# Učenje in pomnenje

### Poznamo 3 strategije učenja

1. Paukova metoda

* Preberemo z razumevanjem
* Ko drugič preberemo podčrtujemo
* List razdelimo na dva dela, na levo stran vpisujemo besede, na desno pa največ 7 +/- 2 besed, ki nas spomnijo na te besede

1. PV3P

* Pregledati celoto
* Vprašanja
* Prebrati z razumevanjem
* Ponovimo
* Ponovno pregledamo

1. VŽN

* Kaj že **v**em
* Kaj **ž**elim izvedeti
* Kaj smo se **n**aučili

### Oblike učenja

1. Klasično pogojevanje

* Klasično pogojevanje je oblika učenja pri kagerem se naučimo neobičajnih in nehotenih odzivov na nevtralne dražljaje, zato ker sta bila nek odziv in dražljaj največkrat povezana.
* Brezpogojni odziv je gensko pridobljen in omogča varovanje in ohranjanje organizma
* Pogojni odziv je naučena reakcija na nevtralen dražljaj ki sam ob sebi ne izzove takega pogajanja

1. Instrumentalno pogojevanje

* Instrumentalno vedenje je oblika učenja pri kateri se spremeni vrjetnost pojavljanja vedenja glede na posledice ki jih ima to vedenje za posameznika.
* Poteka z podkrepitvami in kaznovanjem (hrana in palica)

1. Modelno učenje

* Modelno ulenje je učenje pri katerm se nekaj naučimo le z opazovanjem modela.
* Otroci + pretep lutke
* 4 elementi modelnega učenja:
  + Pozornost (nekdo te opazuje ali obratno)
  + Zapomnitev (shranjevanje v dolgotrajni spomin)
  + Izvajanje (ponavljanje naučenega)
  + Motivacija (pričakovanje posledic ipd.)

1. Besedno učenje

* Besedno učenje je učenje besedil ali drugih simbolov.
* Delimo na:
  + Besedno učenje nižje ravni
    - Pesmi, nepravilni glagoli.
    - Učenje na pamet brez spreminjanja
  + Besedno učenje višje ravni ali smiselno učenje
    - Snov si zapomnimo in jo povemo s svojimi besedami.
    - Znamo povezovati snovi med seboj

### Spomin

* Pomnenje je proces usvajanja ohranjanja in obnavljanja informacij

**USVAJANJE**

Začetni zapis informacije

**OHRANJANJE**

Shranjevanje za prihodnost

**Obnavljanje**

Ozaveščanje shranjenega

Priklic

Prihranek

časa

Prepoznavanje

Zunanjji dražljaj

Trenutni spomin

Kratkotrajni spomin

Dolgotrajni spomin

Organiziranje

Povezovanje

Zaznavanje

1. Kako se informacija shrani v spomin

* Trenutni spomin
  + Kratek čas
  + 1-3s
  + Velik obseg
* Kratkotrajni spomin
  + 15 - 40s
  + 7 +/-2
* Dolgotrajni spomin
  + Neomejeno število informacij
  + Infromacije morajo biti med seboj povezane
  + Lahko traja do konca življenja
  + Kako opravljamo postopke, besedila,…

1. Količinske spremebe pri zapomnitvi gradiva

* Snov se po vsakem ponavljanju izgubi, zato da znanje spravimo v dlgotrajni spomin moramo snov ponavljati na:
  + Pet do deset min po koncu učenja
  + 24 ur po koncu učenja
  + En teden po koncu učenja
  + En mesec po koncu učenja
  + 6 mesecev po koncu učenja

1. Kakovostne spremembe pri zapomnitvi gradiva

* Prebrana zgodba, ki je tuja tvoji kulture se hitro spremeni
* Spremenijo se naslednje stvari:
  + Pomen zgodbe (zaporedje dogodkov, dodajanje novega gradiva, spreminjanje pomena)
  + Čustva imajo vpliv na to kako si zapomnimo zgodbo (več pozitivnih vidikov je pri osebah, ki so bile dobre volje)
  + Skrajševanje zgodbe (izginejo podrobnosti, imena , števila)
  + Ostanejo podrobnosti, ki so bralca presenetile
  + Konvencialnost (zgodba postaja vse bolj običajna, skladna z osebno kulturo)

