

Jak efektywnie się uczyć?

Indywidualne style uczenia się uczniów

Nie wszyscy przyjmujemy i kodujemy wiadomości w ten sam sposób. Każdy z nas odruchowo uaktywnia preferowany zmysł, albo zmysły, i w ten właściwy sobie sposób odbiera i przekazuje informacje. Preferowany kanał sensoryczny determinuje naszą osobistą strategię uczenia się.

Ludzie odbierają dobiegające do nich informacje za pomocą trzech podstawowych kanałów sensorycznych: **wzrokowego, słuchowego, kinestetycznego**. Nauczanie uwzględniające predyspozycje percepcyjne polega na angażowaniu wszystkich zmysłów w proces nauczania.

Nauka wielozmysłowa bazuje – mówiąc najogólniej – na wielokrotnym powtarzaniu nowych treści czy umiejętności, ale z wykorzystaniem różnorodnych ćwiczeń i aktywności. Wykorzystując w swojej pracy ćwiczenia, które pobudzają wszystkie zmysły uczących się, ćwiczymy, z różnym natężeniem i w dowolnej kolejności, sprawność słuchania, mówienia, uważnego patrzenia i działania, a uczniowie z reguły angażują się emocjonalnie w zadanie.

Nauczyciel współpracuje z grupą, wyzwala jej aktywność, koordynuje realizację wspólnego planu działania. Nauczanie przebiegające wielozmysłowo rozwija umiejętności: samodzielnego uczenia się, pracy w zespole, przewyższania trudności, planowania i organizowania pracy własnej bądź grupowej. Ponadto takie nauczanie sprzyja lepszemu poznawaniu siebie, budowaniu więzi w grupie oraz jest przyjazne dla ucznia, który wykazuje specyficzne trudności w uczeniu się.

Nauczanie wielozmysłowe przebiega dwuetapowo. Pierwszy etap to **stymulowanie zmysłów**. Na tym etapie dostarczamy uczniom różnorodnych bodźców. Natomiast drugi etap to **integrowanie doznań zmysłowych**, na którym dbamy o to, aby bodźce zostały właściwie odebrane i przetworzone. Wielozmysłowe angażowanie ucznia w proces kształcenia zwiększa efektywność nauczania, gdyż uczenie się to nie bierne magazynowanie informacji, tylko aktywny proces, w którym udział ucznia jest nieodzowny.

Jakie są preferowane style uczenia się uczniów w naszej szkole?

Przeprowadzono kwestionariusz stylów uczenia się w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych w Poddębicach w klasach I – II Technikum ogółem 129 uczniów. Celem badań było - ustalenie jaka jest indywidualna metoda uczenia się poszczególnych uczniów.

Rozkład poszczególnych typów w TECHNIKUM przedstawia poniższa tabela:

Typ preferencji sensorycznych	Ilość uczniów poszczególnych klasach	Suma osób
wzrokowiec	Klasa I- 47 Klasa II- 40	87 na 129 badanych uczniów
słuchowiec	Klasa I - 10 Klasa II- 10	20 na 129 badanych uczniów
kinestetyk	Klasa I - 11 Klasa II - 11	22 na 129 badanych uczniów

Typ wzrokowy przeważa w Technikum.



Charakterystyka poszczególnych stylów uczenia się:

Wzrokowcy

1. Wzrokowcy często pamiętają twarze, ale nie pamiętają imion; chętnie robią własne notatki, ich pismo jest zwykle czytelne i przejrzyste, stosują prawidłowe odstępy i kształt liter.
2. Wzrokowcy mają bujną wyobraźnię i potrafią kreować w wyobraźni szczegółowe obrazy, posiadają zdolność do myślenia obrazowego, chętnie wykonują w głowie operacje przestrzenne.
3. Kiedy się uczą, nie zwracają uwagi na odgłosy, ale ich uwagę zakłócić bałagan i ruch.
4. Posiadają wrodzoną umiejętność czytania diagramów, map, schematów.
5. Wzrokowcy często są zamknięci w sobie. Ich emocje zdradza mimika: kiedy są w dobrym humorze, szeroko się uśmiechają.
6. Wzrokowcy dbają o swój wygląd; na ogół są bardzo schludni i cenią sobie porządek.

Słuchowcy

1. Słuchowiec pamięta, co usłyszał, a nie to, co widział, czy robił. Schematy, plansze i mapy.
2. Słuchowiec często ma jednak poważny problem z ortografią.
3. Słuchając wykładu, cicho powtarza słowa wykładowcy lub potakuje głową. Zapamiętanie następuje poprzez głośne powtarzanie materiału.
4. Słuchowiec myśli słowami i dźwiękami; wypowiada się po cichu i nie zwraca uwagi na detale.
5. Słuchowiec nadaje się na powiernika, lubi słuchać, często jednak przerywa rozmówcy, by wtrącić swoje zdanie.

Kinestetyk

1. Kinestetyk uczy się przez ruch, wrażenia skórne (dotyk, nacisk, temperatura), wykonywanie i bezpośrednie zaangażowanie. Pamięta to, co zrobił, a nie to, co zobaczył, czy usłyszał. Ma istotnie ograniczoną wyobraźnię.
2. Czytanie nie jest ulubionym zajęciem kinestetyka. Podczas czytania wierci się i porusza. Kinestetyk często ma trudności z ortografią; musi napisać słowo, aby upewnić się co do poprawnej pisowni.

