

Ekonomiczny Uniwersytet Dzieciocy



**Sztuka zapamiętywania –
najlepsze techniki**

Małgorzata Floraszek

Organizatory

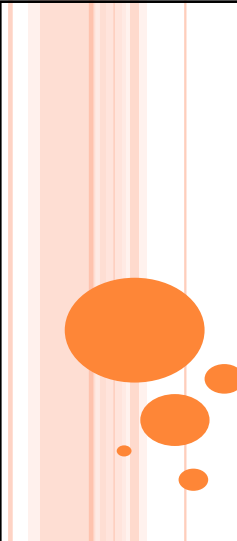


Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu

16.12.2024 r

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIOCY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIOCY.PL

1



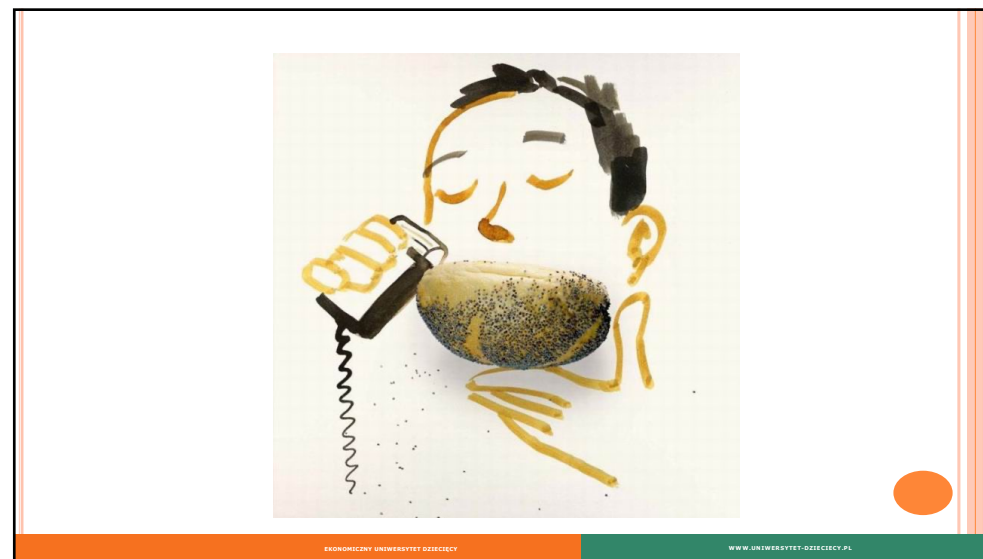
**JAK ZAPAMIĘTYWAĆ I CIESZYĆ SIĘ
Z EFEKTÓW SWOJEJ NAUKI?**

mgr Małgorzata Floraszek
psycholog, terapeuta

2




3



4

KRÓTKI TEST



mgr Małgorzata Floraszek

www.universytet-dziecicy.pl

www.universytet-dziecicy.pl

5

NIBY TACY SAMI, A JAKŻE RÓŻNI



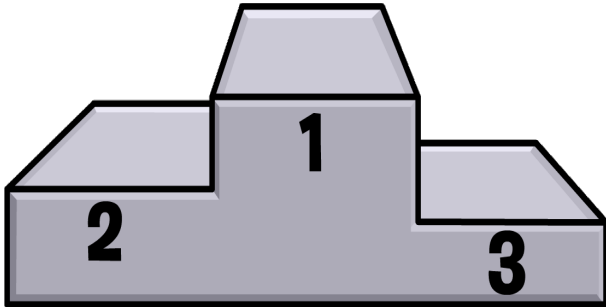
mgr Małgorzata Floraszek

www.universytet-dziecicy.pl

www.universytet-dziecicy.pl

6

RUNDA POCZĄTKOWA




mgr Małgorzata Floraszek

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

7

PAMIĘĆ LUDZKA W KILKU LICZBACH:



20% tego, co przeczytali
30% tego, co usłyszeli
40% tego, co zobaczyli
50% tego, co powiedzieli
60% tego, co zrobili

ale aż 90% tego, co: przeczytali i usłyszeli i zobaczyli i powiedzieli i zrobili

www.6krokow.pl

mgr Małgorzata Floraszek

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

8

LUDZKA NATURA PRZYJMOWANIA I DAWANIA

Po latach badań nad zachowaniami ludzi, twórcy NLP (Richard Bandler i John Grinder), opisali trzy podstawowe systemy sensoryczne za pomocą których odbieramy dochodzące do nas informacje. Zauważyli też, że jeśli człowiek przyjmuje dochodzące do niego bodźce w określony sposób, to w ten sam sposób je również relacjonuje = przedstawia.