1. Obnavljanje iz dolgotrajnega spomina

* Vsebine se v kratkoptrajni spomin vrnejo prek pomenov, izrazimo jih v obliki besed, predstav
* Učinki preteklega učenja se izražajo v načinu priklicovanja snovi. Naprimer:
  + - * Snov lahko prikličemo in jo povemo iz glave
      * Snov lahko pomešamo in jo prepoznamo ko nam jo kdo pove
      * Snovi ne prepoznamo, vendar se jo veliko lažje in hitreje naučimo

### Kateri dejavniki vplivajo na kakovost učenja

* Delimo na notranje (psihološki in fiziološki) in zunanje (fizikalni in socialni)

Fiziološki dejavniki učenja

* Utrujenost, žeja, zobobol <— kratkotrajna telesna stanja
* Slabost, bolezen, slabovidnost <— dolgotrajna telesna stanja
* Prehranjevanje (anoreksija & bulimija)

Psihološki dejavniki učenja

* Umske in druge sposobnosti
* Učni stil
* Učna motivacija
* Čustva

Učenje in sposobnosti

* Raven splošne intiligentnosti <— Boljše sposobni učenci, lažje povežejo snov, se naučijo
* Različno sposobni ljudje boljši pri različnih predmetih

Učni stil

* Delimo na:
  + Kinsetetični
  + Vidni
  + Slušni
* Različnim čutilom damo prednost med učenjem, vendar pogosto prevladuje eden

Učna motivacija

* Tisti dejavniki, ki spodbujajo učenje, in določajo njegovo trajanje, kakovost in inenzivnost
* Notranja motivacija
  + Govorimo takrat kadar je že učenje samo po sebi dovoljšna nagrada in spodbuda, saj učenec ve, da bo potem nekaj znal in se počutil boljše.
* Zunanja motivacija:
  + Pohvale, ocene, kazni, nazivi, zmage

Učenje in čustva

* Na učenje vplivajo tudi čustva.
* Pozitivno razploloženi smo najbolj učinkoviti, slabo razploloženi pa se težko zberemo, in se hitro zamotimo.
* Lahko vplivajo močna čustva kot so ljubezen in jeza, ali pa čustva ki jih ustvarimo sami, npr. zaupanje vase in samospoštovanje.
* Lažje si zapomnimo tisto kar nas zanima.
* Gradivo ki nas razburi oz izzove neko možgansko reakcijo si tudi lažje zapomnimo

Fizikalni dejavniki učenja

* Vremenske razmere, osvetljenost, hrup, temperstura, urejenost, zračnost prostora.
* Pri roki naj bodo ustrezni pripomočki, osvetljeno z vsaj dvemi svetili in papir in pisalo v kontrastni barvi.

Socialni dejavniki učenja

* Družina sooblikuje vrsto osebnostnih lastnosti, ki vplivajo na učno uspešnost:
  + Motivacija
  + Sposobnosti
  + Čustvena stabilnost
  + Osebnostna čvrstost
* Šola lahko tudi vpliva z svojim okoljem in načinom predstavitve snovi
* Širše družbeno okolje vpliva z odnosom do znanja

### Strategije učenja

* Zaporedje ali kombinacija v cilj usmerjenih učnih dejavnosti, ki jih učenec uporablja na svojo pobudo in spreminja glede na zahteve situacije.

1. Načrtovanje učenja

* Koliko časa potrebujem za učenje te snovi d apridobim želeno oceno?
* Kaj že vem?
* Kako se bom učil, da bo učenje učinkovito
* Katero gradivo potrebujemo
* Ali bomo zmogli sami ali potrebujemo pomoč
* Ali nas snov zanima?

1. Spremnljanje učenja

* Ali smo dobro osredotočeni na nalogo ali nas kaj moti?
* Na učinkovitost učenja, če nismo učinkoviti to spremenimo

1. Vrednotenje in uravnavanje učenja

* Kakovost našega dosežka
* Ali so bile strategije učenja uspešne
* Kaj je vplivalo na uspešnost našega učenja
* Pri katerem tipu nalog nismo bili uspešni?

1. Elaboracija

* Povezovanje že obstoječe snovi z novim znanjem
* Išči podobnosti
* Nove pojme ponazorimo
* Postavljamo vprašanja iz snovi
* Povzemite snov s svojmi besedami

1. Organiziranje

* Urejanje snovi v logično strukturo
* Poglejmo kazalo in razumimo strukturo snovi
* Iščimo bistvo

1. Ponavljanje

* Pomembno za zapomnitev besedil.
* S ponavljanjem ohranjamo informacijo v kratkotrajnem spominu
* Podčrtujemo ključne besede
* Uporabljamo mnemoniko (tehnika s katero snov organiziramo tako, da si jo lažje zapomnimo)