

Učení

PaedDr. Mgr. Hana Čechová



Učení mučení.

Jistě si dobře vzpomínáte na svá školní léta.

Vzdor vůči učitelů, nechutí... nebo snaha.

Udělalí jsme mnoho chyb.

Otázka zní:

Kdo z nás se alespoň pokusil vžít se do role učitele...

Jsme ovládáni návyky a zaběhlými rituály.

***Překvapte svůj mozek něčím novým,
stimulujte své smysly,
vraťte se do školy a snažte se být co nejlepší.***

Osnova

1. Paměť
2. Mechanismus dvojí paměti a opakování
3. Učení
4. Druhy a způsoby učení
5. Efektivita učení
6. Faktory ovlivňující učení
7. Selhání, chyby v učení
8. Techniky učení



1/ Paměť

☐ Soubor procesů, které umožňují osvojení, uchování a vybavení informací.

☐ **Proces paměti spočívá na 3 základních pilířích (Atkinson)**

1) **vštípení, kódování** = vstup informace – **impregnace**

2) **uchování** = uložení, podržení informace – **retence**

-> informaci uložíme beze změny, nebo ji pozměníme

-> s touto fází úzce souvisí i **proces zapomínání**

3) **vybavení** = uložená informace je v určité souvislosti použita – **reprodukce**



☐ **Vštípení a vybavení může být**

1/ bezděčné (spontánní) – aniž si to uvědomujeme

2/ záměrné (volní) – cílené, např. konkrétní odpovědi na konkrétní otázky

2/ Mechanismus dvojí paměti a opakování

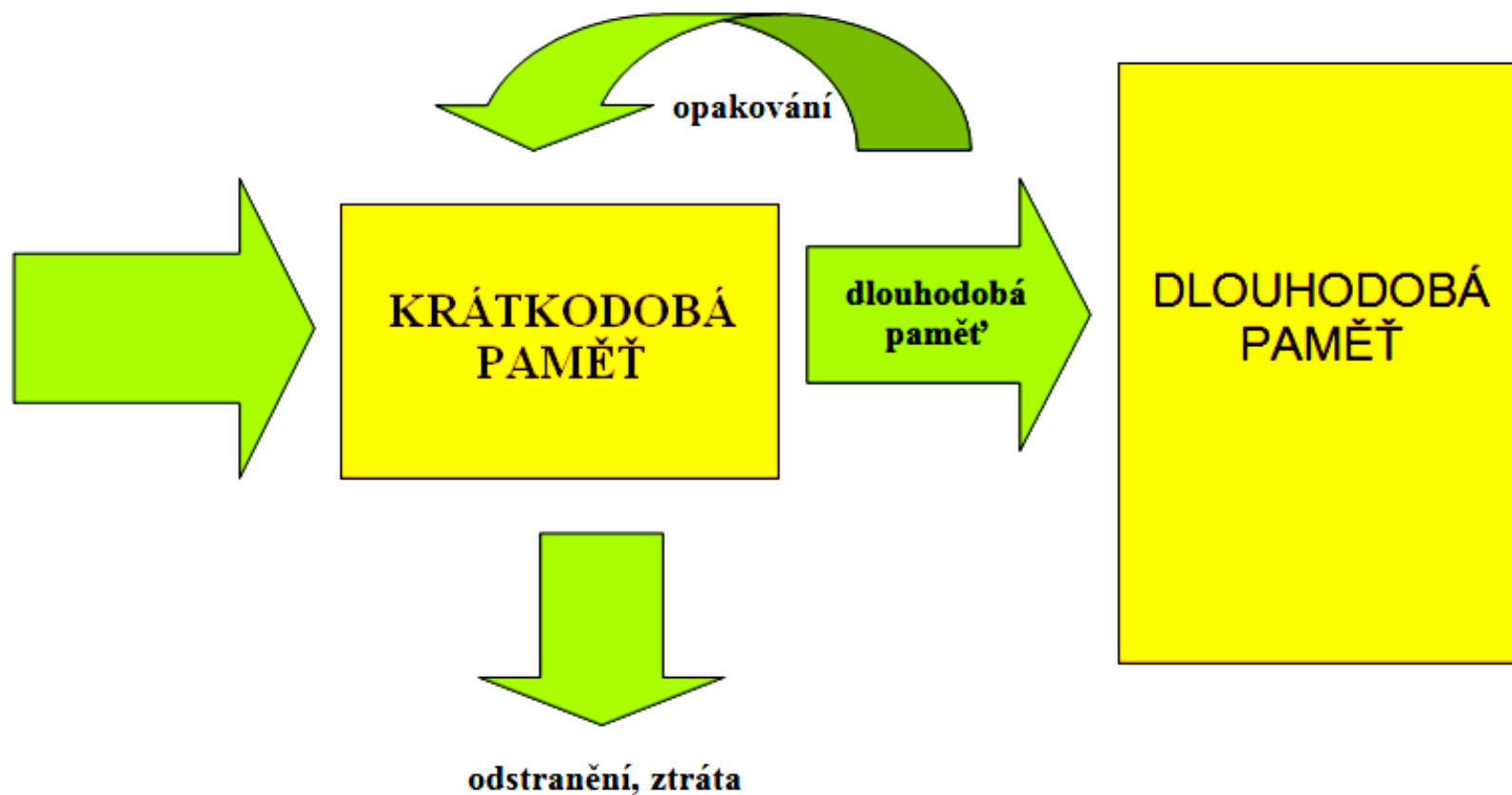
- ❑ Informace, které věnujeme pozornost, vstupuje do **krátkodobé paměti** -> zde udržována pomocí opakování x může vymizet
 - > krátkodobá paměť např. umožňuje přečíst větu a pochopit její význam
 - > bez krátkodobé paměti bychom po přečtení věty zapomněli na její začátek 😊
- ❑ Následně může být informace pomocí opakování (procvičování) přenesena do **dlouhodobé paměti**

