

**KUMAM TO!
JAK POMÓC SOBIE SKUTECZNIE
SIĘ UCZYĆ**



**MNEMOTECHNIKI -
BUDOWA I ZASADY TWORZENIA.**

MNEMOTECHNIKI- CO TO TAKIEGO?

Mnemotechniki to ogólna nazwa sposobów ułatwiających zapamiętanie, przechowywanie i przypominanie sobie informacji.

Metody te nie są niczym nowym dla ludzkości. Słowo "mnemotechniczny" pochodzi od imienia greckiej bogini Mnemozyny. Metod tych bardzo często używali starożytni Grecy w zapamiętywaniu elementów przemówień i dyskusji jakie między sobą toczyli.

Często sami, intuicyjnie korzystamy z mnemotechnik nawet o tym nie wiedząc. Prezentacja pomoże wam to wszystko uporządkować.

JAK UŻYWAĆ
MNEMOTECHNIK
UCZĄC SIĘ?

POZNAJ ZASADY !!!



SCHEMAT WSZYSTKICH MNEMOTECHNIK:

1. Najpierw zobacz zapamiętywany element
w wyobraźni,
w powiązaniu z miejscem, na którym go
zapamiętujesz.



2. NASTĘPNIE POWIĘKSZ

GO DO OGROMNYCH ROZMIARÓW



3. PUŚĆ GO W RUCH,
NIECH ZACZYNIĘ SIĘ PRZEMIESZCZAĆ,
TAŃCZYĆ, KOPAĆ, JEŹDZIĆ...



4. DODAJ ZMYSŁOWYCH WYOBRAŻEŃ:

SŁUCHOWYCH- USŁYSZ W WYOBRAŹNI JAK
PISZCZY, TRĄBI, KRZYCZY, SYCZY, MIAUCZY, MŁASZCZE...

WĘCHOWYCH- POCZUJ JAK ŁADNIE PACHNIE,
PRZYPOMINA RÓŻĘ, KWIATY...

SMAKOWYCH- SPRÓBUJ JAK SMAKUJE. POCZUJ
JAKI JEST SŁODKI, SŁONY, PIEPRZNY, OSTRY...

DOTYKOWYCH- ZŁAP GO I POWALCZ Z NIM, ZŁAP
I ZACZNIJ DUSIĆ, ALBO GŁASKAĆ.



ZASADY STOSOWANIA MNEMOTECHNIK

- Ogólna zasada przy stosowaniu mnemotechnik to używanie absurdu.
- Dlaczego zapamiętujemy głupie filmy, nawet takie, które nas nie ciekawiły? Właśnie dlatego, że były głupie ;)
- Dobrze pamiętamy także rzeczy dramatyczne lub śmieszne. To właśnie one poruszają nas najbardziej.

CZAS NA PRAKTYKĘ- POĆWICZYMY?

POĆWICZ TERAZ ZAPAMIĘTYWANIE
KONKRETNÝCH INFORMACJI,
Z KTÓRYMI SPOTYKASZ
SIĘ NA CO DZIEŃ W SZKOLE.
WYLICZANKI, TYPOLOGIE, CECHY
CZEGOŚ TAM...

METODA ŁAŃCUCHOWA

TECHNIKI TEJ UŻYWA SIĘ DO ZAPAMIĘTYWANIA
NA OGÓŁ KRÓTKIEGO SZEREGU RÓŻNYCH
INFORMACJI,

NP.: LISTY ELEMENTÓW DO ZAPAMIĘTANIA LUB
SPRAW DO ZAŁATWIENIA (LISTA ZAKUPÓW, SŁÓWEK
ITP.)

KAŻDY ELEMENT TEGO SZEREGU POŁĄCZ LUB SKOJARZ
Z NASTĘPNYM. MOŻESZ POŁĄCZYĆ WSZYSTKIE
ELEMENTY W JAKĄŚ BARWNA HISTORYJKĘ.

Powiedzmy, że masz w planie zrobić następujące zakupy:

- jabłka
- zeszyty
- szklanki
- pióro wieczne
- myszkę do komputera
- gazetę



Większość ludzi w takiej sytuacji na ogół miota się wokół w poszukiwaniu długopisu lub kawałka papieru, albo w ostateczności próbuje zapamiętać tę listę przez wielokrotne powtarzanie . A przecież wystarczy wykorzystać twórczą siłę wyobraźni i zbudować ciąg intensywnych obrazów, układających je w niezwykłą, ale barwną historię...

NA PRZYKŁAD TAKĄ:

Księżniczka ugryzła zatrute jabłko, które upadło na zeszyty i uderzyło w szklanki. Szklanki potłukły się, a odtamek uderzył w wieczne pióro, leżące obok. Przyglądała się temu kolorowa mysz, która właśnie czytała poranną gazetę 😊

A teraz zamknij oczy i przypomnij sobie w wyobraźni całą tę niezwykłą historię, od początku do końca...
Po czym odtwórz zapamiętaną dzięki niej listę zakupów!
Zgodnie z zasadą mnemotechnik- niech przedmioty w Twojej wyobraźni tańczą, skaczą, są przesadnie wyolbrzymione.
Im bardziej dziwne, tym szybciej je zapamiętasz!




