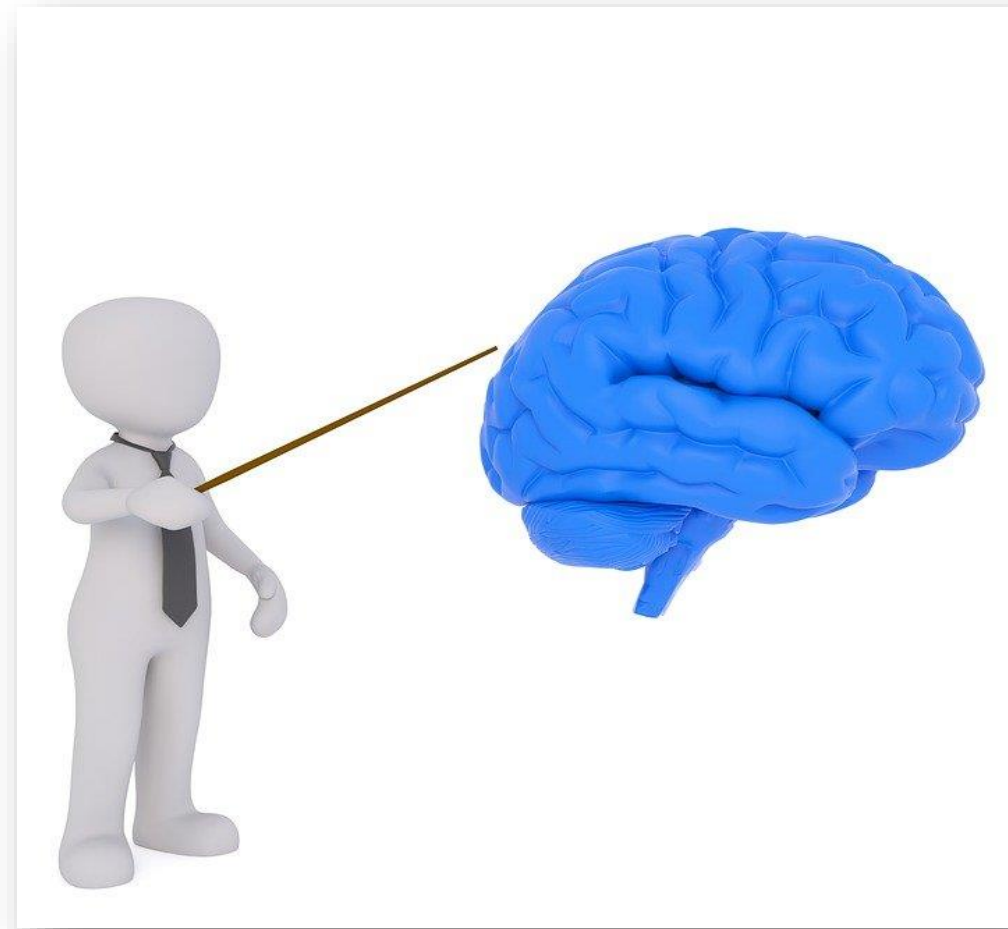


Νοηματική μάθηση: ή πώς μαθαίνει ο εγκέφαλός σας



Πατήστε το κουμπί
για να ξεκινήσετε!

Ας εμβραθύνουμε...



Θέλετε να μάθετε πώς
μαθαίνει το μυαλό σας;

Παρακαλώ, πατήστε ένα από τα δύο
παρακάτω κουμπιά!

Ναι,
παρακαλώ!

Γιατί είναι
σημαντικό;

Γιατί είναι σημαντικό;

Η νοηματική μάθηση βασίζεται στις τελευταίες επιστημονικές έρευνες για το μυαλό. Αυτό θα σας βοηθήσει να κατανοήσετε πώς λειτουργεί ο εγκέφαλός σας, ώστε να αυξήσετε τα κίνητρά σας και να μαθαίνετε πιο αποτελεσματικά, σε όλη σας τη ζωή.