OPAKOVÁNÍ

1/ účinný, nikoli výlučný prostředek učení se

2/ udržuje informace v paměti krátkodobé

3/ je mechanismem přenosu nebo zkopírování informace do paměti dlouhodobé



3/ Učení

Definice:

Učení je aktivní, tvořivý proces, který rozšiřuje vrozené dispozice a rozšiřuje možnosti jedince. Smyslem je **získávání, osvojování, pozměňování a upevňování** nových zkušeností, a tím přizpůsobování se novým situacím. Naučené je opakem vrozeného.

1/ **V ŠIRŠÍM SLOVA SMYSLU** = získávání individuální zkušenosti, přizpůsobování se novým životním podmínkám <-> probíhá spontánně a neustále

2/ **V UŽŠÍM SLOVA SMYSLU** = záměrné, cílevědomé osvojování si vědomostí, dovedností, návyků

Celoživotní proces

Mechanismem učení je **podmiňování** = podmínky, za kterých proces učení probíhá

Učení je relativně permanentní změna v chování a poznání jedince, která nastává vlivem zkušenosti.

Do učení nepatří změny v důsledku dospívání, růstu, změny způsobené únavou, nemocí, hladem a nebo vlivem drog.

- 1) VĚDOMOSTI** – poznatky a informace včetně jejich vzájemných vztahů (pojmy, fakta, poučky, zákony, pravidla)
- 2) DOVEDNOSTI** – schopnost metodicky správně, rychle a úsporně vykonat určitou činnost na základě získaných vědomostí
 - a) senzorické** – zdokonalení vnímání, např. barev, hudby
 - b) intelektové** – např. užívání mluvnických pravidel
 - c) senzomotorické** – koordinace a vnímání pohybu
 - d) sociální** – umění jednat s lidmi, spolupracovat, empatie...
- 3) NÁVYKY** – učením získané sklony, zautomatizované reakce/činnosti (čištění zubů, stojím na červenou...)

4/ Druhy a způsoby učení

Druhy učení

1. **Vědomostní** – osvojování poznatků
2. **Senzomotorické** - smyslově pohybové (šití, kreslení...)
3. **Intelektové** – rozvíjí myšlenkové pochody a intelektové schopnosti (řešení problémů či úloh)
4. **Sociální** – sociální dovednosti a interakce, formuje charakter (žít mezi lidmi)

Způsoby učení

- A. **Procvičování**
- B. **Nápověda**
- C. **Pohledem, vhladem** – proniknutí do podstaty problému, předchází mu určité období pokusu a omylu → objeví se nové vztahy a souvislosti = řešení
- D. **Pokus a omyl**

