

Sześć strategii uczenia się

Materiał edukacyjny dla uczniów i uczennic

Instytut Badań Edukacyjnych
Państwowy Instytut Badawczy

2025



INSTYTUT BADAŃ
EDUKACYJNYCH
Państwowy Instytut Badawczy





Sześć strategii uczenia się



**Odtwarzanie
wiedzy**

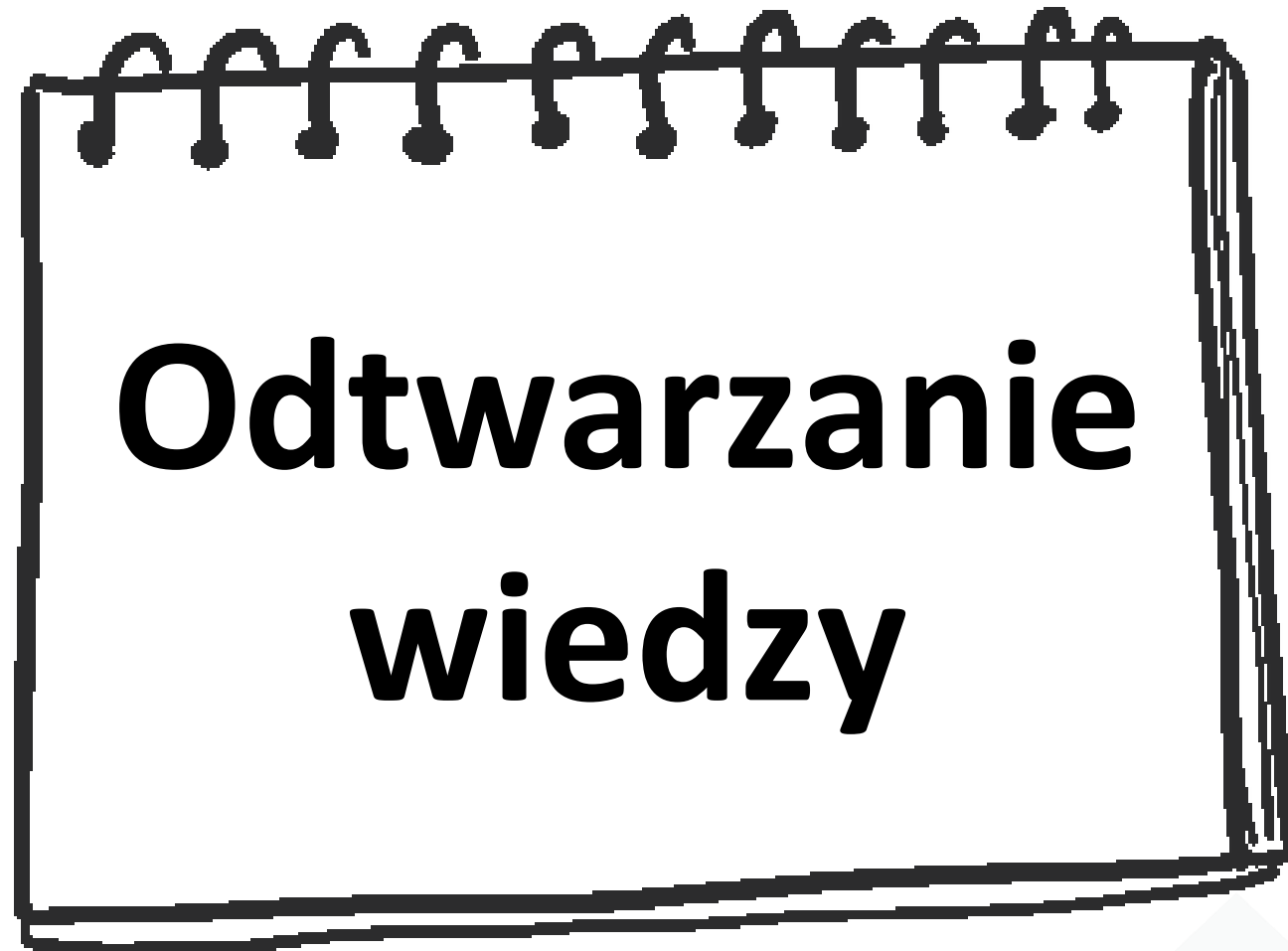
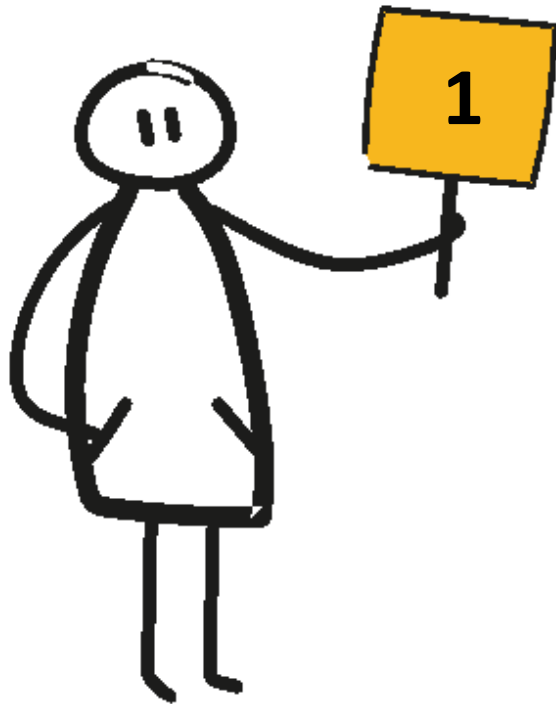
**Rozłożenie
nauki w czasie**

Kodowanie dualne

**Podawanie
konkretnych
przykładów**

Szczegółowe omówienie

**Przeplatanie
materiału**





1. Odtwarzanie wiedzy - na czym polega?

Bierne czytanie - nawet wielokrotne - **nie zapewnia utrzymywania się informacji w pamięci długotrwałej**. Jeżeli chcemy coś zapamiętać przez dłuższy czas, skuteczniejsze jest utrwalenie nowej wiedzy w pamięci poprzez samodzielne przywoływanie tego, co się zrozumiało.