Σε αυτό το μάθημα, μπορείτε να μάθετε πώς να...



- ✓ Απολαύστε το ταξίδι της μάθησης.
- ✓ Μάθετε καλύτερα, γρηγορότερα και ευκολότερα.
- ✓ Βελτιώστε τη μνήμη και τα κίνητρά σας.
- ✓ Συμμετοχή σε ζεύγη ή μικρές ομάδες.
- ✓ Να αποκτήσετε κίνητρα για τον εαυτό σας και να γίνετε πιο επιτυχημένοι.
- ✓ Να βελτιώσετε την απόδοσή σας

Πώς λειτουργεί ο
εγκέφαλος;

Πώς λειτουργεί ο εγκέφαλος;



**"Η μάθηση
είναι η
δημιουργία
νέων
συνδέσεων,
η εξάσκηση
τους κρατάει
ενισχυμένους...
"**

Τι λέει η επιστήμη...

Ο ανθρώπινος εγκέφαλος περιέχει 100 δισεκατομμύρια νευρώνες συνδεδεμένους και διατεταγμένους σε μοτίβα. Πρόκειται για νευρικές συνδέσεις. Όταν μαθαίνετε νέες πληροφορίες, μια νέα δεξιότητα ή μια νέα συμπεριφορά, τότε ο εγκέφαλός σας δημιουργεί συνδέσεις μεταξύ των νευρώνων, αντικαθιστώντας κάποιες από αυτές που χάνονται με την πάροδο του χρόνου.

... και τι σημαίνει αυτό;

Όσο περισσότερο μαθαίνετε και εξασκείστε, τόσο ισχυρότερες γίνονται οι νευρικές συνδέσεις. Έτσι, όσο πιο εύκολο είναι για τον εγκέφαλό σας να μεταδίδει αποτελεσματικά πληροφορίες και εμπειρίες και να τις αποθηκεύει για εύκολη πρόσβαση αργότερα.

Ωραία, θέλω να μάθω περισσότερα!

Όλα αυτά είναι καλά, αλλά...

Μπορείτε να βοηθήσετε τον εγκέφαλό σας να μάθει καλύτερα!

Κόλπο 1

Σας παρουσιάζουμε μερικά κόλπα.

Πρέπει να επαναλάβετε και να προσπαθήσετε να εφαρμόσετε τις πληροφορίες.

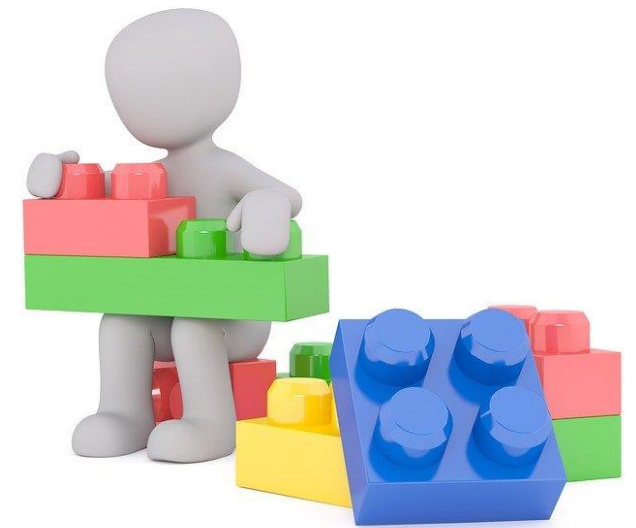
Πώς; Μπορείτε να εξηγήσετε κάτι σε έναν φίλο ή να απαντήσετε σε ερωτήσεις.

Προσπαθείτε να αναπτύξετε τις δεξιότητές σας στη δημόσια ομιλία; Απλά πηγαίνετε μπροστά στους συναδέλφους σας και κάντε μια σύντομη παρουσίαση.

