

## Tehnici de învățare eficientă

### 🚦 Metoda **SINELG** (Sistemul Interactiv de Notare pentru Eficientizarea Lecturii și Gândirii)

Această metodă promovează implicarea ta activă și monitorizarea propriei tale înțelegeri și presupune parcurgerea următoarelor etape:

1. Înainte de a începe lectura textului, notează tot ceea ce știi despre tema/ problema respectivă, indiferent dacă este corect sau nu.

2. Lecturează textul cu atenție și notează pe marginea (sau într-un tabel) semne, cu următoarele semnificații:

- „√” - pentru informația cunoscută, pentru pasajele care confirmă ceea ce știi;

- „+” - pentru informația nouă, necunoscută și acceptabilă pe care ai aflat-o;

- „-” - pentru informația care intră în contradicție cu ceea ce știi, care infirmă ceea ce știi;

- „?” - pentru informația care necesită documentare, pentru că pasajele respective conțin neclarități, confuzii, ridică întrebări.

3. Reflectează împreună cu colegul tău!

4. Dacă aveți neclarități, cereți ajutorul cadrului didactic!

5. Realizează un inventar al ideilor și prezintă-l colegilor tăi!

### 🚦 Folosește **Tehnica 3-2-1!** (adaptare după C.-L. Oprea, 2006, p. 268)

Precizează:

3 termeni (concepte) din ceea ce ai învățat;

2 idei despre care ai dori să înveți în continuare;

o capacitate, o pricepere sau o abilitate pe care ai dobândit-o la sfârșitul activității.

### 🚦 Utilizează tehnica lecturii bazate pe **modelul SQ3R** care cuprinde următorii pași!

S (Survey) – parcurge/ survolează textul prin răsfoire!

Q (Questions) – formulează întrebări referitoare la textul studiat!

3 R (Read, Recit, Reading) – citește în întregime, relatează și sintetizează cele reținute!

(adaptare după I. Neacșu, 2015, p. 133)

### 🚦 **Tehnica Gândiți- Lucrați în perechi- Comunicați!** (Steele, Meredith, Temple, 1998)

1. Timp de 10 minute citește textul, apoi realizează un rezumat.

2. Citește colegului de bancă rezumatul pe care l-ai scris! Discutați asemănările și deosebirile dintre rezumatele voastre.

3. Elaborați un rezumat comun.

4. Prezentați apoi în perechi colegilor ce ați scris.

5. Discutați conținutul rezumatelor elaborate.

✚ Construiește **harta conceptuală!** (adaptare după C.-L. Oprea, 2006, p. 265)

Etapa 1: Transcrie fiecare concept/ idee și fiecare exemplu pe o foaie de hârtie.

Etapa 2: Aranjează conceptele pe o foaie astfel: conceptele generale (abstracte) se situează în partea de sus a foii, iar celelalte mai jos. Nu include încă exemplele.

Etapa 3: Dacă este posibil, aranjează conceptele astfel încât să decurgă unul din celălalt.

Etapa 4: Trasează linii de la conceptele de sus către cele de jos cu care relaționează și pentru conceptele de pe aceeași niveluri.

Etapa 5: Pe liniile de interconectare scrie un cuvânt sau mai multe care să explice relațiile dintre conceptele conexe.

Etapa 6: Trece și exemplele sub conceptele de care aparțin și conectează-le printr-un cuvânt.

Etapa 7: Copiază rezultatul obținut, realizând harta conceptuală pe o hârtie.

✚ Utilizează **sistemul Cornell** pentru luarea notițelor dar și pentru prelucrarea și sintetizarea informației primite în această lecție! (S. Bernat, 2003, pp. 155-158)

*Există mai multe variante. Poți opta pentru care crezi că este mai eficientă pentru tine!*

1. Foaia poate fi împărțită pe trei coloane. În stânga se iau notițele, în mijloc se formulează ideile principale, iar în dreapta se notează cuvintele cheie la care pot fi reduse ideile principale.

Notițe	Idei principale	Cuvinte chei
--------	-----------------	--------------

2. Foaia se împarte pe două coloane. Într-o coloană se iau notițele, iar în cealaltă se formulează întrebări. Răspunsul acestor întrebări se regăsește în notițe, astfel realizându-se și o organizare a informației scrise.