Skuteczne jest sprawdzenie tego, co zapamiętano, dzięki czemu można zidentyfikować to, co należy jeszcze powtórzyć i zrozumieć. **Można sprawdzać swoją wiedzę ustnie lub pisemnie.**





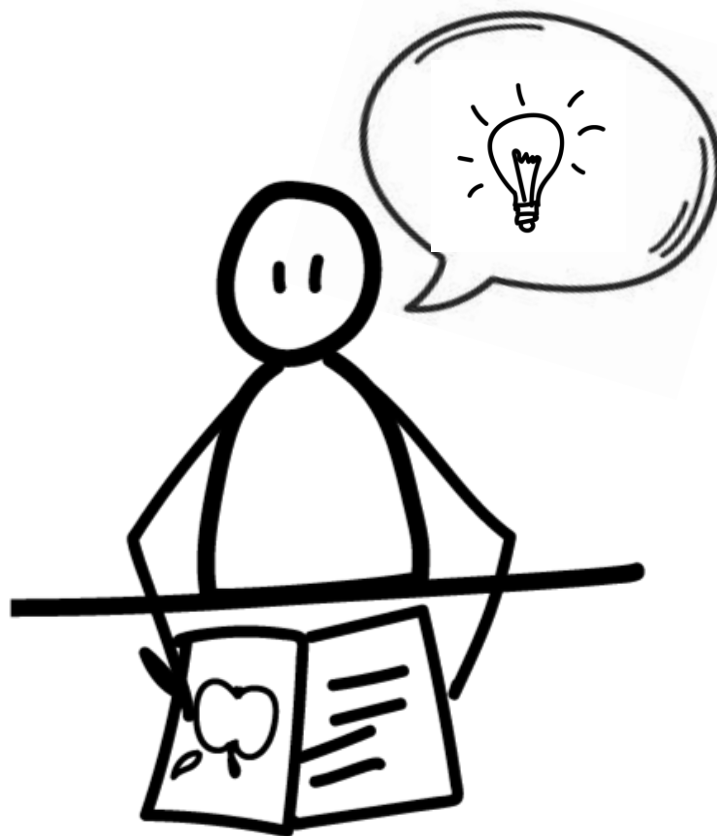
1. Odtwarzanie wiedzy





1. Odtwarzanie wiedzy - przykłady

Przygotuj listę pytań do zagadnienia, nad którym pracujesz - często na końcu rozdziału w podręczniku znajdziesz pytania do tekstu. Możesz je wykorzystać lub samodzielnie stworzyć taką listę. **Przywołuj** odpowiedź z **pamięci** i **odpowiadaj na głos**, pełnymi zdaniami.





1. Odtwarzanie wiedzy - przykłady

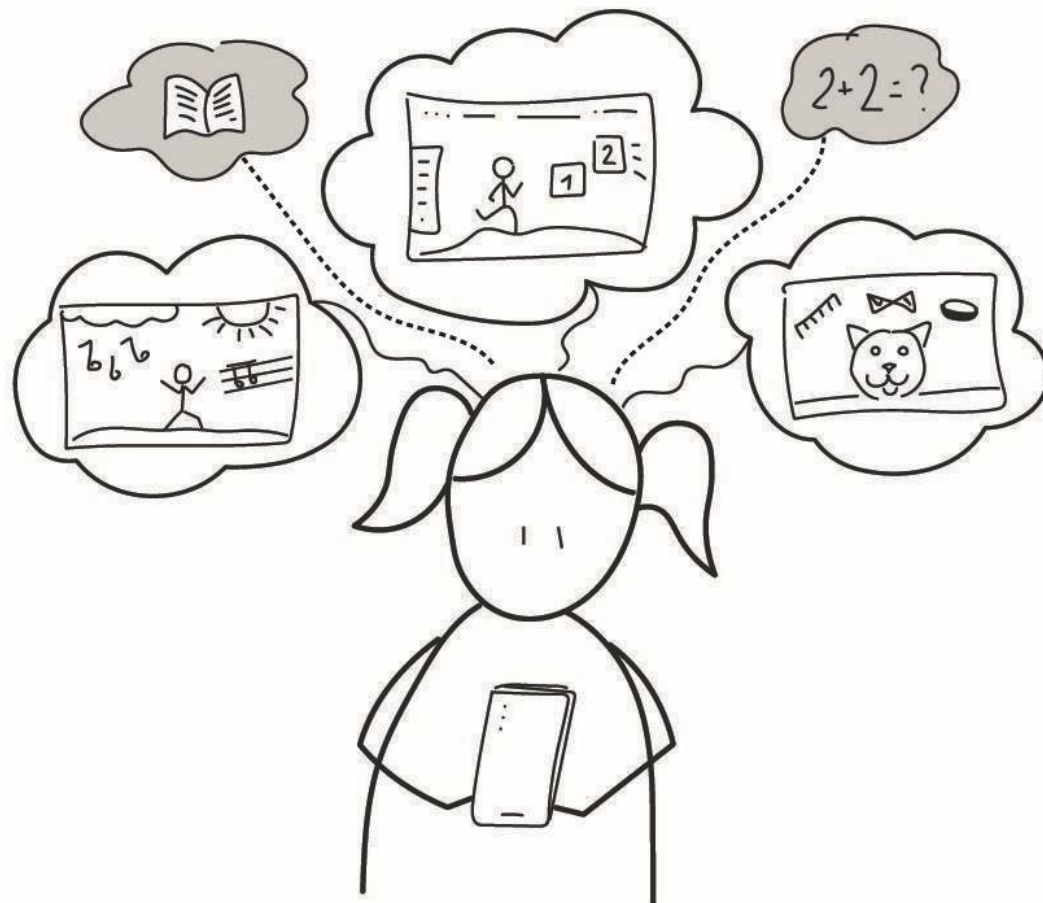
Przygotuj zestaw małych karteczek - najlepiej sprawdzą się gotowe zestawy małych karteczek bez kleju lub pocięta kartka. Przygotuj sobie **zestaw do powtórek**. Na jednej stronie fiszki zanotuj zagadnienie – na drugiej hasłowe wyjaśnienie.