Κόλπο 2

Δημιουργήστε μια σύνδεση μεταξύ των σκέψεων, των συναισθημάτων και της πρακτικής σας.

Έτσι, οι ισχυρές αναμνήσεις εμπλέκουν όλες τις αισθήσεις και χρησιμοποιούν τα συναισθήματα και τα συναισθήματα. Απολαύστε τη μαθησιακή σας εμπειρία!



Επόμενο...

Μπορείτε να βοηθήσετε τον μυαλό σας να μάθει καλύτερα!

Κόλπο 3

Αν βλέπετε και μυρίζετε (ή ακούτε) κάτι, είναι πιο πιθανό να το θυμάστε.

Σκεφτείτε ένα λουλούδι, μυρίζει; Ή σκεφτείτε τα κύματα της θάλασσας, μπορείτε να τα ακούσετε;

Κόλπο 4

Αν βιώσετε μια συναισθηματική αντίδραση σε κάτι (φόβο, θυμό, ευτυχία ή αγάπη), η μνήμη ενισχύεται φυσικά.

Αυτό εξηγεί γιατί τα ιδιαίτερα συναισθηματικά γεγονότα (γέννηση, γάμος, διαζύγιο και θάνατος) γίνονται αξέχαστα. Θυμάσαι?

Η μάθηση δεν τελειώνει ποτέ...

Θέλουμε να σας παρουσιάσουμε ένα νέο στυλ μάθησης.



Αλήθεια, θέλω να μάθω περισσότερα!

Όχι, ευχαριστώ!

Όλα αυτά είναι καλά, αλλά...

Με την ησυχία σας!

Όταν είστε έτοιμοι να μάθετε περισσότερες πληροφορίες για το πώς λειτουργεί το μυαλό σας, απλά ξεκινήστε αυτή την εφαρμογή από την αρχή και πατήστε τα σωστά κουμπιά για να κάνετε το ταξίδι μαζί μας!



Η μάθηση δεν τελειώνει ποτέ...

Πατήστε το κουμπί
για να ξεκινήσετε
ξανά!

Θέλουμε να σας παρουσιάσουμε ένα νέο στυλ μάθησης.

Αυτό είναι το σύστημα 2 - 3 - 4.

Γνωρίζουμε ότι ο εγκέφαλος είναι δυναμικός, με μεγάλη ικανότητα να αλλάζει, να αναπτύσσεται και να αναδιοργανώνεται. Αυτή είναι η νευροπλαστικότητα.

Το 1994, η έρευνα των Geoffrey Caine και Renate Nummela Caine κατέληξε στο συμπέρασμα ότι οι μαθητές είχαν αυξημένη συγκράτηση και κατανόηση των θεμάτων όταν χρησιμοποιούν μια διδασκαλία βασισμένη στο μυαλό. Ανέπτυξαν 12 αρχές μάθησης που βασίζονται στον εγκέφαλο.

Η νέα μας μέθοδος βασίζεται στις κύριες αρχές μάθησης που βασίζονται στο μυαλό. Το καθιστούμε έτοιμο να εφαρμοστεί για τη βελτίωση των μαθησιακών σας εμπειριών. Κάθε αρχή δίνει συμβουλές που είναι εύκολες στη χρήση.



Ποιο σύστημα?

Ένα νέο εργαλείο για εσάς: σύστημα 2 - 3 - 4.

Η μάθηση διευκολύνεται αν υπάρχει σύνδεση μεταξύ: του νου, του συναισθήματος και της πρακτικής. Θυμάσαι; Η μάθηση είναι η δημιουργία νέων συνδέσεων, η εξάσκηση είναι να τις διατηρούμε ενισχυμένες...



Το σχήμα μας 2 - 3 - 4 βασίζεται στα ακόλουθα στοιχεία:

2 - Δύο υγιή μέρη: ένα υγιές μυαλό σε ένα υγιές σώμα

3 - Τρία θετικά συναισθήματα

4 - Τέσσερις πρακτικές εμπειρίες

Παρακαλούμε, προχωρήστε παρακάτω για να μάθετε περισσότερα για το σύστημα 2 - 3 - 4 και πώς να το εφαρμόσετε για να ενισχύσετε τη μάθησή σας, στην καθημερινή σας ζωή.