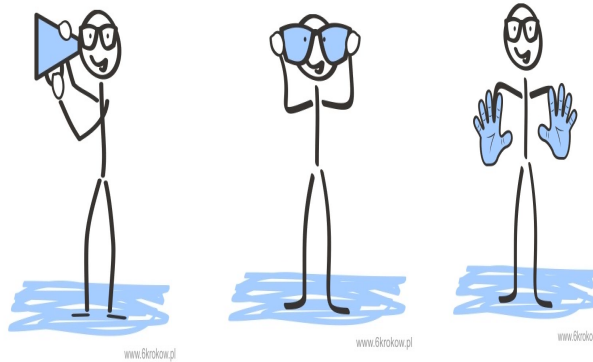
mgr Małgorzata Floraszek

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

9

3 RODZAJE ODRUCHOWO UAKTYWNIANYCH ZMYŚLÓW, CZYLI 3 SPOSOBY ODBIERANIA I PRZEKAZYWANIA INFORMACJI:



www.6krokow.pl

www.6krokow.pl

www.6krokow.pl

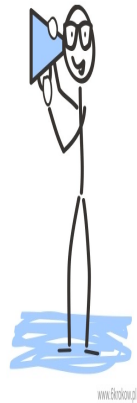
mgr Małgorzata Floraszek

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

10

- lubi dużo mówić, mówi z łatwością, płynnie i melodyjnie;
- woli słuchać nagrań, wykładów niż czytać;
- lepiej wypada w mówieniu niż pisanium – woli odpowiadać ustnie;
- łatwo traci koncentrację z powodu hałasu,
- mówi do siebie, nuci;
- powtarza na głos to, czego się uczy i może tym przeszkadzać w zajęciach;
- porusza ustami podczas czytania;
- pisze jak słyszy i może robić wiele błędów ortograficznych;
- ma kłopoty z geometrią, mapami;
- z filmów dobrze pamięta melodie i dialogi;
- w czasie rozmowy często używa zwrotów: posłuchaj, słyszalny, głośny, cichy, melodyjny, słyszeć, stwierdzić, zaniemówić, harmonia; akcentować, brzmieć dobrze (źle), dobrze wyrażony, jest na tej samej fali, donośny, to mi zgrzyta, uczta dla uszu, dobry ton, przyjemny dla ucha ...
- Powie np.: „niech pani posłucha” „...a słyszeliście ...”
„**posłuchaj jakie to ładne**”.




mgr Małgorzata Florszek

www.ritkow.pl

11

- lubi porządek wokół siebie (drażnią go np. nierówno ustawione książki);
- jego skupienie rośnie, kiedy panuje porządek;
- ucząc się siedzi dość spokojnie;
- jako dziecko, zazwyczaj szybko zaczynał mówić;
- obrazowo opowiada;
- słabo przypomina sobie ustne polecenia;
- dobrze pamięta kolory i rysunki z okładek książek oraz ich lokalizacje w bibliotece ale z trudem przypomina sobie tytuł i nazwisko autora;
- w czasie nauki lubi czytać i robić notatki lub rysunki np. na marginesie książki;
- pisze ładnie i wyraźnie, prawidłowo, widzi obraz słowa;
- dobrze i szybko uczy się czytać;
- gdy się nudzi patrzy w dal, rysuje, znajduje coś do oglądania;
- używa następujących słów i zwrotów: to jest jasne, przegląd, być świadkiem, z lotu ptaka, mglista sprawa, naświetlać, perspektywa krótkowzroczna (dalekowzroczna), ośniewające, kolorowe, oko w oko, wyraźny obraz, mieć na coś oko, światelko w tunelu...
- Powie np.: „**zobacz jak to pachnie**” albo „spójrz jaka to dobra muzyka” „Niech pani zobaczy, co on tam zrobił” „zauważyłem, że ...”.



