



Przewodnik dla nauczycieli

“Jak uczyć uczenia się”

*Przewodnik zawiera koncepcję świadomego nauczycielstwa, porady, instrukcje
i inspiracje do wykorzystania w pracy z uczniami*

Przewodnik został przygotowany przez nauczycieli

Szkoły Podstawowej nr 3 w Świdniku

w ramach projektu WAKE UP! GET THE POWER

*OBUDŹ SIĘ! ZDOBĄDŹ TĘ MOC. WZMACNIANIE U UCZNIÓW
MOTYWACJI, ZAANGAŻOWANIA I UMIEJĘTNOŚCI UCZENIA SIĘ*

nr 2022-1-PL01-KA122-SCH-000073270

współfinansowego przez Unię Europejską

Wstęp

Jak uczy się mózg? Co wspiera, a co hamuje proces uczenia się? Nie możemy oczekiwać od uczniów, że sami z siebie będą mieli wszystkie kompetencje niezbędne do zarządzania procesem uczenia się.

Co zamiast metod pamięciowych, które są najmniej skutecznymi metodami uczenia się? Skąd uczeń ma wiedzieć jak się uczyć, skoro z dużym prawdopodobieństwem nikt go tego nie uczył? Umiejętność uczenia się jest niezwykle ważną kompetencją, od której zależy sukces edukacyjny młodego człowieka. Jeśli będzie on wiedział, jak posegregować materiał, jak go zwizualizować, jak sobie samemu pomóc go “ogarnąć”, jakie strategie niezbędne do efektywnej nauki wdrożyć, nauka stanie się dla niego przyjemnością. Dzięki temu polubi naukę, jego motywacja do uczenia się wzrośnie. Bajka? Nie, to możliwe.

Zatem najpierw nauczymy uczniów, jak się uczyć. Twórzmy im przestrzeń do WYKONYWANIA. Twórzmy lekcje, które będą platformą do działania uczniowskiego. Realnego działania. Mniej tłumaczymy, mniej wyręczamy naszych uczniów, niech to oni wyjdą z lekcji zmęczeni ☺, nie my. Nauczyciel powinien pracować PRZED lekcją, a uczeń NA lekcji. Nauczyciel przed lekcją wymyśla, jakie działania zaproponować uczniom, aby w ich trakcie zrozumieli jakieś zagadnienie, a na lekcji to uczniowie działają: segregują materiał, przemieszczają się, przekładają słowa na ruch itd.

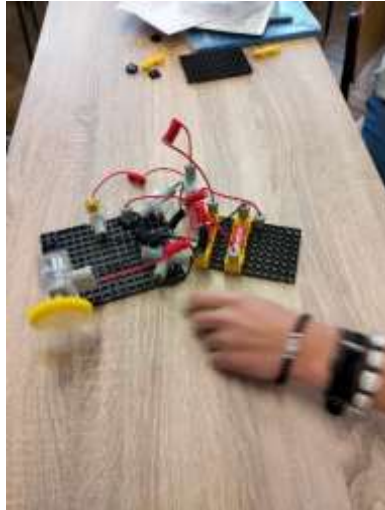
I jeszcze jedno: to szkoła ma być miejscem ciekawych działań. Jeżeli planujemy lapbooki, to nie zadawajmy ich do domu! Niech uczniowie wykonują je podczas lekcji, kiedy możemy obserwować ich metodologię pracy i pomagać w trudnych momentach. Nie przerzucajmy tej pracy na rodziców, bo oni pomogą swojemu dziecku tak, jak najlepiej potrafią, a my w tym czasie tracimy okazję do POKAZANIA UCZNIOWI, JAK SIĘ UCZYĆ.

Jeśli chcemy nauczyć uczniów, jak się uczyć, bądźmy przy nich, gdy wykonują lapbooki, tangramy, zadania autorskie itd. To nasza szansa, by obserwować ich proces uczenia się, metodologię pracy i odpowiednio pokierować tym procesem po to, aby uczeń stawał się coraz bardziej samodzielny, aby stawał się “swoim własnym profesorem”.