1. Odtwarzanie wiedzy - przykłady

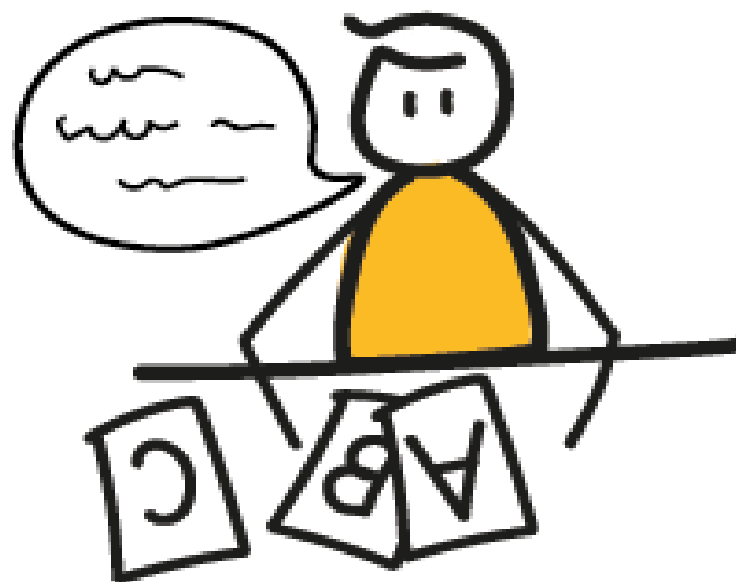
Opowiedz własnymi słowami, o czym są poszczególne podrozdziały tematu, próbuj **powtórzyć** nawet obce nazwiska. Sprawdź w podręczniku, czy nie podałeś/podałaś błędnych informacji lub czy nie pominąłeś/pominęłaś czegoś ważnego. Jeśli tak, **powtórz to jeszcze raz** poprawnie

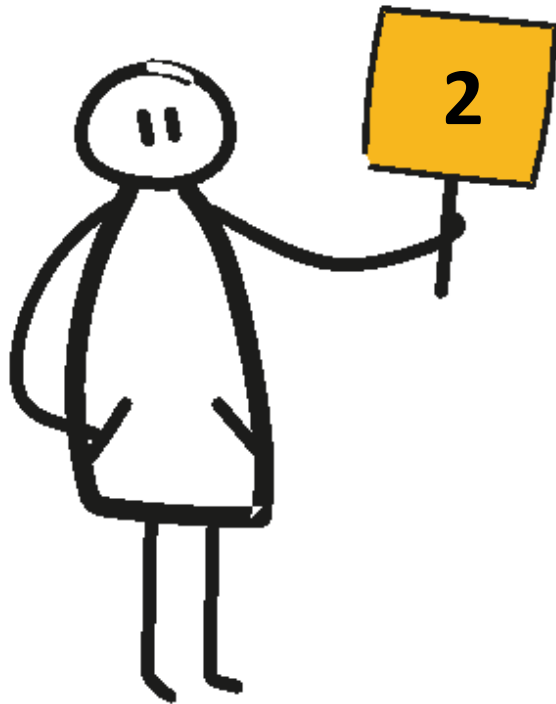




1. Odtwarzanie wiedzy - przykłady

Rozwiąż dużo testów - mogą to być zadania lub testy znalezione w zbiorach zadań, podręcznikach, internecie lub w popularnych aplikacjach – **musi ich być dużo**. Jeśli odpowiedziałeś/odpowiedziałaś błędnie, sprawdź w podręczniku dlaczego. Jeszcze raz powtórz te fragmenty.



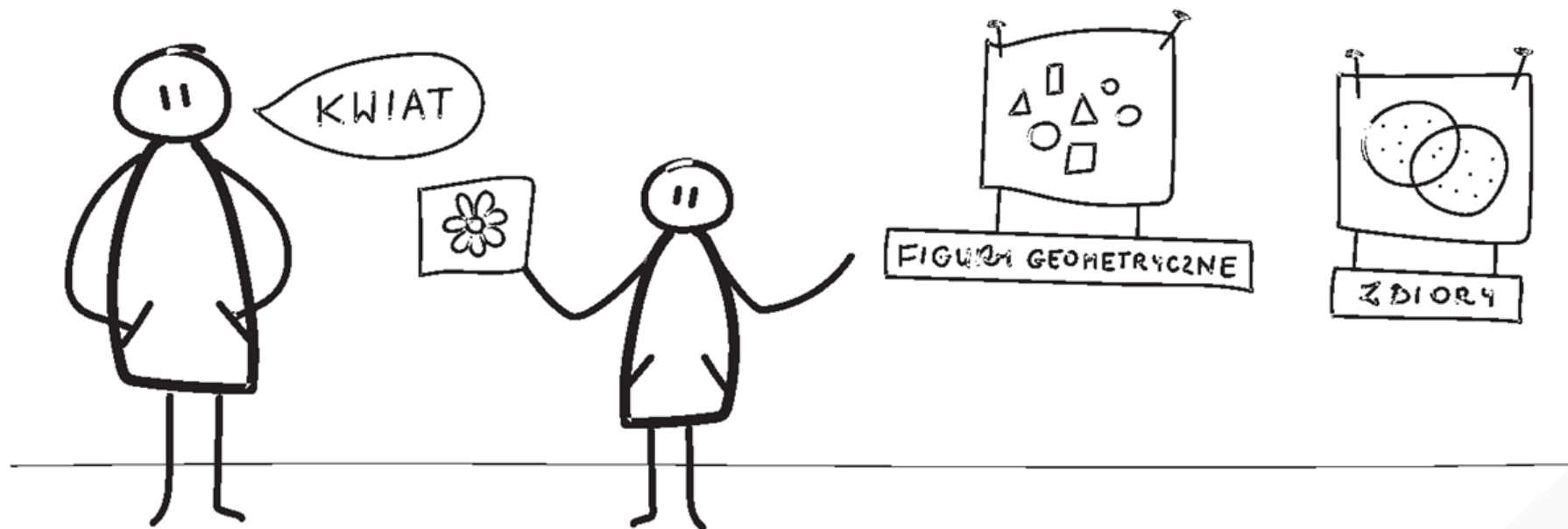


Kodowanie dualne



2. Kodowanie dualne - na czym polega?

Jest to uczenie się przy wykorzystaniu **minimum dwóch zmysłów, np. słuchu i wzroku.**





