

## TECHNIKI UCZENIA

### TEMAT: Techniki pamięciowe.

klasa 1, 2

#### **CEL:**

- poznam wybrane techniki pamięciowe

#### **1) Techniki pamięciowe:**

- GRUPOWANIE - Masz dużo nauki? Podziel swój materiał na mniejsze kawałki, które będzie Ci łatwiej zapamiętać. W życiu codziennym również korzystamy z tej techniki np. aby zapamiętać numer telefonu. Prościej jest przecież zapamiętać **893-236-282** niż **893236282**.
- METODA PIERWSZYCH LITER - polega na utworzeniu zdania, w którym pierwsze litery mają inne, określone znaczenie. Do jej stosowania należy przede wszystkim użyć swojej wyobraźni np.

Rymowanka na zapamiętanie kolorów tęczy po kolei:  
pierwsze litery to litery kolorów - **c**zerwony, **p**omarańczowy, **ż**ółty, **z**ielony, **n**iebieski, **g**ranatowy i **f**ioletowy:



Czemu  
**P**atrzysz  
**Ż**abko  
**Z**ielona  
**N**a  
**G**łupiego  
**F**anfarona?

- RYMOWANKI – chyba każdy z nas lubi wierszyki i rymowanki, a jeszcze bardziej kiedy mogą nam się jeszcze przydać, aby np. uniknąć niskiej oceny z dyktanda: **„Uje się nie kreskuje, bo się dostaje w szkole dwóje”**. Sami również możecie tworzyć rymowanki, które pomogą Wam opanować materiał. Poniżej kilka

przykładów:

**Stara rymowanka, przekazywana od kilku pokoleń,  
ułatwiająca zapamiętanie kolejności liter w alfabecie:**

Adam **B**abie **C**ebulę **D**aje  
Ewa **F**igę **G**ryzie  
Hanka **I** Janka **K**apuściane **L**iście **Ł**amią  
Mama **N**óż **O**knem **P**odaje  
Rasio **S**tasio **T**atko **U**ciekł **W**szyscy **Z**apłakani

Więcej wierszy i rymowanek znajdziecie tutaj:

<https://docplayer.pl/4704377-Czyli-rymowanki-wyliczanki-i-inne-sposoby-na-zapamietanie-szkolnych-wiadomosci.html>

- **PIOSENKI** – teksty i melodie mogą pomóc Wam w poznawaniu i zapamiętaniu np. nazw zwierząt, ważnych dat, cyfr, czy alfabetu, a przy tym możecie się świetnie bawić. Posłuchajcie:

Alfabet: <https://www.youtube.com/watch?v=lfBSX2tqHNg>

Cyferki: <https://www.youtube.com/watch?v=JdcGTOAAuKg>

Figury geometryczne: <https://www.youtube.com/watch?v=Lv-1s65cgJM&t=197s>

Przećwiczcie sobie proszę wybraną przez siebie technikę pamięciową. Jeśli chcecie przećwiczcie wszystkie, a to pozwoli Wam zdecydować, która jest dla Was najbardziej odpowiednia.

Opracowała: Karolina Michalska  
Źródło:

1. Solecka Bożena, „Jak skutecznie się uczyć, aby osiągnąć sukces edukacyjny?”,  
[file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/b\\_solecka\\_scenariusz.pdf](file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/b_solecka_scenariusz.pdf) [dostęp: 31.03.2020r]. 2.  
„Techniki zwiększające skuteczność uczenia się.”  
[http://www.zspnietazkowo.pl/publikacje/pedagog/o\\_uczeniu\\_sie.pdf](http://www.zspnietazkowo.pl/publikacje/pedagog/o_uczeniu_sie.pdf) [dostęp:  
31.03.2020r].
3. „Czym są mnemotechniki? Ćwiczenia i zastosowanie”,  
<http://wiecejnizedu.pl/mnemotechniki-cwiczenia/> [dostęp: 31.03.2020r].