

Wskazówki, które sprawiają, że zapamiętujemy materiał szybko i trwale.

Poniżej znajduje się 5 prostych zasad, które wykorzystane podczas nauki sprawiają, że materiał podczas niej przedstawiany zostanie skutecznie zapamiętany 🙌

OBRAZ

Bazgroł, Rysuj, Szkicuj!!!

Większość z nas przyznaje się do tego, że jest wzrokowcem. A to dlatego, że łatwiej nam zapamiętać rysunek, obraz niż wiele słów. A to za sprawą naszej kreatywnej półkuli mózgu. To ona ma taką moc.

Dlatego materiał przedstawiony w formie obrazu, rysunku jest zapamiętywany łatwiej i trwale. Twórz obraz tego co chcesz zapamiętać w swojej głowie.

KOLOR

- ✓ Używaj kolorów. I to dosłownie i w przenośni.
- ✓ Jeśli rysujesz notatkę niech będzie ona kolorowa.
- ✓ Jeśli o czymś opowiadasz lub chcesz zapamiętać - niech obraz ten będzie kolorowy, atrakcyjny.
- ✓ Bo przecież każdy z nas lubi treści opatrzone kolorowymi obrazami, zdjęciami i podane w sposób atrakcyjny.

RUCH

Jeśli się uczysz bądź w ruchu. Używaj rąk, mimiki twarzy. Po prostu ekspresji. Mów na głos a to o czym opowiadasz wprawiaj w ruch. A jeśli to czego chcesz się nauczyć będziesz sobie wyobrażać i oczami wyobraźni wprawisz to w ruch - zapamiętanie gwarantowane! 🙌
Po prostu uruchamiaj wyobraźnię.

SKOJARZENIA

To cudowna forma zapamiętania. Kojarz ze sobą różne informacje, imiona, nazwy, po prostu wszystko. I to skojarzenie niech będzie również atrakcyjne.

Jeśli masz problem z zapamiętaniem informacji dotyczących na przykład Króla Wazy może zacząć od skojarzenia tej "nazwy". WAZA - możemy skojarzyć z np. z wazą zupy pomidorowej ;) i ułożyć nowe zdanie, historyjkę 😊🙌

UŚMIECH

Radość, Fun, Zabawa. Uśmiechaj się Ty i wprowadzaj radość i lekkość do nauki.

Nauka nie musi być poważna i "sztywna". Jeśli uczysz się np. biologii czy przyrody przywołuj np. żarty o płazach. Narysuj obraz tego co chcesz zapamiętać i na kartce i w myślach. Uśmiechaj się dosłownie i używaj radosnych i przekoloryzowanych skojarzeń.

Powodzenia!