

**Drodzy Rodzice,
drodzy Uczniowie!**

Jak się uczyć, by się nauczyć?

Każdy człowiek ma wrodzoną potrzebę poznawania świata, otaczającej rzeczywistości. Prawdę mówiąc uczymy się codziennie, nawet nie zdając sobie z tego sprawy. Zatem dlaczego nie potrafimy się uczyć, dlaczego z takim trudem przychodzi przyswojenie materiału z lekcji na lekcję, a wzięcie książki w rękę „parzy”?

Odpowiedzi na powyższe pytania jest kilka, ponieważ zależą od wielu przyczyn i danej osoby. Można jednak sformułować jeden wniosek. Nie potrafimy się uczyć. Zatem, czy to jest wyrok skazujący? Nie! Tak jak wszystkiego w życiu, tak i uczenia można się po prostu nauczyć. Oto kilka wskazówek, które mogą pomóc osiągać wyższe wyniki w nauce – osiągać satysfakcję z własnego rozwoju.

1. Motywacja do pracy, czyli po co się uczyć. Najbardziej skutecznym motywem, motorem i siłą napędową uczenia się jest chęć poznania świata, drugiego człowieka. Każdy z nas ma wrodzoną potrzebę ciekawości. Trzeba ją tylko rozbudzić, i dobrze ukierunkować. Ważne jest tutaj pozytywne nastawienie, czyli zamiana myślenia typu „Znowu tyle zadane, znowu nudna lekcja” na „Ciekawe, co dzisiaj będzie interesującego na zajęciach”. Nigdy nie jest tak, że nie zwraca naszej uwagi nic. We wszystkim co robimy, co nas otacza, możemy znaleźć zalety, coś co nas przyciągnie. Człowiek, który myśli pozytywnie przyswaja sobie większy procent wiedzy...

2. Często przyczyną niechęci do nauki są słabe wyniki. Należy pamiętać, że niepowodzenia to część świata, w którym żyjemy. Niejedna wybitna postać przechodziła trudności w osiągnięciu celu (wspomnę chociażby Alberta Einsteina). Jaka jest na to rada? Trzeba niepowodzenie przeczekać i nie rezygnować z postawionych sobie wytycznych. Jeżeli uczeń nie rozumie tematu, zagadnień omawianych na lekcji, należy szybko działać, bo luki w wiedzy zaczną się powiększać i później bardzo trudno będzie nadrobić straty. Podstawową zasadą jest przewyciężenie wstydu przed tym, że czegoś nie rozumiem. Zwrócenie się o pomoc do rodzica, nauczyciela czy kolegi/koleżanki, by wytłumaczyli zagadnienie, jest bardzo ważne. Wystarczy raz się przełamać, do czego zachęcam. Można także korzystać z różnych źródeł informacji, może w innym źródle będą tak podane wiadomości, że lepiej je sobie przyswoimy.

3. Oczywiście, by się skutecznie uczyć, potrzebna jest odpowiednia technika. Zatem trzeba pomyśleć o rzeczach, które zapewne niejeden z nas zna, a może lekceważy. Takie drobnostki mogą przynieść nieoczekiwane pozytywne efekty:

-stanowisko pracy powinno być miejscem cichym, dobrze oświetlonym, wygodnym, a także przytulnym, takim w którym przyjemnie spędzamy czas,

-skoncentruj się na zadaniu, na tym, co masz zrobić, nie myśl o innych rzeczach,

-powinien być wyznaczony czas na naukę i dobrze byłoby go przestrzegać, po nauce jak najbardziej wskazany jest odpoczynek (dobrze jest robić także przerwy pomiędzy), trzeba także wziąć pod uwagę, ile mam się nauczyć i w jakim terminie – rozplanować naukę w czasie,

-systematyczna nauka to same zalety – uczymy się niewielkimi partiami, przygotowanie do sprawdzianu nie sprawia nam trudności, a co najważniejsze takie wiadomości zapamiętujemy na bardzo długo, bo **uczenie się polega na ciągłym powtarzaniu**. Przy pierwszym zetknięciu z informacjami, których mamy się nauczyć zapamiętujemy niewiele, przy drugim więcej, przy trzecim wiedza „sama wchodzi nam do głowy” i jak już zostało powiedziane, szybko jej nie zapomnimy. Zważywszy na to, że materiał nauczania w szkole opiera się na wcześniej podanych wiadomościach i umiejętnościach, my nie uczymy się wtedy od nowa, tylko

dokładamy do wiedzy, którą mamy, nowe „ogniwa” wiedzy. Można to porównać do puzzli. Nie układamy coraz to nowych fragmentów układanki, aż w końcu denerwujemy się, że nic nie wychodzi, tylko do danego wycinka dokładamy nowe elementy, aż w końcu wychodzi przepiękny obraz. Gdy uczeń nauczy się zasad budowy zdania (A niektórzy pytają, po co teoria), to będzie świadomie budował poprawne wypowiedzi pisemne i ustne. Będzie się dobrze wysławiał. Nie muszę chyba omawiać przydatności pięknego, poprawnego mówienia w życiu codziennym...

-uczmy się małymi partiami materiału według zasady – od rzeczy najważniejszych do najmniej ważnych. Najpierw trzeba się nauczyć, jaką epoką był renesans – ogólnie umieć scharakteryzować, a potem dopiero wiedzieć, co to był np. mecenat,

-każdy przedmiot jest specyficzny i należy dostosować metodę uczenia się, przykładowo historii uczymy się opowiadać, czyli czytamy fragment, opowiadamy na głos, następnie powtarzamy tyle, ile zapamiętaliśmy, zerkamy przy tym do książki, powtarzamy tę czynność dopóki nie powtórzymy na głos najważniejszych wiadomości bez patrzenia. Przy tym daty dobrze byłoby kilkakrotnie zapisać na kartce z pamięci – w ten sposób lepiej zapamiętamy,

- większość z nas jest wzrokowcami, czyli zapamiętuje informacje poprzez zmysł wzroku. Zatem można usprawnić sobie uczenie się poprzez pobudzanie tego zmysłu, np. rysowanie schematów, skojarzeń, zapisywanie terminów, definicji, dat, najważniejszych wydarzeń itd. Są wśród nas także słuchowcy – oni będą najlepiej uczyć się przez słuchanie, czyli zapamiętują informacje poprzez głośne powtarzanie, ruchowcy natomiast działają poprzez ruch, oni z kolei uczą się przez pokazywanie. Trzeba rozpoznać, kiedy najlepiej się uczymy, najwięcej zapamiętujemy,

-ważne jest także uświadomienie sobie, na ile mnie stać, nie wstydzić się tego, że może jestem mniej zdolny od mojego kolegi/koleżanki. Ucz się na tyle, na ile maksymalnie możesz. Może się okazać, że więcej wkładasz wysiłku i zaangażowania w naukę niż twój rówieśnik – i to jest twój duży sukces!

-trzeba pamiętać, że im więcej się uczymy, tym bardziej nasz mózg się rozwija i szybciej zapamiętuje kolejne informacje. Ten co nic nie robi, niech nie oczekuje dużych sukcesów.

Warto nauczyć się sztuki uczenia się, bo przecież przed Wami drodzy Uczniowie jeszcze sporo lat szkolnych.

Urszula Adrian Gazetka „Szpaki” nr 1 2012/2013