

Drodzy Rodzice!

Wspierając udzielaną przez Was dziecku pomoc w nauce domowej zamieszczamy materiały edukacyjne nt. skutecznych technik nabywania wiedzy (mnemotechnik), z których korzystanie w procesie uczenia się przynosi bardziej efektywne rezultaty niż stosowanie mechanicznych, pamięciowych technik nabywania wiedzy .

Życzymy sukcesów w pomocy dziecku J

pedagog szkolny Anna Mazurek, psycholog szkolny Hanna Kosińska

## **SKUTECZNE TECHNIKI NABYWANIA WIEDZY**

**MNEMOTECHNIKA** – sposoby ułatwiające zapamiętanie dużych partii materiału, ich przechowywanie i przypominanie sobie.

## \* PRZYKŁADY MNEMOTECHNIK

**ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ (ŁMS)** – pozwala na zapamiętywanie pojęć (np. biologicznych, geograficznych), także tych, które nie są ze sobą powiązane. Pojęcia utrwalają się w pamięci dzięki przejaskrawionym, zabawnym, zaskakującym, nielogicznym skojarzeniom. Im bardziej dziwaczne skojarzenia, tym łatwiej je zapamiętać.

## ZASADY KORZYSTANIA

### Z ŁAŃCUCHOWEJ METODY SKOJARZEŃ

**1. WYOBRAŻ SOBIE TO, CO CHCESZ ZAPAMIĘTAĆ**

**2. WYOBRAŻENIEM ŁĄCZ TYLKO DWA WYRAZY** (jeśli chcesz zapamiętać słowa: wąż, kubek, fortepian najpierw połącz w obraz węża i kubek – wąż w kształcie kubka z węzowym uszkiem, a potem kubek i fortepian)

**3. WPRAWIAJ W RUCH OBRAZ, KTÓRY SOBIE WYOBRAZIŁEŚ** (np. olbrzymi kubek skaczący po klawiszach małego fortepianu)

**4. WYOLBRZYMIJ TO, CO CHCESZ ZAPAMIĘTAĆ** (np. mnóstwo kubków oblepiających fortepian). **NIECH OBRAZ „UROŚNIE” DO MONSTRUALNYCH ROZMIARÓW** (np. kubek wielkości fortepianu)

**5. UŻYWAJ DO ZAPAMIĘTYWANIA WSZYSTKICH ZMYŚLÓW** – smaku, dotyku, słuchu, powonienia (syczące węże oplatające rozgrzany herbatą kubek)

**6. ZASTĘPUJ JEDNE PRZEDMIOTY DRUGIMI** (np. pij gorącą herbatę z olbrzymiego fortepianu zamiast kubka)

**7. KORZYSTAJ Z PIERWSZEGO SKOJARZENIA, KTÓRE POJAWI SIĘ, GDY PRZECZYTASZ/ZOBACZYSZ TO, CO CHCESZ ZAPAMIĘTAĆ**

**MAPY UMYSŁOWE (MAPY MYŚLI)** – skuteczny sposób notowania i opracowywania dużych partii materiału. Ułatwiają koncentrację i zapamiętywanie, są obrazowym przedstawieniem szkolnego materiału. Syntetyczne (całościowe) przedstawienie zagadnienia na jednej stronie podkreśla wzajemne powiązania i zależności między poszczególnymi kwestiami, tym samym umożliwiając lepsze zrozumienie tekstu.

## **KONSTRUOWANIE MAP UMYŚLOWYCH**

- \* Poruszamy się od całości do szczegółu
  
- \* Rysowanie mapy zaczynamy od centralnie umieszczonego głównego zagadnienia, hasła w postaci jednego wyrazu z rysunkiem lub rysunku symbolu,
  
- \* Następnie przez główne wątki (od rysunku rysujemy linie, nad którymi zapisujemy słowa literami drukowanymi; nad jedną linią może znajdować się tylko jeden wyraz) aż do najbardziej szczegółowych informacji
  
- \* Mapa może posiadać dowolną liczbę rozgałęzień i kolejnych rozwidleń zależnie od indywidualnych potrzeb
  
- \* Mapa musi być plastyczna, kolorowa, zawierać rysunki (proste, śmieszne, nietypowe), symbole, strzałki, inne znaki graficzne
  
- \* Dodatkowo można różnicować grubość linii zależnie od wagi danej informacji

## **JAK WYKORZYSTAĆ MAPY MYŚLI?**

- \* Do powtórek już przerobionego materiału

- \* Do pisania wypracowań
  
- \* Do sporządzania notatek z książek, filmów, lektur szkolnych
  
- \* Przy zdawaniu egzaminów
  
- \* Przy wystąpieniach publicznych
  
- \* Przy opracowywaniu projektów

## TECHNIKA SŁÓW ZASTĘPCZYCH (TSZ)

Dzielenie słowa obcego, które chcemy zapamiętać na części lub sylaby, w sposób intuicyjny.

