

# Skuteczne uczenie się

## Rady dotyczące efektywnego uczenia się

### Od czego zacząć?

- ważne i pilne, ważne i niepilne, pilne i nieważne, niepilne i nieważne
- najmniej lubiane na początku

### Przerwy

- pierwsza przerwa po dłuższym czasie pracy, a kolejne już częściej
- na początku uczenia się przerwy krótsze, później dłuższe
- jeśli materiał jest trudniejszy, więcej przerw

### Przeplatanie

- planowanie uczenia się naprzemiennie: różnych przedmiotów, zagadnień lepiej znanych i mniej znanych, różnych form pracy - pisemnych i ustnych

### Notowanie

- stosowanie wyróżników wzrokowych: kolor, podkreślenia, podświetlenia, wyraźne znaki (!, ?)
- różna wielkość liter, symbole graficzne, wykresy, ramki, skojarzenia, humor

### Wykorzystanie lekcji i wiedzy nauczyciela - ponieważ na lekcji odbywa się:

- wyjaśnienie trudniejszych zagadnień
- pokazanie sposobów na zapamiętanie czy rozwiązanie
- dokonanie pierwszej segregacji treści ze wskazaniem tych ważnych i mniej ważnych,
- nauczenie się czytania podstawy programowej - różni się znacznie od podręcznika!

### Wykorzystanie wszystkich zmysłów poprzez:

- muzykę i rytm
- ruch i dotyk
- obraz, kolor
- uczucia
- działania

Źródło: D. Kitowska "Jak uczyć uczenia się"

### Dla uczniów

- [poradnik "Inteligencje Gardnera"](#)
- [klasy 1-3](#)
- [język polski](#)
- [języki obce](#)
- [historia](#)
- [matematyka](#)

### **Dla rodziców**

- [poradnik "Inteligencje Gardnera"](#)
- [muzyka](#)
- [rozwój zainteresowań twórczych](#)