Powiedz mi, a zapomnę. Pokaż mi, a zapamiętam. Pozwól mi zrobić, a zrozumiem.
Konfucjusz

Część pierwsza

Twórz swoim uczniom przestrzeń do uczenia się w ruchu. Niech uczniowie działają, wykonują modele – poniżej uczniowie wykonują obwody elektryczne na lekcji fizyki



Przekładaj wszystko na działanie, pozwalaj uczniom wykonywać prace manualne zamiast zadań w podręczniku - ręka wiedzie prosto do mózgu i to dosłownie. Dziecko lepiej coś zapamięta, jeżeli wykona przy tym coś swoimi rękami, np. ułożysz puzzle.

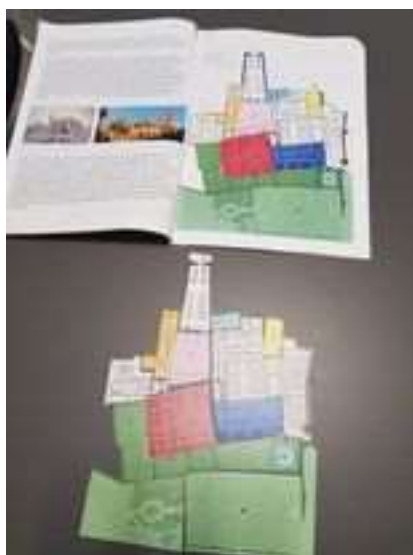
Ruch połączony z bodźcami wzrokowymi ułatwia zrozumienie i zapamiętanie materiału. Poniżej uczniowie na lekcji języka angielskiego uczą się czasowników nieregularnych, układając puzzle.



Puzzle można również wykorzystać do nauki języków obcych podczas wycieczki krajoznawczej. Uczniowie otrzymują tekst z opisem jakiejś atrakcji turystycznej (pałacu, zamku) oraz jego plan, schemat. Dostają także zdjęcie tego miejsca pocięte na mniejsze części, na których odwrocie znajdują się pytania dotyczące różnych części budowli. Pracując w parach, grupach czytają tekst i odpowiadają na pytania układając kartoniki z fragmentem zdjęcia na planie odtwarzając je.



Jako powtórzenie wiadomości w klasie uczniowie odtwarzają plan budowli opowiadając sobie nawzajem co zapamiętali z wycieczki. Utrwalają wiedzę oraz słownictwo w języku obcym.



Wykorzystuj moc dłoni! Za ich pomocą uczniowie mogą zrozumieć wiele zagadnień, np. zasadę inwersji w języku angielskim:



Zawsze przekładaj wiedzę ze szkoły na życie codzienne, nawiązuj do tego, co dziecko zna ze swojego życia, co jest mu bliskie: na przykład jeśli chcesz zrozumieć ułamki - krój torty i licz części, licz pieniądze, składniki na ciasto, ile szklanek mleka to litr? Jeśli wprowadzasz jakieś zagadnienie gramatyczne, to na materiale interesującym dla ucznia, bliskim mu, np. stopień najwyższy przymiotnika uczniowie mogą trenować, wykonując album z rekordami Guinnessa z wybranych dziedzin (rekordy zwierzęce, przyrodnicze, samochodowe, kosmetyczne itd.):



Graj z uczniami w gry planszowe, zarówno takie, które można zakupić w sklepie, jak i te, które przygotujecie wspólnie w klasie.

Poniżej uczniowie grają w grę planszową *Time machine* podczas której trenują używanie czasów gramatycznych w języku angielskim (Present Perfect i Past Simple).



Na zdjęciu poniżej uczniowie korzystają z gotowych kart, ale równie dobrze mogą samodzielnie przygotować kartoniki z opisem czynności rutynowych wykonywanych przez wymyślonych przez nich postaci. Zadanie może być wykonane jako nauka nowego słownictwa lub powtórzenie już wcześniej poznanych słówek oraz odpowiedniego czasu gramatycznego.

Wersja nr 1

Uczniowie grają w parach. Jeden z uczniów wybiera sobie w myślach którąś z postaci a drugi uczeń opisuje typowy dzień którejś z postaci zgadując czy o tej właśnie osobie pomyślał kolega.

Wersja nr 2

Uczniowie grają w parach. Jeden z uczniów wybiera w myślach którąś z postaci a drugi uczeń zadaje pytania dotyczące czynności wykonywanych przez którąś z osób przedstawionych na kartonikach zgadując czy o tej osobie pomyślał kolega.



