



PROGRAM DLA UCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH

Jak uczyć uczenia się?

Uczestnicy: uczniowie szkół ponadpodstawowych

Cele: wdrożenie działań prowadzących do zwiększenia efektywności uczenia się uczniów szkoły podstawowej.

Czas realizacji: 12 tygodni (12 lekcji wychowawczych + czas pomiędzy lekcjami na implementowanie wiedzy i umiejętności w praktyce)

Uwagi:

1. Przed rozpoczęciem programu należy porozmawiać z uczniami, zachęcając ich do udziału we wspólnym przedsięwzięciu.
2. Uczestnicy otrzymują graficzną listę kontrolną, na której odznaczają wykonane zadania.

Lekcja 1. Planowanie – cele, priorytety

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna własne cele edukacyjne (strategiczne i szczegółowe),
- określa zadania, które należy wykonać, aby osiągnąć cele,
- potrafi wskazać narzędzia wspierające realizację zadań,
- rozumie znaczenie monitorowania postępów w kształtowaniu systematyczności.

Przebieg lekcji:

1. Cele edukacyjne – studium przypadku
2. Określenie celów edukacyjnych – priorytety, cele szczegółowe
3. Habit tracker, planer, bullet journal – dyskusja nad możliwościami wykorzystania.

4. Wyzwanie: „Wykonuję zadania domowe tego samego dnia” – przygotowanie karty monitorowania postępów.

Lekcja 2. Planowanie i monitorowanie postępów

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- ocenia efektywność swojej pracy,
- konstruuje miesięczny, tygodniowy/dzienny harmonogram powtórek,
- monitoruje bieżące postępy pracy,
- zna i stosuje zasady efektywnego uczenia się,
- podejmuje wyzwanie monitorowania postępów w zakresie poprawy efektywności własnego uczenia się.

Przebieg lekcji:

1. Nawiązanie do zadania domowego/wyzwania z poprzedniej lekcji – refleksje? Jak rozwiązać problemy?
2. Praca z podstawą programową – podzielenie treści i przypisanie ich do poszczególnych miesięcy.
3. Opracowanie miesięcznego harmonogramu powtórek.
4. Informacja o tzw. fotografii dnia, omówienie zadania domowego: przygotowanie fotografii dnia.

Lekcja 3. Jak zarządzać czasem?

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- ma świadomość znaczenia zarządzania sobą w czasie,
- potrafi kontrolować czas przeznaczony na różne czynności,
- rozpoznaje zachowania wskazujące na brak zorganizowania w czasie,
- stosuje przykładowe techniki zarządzania sobą w czasie,
- kontynuuje wyzwania monitorowania postępów w zakresie poprawy efektywności własnego uczenia się.

Przebieg lekcji:

1. Nawiązanie do zadania domowego/wyzwania z pierwszej lekcji - refleksje? Jak rozwiązać problemy?
2. Opracowanie tygodniowego/dziennego harmonogramu powtórek.
3. Analiza „fotografii dnia”. Dyskusja na temat tego, czy czas wykorzystywany jest przez uczniów racjonalnie? Czy identyfikują tzw. „pożeracze czasu” i jak mogą sobie z nimi poradzić?
4. Problemy z koncentracją – technika Pomodoro, aplikacje telefoniczne.

Lekcja 4. Wprowadzenie do pracy obrazem, symbole

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna narzędzia i podstawowe pojęcia dotyczące sketchnotingu,
- potrafi tworzyć graficzne symbole,
- stosuje symboliczną, graficzną metaforę do kodowania różnych pojęć.

Przebieg lekcji:

1. Wprowadzenie do myślenia wizualnego. Rola obrazu w uczeniu się.
2. Narzędzia wykorzystywane w sketchnotingu.
3. Alfabet myślenia wizualnego. Symbole.
4. Symboliczne metafory. Banki ikon.

Lekcja 5. Techniki

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- stosuje techniki wykorzystywane w sketchnotingu.

Przebieg lekcji:

1. Wstęgi, ramki, kontenerki.
2. Strzałki i punktory.
2. Liternictwo.

Lekcja 6. Mindmapping

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna narzędzia i podstawowe pojęcia dotyczące mind mappingu,
- zna zasady tworzenia map myśli,
- potrafi sporządzać mapy myśli.

Przebieg lekcji:

1. Techniki tworzenia map myśli.
2. Mapy myśli – ćwiczenia.

Lekcja 7. Notatka graficzna - 1

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- potrafi sporządzać notatkę graficzną z tekstu,
- zna i stosuje techniki wykorzystywane w sketchnotingu,
- zna strukturę notatki graficznej.

Przebieg lekcji:

1. Struktura notatki graficznej.
2. Notatka graficzna z tekstu – ćwiczenia.

Lekcja 8. Notatka graficzna - 2

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna i stosuje techniki wykorzystywane w sketchnotingu,
- potrafi tworzyć notatki graficzne z filmu/podcastu, wykładu/prezentacji.

Przebieg lekcji:

1. Jak podnieść efektywność notowania graficznego? – analiza błędów.
2. Notatka graficzna z filmu/podcastu/wykładu/lekcji – ćwiczenia.