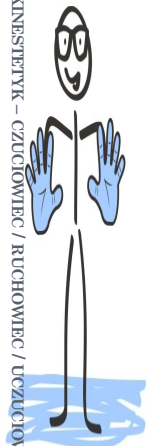
mgr Małgorzata Florszek

www.ritkow.pl

12

- uczy się poprzez działanie;
- podczas myślenia ważny jest dla niego ruch, to min. dlatego „wierci się” podczas czytania;
- przetwarza litery na ruchy, musi wielokrotnie napisać słowo , aby je zapamiętać;
- nie bardzo lubi czytać;
- kiedy czyta preferuje opisy z akcją;
- ma mało czytelne pismo lub jest ono specyficzne;
- najlepiej pamięta to, co wykona;
- aby się koncentrować musi się ruszać;
- podczas nauki „wierci się” zmienia pozycję, znajduje coś do trzymania, stukania, czy obracania;
- podczas zajęć najlepiej funkcjonuje będąc bezpośrednio zaangażowany doświadczenia i eksperymenty.
- używa następujących słów i zwrotów: uczucie, sedno sprawy, nacisk, trzymać, łapać, czuć, wspierać, ustawić, mieć przecucie, między młotem a kowadłem, przejechać się na czymś, śliski temat czuję, mam wrażenie;
- powie: „**Czułem, że to powiesz!**”; „Trafiłeś w sedno”; „Coś czuję, że zaraz będzie się tu działo”

KINESTETYK – CZUCIOWIEC / RUCHOWIEC / UCZUCIOWIEC



mgr Małgorzata Floraszek

www.dzeczol.pl

13

WSZYSCY KORZYSTAJĄ!



mgr Małgorzata Floraszek

www.dzeczol.pl
www.uniw.ostrowiec.pl

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy
www.uniw.ostrowiec.pl

14

ZADANIE:
W CIĘGU 15 SŁÓW WYKORZYSTAJ WŁĄCZAJĄC ZOBRAZENIA

ŻÓŁTY NIEBIESKI POMARAŃCZOWY
CZARNY CZERWONY ZIELONY
FIOLETOWY ŻÓŁTY CZERWONY
POMARAŃCZOWY ZIELONY CZARNY
NIEBIESKI CZERWONY FIOLETOWY
ZIELONY NIEBIESKI POMARAŃCZOWY

mgr Małgorzata Floraszek

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

15

„SKRÓTY” W NAUCE

TO CO SKRACA CZAS EFEKTYWNEJ NAUKI




mgr Małgorzata Floraszek

www.ckif-dziew.pl

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

16

ABY BYĆ W CZYMŚ DOBRYM
TRZEBA TO WYTRENOWAĆ.



ABY SZYBKO SIĘ UCZYĆ
TRZEBA TRENOWAĆ PAMIĘĆ.


Pamięć to zdolność do :

- zapisania
- przechowania
- odtwarzania.