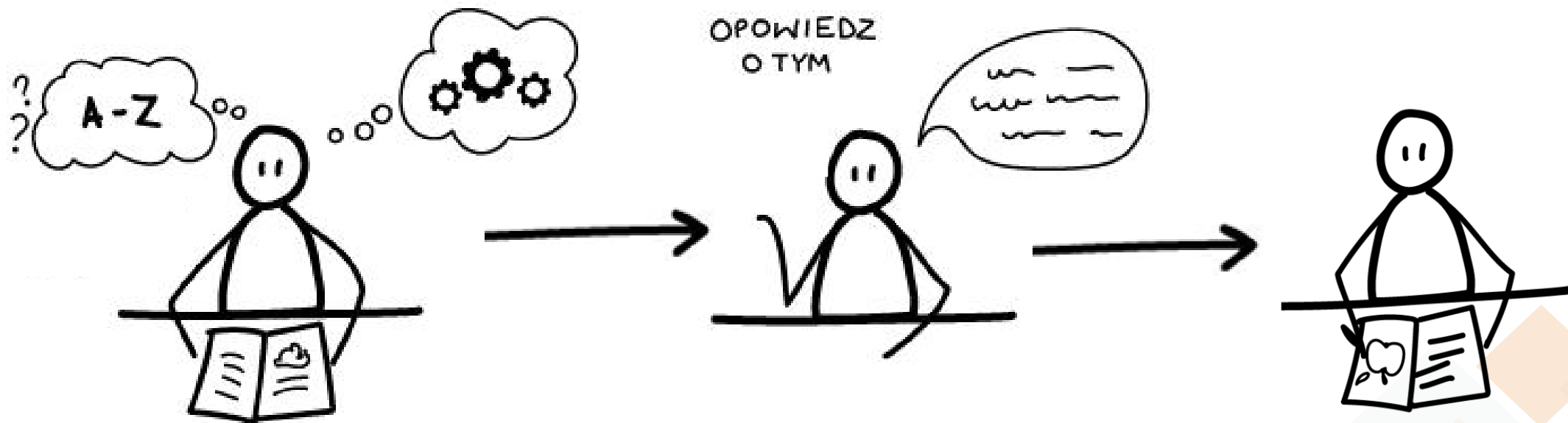
2. Kodowanie dualne

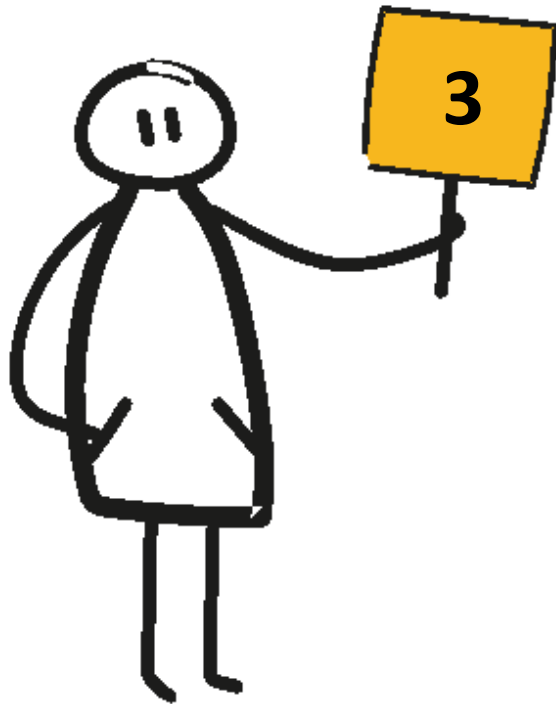


2. Kodowanie dualne - przykłady

Wykorzystanie zdjęć, schematów i ilustracji z podręcznika

- **Przeczytaj** zakres materiału w podręczniku.
- **Opowiedz** o tym, co przeczytałeś/przeczytałaś, ale odwołując się do wszystkich zdjęć, schematów i ilustracji z podręcznika. Staraj się tworzyć jedną, spójną wypowiedź.
- **Sprawdź** z podręcznikiem ewentualne błędy lub luki w wiedzy.



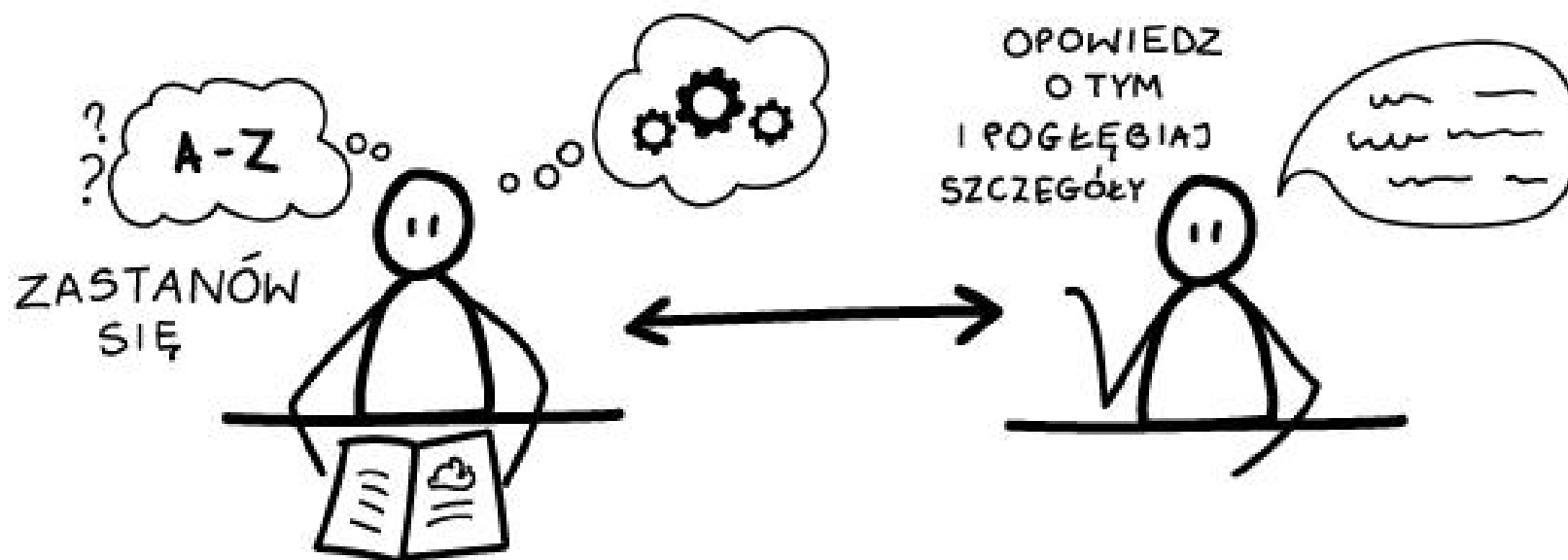


Szczegółowe omówienie



3. Szczegółowe omówienie - na czym polega?

To próba wyjaśnienia **własnymi słowami**, jak coś działa i dlaczego. To poszukiwanie odpowiedzi nie tylko z zakresu danego przedmiotu. Ważne jest **szukanie powiązań z różnymi dziedzinami**, które ci się skojarzą.