Lekcja 9. Techniki zapamiętywania

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna istotę zapamiętywania,
- zna techniki zapamiętywania,
- stosuje wybrane mnemotechniki.

Przebieg lekcji:

1. Istota zapamiętywania.
2. Przegląd wybranych mnemotechnik.
3. Ćwiczenia.

Lekcja 10. Techniki utrwalania

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- potrafi wykorzystać poznane wcześniej techniki do skutecznego utrwalania wiedzy,
- rozumie istotę krzywej zapominania i zna podstawowe zasady powtarzania,
- potrafi korzystać z tzw. kartoteki dydaktycznej,
- zna inne techniki wspierające utrwalanie wiedzy,
- stosuje wskazane techniki przydatne podczas powtarzania.

Przebieg lekcji:

1. Refleksja na temat utrwalania wiedzy – przegląd sposobów na skuteczne utrwalanie.
2. Wykonanie kartoteki dydaktycznej wraz z zestawem karteczek do wybranego przedmiotu.
3. Aplikacje do tworzenia fiszek.

Lekcja 11. Jak wyszukiwać i wartościować informacje?Cele szczegółowe:

Uczeń:

- potrafi samodzielnie dokonywać wyboru źródeł informacji w zależności od potrzeby,
- potrafi ocenić wartość wyszukanej informacji, potrafi poddać informację weryfikacji,
- zna podstawy prawa autorskiego pozwalające na zgodne z prawem korzystanie z utworów innych osób,
- wie, co to są wolne licencje, potrafi odczytać ich oznaczenia,
- potrafi wyszukiwać legalnie udostępnione zasoby,

Przebieg lekcji:

1. Techniki wyszukiwania i wartościowania informacji.
2. Wolne zasoby – przegląd baz i licencji.
3. Prawo autorskie – ćwiczenia.

Lekcja 12. Jak przechowywać informacje/Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna sposoby przechowywania informacji,
- stosuje cyfrowe i analogowe sposoby porządkowania i przechowywania wiedzy.

Przebieg lekcji:

1. Jak porządkujecie i przechowujecie wiedzę? – pogadanka.

2. Wykonanie lapbooka (leporello) do wybranego działu/zagadnienia z dowolnego przedmiotu.

Podsumowanie pracy – wnioski i decyzje o kontynuacji przynajmniej części działań – opracowanie nowego planu (wg potrzeb).

Na podstawie: D.Kitowska, Jak uczyć uczenia się?, ebook 2019.

Oprac. dr Danuta Kitowska

LITERATURA:

1. **Baj A.,** *Mapy myśli – poradnik dla osób uczących się* (E-book), Autorka, krok po kroku wprowadza czytelników w świat map myśli. Załącza także swoje oryginalne realizacje i inspiruje.
2. **Baj A.,** *Myślografia*, 2020. Podstawy sketchnotingu z podpowiedziami autorki jak poruszać się po świecie myślenia wizualnego.
3. **Bieniok H.,** *Zarządzanie czasem, poradnik dla mało efektywnych*, 2010. Praktyczny poradnik i prawdziwa kopalnia motywacyjnych cytatów, złotych myśli do wykorzystania na lekcjach.
4. **Binsztok A., Niski M.,** *Czasologia czyli jak efektywnie zarządzać sobą i zespołem na drodze do sukcesu*, 2017 (E-book) E-book w którym zebrano wszystkie najważniejsze rady jak najlepiej zarządzać czasem.
5. **Buzan T.,** *Rusz głową*, Łódź, 2014. W tej książce autor zawarł informacje o różnych technikach uczenia się ze szczególnym uwzględnieniem map myśli.
6. **Buzan T., Buzan B.,** *Mapy twoich myśli*, 2014. Publikacja stanowi poszerzenie treści, które znalazły się w poprzedniej propozycji.
7. **Kitowska D.,** *Jak uczyć uczenia się? (E-book)* 2019. Zbiór scenariuszy do prowadzenia zajęć z uczniami wraz z komentarzami metodycznymi, kartami pracy, checklistami itp. przygotowanymi do wydruku (Nauczona.pl)
8. **Kotarski R.,** *Włam się do mózgu*, 2017. Przegląd technik uczenia się oparte na aktualnych badaniach naukowych.
9. **Mikołajek N.,** *Notatki wizualne*, 2020. Podstawy sketchnotingu z zestawem wielu przykładów do ćwiczeń.
10. **Lietner Sebastian,** *Naucz się uczyć*, 2017. Książka celnie puentuje szereg problemów dotyczących uczenia się.
11. **Rudniański J.,** *Jak się uczyć?*, 1987. Mimo, że książka wydana pierwszy raz ponad 50 lat temu, w wielu kwestiach nie traci na aktualności.
12. **Taraszkiewicz M., Taraszkiewicz Z.,** *Atlas efektywnego uczenia dla nauczycieli szkół podstawowych*, 2019.

Graficzna lista kontrolna do wydruku dla uczniów



JAK SIĘ UCZYĆ? lista kontrolna

