zadaniem dzieci jest znalezienie tzw. „haków” czyli przedmiotów na tych rysunkach, które przypominają znane im liczby.

Celem tego ćwiczenia jest wyszukiwanie podobieństw pomiędzy liczbami i przedmiotami.

Cyfry są dla dzieci dość abstrakcyjnym kodem, przekładając je na kod bardziej dostępny ich wyobraźni czyli na obrazy i tworząc siłę skojarzeń pomiędzy nimi, w przyszłości łatwiej będzie zapamiętać te cyfry.

Dodatkowo nauczyciel może zachęcać uczniów i ich rodziców do wspólnej zabawy z hakami.

Etap 3

Ćwiczenie praktyczne

To kolejne ćwiczenie na zapamiętanie haków. Nauczyciel prosi dzieci o pokolorowanie poszczególnych słów haków oraz liczb do nich podobnych lub też prosi o dorysowanie do każdej liczby haczyka zgodnie z instrukcją np. informuje dzieci, że obok cyfry jeden należy narysować świecę.

Podsumowanie

Na zakończenie lekcji w ramach podsumowania można przeprowadzić konkurs polegający na tym, że podajemy uczniom liczbę, a oni muszą jak najszybciej odpowiedzieć z jakim rzeczownikiem się ona łączy np. mówimy 2, a dzieci odpowiadają łabędź, lub też odwrotnie można podać rzeczownik np. świeca, a uczniowie odpowiadają, że kojarzy się ona z cyfrą 1.

Na zakończenie jeszcze raz należy powtórzyć uczniom jakie są zasady lepszego zapamiętywania tj. **powtórki**, **skojarzenia** oraz **prawo pierwszeństwa** czyli zapamiętujemy lepiej to co jest na początku i **prawo końca**, czyli pamiętamy lepiej również to, co jest na końcu.

Materiały do druku

- [Załącznik 1 - Haki 1-10](#)
- [Załącznik 2 - Haki 11-20](#)