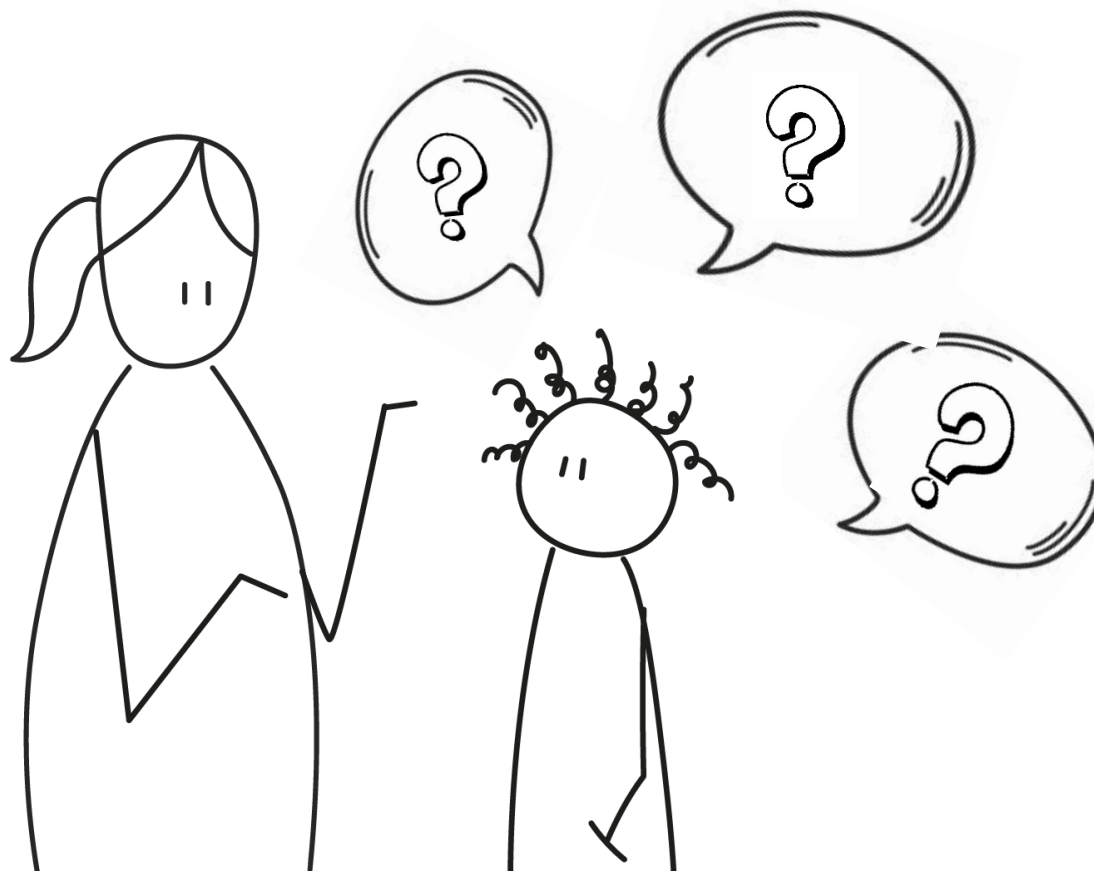
3. Szczegółowe omówienie



3. Szczegółowe omówienie - przykłady

Zadawaj pytania: Zastanów się, na jakie ważne pytania powinien odpowiedzieć tekst, np.:

- Jak to działa?
- Dlaczego?
- Co jest najważniejsze?