Część druga

Zamiast notatek w zeszycie, rób ze swoimi uczniami lapbooki. Dzięki tajemnym kieszonkom, przemyślnym schowkom i ciekawej grafice uporządkujesz zdobyte informacje, a twój mózg przetworzy je na głębszym poziomie, czyniąc z luźnych informacji prawdziwą wiedzę.

Dzięki lapbookom uczniowie świetnie uporządkują wiedzę z języka polskiego i lektur, ale równie dobrze możesz je stosować na matematyce, geografii, biologii i innych przedmiotach.

Ale pamiętaj, jeśli zadasz to jako pracę domową, stracisz okazję, by wesprzeć swoich uczniów w procesie zbierania, segregowania i kategoryzowania materiału. Nie będziesz wiedział, jak to zrobili i nie dowiesz się, co zrobili, aby poradzić sobie w sytuacjach trudnych. Bo nie było Cię przy tym! Zatem BĄDŹ. Bądź ze swoimi uczniami, gdy się uczą, przeprowadzaj ich przez ten proces, podpowiadaj, jak rozłożyć akcenty, gdzie poszukać odpowiedzi. Bądź tym, który uczy ich, jak się uczyć.





Rób z uczniami ściągawki, ale nie po to, żeby z nich korzystać potajemnie, tylko legalnie. Ściągawki to wspaniałe pomoce dydaktyczne!

Poniżej uczniowie notowali podczas lekcji nieznane im słowa, a pod spodem wpisywali ich znaczenie. Mogli zaglądać do ściągawki w trakcie wykonywania kolejnych zadań i każdy uzyskiwał natychmiastową pomoc w razie trudności (a właściwie każdy był w stanie sam zaopiekować się sobą, ponieważ wiedział, jak to zrobić:)

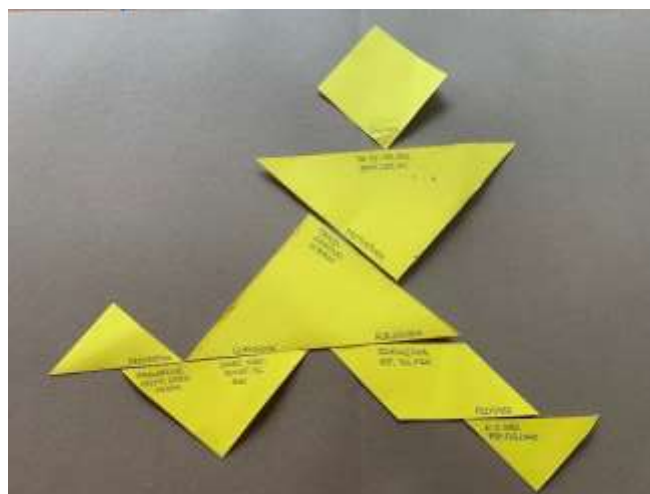


Stosuj z uczniami fiszki. To świetna metoda pracy, którą można wykorzystać do przyswajania nowego materiału, ale równie dobrze do powtórzenia przed sprawdzianem czy egzaminem. Fiszki to małe karteczki, na których jednej stronie umieszczamy hasło/zagadnienie/wzór/słowo, a na odwrocie wyjaśnienie, definicję, tłumaczenie. Uczymy się w taki sposób, że początkowo czytamy lub przeglądamy (zarówno rewers jak i awers). Następnie czytamy pojęcia, słowa i szukamy tłumaczenia, wyjaśnienia w głowie (bez odwracania, a następnej kolejności czytamy definicje lub tłumaczenie i staramy się znaleźć odpowiedź bez podglądania - mamy więc 3 etapy pracy. Fiszki można wykorzystać do pracy w grupach. Samo przygotowanie fiszek powinno być zabawą, warto używać proste obrazki do

zilustrowania myśli no i - bardzo pożądane przez nasze mózgi - skorzystanie z... humoru. Wystarczą zwykłe małe karteczki, które rozcinamy na pół i przyrząd do pisania.



Wykonuj z uczniami tangramy. One pozwolą Ci zrobić powtórkę materiału w zabawny i ciekawy sposób. Tak może utrwalać wiele różnych zagadnień: części mowy, lektury, układ krwionośny, wzory matematyczne i wszystko, co podpowie Ci Twoja wyobraźnia. Baw się dobrze, Twój mózg lubi emocje! Wtedy wszystko lepiej rozumie i zapamiętuje!