mgr Małgorzata Flomczak

17

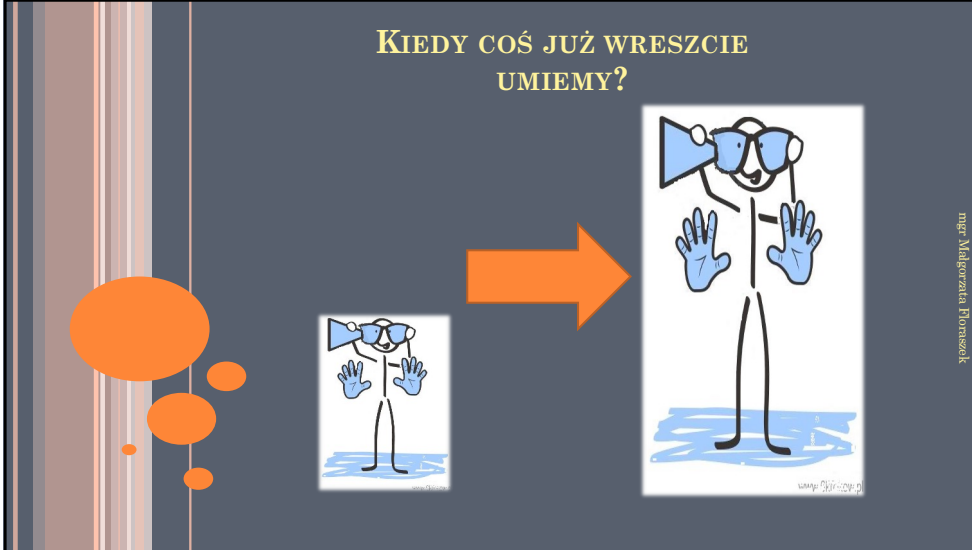
TRZY RODZAJE PAMIĘCI



mgr Małgorzata Flomczak

18

KIEDY COŚ JUŻ WRESZCIE UMIEMY?



mgr Małgorzata Floraszek

19

MNEMOTECHNIKI

MNEMOSYNE - W MITOLOGII GRECKIEJ BOGINI PAMIĘCI ZNAJĄCA
PRZESZŁOŚĆ,
TERAŻNIEJSZĄ I PRZYSZŁOŚĆ.
WEDŁUG WIERZEŃ TO WŁASNIE ONA DAŁA LUDZIOM ZDOLNOŚĆ
ZAPAMIĘTYWANIA

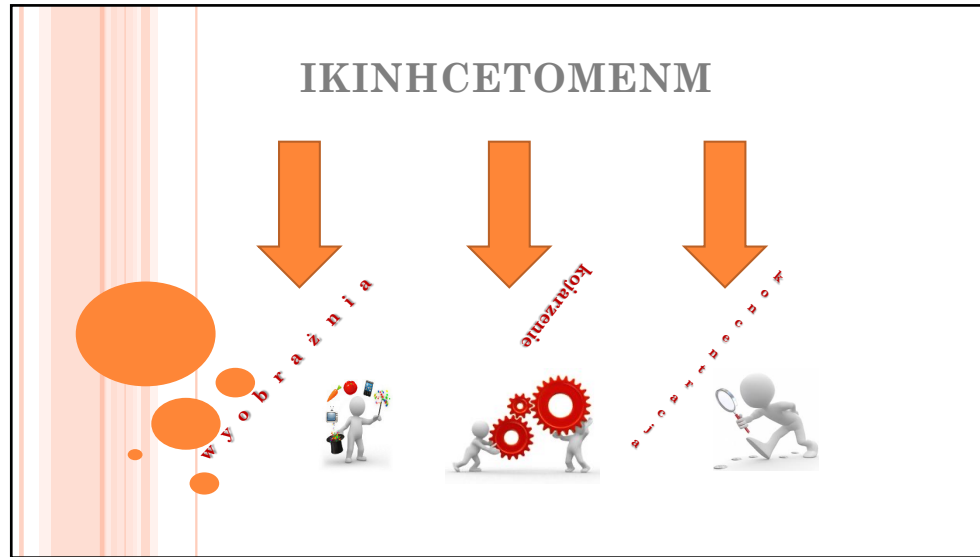
CO POTRAFIĄ TECHNIKI WSPOMAGAJĄCE
ZAPAMIĘTYWANIE ? **CZYNIĄ NAS SZYBKIMI !!!**



- ZWIĘKSZAJĄ ZAKRES ZAPAMIĘTYWANIA W TYM SAMYM CZASIE
- ZWIĘKSZAJĄ TRWAŁOŚĆ ZAPAMIĘTYWANEGO MATERIAŁU PO
NAUCE W PODOBNYM CZASIE
- USPRAWNIAJĄ PROCES PRZYPOMINANIA

mgr Małgorzata Floraszek

20



21



22

AKRONIMY
SŁOWA, KTÓRE TWORZYMYS Z
PIERWSZYCH LITER DWÓCH LUB
WIĘCEJ WYRAZÓW.
W ŻYCIU CODZIENNYM SPOTYKAMY JE
BARDZO CZĘSTO.