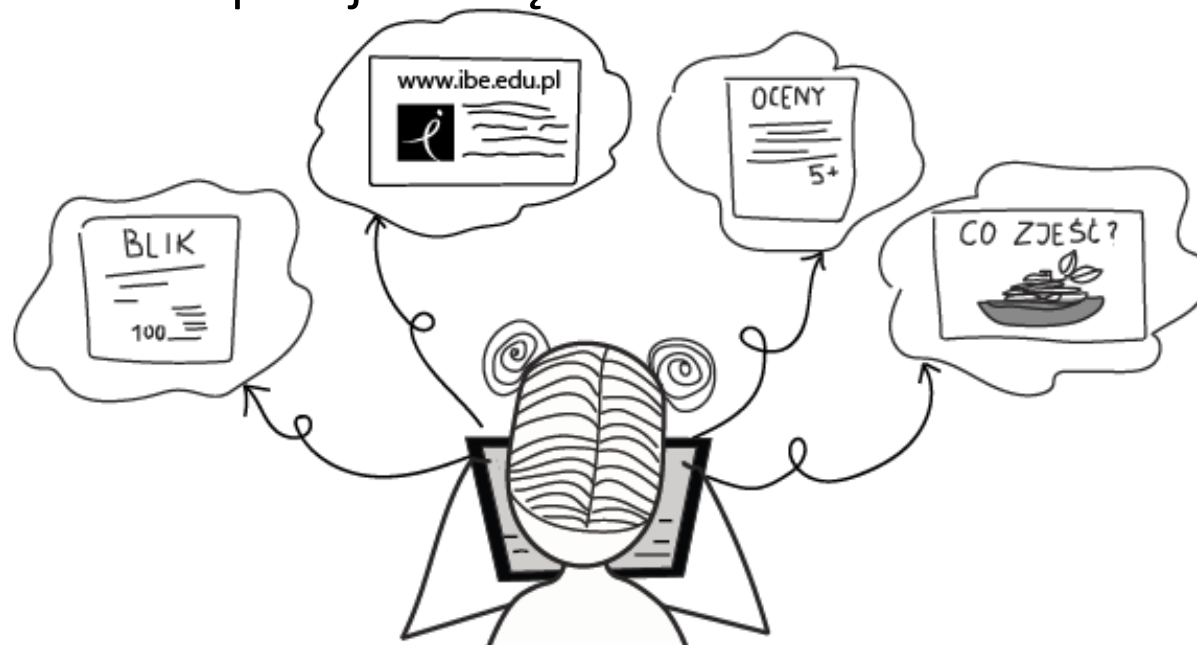
BY

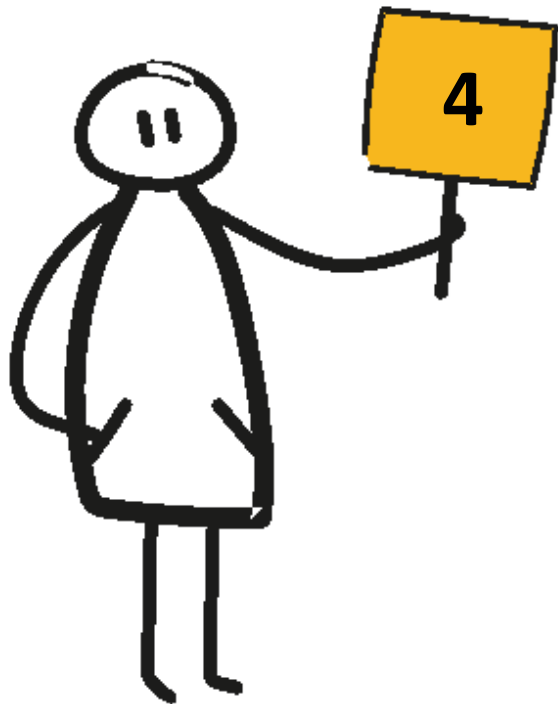
3. Szczegółowe omówienie - przykłady

Szukaj odniesień: Po każdej partii zastanów się i odpowiedz sobie ustnie lub pisemnie na pytania:

- Z jakim innym zagadaniem mi się to kojarzy (może być z innych przedmiotów, gier, seriali)?
- Jaki inny pomysł, jaką koncepcję mi to przypomina?
- Jakie są podobieństwa i różnice?

Staraj się odpowiadać dokładnie. Jeśli czegoś nie pamiętasz, zajrzyj do odpowiedniego podręcznika, sprawdź i uzupełnij wiedzę.





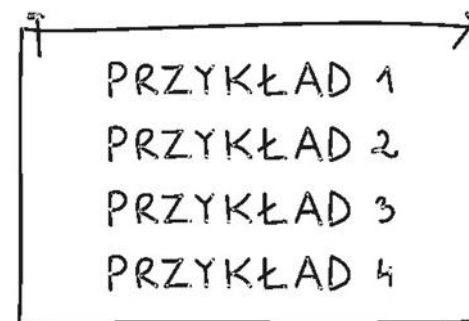
Podawanie konkretnych przykładów



BY

4. Podawanie konkretnych przykładów - na czym polega?

To wyszukanie **konkretnych przykładów** do **poznawanych treści**.
Uczeń/uczennica może tworzyć własny taki katalog lub współtworzyć przedmiotowy zestaw przykładów.





4. Podawanie konkretnych przykładów





4. Podawanie konkretnych przykładów - przykłady

Szukanie powiązań.

Zastanów się, jak czytane fragmenty łączą się ze sobą. Co jest najważniejsze? Co uzupełnia główną myśl?

Staraj się myśleć o całym temacie jako o mapie powiązań, omów je sobie.

DZIEŃ 1



DZIEŃ 2



DZIEŃ 3



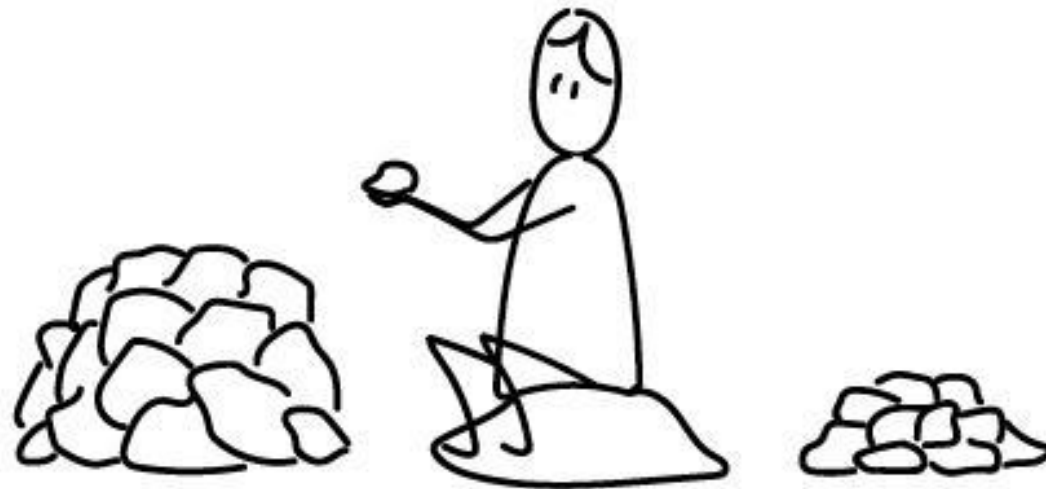


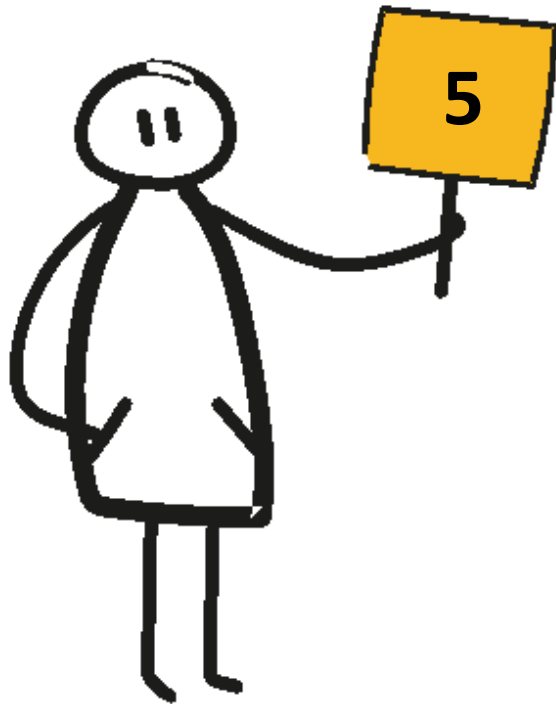
4. Podawanie konkretnych przykładów - przykłady

Zbieranie przykładów

Przy każdym czytanim fragmencie, zastanów się, jakie przykłady spoza tekstu masz na to, o czym czytasz.

