

Jak się uczyć, by nauka była skuteczna ?

Na to, czy nauka będzie efektywna, wpływają bardzo różne czynniki: motywacja, stan psychofizyczny czy otoczenie ucznia, ale również to, czy nie ma on zaległości, i czy utrwała przyswajany materiał. Jak zatem powinno uczyć się dziecko, by nauka przynosiła efekty ? Oto kilka czynników , które na to wpływają :

Pozytywne nastawienie do nauki

Nic nie wychodzi dobrze, jeśli nie chce się tego robić – również nauka, do której dziecko siada, bo musi, ale tak naprawdę myślami jest gdzie indziej i chciałoby robić w tej chwili zupełnie coś innego. Proces przyswajania wiedzy będzie jednak skuteczniejszy i szybszy, jeśli uczeń poczuje wewnętrzną potrzebę zdobycia wiedzy na dany temat. Dobrze jest więc, jak dziecko wie po co to robi i jakie korzyści będzie z tego miało. Rodzice są dla dziecka autorytetem. Od nich czerpie wzorce, to ich pochwały dodają mu skrzydeł. Młodszemu dziecku rodzic może tłumaczyć potrzebę uczenia się przez dziecko odniesieniem do własnej pracy w tym aspekcie, że dorośli mają swoje obowiązki w zakresie pracy i dzieci również a ich obowiązkiem jest nauka, która w przyszłości przełoży się na pracę zawodową. Ze starszym dzieckiem i młodzieżą należy w takiej sytuacji przeprowadzić rzeczową i szczerą rozmowę na temat jego przyszłości, jego szans na robienie tego, o czym marzy. Dorastający młody człowiek powinien samodzielnie podejmować decyzje na temat swojej przyszłości i tego, co go satysfakcjonuje. Ciągłe zarzuty, karanie, komentowanie wyborów zniechęcają skutecznie do podejmowania nowych wyzwań. Rolą rodziców jest zatem tak pokierować młodym człowiekiem, aby nie zniechęcił się do nauki, obowiązków dnia codziennego, kolegów, zainteresowań.

Przy okazji dobrze jest zadbać o komfortowe warunki do nauki: krzesło powinno być wygodne, a biurko oczyszczone z niepotrzebnych szpargałów, które rozpraszają uwagę – powinny na nim leżeć wyłącznie te przedmioty i pomoce, które są niezbędne

do nauki. Nie powinno się uczyć się na łóżku: mózg kojarzy je z relaksem i snem, dlatego nie jest to miejsce, które sprzyja zapamiętywaniu.

Zrozumienie materiału

Trudno przyswoić i zapamiętać coś, czego się nie rozumie – dlatego dla skutecznej nauki ważne jest to, by uczeń zrozumiał temat, zanim zacznie się go uczyć. Inaczej będzie tylko mechanicznie powtarzać treści, co na dłuższą metę może okazać się bezwartościowe. W zależności od przedmiotu, jakiego dziecko aktualnie się uczy dobrze się jest upewnić, że wie, o co chodzi w danym zagadnieniu – na przykład ucząc się matematyki potrafi wyprowadzać określone wzory i za ich pomocą rozwiązywać zadania, rozumie temat z biologii, chemii czy fizyki, wie, jak napisać rozprawkę z polskiego.

Nauka w określonym porządku

Nauka będzie bardziej efektywna, jeśli będzie przebiegała w określony sposób – to istotne zwłaszcza wtedy, gdy ilość materiału, jaki trzeba przyswoić, jest dość duża. Najlepiej, jeśli dziecko jeszcze przed rozpoczęciem nauki zapozna się pobieżnie z całością materiału, który musi opanować, a następnie podzieli go na mniejsze części i zrobi sobie plan nauki: zacznie od elementów najbardziej istotnych, najważniejszych (co nie znaczy, że najtrudniejszych), następnie przejdzie do zagadnień mniej istotnych, a na końcu wróci do tego, czego uczyło się na początku.

Powtarzanie i utrwalanie

Przyswojenie dużych partii materiału wymaga zwykle czasu, a jeśli jest to materiał dość trudny i odległy od tego, czym dziecko się interesuje – również utrwalenia. Dlatego właśnie, by nauka była skuteczna, nie powinno się odkładać jej na ostatnią chwilę. Materiał należy bowiem powtórzyć, niekiedy nawet kilkakrotnie, w pewnych odstępach czasu. Ucząc się wieczorem, dany temat warto więc powtórzyć

sobie następnego dnia rano, a jeśli jest jeszcze czas – również po południu, gdyż takie cykliczne odświeżanie informacji pozwala w pełni je utrwalić.

Stosowanie mnemotechnik

Wielu osobom w nauce pomagają techniki wspierające pamięć, koncentrację i proces zapamiętywania informacji, a następnie przypominania ich sobie. Takich technik jest wiele. Nie są niczym nowym: znano je i stosowano już w starożytnej Grecji, a za ich twórcę uchodzi Symonides z Keos.

- Jedną z najpopularniejszych jest mapa myśli, czyli tzw. kreatywne notowanie i wynajdywanie skojarzeń między poszczególnymi hasłami.
- Inną techniką jest tzw. pałac pamięci, która polega na tym, że poszczególne informacje umieszczamy w wyobrażonych sobie pomieszczeniach i znajdujących się w nich meblach.
- Ucząc się, można również tworzyć historie, czyli wynajdywać skojarzenia między tym, czego się uczymy, a tym, co już umiemy, lub tworzyć wierszyki lub piosenki, które ułatwią zapamiętanie trudnych definicji.
- Jednym ze sposobów nauki jest także tzw. metoda pierwszych liter polegająca na tym, że układamy zdanie, w którym każde słowo zaczyna się na literę wyrazu, jaki chcemy zapamiętać.
- W trakcie nauki, zwłaszcza nauki historii lub przygotowania się do klasówki z treści lektury, można również wyobrażać sobie otoczenie bohaterów i uczucia, jakie przeżywają w związku z danym wydarzeniem – w ten sposób dużo łatwiej niż podczas tradycyjnego „wkuwania” zapamiętuje się i fakty historyczne, i związane z nimi daty.