5/ Efektivita učení

❑ Základním procese je tvorba **asociací** = spojení zážitků, vjemů, představ

❑ **Efektivita učení závisí na:**

1/ podmínkách učení

2/ momentálním psychickém stavu jedince

3/ charakteru a metodách učení

❑ **Efekt kongruence** (stav, kdy je chování jedince v souladu s jeho sebepojetím - uvědomění si svého „já“)

1/ máme-li špatnou náladu → zvyšuje se pravděpodobnost vybavení nějakého jiného negativního zážitku z minulosti

2/ máme-li dobrou náladu → zvyšuje se pravděpodobnost vybavení pozitivního zážitku

6/ Faktory ovlivňující učení

- Motivace
- Kognitivní a studijní typ osobnosti
- Momentální stav jedince – psychická kondice, věk, nemoc, napjatá situace...
- Psychologické rysy a vlastnosti jedince
- Postup, metody učení
- Výsledky z předchozího učení
- Vnější podmínky – obsah učiva, vybavení, postoje, emoční atmosféra...

7/ Selhání, chyby v učení

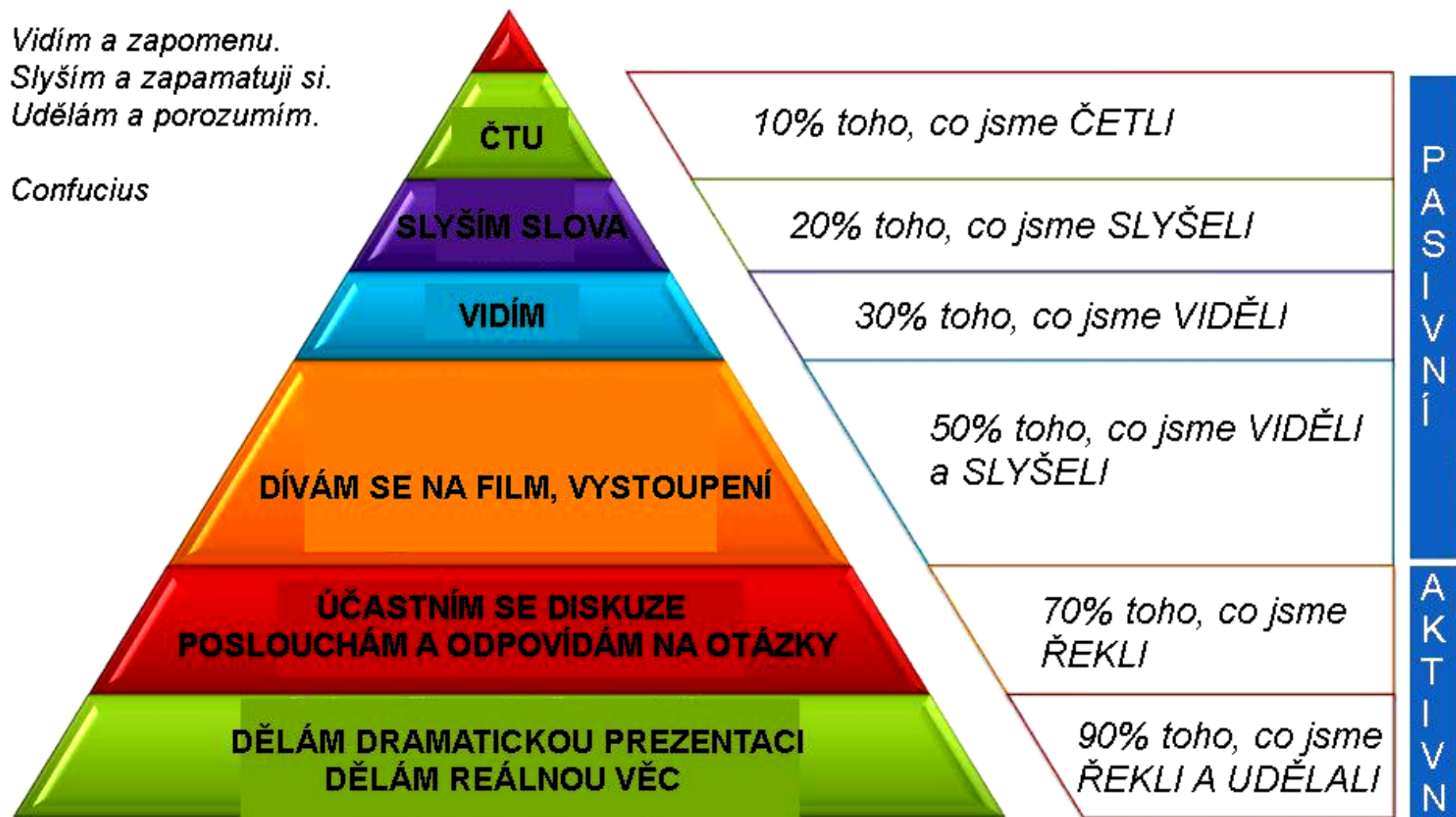
- ❑ Obtížné odhalit příčinu selhání v učení – všechny faktory navzájem souvisí
- ❑ **Dědičné faktory** ovlivňují temperament, poté schopnosti a nejméně rysy osobnosti
- ❑ **Chyby v učení**
 - 1/ vždy **souvisí** s procesem osvojování si vědomostí, dovedností, návyků
 - 2/ nejsou projevem neschopnosti
 - 3/ nejsou důvodem k trestu, ale předmětem k další práci a hledání
 - 4/ potřeba odhalit důvod – proč došlo k chybě, v čem je podstata neúspěchu -> hledat cestu k odstranění = jak to půjde

