

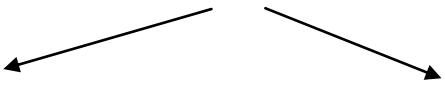
POWTARZANIE - RECEPTA NA SUKCES!

W procesie uczenia się istotne jest POWTARZANIE nowych wiadomości!

Przeciętny uczeń po pierwszych 10-ciu minutach zaczyna gwałtownie zapominać przyswojone wiadomości. Po 24 godzinach zapomina 80% szczegółów nowego materiału.

Aby skutecznie zapamiętać nowo poznany materiał na lekcji - należy go powtórzyć!!!

SPOSOBY POWTARZANIA



AKTYWNY

- Staramy się sami, własnymi siłami przypomnieć to, co zapamiętaliśmy - nie korzystając z notatek, książek.
- Staramy się przypomnieć najlepiej na głos.
- Albo po cichu w myślach - powtarzając w głowie może się czasem oszukiwać, że umiemy to coś, podczas gdy naprawdę tak nie jest. Uszy trudniej oszukać.

PASYWNY

- Przeglądamy, czytamy powtórnie notatkę, zadaną część materiału – czyli nie staramy się sami swoimi siłami przypomnieć sobie to, co zapamiętaliśmy, ale po prostu korzystamy z zewnętrznej pamięci, aby jeszcze raz się tego nauczyć, aby sobie odświeżyć w głowie zapamiętaną informację.

SPOSOBY POWTARZANIA



ZORGANIZOWANY

Określamy dokładnie liczbę i czas powtórek, rodzaj powtarzania:

np.: zaraz po 10-ciu minutach od momentu zapamiętywania, po godzinie, po 6-ciu godzinach, na drugi dzień i po tygodniu.

NIEZORGANIZOWANY

Powtarzamy, kiedy akurat mamy na to czas i ochotę - na przerwie zaraz po lekcji, aby sobie uporządkować w głowie nowe informacje, na drugiej przerwie, jadąc autobusem ze szkoły, przy kolacji, przy śniadaniu *itd.*

Najczęściej praktykowany przez uczniów sposób powtarzania:

1. Powtórki zaraz po lekcji

- Warto ją zrobić kilka minut po lekcji.
- Dzięki niej zatrzymujemy w głowie większość informacji, które w przeciwnym przypadku straciłyby się.
- Można ogólnie spojrzeć na temat - co było na lekcji, co jest do nauki, co zapamiętaliśmy, co jest zrozumiałe, a co nie itd.
- Zaraz po lekcji można zapytać kolegę o jakiś szczegół - jeśli czegoś się nie zrozumiało - co będzie również następną powtórka.



2. Powtórki w czasie drogi ze szkoły



Do powtórek w drodze ze szkoły można wykorzystać każdy moment, w którym akurat siedzi się miejscu, czekanie na przystanku na autobus, jazda w autobusie itd.

3. Powtórki tego samego dnia wieczorem (szczególnie ważne)

- Już na spokojnie, w swym pokoju do nauki - można przejrzeć jeszcze raz - co było na lekcjach.
- Zresztą najprawdopodobniej i tak trzeba będzie to zrobić z racji domowych zadań.
- Powtórka wieczorna pomaga ułożeniu się nowej wiedzy w głowie.



4. Powtórki następnego dnia w trakcie drogi do szkoły

W autobusie, przed szkołą można zrobić mały przegląd zeszytu, książki, krótkiej notatki.



5. Powtórki zaraz przed lekcją z danego przedmiotu



- Czas przed lekcją, zamiast marnować na rzeczy bezużyteczne, można poświęcić na powtórkę materiału z poprzedniej lekcji
- Przygotować się do nadchodzącej lekcji - przeglądając poprzednią lekcję i zaglądając do książki.