

Samodzielna nauka w domu. Techniki, które ułatwią pracę uczniom

Samodzielna nauka może okazać się niełatwa. Wymaga to od uczniów sporej dyscypliny. Jednak tak naprawdę liczy się zdobywanie wiedzy i wnikliwość. W czasie epidemii koronawirusa i nauki zdalnej, warto poznać techniki, ułatwiające zdobywanie wiedzy.

Koronawirus: jak uczyć się w domu?

Niestety dziś, z powodu epidemii koronawirusa, uczniowie muszą zmierzyć się z samodzielną nauką w domu. Część uczniów edukację kojarzy z wkuwaniem, co dodatkowo może być utrudniające, gdy do przerobienia jest jeszcze więcej materiału. Psycholożka Peter Hollins, w książce "Sztuka samodzielnej nauki" pokazuje, jak zrobić to inaczej. Okazuje się, że u podstaw efektywnej nauki leży pewność siebie, czyli przekonanie, że jest się w stanie nauczyć czegoś nowego.

Kolejna kwestia to zarządzanie sobą, w praktyce oznacza to zorganizowanie czasu, przestrzeni i narzędzi, które pozwalają na skuteczną naukę. W przypadku samodzielnej nauki to szczególnie ważne. Bez presji ocen, sprawdzianu czy odpytania łatwo zrezygnować z systematycznej i solidnej nauki. Zanim rozpocznesz naukę, zaplanuj dokładnie takie rzeczy, jak:

- źródło informacji (kurs online, seria tutoriali na YouTube, notatki od znajomych),
- czas, jaki przeznaczysz na dany przedmiot,
- metodę weryfikacji nowej wiedzy (np. nagrywanie krótkiego podsumowania każdej lekcji na smartfonie). Dopiero po przejściu tych etapów rozpocznij naukę.

Psycholog Peter Hollins we wspomnianym poradniku przedstawił powszechny obraz uczniów po to, by móc coś zmienić. **"Podręczniki są grube i wypełnione informacjami, a do tego zawierają dużo szczegółowych danych i komentarzy. Dlatego normalnym widokiem jest uczeń ślęczący nad książkami do późna w nocy (..) i niepotrafiący przypomnieć sobie następnego dnia, co przeczytał"** - napisał. Młodzi ludzie mogą wykształcić samodzielny sposób nauki. Nie do końca są skazani na ten zniechęcający model dydaktyki. Dużo skuteczniejsza wydaje się metoda opracowana przez Francisca P. Robinsona, tzw. SQ3R, na którą składa się pięć elementów.

S - wstępne zapoznanie się (ang. Survey), które można porównać do spojrzenia na mapę przed rozpoczęciem podróży - nie zapamiętasz całej trasy, ale mniej więcej wiesz, czego się spodziewać.

Q - pytania (ang. Questions), które służą określeniu celu, które stawiasz sobie przy danej czynności. Jeśli np. chcesz poznać historię kina europejskiego i czytasz o słynnych reżyserach, możesz przygotować mikroquiz z pytaniami o tytuły ich pierwszych filmów.

Pod trzema R ukrywają się kolejno (ang. Read, Recite, Review):

czytanie - powoli, z wyjaśnieniem nieznanych terminów i szukaniem przykładów,

powtarzanie - własnymi słowami (ustnie lub pisemnie) przeczytanych informacji,

przegląd, czyli powracanie w kolejnych dniach do przeczytanego fragmentu, co pozwala nie tylko lepiej zapamiętać materiał, ale i zobaczyć go w szerszym kontekście.

Przy stosowaniu tej techniki ważne są dobre notatki, ponieważ nie sposób od razu poukładać w głowie i zapamiętać tylu nowych danych.

Innym sposobem ułatwiającym naukę jest Notatka Cornella, stworzona w latach 50. XX wieku. Jest zbudowana na schemacie: robienie notatek, redagowanie ich, analiza i refleksja. To jedno z najstynniejszych narzędzi do uczenia się, ale jednocześnie bardzo proste. Wystarczy coś do pisania i kartka podzielona na trzy części - dwie kolumny: prawa ("notatki") powinna być dwa razy szersza od lewej ("słowa kluczowe"). oraz pole u ich podstawy. W kolumnie "notatki" zapisuje wszystko, co usłyszałeś: pisz w punktach, rób listy, szkicuj, nie bój się chaosu.

Na selekcję przychodzi czas przed wypełnieniem kolumny "słowa kluczowe", dokąd trafiają najważniejsze informacje w skróconej formie (np. jedno zdanie zamiast pięciu zdań pierwotnych notatek). W polu "podsumowaniu" jeszcze bardziej skróć zapis, tak abyś przy przeglądaniu notatek mógł szybciej zorientować się, któremu zagadnieniu są poświęcone. Istotą tej metody jest stworzenie czegoś, co ma osobiste znaczenie. **"Jeżeli nie potrafisz czegoś prosto wyjaśnić - to znaczy, że nie wystarczająco to rozumiesz"** - powiedział Albert Einstein.

BIBLIOGRAFIA: <https://zdrowie.radiozet.pl/Psychologia/ABC-psychologii/Koroanwirus.-Jak-poradzic-sobie-z-samodzielną-nauka-w-domu>