Întrebare	Notițe
-----------	--------

3. Foaia se împarte pe trei coloane. În prima coloană se iau notițele și se formulează întrebările. În a doua coloană se notează cuvintele cheie, iar în a treia coloană se formulează ideile principale. Aduagă reflecțiile tale legate de materialul studiat!

Notițe	Cuvinte cheie	Idei principale
Întrebări		
Autorefecții		

4. Foaia se împarte în trei coloane. În prima coloană se notează ideile principale. În cea de-a doua se scriu notițele. În cea de-a treia se elaborează rezumatul.

Idei principale	Notițe	Rezumat
-----------------	--------	---------

🚦 Utilizează **tehnica S-V-I-V-C!** (Știu- Vreau să știu- Am învățat- Vreau să știu mai mult- Cum pot să învăț mai mult) (M.-D. Bocoș, 2013)

În rubrica Știu (S) vei completa cunoștințele pe care le ai în legătură cu tema discutată. Această rubrică o vei completa înainte de studierea noii lecții.

În rubrica Vreau să știu (V) vei completa ceea ce îți dorești să știi în legătură cu tema discutată. După desfășurarea lecției vei completa, fie la sfârșitul orei, fie acasă următoarele trei rubrici astfel:

În rubrica Am învățat (I) vei completa cunoștințele noi pe care le-ai dobândit în urma desfășurării lecției și le vei compara cu ceea ce ai dorit să știi înainte de începerea lecției;

În rubrica Vreau să știu mai mult (V) vei completa acele aspecte sau informații pe care vrei să le aprofundezi ca umare a ceea ce ai învățat.

În rubrica Cum pot să învăț mai mult (C) vei completa metodele, activitățile pe care le întreprinde pentru a aprofunda informațiile dobândite.

🚦 Utilizează **tehnica bazată pe exerciții SPIR!** (adaptare după I. Neacșu, 2015, p. 132)

Tehnica SPIR reprezintă, în esență, un mod de abordare a lecturii prin exerciții de învățare selectivă, dar profundă a ideilor-sinteză din textul de lectură.

Esențiale în desfășurarea acestei tehnici sunt următoarele etape:

S (Survey) - survolare- explorează perceptiv-mental, cu abordarea generală textul;

P (Preview) - realizează o preselectie anticipativă a ceea ce te interesează;

I (Inview) - analizează textul în detaliu, urmărind esența acestuia;

R (Review) - recapitulează complet, cu acțiuni de revedere a conținutului din perspectiva elementelor importante identificate, urmate de structurarea și notează ceea ce ai reținut/ învățat din lectura efectuată.

🚦 Utilizează **tehnica lecturii prin modelul RICAR!** (adaptare după I. Neacșu, 2015, p. 132)

Răsfoire (R) – Parcurge textul propus, stabilindu-ți un plan de organizare a ideilor!

Întrebări (I) – Formulează un set de întrebări!

Citirea propriu-zisă (C) – Citește cu atenție textul, identifică tema și ideile principale! Ierarhizează ideile după importanță!

Aprofundarea mesajului (A) – Reține, consemnează și aprofundează ideile prioritare!

Recapitulare (R) – Revezi, verifică și sintetizează cele reținute! Stabilește noi corelații, fă evaluări și realizează transferuri între cunoștințe!

🚦 Utilizează **învățarea predictiv-evaluativă prin strategia PORPE!** (adaptare după I. Neacșu, 2015, p. 135)

P (Predict) - Anticipează, fă predicții asupra textului!

O (Organize) - Organizează conținutul pentru a fi studiat eficace!

R (Rehearse) - Treci repetitiv în revistă ideile esențiale cu mici relatări personale!

P (Practice) - Practică învățarea, aplicând procedeele dovedite ca fiind eficiente!

E (Evaluate) - Evaluează-ți mesajele inițiale și fixează-le ca ansamblu integrat de idei!

✚ Utilizează **tehnica lecturii cu redactare de text (LRT)**!

1. Citește textul și introdu-l în context!
2. Formulează ideile principale!
3. Elaborează un plan de idei al textului!
4. Realizează o prezentare personală a ideilor sistematizate!
5. Revizuește/ completează planul de idei!(adaptare după I.Neacșu, 2015, p. 136).

Anca, M.-I., Bocoș, M.-D. (2017), *Managementul clasei de elevi. Curriculum de suport pentru liceele pedagogice*, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.

Prof. consilier școlar, CJRAE Alba, Anca Monica-Iuliana