Pyramida učení

Po 2 týdnech máme tendenci zapamatovat si:

*Vidím a zapomenu.
Slyším a zapamatuji si.
Udělám a porozumím.*

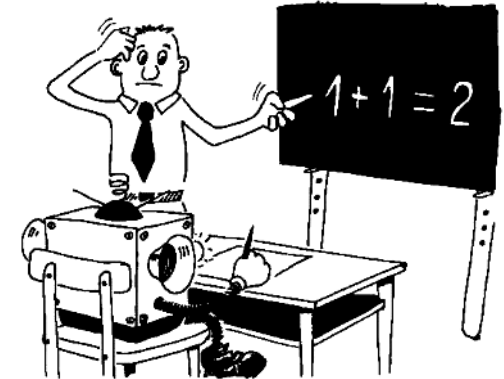
Confucius



Source: Edgar Dale (1969)

8/ Techniky učení – u každého jiné

- ❑ **Pročítání** -> nejméně účinné, nejpasivnější <-> koncentrace, porozumění textu
technika: opakované čtení rozložené na delší časový úsek => přečíst si text raději jednou, ale ve třech dnech po sobě, než třikrát v jednom dni
- ❑ **Zvýrazňování a podtrhávání** -> pasivní, bezmyšlenkovité; sice již zapojen zrak, časté vytržení z kontextu
- ❑ **Mnemotechnické pomůcky** -> některé jsou osvědčené, fungují spíše krátkodobě; př. **Břetá Sobě Vrátil Vládu** => posloupnost Přemyslovců: Břetislav, Soběslav, Vratislav, Vladislav
- ❑ **Vizualizace** = vytváření obrazů, kreslení -> různá míra schopnosti; lépe funguje, když učivo předčítá druhá osoba, než když se musíme soustředit i na čtení textu



- Psaná shrnutí** textu
- Klást otázky sám sobě** - „**PROČ?**“ -> vyžaduje přemýšlení, je potřeba se v učivu již trochu orientovat
- Vysvětlování látky sám sobě**
- Prokládané učení** = učení prokládat jinými činnostmi (př. pohyb), střídat typy podnětů i způsob učiva
- Testování nanečisto** = př. tahání kartiček (se slovíčky, daty atd.)
- Rozložené učení** = přestávky mezi učením -> i několik dní

Přečtěte si, zamyslete se, nezapomínejte na mozek

- ❑ Jan Průcha, Psychologie učení, Psyché 2020
- ❑ Martin Krengel, Tajemství efektivního učení, Grada 2015
- ❑ <http://ifenomen.cz/veda/hormony-stesti-jak-nas-mozek-vytvari-navyky-stesti-a-inteligenci>
- ❑ <http://uceni.studenta.cz/nejucinnejsi-techniky-uceni-zapomente-na-podtrhavani-a-vypisovani/article/1648>
- ❑ <http://www.studijni-svet.cz/pamet-mysleni-uceni-a-jeho-druhy/>
- ❑ https://student.czu.cz/index.php?id_menu=5934&id_submenu=5942&id_con_kind=5&id_con=14342