Uwaga: nie chodzi tu o doniosłe odkrycia, ale o podpowiedzi dla mózgu, czy coś takiego już wiesz.





Rozłożenie nauki w czasie



5. Rozłożenie nauki w czasie - na czym polega?

Jest to uczenie się **zaplanowane w dłuższym czasie**, rozłożone na kilka krótszych **powtórek**.

Strategia ta jest oparta na założeniu, że kilkukrotne **powtarzanie w odstępach** czasu oraz **podzielenie** materiału **na części**, powoduje lepsze utrwalenie i scalenie wiedzy. **Uczeń/uczennica musi włożyć większy wysiłek w uczenie się, ale także uczy się planowania** – początkowo z pomocą nauczyciela/nauczycielki, później samodzielnie. Rolą nauczyciela/nauczycielki jest wsparcie ucznia/uczennicy w opracowaniu kluczowych treści lub pytań pomocnych w powtarzaniu oraz powracaniu do nich na kolejnych lekcjach.





5. Rozłożenie nauki w czasie





5. Rozłożenie nauki w czasie - przykłady?

Przygotowanie pytań

Możesz mieć zapisane w zeszycie pytania i samodzielnie utrwalać wiedzę. Możesz też mieć za zadanie przygotować pytania do następnej lekcji.

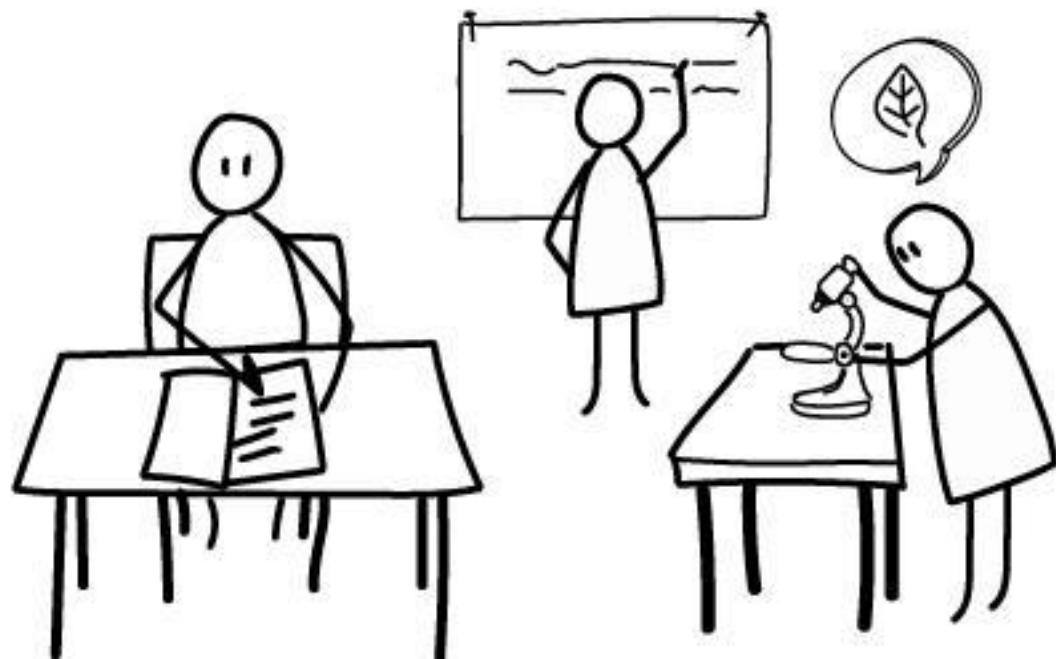


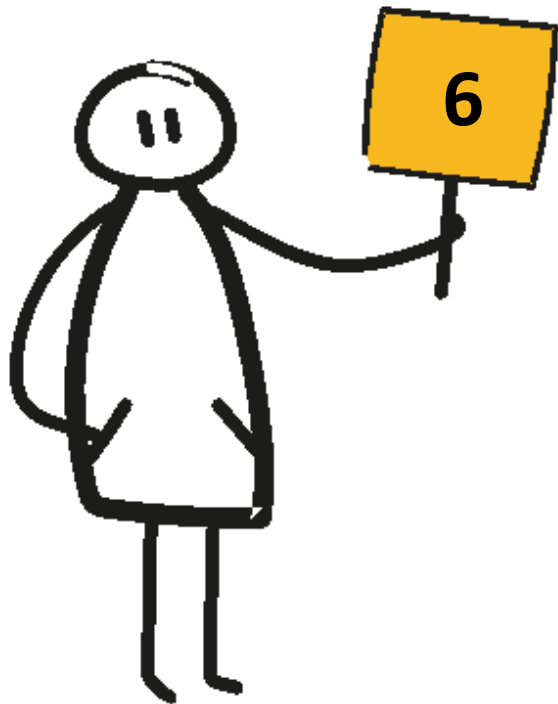


5. Rozłożenie nauki w czasie - przykłady?

Podzielić materiał na mniejsze kawałki

Podziel materiał na 3 części i zaplanuj sesje uczenia się na kolejne 3 dni.