Wykonuj modele abstrakcyjnych pojęć, np. wykonaj model atomu z owoców i patyków albo układ pokarmowy z warzyw i zabawek

Przenieście lekcję w plener, stosując tzw. metodę „outdoorową”. Dzieci mogą się wiele nauczyć, nawet tego nie dostrzegając. Ponad to, nie musimy wspominać jak ważne jest przebywanie na świeżym powietrzu, szczególnie kiedy świeci słońce.



Wykorzystuj technologie, zaskakuj siebie i innych, kiedy w projekcie z papieru umieścisz kody kreskowe. Każdy będzie ciekawy, co kryje się pod tymi kodami, a Ty, przygotowując kody, przygotujesz się jednocześnie do tematu. A zaciekawienie i emocje z nim związane pobudzą Twój mózg do nauki!

Aplikacja do kodów QR to też świetna zabawa!

Jak zacząć? Aby zrobić kod QR, należy

1. Wybrać generator kodów QR online, np. QRCodeChimp, Shopify, Pageloot lub goqr.me.
2. Wybrać typ kodu QR, np. adres URL, tekst, e-mail, itp.
3. Wprowadzić dane, które mają się zamienić w kod QR.
4. Zaprojektować wygląd kodu QR, np. kolor, logo, kształt, itp.
5. Pobrać kod QR na urządzenie.
6. Zeskanować kod QR, aby sprawdzić, czy działa prawidłowo.
7. Gotowe!

WhatsApp na lekcji? To jest to, co lubimy. Na dodatek w plenerze!

Podczas wycieczki zachęć uczniów do aktywności. Stwórz grupę w aplikacji WhatsApp, której członkami będą twoi uczniowie. Przygotuj krótki tekst w języku angielskim o miejscu, które chcesz przedstawić uczniom i poproś ich o przeczytanie go. Można uczniów podzielić na grupy

lub pary. Kiedy wszyscy już są gotowi do wykonania zadania, w aplikacji WhatsApp wyślij do grupy pytanie sprawdzające zrozumienie tekstu, który otrzymali. Uczniowie starają się jak najszybciej przesłać odpowiedź. Punkty zdobywa grupa/para, która najszybciej i poprawnie odpowie na zadane pytanie. UWAGA! Ćwiczenie jest bardzo angażujące.

Część trzecia

Zestawiaj informacje z różnych dziedzin. Dzięki temu przekonasz się, że naprawdę poznajesz świat - bo życie nie jest poszatowane, życie jest jednością i kompletną całością. Dlatego analizuj jeden element z różnych perspektyw, np. zrób projekt przedstawiający jakiś fragment rzeczywistości opisując go z perspektywy biologa, geografę, filozofa, muzyka, handlowca. Spróbuj opisać tak choćby jedzenie: co powiedziałyby o tym biolog, co geograf, a co inni specjaliści? Zobaczysz, z jak wielu perspektyw można przyglądać się życiu i że przedmioty szkolne pomagają nam opisać życie.



W czasie ładnej pogody ucząj form trybu rozkazującego w języku obcym na świeżym powietrzu. Wykorzystaj naturalne chęci uczniów do aktywności fizycznej. Używaj zwrotów “Biegnij, podskocz, ponieś lewą nogę, prawą rękę, obróć się itd..” Ćwicz razem z uczniami.



Po zakończeniu danego zakresu tematycznego np. “Święta w Polsce i w innych krajach”, “Jedzenie”, “Czas wolny” motywuj swoich uczniów do zaprezentowania tematu w formie dłuższej wypowiedzi ustnej popartej plakatem lub prezentacją. Dzięki temu uczysz go pokonywania bariery mówienia przed publicznością.



Zapoznaj uczniów z tradycjami krajów obcojęzycznych (języka, którego nauczysz) poprzez projekty realioznawcze – np.. pieczenie i dekorowanie pierników przed Bożym Narodzeniem.



Baw się razem z uczniami przygotowując przedstawienia teatralne w języku obcym. Nauczaj słownictwa, wymowy i współpracy w zespole.

Powtarzaj i ćwicz z uczniami materiał leksykalny i gramatyczny poprzez zabawę - inspiruj do przygotowania lapbooków tematycznych np. o zainteresowaniach, rodzinie, zwierzętach itp.