### Przykład

Angielskie słowo „complicity” oznaczające współudział w przestępstwie. Sposobem na zapamiętanie takiego słowa może być podział ma „komp” – młodzieżowe określenie komputera, „Lee” – nazwisko Bruce’a Lee i „city” – z ang. miasto. Tworzę historyjkę, w której Bruce Lee leci siedząc przy biurku, na którym stoi komputer, trzyma w ręku joystick,

którym steruje swój magiczny pojazd i ucieka przed latającymi pojazdami policji lawirując między drapaczami chmur w wielkim mieście. Ucieka, bo jest oskarżony o współudział w napadzie na bank. Historyjka rozśmiesza, powodując lepsze zapamiętanie.

Stosując TSZ można w bardzo szybkim czasie nauczyć się 1000-3000 słów, które potrzebne są do komunikacji w obcym języku.

**WIERSZYKI MNEMOTECHNICZNE** – za ich pomocą jest bardzo łatwo zapamiętać informacje, np.

**Odkrycie Ameryki: 1492 r.**

Jeden cztery dziewięć dwa

Kolumb swe rzemiosło zna

**Wierszyki ułatwiające naukę ortografii polskiej:**

Zapamiętaj zawsze tu

Pisz otwarte, zwykle **u**

W słowach sk**u**wka i zas**u**wka

Gdyż wyjątkiem są te słówka.

**Wierszyk dotyczący chemii:**

Jeśli nie chcesz nosić brody,

Pamiętaj chemiku młody,

Wlewaj zawsze kwas do wody.

**KODOWANIE INFORMACJI – AKRONIMY**

**Przykład** zastosowania:

Musimy zapamiętać wielkie jeziora Ameryki Północnej: **H**uron, **O**ntario, **M**ichigan, **E**rie, **S**uperior.

Z pierwszych liter ich nazw tworzymy „wyraz” (akronim) będący zakodowaną informacją:

**H O M E S**

**KODOWANIE INFORMACJI – AKROSTYCHY** – bardzo prosty sposób mnemotechniczny ułatwiający zapamiętanie jakiejś informacji

**Na przykład** do zapamiętania skali wielokrotności matematycznych:

**K**ilo-, **h**ekto-, **d**eka-, **-m**etr, **d**ecy-, **c**enty-, **m**ili-,

Układamy proste i śmieszne zdanie:

**K**iepski **h**umor **d**zisiaj **m**ają **d**zieci **c**iaci **M**adzi.

W tym zdaniu pierwsza litera każdego wyrazu zaczyna się na literę wielokrotności matematycznych, które kolejno musimy zapamiętać.

**ZAKŁADKI OBRAZKOWE** – słowa powiązane z kolejnymi cyframi – kształtem lub skojarzeniem



0 – lupa

1 – ołówek, świeca, długopis

2 – łabędź

3 – trójkąt, trójlistna koniczyna

4 – krzesło, stół

5 – dłoń, pięcioramienna gwiazdka , itd.

Aby zapamiętać informacje za pomocą tego systemu, należy „zawiesić” je na tych zakładkach i dokładnie sobie wyobrazić. Najpierw musimy zobaczyć w myślach zakładkę, np. łabędzia, potem zobaczyć informację, którą trzeba zapamiętać, i połączyć oba obrazy, nałożyć informację na zakładkę i wyobrazić sobie.

**Np.** chcemy zapamiętać liczbę **1504**. Zaczynamy myśleć obrazkami: 1 to świeca, 5 to dłoń, 0 to lupa, 4 to krzesło. Tworzymy w myślach bajkę, łącząc te obrazki w całość, w jakąś sytuację, w której możemy uczestniczyć lub ją filmować, np.: świecę trzymamy w dłoni, patrzymy na nią przez lupę, siedząc na krześle.

Tworząc **bajkę mnemotechniczną** widzimy to, o czym opowiadamy, czynnie uczestniczymy w tej sytuacji. Widzimy wszystko w kolorach, z zastosowaniem ruchu, dźwięku, a jeśli trzeba też smaku, węchu. Tworząc bajki mnemotechniczne z zastosowaniem systemu zakładek obrazkowych, angażujemy w nie wszystkie nasze zmysły, co gwarantuje bardzo dobre i trwałe zapamiętanie liczb czy innych informacji.