Τι είναι το 2?



2= ένα υγιές μυαλό σε ένα υγιές σώμα

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 1 - Ένα υγιές σώμα προάγει ένα υγιές μυαλό

"Η εισαγωγή διαλειμμάτων για περπάτημα ή περισσότερη κίνηση κατά τη διάρκεια μαθησιακών δραστηριοτήτων είναι ευεργετική για το μυαλό σας.

Επιτρέψτε στον εαυτό σας να κάνει διαλείμματα για περπάτημα κατά τη διάρκεια των μαθημάτων. "

Τι να κάνετε: Περπατήστε και μιλήστε



Επόμενο...



2= ένα υγιές μυαλό σε ένα υγιές σώμα

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 2 - Λιγότερο άγχος για αποτελεσματικότερη μάθηση

Η βέλτιστη κατάσταση του νου για τη μάθηση είναι η χαλαρή επίγνωση, ένας συνδυασμός χαμηλής απειλής και υψηλής πρόκλησης.

Τι να κάνετε: Χαλαρώστε και μάθετε!
Μαθαίνω να χαλαρώνω!





3 Θετικά συναισθήματα

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 3 - Η προσοχή είναι το κλειδί για το ξεκλείδωμα της μνήμης

Όσο πιο προσεκτικοί είστε, τόσο πιο πρόθυμοι είστε να μάθετε και να σκεφτείτε αποτελεσματικά. Όταν αισθάνεστε ικανοί, παραμένετε κινητοποιημένοι.

Να κάνετε: Να είστε παρόντες, εδώ και τώρα!



Επόμενο...



3 Θετικά συναισθήματα

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 4 - Κάντε το ουσιαστικό

Αιχμαλωτίστε το νου σας με ένα θέμα που έχει νόημα και είναι σχετικό εφαρμόζοντας τις πληροφορίες στην πραγματική σας ζωή ή σε γνωστές καταστάσεις, θα τις βρείτε ουσιαστικές.



Να κάνετε: Απολαύστε το ταξίδι της μάθησης!

Επόμενο...



3 Θετικά συναισθήματα

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 5 - Τα συναισθήματα είναι σημαντικά

Τα συναισθήματα είναι ενέργεια που διεγείρει τη μάθηση. Μπορούν να έχουν θετικό ή αρνητικό αντίκτυπο στα κίνητρά σας. Τα συναισθήματα διεγείρουν την προσοχή των μαθητών και ενισχύουν τη διαδικασία μάθησης.

Να κάνετε: Να έχετε μια καλή μαθησιακή εμπειρία!





4 Πρακτικές εμπειρίες

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 6 - Η αλληλοδιδασκαλία ενισχύει την κατανόηση

Όταν διδάσκετε τους συναδέλφους σας, σας βοηθά να επαναλαμβάνετε και να οργανώνετε τις πληροφορίες.

Τι να κάνετε: Πείτε μου. . . τι μάθαμε;



Επόμενο...



4 Πρακτικές εμπειρίες

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 7 - Η μάθηση βελτιώνεται μέσω της πρακτικής

Πρακτικές εφαρμογές και δοκιμές εξασφαλίζουν μακροχρόνιες συνδέσεις με επαναχρησιμοποίηση πληροφοριών. Αυτά είναι πιο αποτελεσματικά από την απλή απομνημόνευση.

Τι να κάνετε: Απλά κάντε το!



Επόμενο...