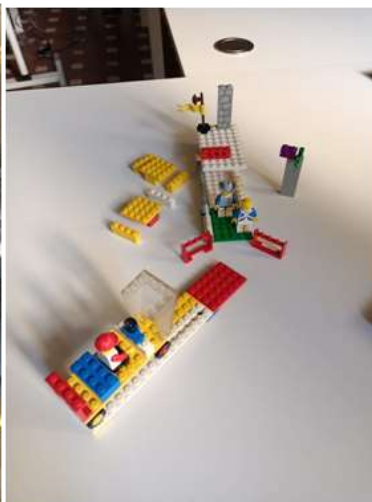
- Nawiąż ze swoimi uczniami relację, w przyjaznej atmosferze lepiej się pracuje- uczniowie chętniej się uczą, jeśli lubią nauczyciela J
- Nie przenoś swoich spraw rodzinnych na teren szkoły
- Żartuj! pozwoli to rozładować stres i napięcie przed lekcją, a sroga mina nie przysporzy nam przyjaciół
- Spraw, aby się czuli bezpieczni -w miarę możliwości przygotuj przed lekcją ciepły napój-to daje poczucie bezpieczeństwa i wycisza.
- Bądź tolerancyjny, cierpliwy i wyrozumiały-poznaj sytuację domową swoich uczniów
- Spraw, aby sala lekcyjna była przyjazna uczniom-przytulna
- Ucz ich jak się uczyć

- Spraw, aby czas spędzony w szkole był satysfakcjonującym przeżyciem dla wszystkich!

Ucz uczniów planować i organizować pracę własną, poniżej zestaw reguł, które możesz przekazać swoim uczniom:

- *Wyznacz sobie codzienną dawkę nauki i zaplanuj na to czas.*
- *Ucz się w wywietrzonym pomieszczeniu*
- *Przygotuj sobie wygodne stanowisko do nauki*
- *Miej w zasięgu wzroku jeden zestaw materiałów, np. tylko z fizyki*
- *Utrzymuj porządek w miejscu nauki*
- *Zadbaj o odpowiednie oświetlenie*
- *Utrzymuj ciszę w pomieszczeniu do nauki - możliwa łagodna i cicha muzyka, która pomaga niektórym w przyswajaniu wiedzy*
- *Planuj swoją naukę i trzymaj się planu na dany dzień.*
- *Dziel materiał na mniejsze partie.*
- *Bądź punktualny – trzymaj się wyznaczonego sobie czasu nauki.*
- *Zaczynaj naukę od rozgrzewki, najpierw proste zdania powtórzeniowe, potem kwestie trudniejsze.*
- *Rób przerwy w nauce – wstań, wyjdź na spacer, poćwicz (przysiady, skłony, zwykłe przeciąganie się)*
- *Wystarczająco wysypiaj się (śpij w wywietrżonym pomieszczeniu przynajmniej 8 godzin)*
- *Nie rozpraszaj się graniem na komputerze czy rozmowami telefonicznymi.*
- *Pamiętaj: podstawą sukcesu są częste powtórki. Już starożytni mawiali: Repetitio mater studiorum est.*

Wykorzystuj na lekcjach naturalne potrzeby dzieci, czyli zabawę i aktywność. Dzięki temu zajęcia staną się atrakcyjniejsze, a Twoi uczniowie będą zdziwieni, że to już dzwonek na przerwę. Maksymalne zaangażowanie uczniów w tok lekcji i nauka poprzez zabawę to przepis na udane lekcje. Poniżej na zdjęciu *Memory frazeologiczne* oraz kreatywne przedstawienie danego problemu przy pomocy klocków Lego.



Ucz uczniów improwizacji – to ważna umiejętność, która często przydaje się w dorosłym życiu. W końcu nie wszystko da się przewidzieć. Dodatkowymi zaletami wprowadzania elementów dramy na lekcji jest przełamywanie tremy oraz lęku przed publicznymi występami. Ta forma zajęć rozwija również zdolności językowe oraz wpływa pozytywnie na integrację zespołu klasowego. Poniżej zdjęcia uczniów klasy V, którzy mieli za zadanie pokazać tytuł wylosowanej postaci z omawianych lektur szkolnych. Zadaniem pozostałych uczniów było odgadnięcie tytułu lektury.



