Как да учим по-лесно и по-добре?

Новини | Наука | на 21.09.2021 09:03 | от Константина Василева-Славейкова

Защо говорим за това?

Има много съвети как да учим: събираме това, което знаем от древногръцките философи до съвременната наука, за да ти подскажем какво върши работа.

Никой не обича дните за контролни и изпити. Притесняваш се дали ще се справиш. Всичко е някак напрегнато. Дори грешиш за неща, които иначе знаеш! Иска ли ти се всичко да е по-лесно? Ето няколко съвета, които ще ти помогнат.

Учим по-лесно това, което свързваме със себе си

Целта на ученето са знанията и уменията, не оценките. Първите ни помагат цял живот: вторите са просто начин да проверим какво сме научили. Уроците стават много по-интересни, ако се запитаме: как мога да използвам тези знания?

По-трудно правим неща, които не искаме да правим

Постави си за цел във всеки урок да откриеш нещо, което ти е интересно. Представи си, че обяснението за гравитацията по физика е много скучно. Вместо да отпишеш гравитацията, потърси интервю с астронавт, който разказва как се живее при нулева гравитация! Ако темата ти стане интересна, може да научиш много повече, отколкото определението в учебника. Ученето е много по-лесно, ако ти е интерсно!

Вниманието е по-важно от повторението

Знаеш ли, че ако отделиш пълното си внимание за 20 минути, можеш да постигнеш повече, отколкото за 2-3 часа работа с нежелание, прекъсване и разсейване? Не е нужно да учиш цяла нощ, за да научиш нещо добре. Ако ти е интересно и внимаваш, това може да стане за много по-кратко. Потърси помощ и обяснение, ако не разбираш. Дума по дума трябва да учим само стихотворения (защото няма как да ги кажем по-добре).

Малки хапки постепенно вместо огромни порции наведнъж

Знаеш ли защо забравяш, ако прочетеш всичко накуп преди изпит? За добра памет е нужно разбиране и затвърждаване във времето. Мисли за уроците като за сериал, който следиш всеки ден. Ако всяка серия започва с две-три минути преговор какво е станало, е по-лесно да си спомниш. Помага и по-лесно да видиш как новият епизод е важен за историята.
Ако всеки ден си припомняш по малко, знанията и спомените се натрупват. Така забравяш по-малко и е много по-лесно, като дойде време за тест или преговор.

Шерлок Холмс, кенгуру с бинокъл и древногръцки трикове

Известният английски детектив Шерлок Холмс е истинска легенда. Не (само) защото знае много неща, а защото знае как да ги използва. Всеки ден избирай няколко неща, които ти се струват най-интересни или най-полезни от наученото, и измисли история с тях. Представи си я ярко: с герои, места, случки!

Помним по-добре, ако използваме повече сетива. Представи си списък с думите “кенгуру”, “храст”,”шапка”,”сабя”, “бинокъл”. Ще ги запомниш по-лесно, ако си представиш как изглеждат, отколкото ако повтаряш думите. Хората със свръхпамет (които помнят списъци с над 100 думи и числа!) често свързват думите в цяла забавна история. “Кенгуруто се показа зад храста. Онемях, като видях, че носи шапка и сабя, а то най-учтиво ме пита: “Може ли за малко да ползвам вашия бинокъл?”.

С такива истории можеш да запомняш нови думи, дати и имена от уроци. Древногръцките философи си представяли думите от речите си като неща, които виждат, докато вървят из града или вътре в голяма сграда. Така успявали да запомнят речи от по няколко часа! Защо не пробваш с твоя урок?

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/1630-kak-da-uchim-po-lesno-i-po-dobre

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени