

Techniki zapamiętywania



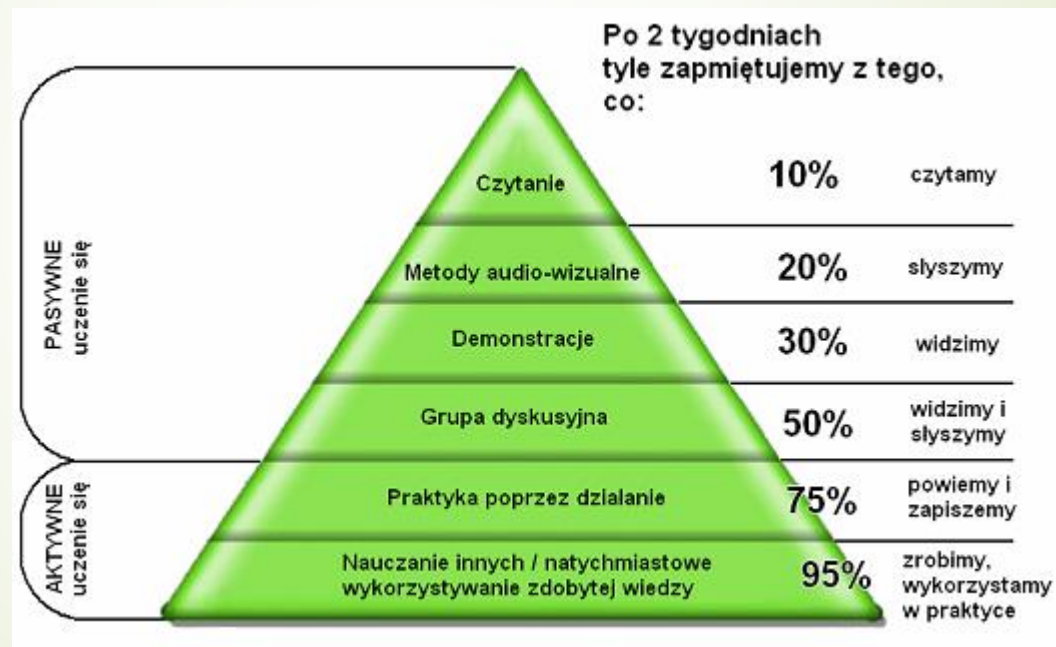
Transfer, adaptacja oraz wdrożenie innowacyjnych rozwiązań w zakresie rozwijania umiejętności uczniów szkół budowlanych w obszarze języka obcego ukierunkowanego zawodowo i kompetencji personalno-społecznych, w ramach sieci współpracy



PIRAMIDA PAMIĘCI

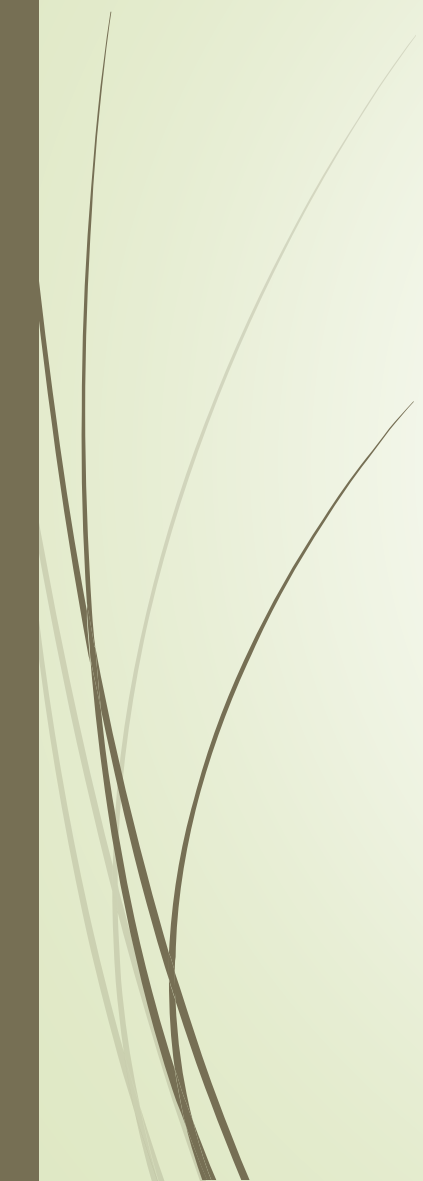
- Efektywne uczenie się jest jedną z kluczowych umiejętności przyszłości
- **Trójkąt efektywności zapamiętywana** został opracowany w 1969 roku przez **Edgara Dale'a**. Zastanawiające, że do dziś nie uczy się go w szkołach

Efektywne uczenie się





Efektywne uczenie



Umiejętność zbierania i selekcji informacji, umieszczania ich w odpowiednich kontekstach i wykorzystywania w praktyce.

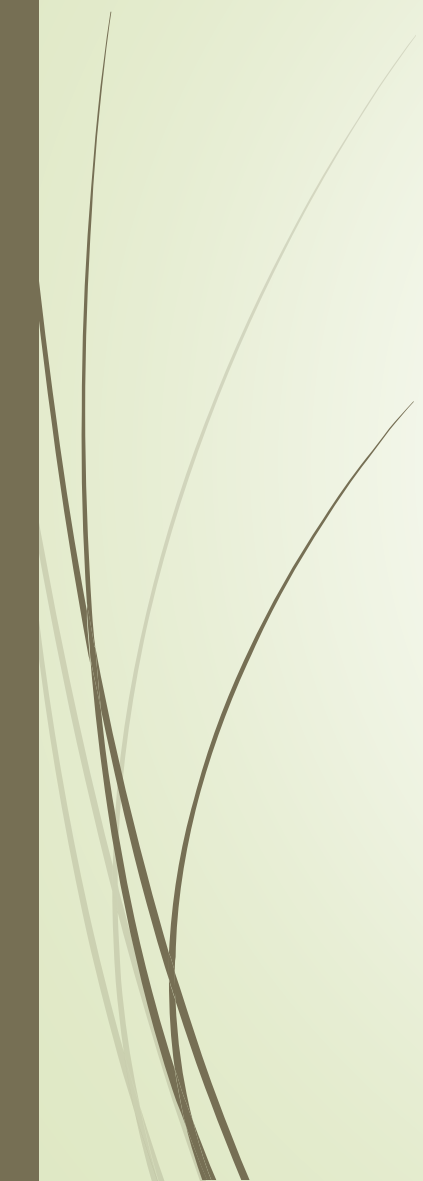


Nieefektywne czytanie

- Po dwóch tygodniach pamiętamy 10% tego, co przeczytaliśmy.
- **zastąp książkę audiobookiem.** Dzięki temu zapamiętasz 20% treści, co oznacza, że Twoja efektywność uczenia się już na tym etapie wzrośnie dwukrotnie.



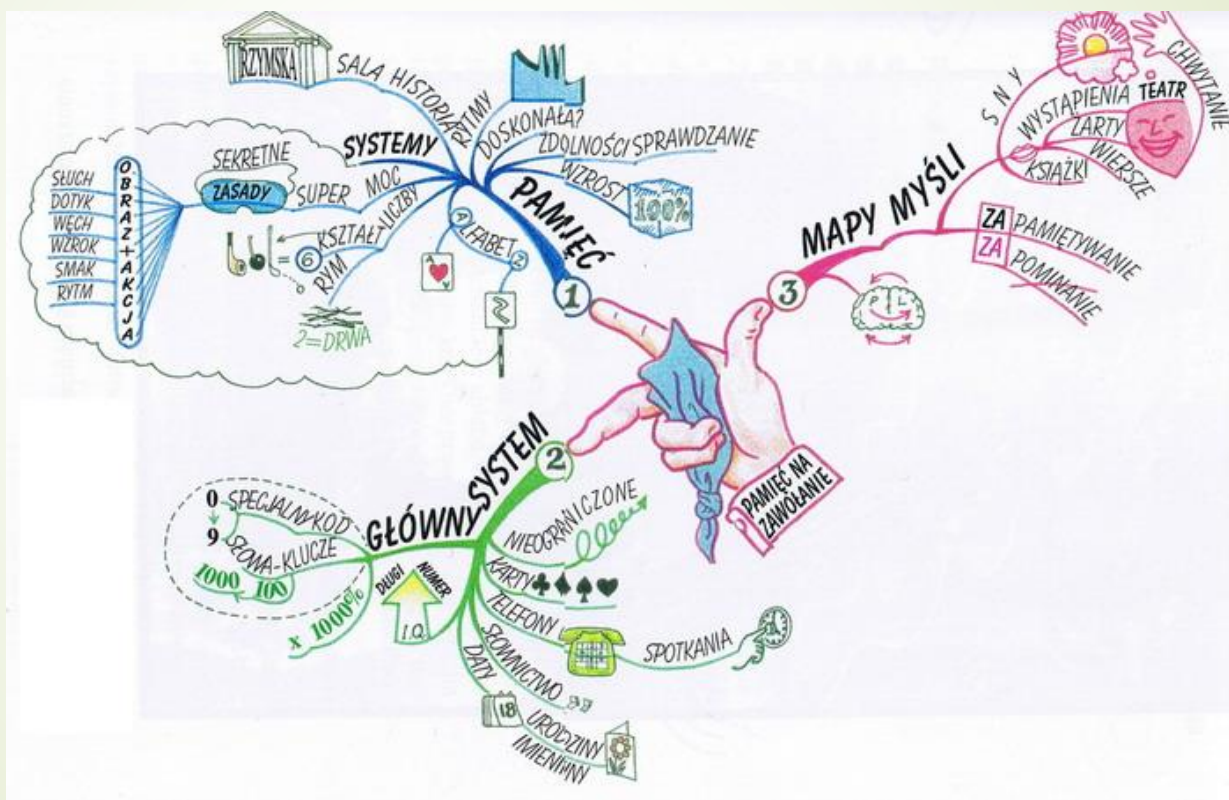
Korzystaj z obrazów

- Jeden obraz wart jest 1000 słów.
Korzystaj zatem z infografik – łącz tekst z rysunkiem.
 - 50 % z tego, co słyszymy i widzimy, zapamiętamy po dwóch tygodniach.
- 

Mapa myśli Tony Buzana



JA





Ucz się aktywnie

- Aktywność pozwoli Ci osiągnąć próg 70%. Dyskutując, zupełnie inaczej stymulujesz swój mózg.



Daj dotknąć, zobaczyć

- Będziesz skuteczniejszym sprzedawcą, dając swojemu klientowi możliwość pełniejszego doświadczenia i zapamiętania Twojej oferty



Wprowadź ruch

- Zrobienie i powiedzenie czegoś jest najbardziej efektywną metodą zapamiętywania, która pozwoli Ci odtworzyć 90% przetworzonych informacji
- Nie zapamiętamy wszystkich wzorów z fizyki, wszystkich stolic świata i wszystkich równań chemicznych. Pamiętamy jednak, jak się gra w kosza !

- 
- Wykorzystano materiały z blogu Mateusza Grzesiaka