Przeplatanie materiału

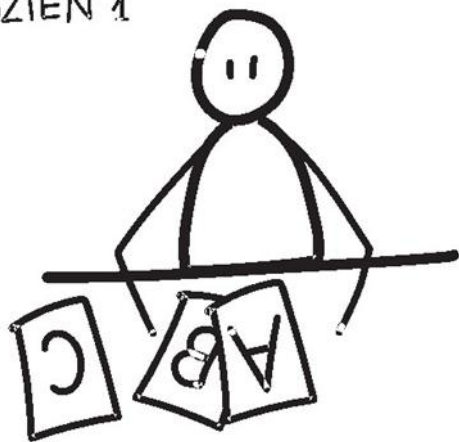


6. Przeplatanie materiału - na czym polega?

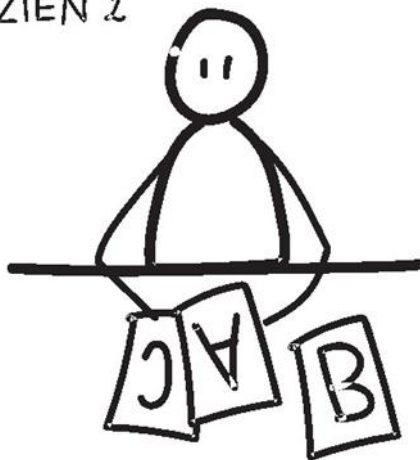
Strategia polega na **zmienianiu kolejności zagadnień**, których się uczymy.

Przeplatając ze sobą **różne treści** stwarzasz okazję do identyfikowania problemów na nowo i określania procedur wykonania zadania, poszukiwania odniesień i powiązań poprzez zgłębianie odmiennych zagadnień. Prowadzi to do **uczenia się z różnych perspektyw**, co wzmacnia stworzone powiązania i powiela skojarzenia.

DZIEŃ 1



DZIEŃ 2



DZIEŃ 3





6. Przeplatanie materiału



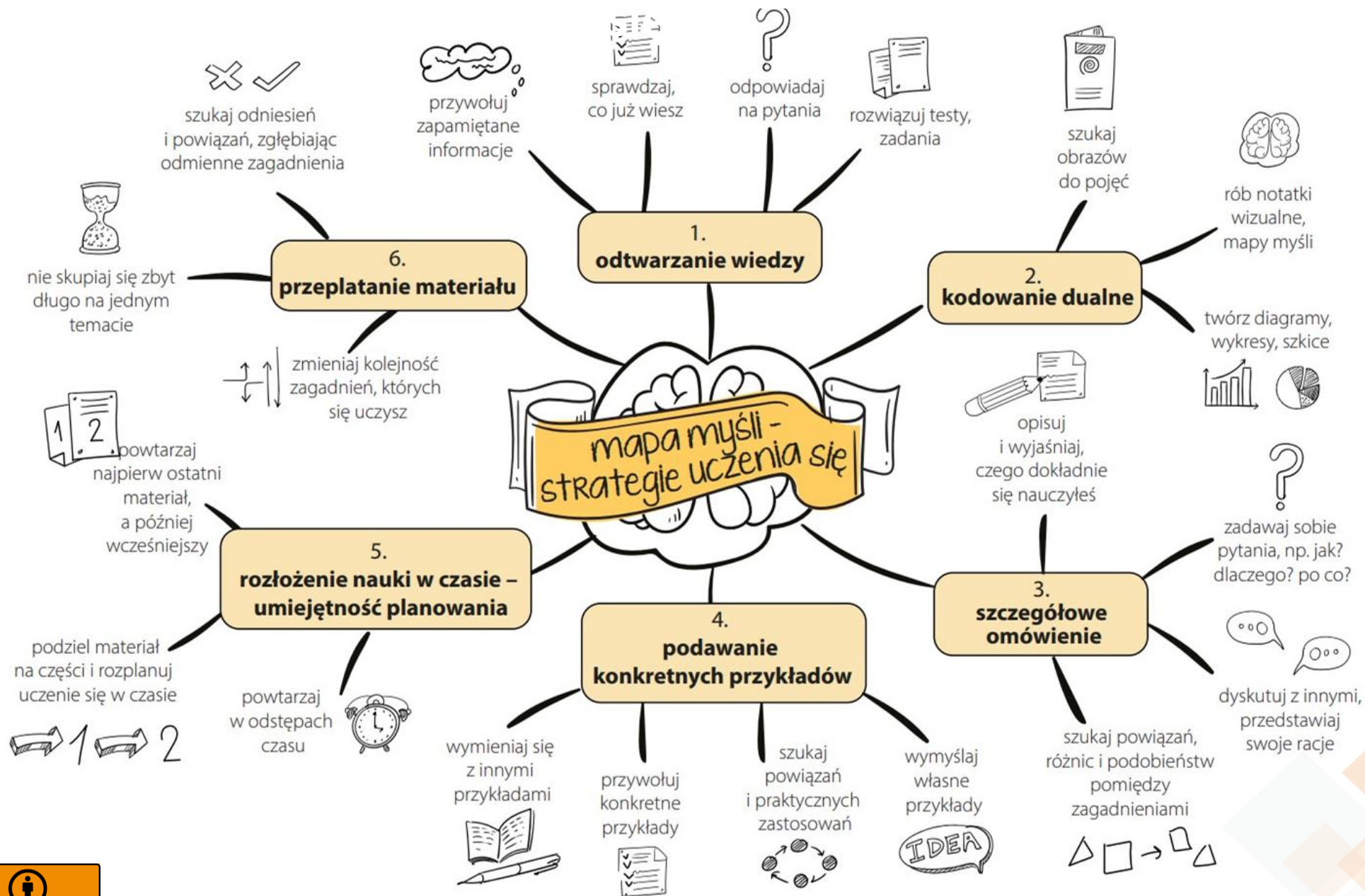


6. Przeplatanie materiału - przykłady?

Przygotowanie planu nauki w domu uwzględniającego przeplatanie

Przygotuj plan nauki uwzględniając przeplatanie pomiędzy przedmiotami/tematami.







INSTYTUT BADAŃ
EDUKACYJNYCH
Państwowy Instytut Badawczy

Na podstawie projektu zrealizowanego przez
Instytut Badań Edukacyjnych - Państwowy Instytut Badawczy
“Jak wspierać uczniów w samodzielnym uczeniu się?”
sfinansowany z dotacji celowej Ministerstwa Edukacji Narodowej
(ZZ3-DIwSO-DCMEN) w 2024 r.