mgr Małgorzata Floraszek

23

**MÓJ WUJEK ZAPISAŁ MI, JAK
STREŚCIĆ UKŁAD NASZYCH PLANET.**

MWZMSUNP

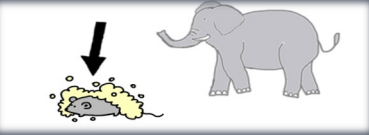


mgr Małgorzata Floraszek


24

METODA SKOJARZEŃ


j. fiński
pieni – maly



tori – rynek



rukoilla
– modlić się



mgr Małgorzata Floraszek

25

ŁAŃCUSZEK SKOJARZEŃ



*Idąc górskim szlakiem napotykam na swojej drodze
kocicę, która wydaje z siebie przeraźliwy świst.
Wszystkie śółwle błotne wybiegają z pobliskiego
jeziorka i uciekają ciężką tworząc ślad podobny do
wędn eakulapa.*

mgr Małgorzata Floraszek

26

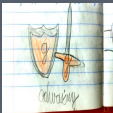
METODA HAKÓW

1		4		7		10	
2		5		8			
3		6		9			





















mgr Małgorzata Floraszek

27

PIKTOGRAMY



To spersonalizowany system znaków / obrazków przedstawiających konieczną do zapamiętania treść, jak np. wiersz, prozę, regułkę itp.

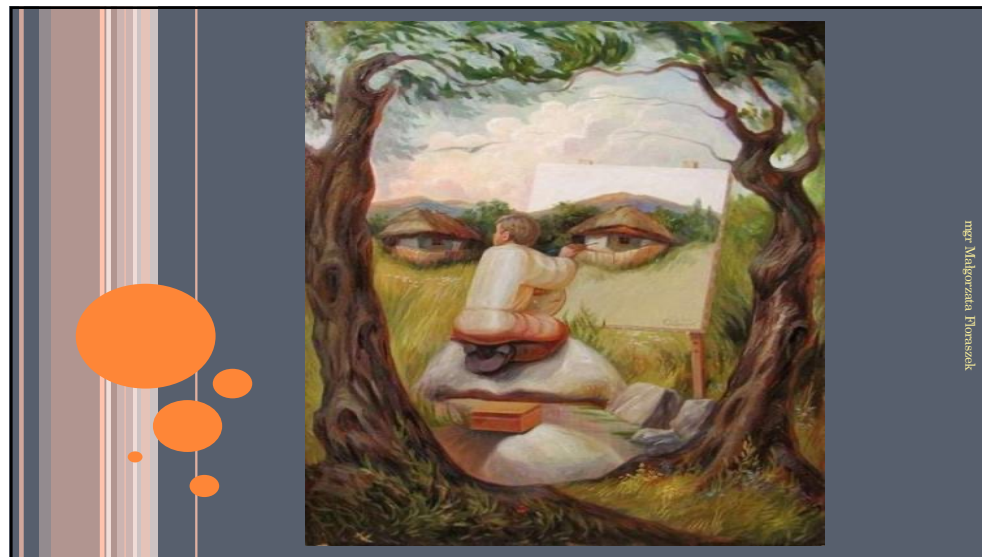
							
Wiele kultur, jedno marzenie - komunikacja bez barier.							
							
ISĆ	WIDZIEĆ	TELEFONOWAĆ	JESĆ	PIC	SIADAĆ		
							
BAWIĆ SIĘ	RYSOWAĆ	SPAĆ	SPIEWAĆ	PODNOŚĆ SIĘ	KAPAĆ SIĘ		

mgr Małgorzata Floraszek

28



29



30

PRZYDATNA LITERATURA

- Angelów, B.(1998), *Jak się uczyć skutecznie, szybko i przyjemnie*, Poznań: Moderski i S-ka.
- Bogdanowicz, M. (2007), *Uczeń z dysleksją w domu*, Gdynia: Wydawnictwo Pedagogiczne Operon.
- Buehl, D.(2004), *Strategie aktywnego nauczania czyli Jak efektywnie nauczać i skutecznie uczyć się*, Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne.
- Drapeau, Ch.(2002), *Jak uczyć się szybko i skutecznie*, Warszawa:KDC.
- Dudley, G.(1986), *Jak podwoić skuteczność uczenia się*, Warszawa: *MEDIUM*.
- Fernstermacher, G.D., Solis, J.(2000), *Style nauczania*. Warszawa: WSiP.
- Linksman, R.(2005), *W jaki sposób szybko się uczyć*. Warszawa: Świat Książki.
- Łukasiewicz, M. (2006), *Sukces w szkole*, Poznań : Rebis.

mgr Małgorzata Płomczak