METODA MAPY MYŚLI

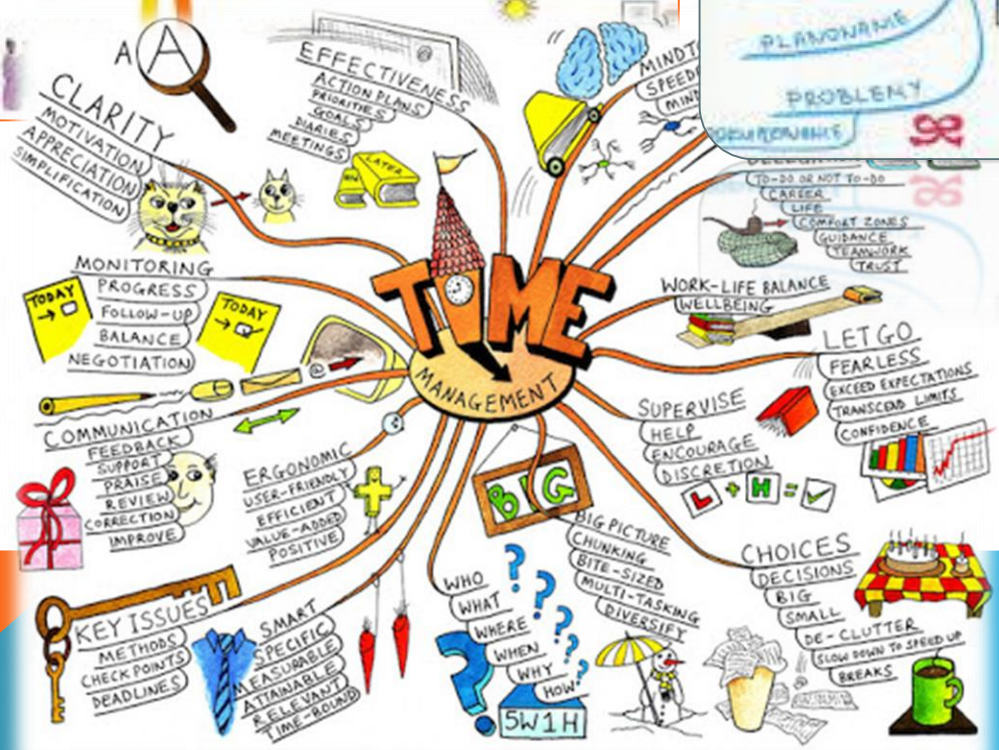
Tworzenie map myśli jest doskonałym sposobem przyspieszającym uczenie się i powtarzanie przerobionego materiału.

Ich skuteczność wiąże się z wykorzystaniem obydwu półkul mózgowych. Mapy w sposób obrazowy przedstawiają to, czego się uczymy.

JAK NARYSOWAĆ MAPĘ MYŚLI?

Rysując mapę musimy pamiętać, że:

1. Zaczynamy od głównego zagadnienia i stopniowo dodajemy szczegóły.
 2. Stosujemy rysunki, symbole, znaki graficzne, napisy używając wielu kolorów.
 3. Rysowanie gałązek rozpoczynamy od strony prawej zgodnie z ruchem wskazówek zegara.
 4. Napisy robimy nad gałązkami. Gałązki najważniejsze pogrubiamy napisy znajdujące się na nich piszemy większymi literami.
 5. Powstała mapa przypomina kształtem komórkę nerwową.
- 



JAKIE INNE MNEMOTECHNIKI MOŻEMY STOSOWAĆ?

Zapamiętywanie pierwszych liter

gdy zapamiętamy pierwszą literę często już łatwiej przypomnieć sobie resztę np:

1.kierunki geograficzne **Na Ekranie Siedzi Wrona**

2.rodzaje przypadków: **Mama Dała Córce Bardzo Niesmaczne Mięso** lub **Mały Domek Czerwonych Biedronek Nadepnął Małżonek Wawrzonek**

3.kolory tęczy: **Czemu Patrzysz Żabo Zielona Na Głupiego Fanfarona**

4.pisownia „rz” (po pierwszych literach piszemy rz)

Prosiła Babka Tadka Daj Kawatek Gnatka Wołała Jeszcze Chrzan

5.cyfry rzymskie (50, 100, 500, 1000) : **Lecą Cegły Dom Murują**

Tworzenie wierszyków z rymem i rytmem

np. „uje się nie kreskuje”

Zapamiętywanie rozmieszczenia tekstu na stronie,

tego czy jest napisany tłustą czcionką czy nie, czy był to tekst na środku czy u dołu strony itp.

Rozbicie szeregu na części i ponowne ich złożenie

gdy chcemy zapamiętać np. numer telefonu (grupowane po 2, 3 cyfry)

Przedstawiliśmy tylko kilka przykładów mnemotechnik. Jest ich oczywiście dużo więcej. Mamy nadzieję, że zaciekały Was na tyle, że sami spróbujecie pogłębić wiedzę na temat powyższego zagadnienia. Najważniejsze abyście uświadomili sobie, że uczenie się nie musi być przymusem tylko przyjemnością, dobrą zabawą.

Pedagodzy:

Sylwia Pasiciel, Joanna Kaczmarek

