|  |  |
| --- | --- |
| **Uczenie się** | |
| 1. Czym jest uczenie się? | 1. Definicja uczenia się:  • Proces nabywania wiedzy i umiejętności  • Może być świadomy (np. nauka języków) lub nieświadomy (np. przyswajanie nawyków).  • Obejmuje zmiany w zachowaniu i rozumieniu świata. |
| 2. Rodzaje uczenia się. | 2. Rodzaje uczenia się:  • Uczenie się formalne – odbywa się w szkołach, na kursach, zorganizowane przez instytucje.  • Uczenie się nieformalne – spontaniczne, w codziennym życiu, np. oglądanie filmów, czytanie artykułów.  • Uczenie się przez doświadczenie – nauka na podstawie własnych działań i ich konsekwencji. |
| 3. Czynniki wpływające na efektywność uczenia się. | 3. Czynniki wpływające na efektywność uczenia się:  • Motywacja – wewnętrzna i zewnętrzna.  • Środowisko nauki – ciche, uporządkowane miejsce.  • Techniki organizacji czasu – np. metoda Pomodoro, planowanie sesji nauki.  • Regularność i powtórki – lepsze efekty daje nauka w krótkich sesjach rozłożonych w czasie niż jednorazowe „wkuwanie”. |
| 4. Techniki wspierające proces uczenia się. | 4. Techniki wspierające proces uczenia się:  • Notatki wizualne – mapy myśli, diagramy.  • Powtarzanie aktywne – odtwarzanie informacji z pamięci zamiast biernego czytania.  • Nauka przez nauczanie – tłumaczenie materiału innym.  • Technika Feynmana – rozkładanie trudnych koncepcji na proste elementy. |
| 5. Jak mierzyć postępy w nauce? | 5. Mierzenie postępów w nauce:  • Testy i quizy.  • Porównywanie wyników z wcześniejszymi.  • Samoocena (np. dziennik postępów). |
| Uczenie się to proces złożony, ale możliwy do zoptymalizowania poprzez stosowanie odpowiednich technik i strategii. Kluczowa jest regularność, motywacja oraz korzystanie z różnych metod nauki. Monitorowanie postępów pozwala na bieżąco dostosowywać sposób pracy do potrzeb. | |

**METODA CORNELLA**

**Natalia Świeży**

Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna

I rok studia stacjonarne