Wykorzystując bardzo proste rysunki można trenować kreatywność i świetnie się przy tym bawić.

Uczniowie rzucają kostkami. Patrząc na rysunki wymyślają krótką historyjkę. Śmiechu przy tym jest co niemiara.

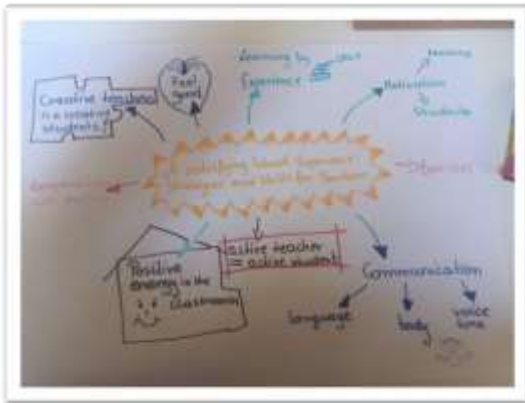


W grupie jest siła, więc wykorzystuj to podczas lekcji. To atrakcyjna forma zajęć, która z pewnością spodoba się Twoim uczniom i pozwoli każdemu na „wykazanie się w swojej

dziedzinie”. Dziel zadania i odpowiedzialność pomiędzy poszczególnych członków zespołu. Każdy powinien otrzymać konkretną pracę do wykonania. Dzięki temu wyzwolisz w uczniach poczucie sprawczości i odpowiedzialności nie tylko za siebie, ale też za innych członków zespołu. Dodatkowym atutem jest możliwość stworzenia ciekawych pomocy dydaktycznych np. plakatów lekturowych. Doskonałym momentem na wykonanie tego typu prac są lekcje powtórzeniowe, np. przed egzaminem ósmoklasisty.



Dobrze przygotowane notatki i umiejętność notowania znaczenie przyspieszają i ułatwiają samodzielną naukę. Zapisywanie informacji wydaje się banalnie proste, jednak aby było to efektywne, trzeba robić to zgodnie z tym jak nasz mózg przetwarza informacje, czyli „od ogółu do szczegółu”. Ucz swoich uczniów notowania i segregowania treści. Wykorzystuj kolory i obrazki. Notatki powinny być zrozumiałe dla ucznia. Nie ma jednego dobrego sposobu notowania. Pozwalaj uczniom na samodzielność, bo praktyka czyni mistrza.



Zachęcaj do tworzenia map myślowych, notatek wizualnych – wspomagają proces uczenia się, są atrakcyjne. Aktywne tworzenie notatek daje znacznie więcej korzyści niż bierne przepisywanie czy robienie notatek linearnych. Pozwalaj na prowadzenie zeszytu według własnego pomysłu ucznia, rysowanie, kolorowanie, hasłowe pisanie itp.. Mózg to lepiej zapamiętuje.

Stosuj podczas lekcji przerwy na krótkie ćwiczenia ruchowe (np. kilka podskoków/przysiadów/pajacyków.) Nie martw się, że zmarnujesz czas. Wręcz przeciwnie. Uczniowie poprzez zmianę aktywności będą w stanie lepiej się skupić.

Godne polecenia są również **ćwiczenia bilateralne**, dzięki którym w szybki sposób zaktywizujemy i zmobilizujemy do pracy obie półkule mózgowe. Poniżej kilka przykładów na ćwiczenia wykonywane jedynie dłońmi - nie trzeba więc dużo miejsca, a działają cuda.

Paw i królik. Jedną ręką to "królik", drugą "paw". Na "raz, dwa, trzy" zamieniamy miejscami pawia z królikiem. Zmiana ma następować jednocześnie. Tak – na początku jest trudno, ale o to chodzi 😊. Kiedy zacznie się robić zbyt łatwo (następuje pełna automatyzacja ruchów), trzeba zmienić aktywność (żeby bardziej efektywnie pobudzić półkule mózgowe).



Kolejne propozycje:

Kciuk/mały palec



palce złączone/rozdzielone





- “piastka”/”piątka”



Zakończenie

Autorzy niniejszego Przewodnika wyrażają nadzieję, że zaprezentowany tutaj materiał dydaktyczny okaże się pomocny w pracy dla czytających Przewodnik nauczycieli, którzy szukają inspiracji w zakresie kształtowania u uczniów umiejętności uczenia się.