**Techniki uczenia się – mini poradnik dla ucznia.**

1. **Czytanie wg „5 kroków”**
2. Pobieżnie przeglądam tekst.
3. Stawiam pytania czego mogę dowiedzieć się z tego tekstu; na jakie pytania znajdę w nim odpowiedź.
4. Dokładnie czytam; przypominam sobie pytania i cel czytania.
5. Streszczam poszczególne części tekstu; po każdym fragmencie zatrzymuje się i zastanawiam, co przeczytałam i czy dany tekst rozumiem. Streszczam dany fragment w kilku słowach.
6. Powtarzam treść lub czytam cały tekst.

Na zakończenie jeszcze raz powtarzam najważniejsze informacje zawarte w tekście. Biorę pod uwagę pytania i odpowiedzi na te pytania, które znalazłam w czasie lektury. Tę fazę wykonuję w pamięci lub robię krótkie notatki.

1. **Mnemotechniki** – **wyjaśnienie pojęcia:**

**mnemotechnika** – z greckiego mnemo = pamięć i techne = sztuka, rzemiosło, czyli sposoby ułatwiające zapamiętywanie nowych wiadomości i faktów.

**Rodzaje mnemotechnik:**

1) **Akronimy czyli skrótowce**. Metoda polega na stworzeniu zupełnie nowego słowa lub wyrażenia z pierwszych zgłosek lub liter innych wyrazów, które próbujemy zapamiętać.

**Wyróżniamy:**

- **Akronimy znaczące**-**skrótowce**, które mają jakieś znaczenie, np. HOMES(ang. domy) - lista wielkich jezior Ameryki północnej: Huron, Ontario, Michigan, Erie, Superior.

- **Akronimy nieznaczące**, np. KOSDKP - okresy paleozoiku: Kambr, Ordowik, Sylur, Dewon, Karbon, Perm.

• **Metoda pierwszych liter**.

Polega na utworzeniu zdania, w którym pierwsze litery mają inne, określone znaczenie, np. próbując zapamiętać kolejność planet Układu Słonecznego, wyodrębniamy pierwsze litery i tworzymy z nich nowe słowa, które w połączeniu stanowią łatwe do zapamiętania zdanie: *Moja Wiecznie Zapracowana Mama Jutro Sama Upiecze Nam Placek* (Merkury, Wenus , Ziemia, Mars, Jowisz, Saturn, Uran, Neptun). Inny przykład: *Lecą Cegły, Dom Murują* -pierwsze litery wyrazów w tym zdaniu reprezentują cyfry rzymskie: L -50, C -100, D -500, M -1000.

• **Rymowanki, wierszyki**.

Taka forma mnemotechnik pozwala na łatwiejsze zapamiętanie informacji. Rymy posiadają własny rytm oraz swoista melodię, która szybciej zapada nam w pamięć. Np. układ kości nadgarstka: *Łódka płynie, księżyc świeci, trójgraniasty groszek leci, na trapezie, trapeziku wisi główka na haczyku.*

• **Spacer w myślach.**

Próbując zapamiętać na przykład tę oto listę zakupów: chleb, ser, mleko, baterie, proszek do prania i pasta do zębów; możesz wyobrazić sobie mieszkanie, w którym przemieszczasz się z salonu do korytarza. I tak: siedząc na bardzo wygodnej, czerwonej kanapie w salonie zajadasz się chrupiącą kanapką (chleb) z intensywnie pachnącym serem, po czym sięgasz po wysoką szklankę śnieżnobiałego, cieplutkiego mleka stojącą na niskim żółtym stoliku. Wstając i przechodząc do korytarza spoglądasz na ogromny zegar ścienny, który się zatrzymał, bo potrzebne są do niego nowe baterie. W korytarzu wkładając na siebie płaszcz zauważasz, że wymaga on prania w dobrym proszku do prania, gdyż jest umazany w pachnącej miętą paście do zębów.

Opracowanie: Elżbieta Władyniak