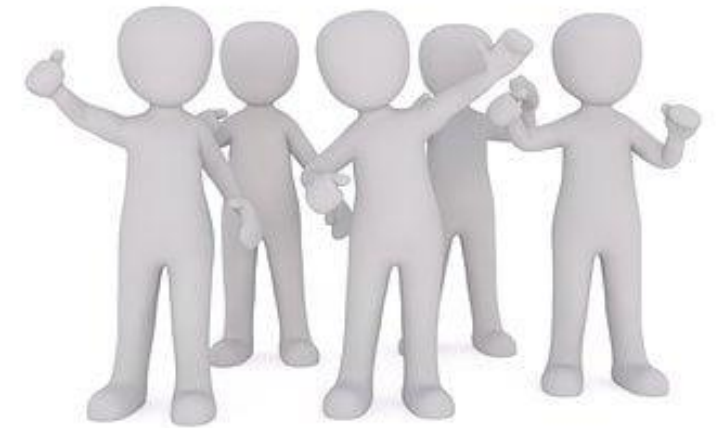


4 Πρακτικές εμπειρίες

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 8 - Το μυαλό είναι ένα δίκτυο

Η εργασία σε ομάδες σας επιτρέπει να μαθαίνετε ο ένας από τον άλλον (όχι μόνο από τον καθηγητή). Η συνεργασία είναι ένας εξαιρετικά αποτελεσματικός τρόπος μάθησης.

Τι να κάνετε: Συνδεθείτε μεταξύ σας!



Επόμενο...

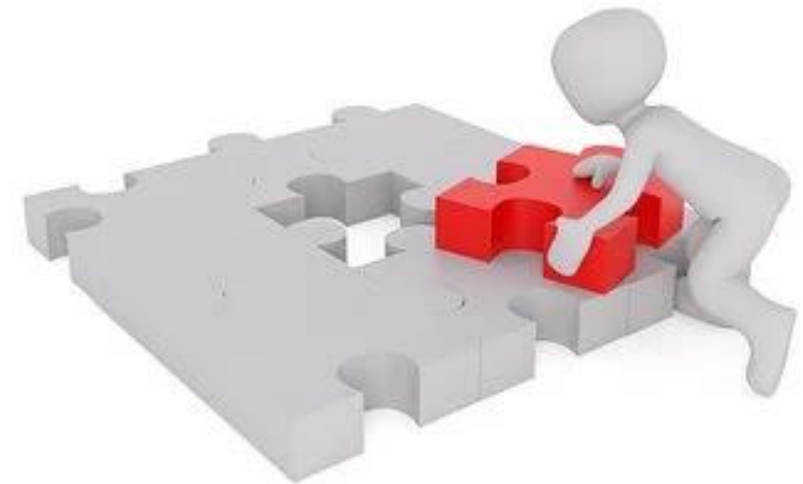


4 Πρακτικές εμπειρίες

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 9 - Ενεργοποίηση του μυαλού

Η διατήρηση της περιέργειάς σας μέσω του χιούμορ, των ερωτήσεων ή των παιχνιδιών διεγείρει τον μυαλό να επεξεργάζεται νέες πληροφορίες. Εμπνεύστε τους συναδέλφους σας και ενθαρρύνετε τους!

Τι να κάνετε: Είστε ο καλύτερος!



Ας επαναλάβουμε!

Ας επαναλάβουμε!



Παρακαλώ, πατήστε
το κουμπί για να
συνεχίσετε!

Τι μάθαμε...

Στο τέλος αυτού του μαθήματος, είστε σε θέση να...



- ✓ Απολαύσετε το ταξίδι της μάθησης
- ✓ Μάθετε καλύτερα, γρηγορότερα και ευκολότερα
- ✓ Βελτιώστε τη μνήμη και τα κίνητρά σας
- ✓ Εργαστείτε σε ζεύγη ή μικρές ομάδες
- ✓ Να αποκτήσετε κίνητρα για τον εαυτό σας και να γίνετε πιο επιτυχημένοι
- ✓ Βελτιώστε τη δουλειά σας. . . λέγοντας το σε άλλους

Παρακαλούμε
πατήστε το κουμπί
για να τερματίσετε
αυτό το μάθημα!