Wskazówki dla rodziców do pracy z dzieckiem

W jaki sposób mogę pomóc w nauce mojemu dziecku, które jest wzrokowcem?

1. Zachęcaj aby wzrokowiec zapisywał rzeczy, które chce zapamiętać.
2. Rozmawiając utrzymuj z nim kontakt wzrokowy.
3. Po przyjściu ze szkoły pozwól mu posiedzieć w ciszy i spokoju.
4. Zaproponuj aby czytał różne historie, ilustrował je w myślach lub na kartce.
5. Pomożesz przyswoić mu nowe idee, odwołując się do jego własnych przeżyć lub znajdując dla nich wizualną formę.
6. Namów go do przygotowania notatek pomocnych w sprecyzowaniu tego, co chce powiedzieć.
7. Pomóż mu podzielić większe zamierzenia / plany, na mniejsze etapy i wyznacz ich realne terminy.
8. Pozwól mu urządzić samodzielnie miejsce do nauki. Namów go, aby ograniczył tam ilość rzeczy i barw, które będą go rozpraszać.
9. Wygospodaruj w domu specjalne miejsce na jego osiągnięcia, dyplomy, fotografie, a także graficzne notatki, mapy umysłu itp.

W jaki sposób mogę pomóc w nauce mojemu dziecku, które jest słuchowcem?

1. Zachęcaj słuchowca do opowiadania o jego twórczych koncepcjach, do dzielenia się pomysłami na rozwiązywanie problemów.
2. Jeżeli ma do czynienia z wykresami, tabelami, pisemnymi objaśnieniami, niech przeczyta na głos i wytłumaczy jak je rozumie.
3. Jeśli ma skłonności do zapomniania o ważnych rzeczach, wprowadź zasadę codziennego relacjonowania tego, co planuje.
4. Słuchowiec ma zawsze jakieś pytania i wewnętrzną potrzebę wypowiedzenia własnymi słowami tego, co zrozumiał.

W jaki sposób mogę pomóc mojemu dziecku, które jest kinestetykiem?

1. Zaproponuj kinestetykowi, aby zanim zasiądzie do odrabiania lekcji, odprężył się spacerując lub słuchając muzyki.
2. Zwróć uwagę, aby powtarzał materiał w sposób aktywny, używał pomocy naukowych, rysował, pisał itp.
3. Zachęcaj do opowiadania przeczytanych historii.
4. Powtórkę materiału ułatwi mu pisanie i rozwiązywanie zadań na ściennej tablicy. Wówczas przy pracy umysłu może być w ruchu.
5. Pozwól mu na stworzenie własnego miejsca pracy, w którym będzie miał możliwość wygodnie siedzieć i poruszać się.

Sposoby angażowania różnych systemów reprezentacyjnych w nauczaniu w szkole.
Praktyczne wskazówki dla nauczycieli.

JEŚLI NASZ UCZEŃ JEST WZROKOWCEM, NAJSKUTECZNIEJ BĘDZIE SIĘ UCZYŁ GDY:

- a) informacje wzrokowe podane będą w formie słów i liczb, przedstawione jasno i systematycznie,
- b) będzie miał wokół siebie porządek,
- c) będzie miał plan według którego będzie pracował,
- d) najpierw przeczyta, zanim coś zrobi,
- e) będzie miał kontakt wzrokowy z nauczycielem,
- f) skorzysta z pomocy naukowych w formie graficznej lub samodzielnie stworzy notatki w formie ilustracji, schematów, map myśli – umożliwi mu to spojrzenie na całość zagadnienia,
- g) ważne informacje zaznaczy kolorem,
- h) to, co ma zapamiętać, będzie notował na karteczkach i umieszczał je w miejscach, na które często patrzy.

JEŚLI NASZ UCZEŃ JEST SŁUCHOWCEM, NAJSKUTECZNIEJ BĘDZIE SIĘ UCZYŁ GDY:

- a) będzie mógł słuchać innych i dyskutować o swoich pomysłach, koncepcjach,
- b) będzie dbał o uporządkowane otoczenie (teczki, segregatory, harmonogramy),
- c) będzie na głos odczytywał tekst do nauczenia się lub będzie go głośno powtarzał,
- d) będzie pracował z innymi, omawiając zagadnienia (para, grupa),
- e) będzie podsumowywał w formie krótkich zdań najważniejsze treści z lekcji czy z materiału, którego musi się nauczyć,
- f) będzie mógł opowiedzieć komuś to, czego się nauczył,
- g) poprosi kogoś o przepytanie z opanowanego materiału.

JEŚLI NASZ UCZEŃ JEST KINESTETYKIEM NAJSKUTECZNIEJ BĘDZIE SIĘ UCZYŁ GDY:

- a) najlepszą formą zajęć dla nich są warsztaty, gdzie mogą próbować nowych rzeczy i wymieniać się z innymi przeżyciami,
- b) będzie mógł notować, bo już samo pisanie pomaga mu zapamiętywać i uporządkowywać materiał – lepiej myśli i słucha gdy bazgrze, rysuje lub trzyma coś w dłoni np. długopis, piłeczkę,
- c) będzie mógł słuchać swojej ulubionej muzyki (pobudza emocje),
- d) zadamy o przyjazną atmosferę w miejscu, w którym ma się uczyć – negatywne emocje obniżają jego poziom koncentracji,
- e) podczas czytania będzie robił notatki używając różnych kolorów, czcionek,