

DETERMINAREA TEHNICILOR MODERNE UTILIZATE LA INSTRUIREA RAPIDĂ ȘI EFICIENTĂ A STUDENȚILOR

SERAFIMA SOROCHIN, *lect. univ.*

*Universitatea Tehnică a Moldovei, Bd. Ștefan cel Mare, 168, Chișinău, Moldova
Serafima.sorochin@srco.utm.md*

LILIA SAVA, *dr., conf. univ.*

*Universitatea Tehnică a Moldovei, Bd. Ștefan cel Mare, 168, Chișinău, Moldova
lilia.sava@srco.utm.md*

PAVEL MOROZAN, *inginer*

*Universitatea Tehnică a Moldovei, Bd. Ștefan cel Mare, 168, Chișinău, Moldova
pavel.morozan@srco.utm.md*

Abstrcat

The motivation of learning is vital for learning efficiency, motivation is the engine of our entire behavior, and so of learning. To know the score of results and errors mobilizes and guides the learner, increasing performance and accuracy in assimilation of knowledge. One of the important factors that ensure the control, dynamics and progress in learning, directly influencing the motivational learning system, is the permanent knowledge of the learning outcomes. This factor acts as a motivational source in the learning process, increasing the person's degree of activism in relation to the learning tasks. The more interesting and meaningful is the material for each of us, the more learning and memorizing are faster and more efficient.

Key words: *Activity, information, knowledge, learning, material, motivation, planning, techniques, viewing information.*

GEL CLASIFICATION: **A , I , O.**

ÎNTRUDUCERE

Reguli de aur pentru instruirea rapidă și eficientă a studenților:

- Fixarea unui program zilnic riguros;
- Fixarea termenelor pentru toate sarcinile;
- Nu amânați unele sarcini importante numai pentru ca vă sunt neplăcute;
- Nu amânați unele sarcini importante numai pentru ca vă sunt neplăcute;
- Lăsați tot ce este neimportant. Multe așa-zise probleme au tendința de a se rezolva de la sine;
- Când abordați o problemă, încercați să o și finalizați;
- Învățați să spuneți NU. Întrebați-vă la fiecare nouă sarcină dacă sunteți persoana potrivită pentru a o îndeplini;
- Faceți-vă o regulă din a verifica periodic cum ați folosit timpul și încercați să găsiți căi de îmbunătățire a programului.

1. DEDICAREA ÎNVĂȚĂTURII PE TOT PARCURSUL VIEȚII

Pentru a ajunge „în vîrf”, ai nevoie să te specializezi continuu, să înveți și să te autoinstruiești mereu. Mai exact, trebuie să fii dedicat învățaturii pentru tot restul vieții. Școala te învață multe lucruri, dar, din nefericire, nu te învață și cel mai important lucru: „CUM ANUME” să înveți. ARTA de a dobîndi noi cunoștințe – de a ți le însuși și de a le “integra” în ansamblul cunoștințelor pe care le posezi deja – este mult mai importantă și mai valoroasă decît cunoștințele în sine. Cu toate acestea, nivelul actual al cunoștințelor și aptitudinilor se perimează într-un ritm mult mai rapid decît oricînd înainte. De aceea, trebuie să studiezi continuu în domeniul tău de activitate, să fii mereu la curent cu tot ce e nou și ce mai apare în specializarea ta. Pentru a reuși să “ții pasul” cu evoluția din domeniul tău, dar mai ales pentru a ajunge și pentru a te menține în topul profesio-

niștilor din ramura ta de activitate, trebuie să fii foarte eficient în a dobândi noi cunoștințe [Manolescu, M., 2014, pag.128].

2. CREIERUL-FABRICĂ DE GÎNDURI

Creierul uman tânjește mereu după noutate – el caută permanent numai lucruri neobișnuite, ciudate, neașteptate, care ies în evidență. Astfel, creierul se ocupă numai cu lucruri interesante și înmagazinează doar informațiile care contează, eliminând și ignorând lucrurile obișnuite, normale, de rutină sau plictisitoare, pe care le întâlnește. “Trucul” pentru a reține anumite informații – dar și pentru a te putea concentra, pentru a înțelege mai ușor și mai rapid un material nou, precum și pentru a-l reține timp îndelungat – este acesta: să-ți convingi creierul că aceste informații sunt deosebit de importante, chiar VITALE [Martin Schott., 2005, pag.59]

3.TEHNICI DE ÎNVĂȚARE RAPIDĂ ȘI EFICIENTĂ

Tehnicile de învățare au fost de fiecare dată modul cel mai accesibil și favorabil de exprimare a tuturor gândurilor noastre. Cele mai importante sunt:

- Învăță pe altcineva
- Vizualizează informațiile
- Pune-ți întrebări

Este important ca, atunci când le explici altora – și chiar și ție însuși – noile cunoștințe, să NU folosești exact cuvintele și formulările din textul inițial (cel pe care trebuie să-l înveți), ci să reformulezi textul cu cuvintele tale. Trebuie neapărat să elimini tonul formal și limbajul academic, dacă vrei să înveți cu adevărat. În schimb, trebuie să folosești un limbaj obișnuit și un ton conversațional, exact așa cum i-ai vorbi unui prieten drag.

Imaginile facilitează mult înțelegerea unui text și se memorează mult mai rapid decât cuvintele (imaginile îmbunătățesc cu pînă la 90 % capacitatea de înțelegere și memorare). De aceea, este bine ca să îți construiești cît mai multe scheme și diagrame structurate, pe baza noilor cunoștințe pe care trebuie să ți le însușești – scheme care să fie cît mai sugestive (să exprime relațiile, dependențele, dintre noțiuni) și (cuvintele-cheie să fie incluse în schemă, la locurile potrivite), eventual completate cu imagini sugestive.

Învățarea dirijată de întrebări este una dintre cele mai puternice și mai eficiente metode de învățare cunoscute vreodată. Se recomandă să folosești această metodă în studiul tău, fiind propriul tău profesor – adică fiind atît profesor (îți pui întrebări), cît și elev (răspunzi la ele). Se recomandă să nu începi niciodată citirea amănunțită a unui text, fără a avea în gînd o serie de întrebări la care dorești să obții răspunsuri [Manolescu, M., 2009, pag.125].

3. FORMULA DE ÎNVĂȚARE

Pentru a însuși cît mai rapid și eficient informația dorită, vă prezentăm care este formula de învățare, ea constă din următoarele puncte:

- Motivare pentru învățare
- Evaluarea performanței actuale
- Asimilarea de noi cunoștințe
- Dezvoltarea competenței prin practică
- Aplicarea celor învățate în activitatea zilnică [Manolescu, M., 2009, pag.28].

4. SOMNUL ȘI ÎNVĂȚAREA EFICIENTĂ

Nivelul reținerii e mai mare după somn, decît după o perioadă de veghe. În plus, după 2 ore de somn, datele se reasează la fel de bine ca după 8 ore de somn. Noaptea cu somn adînc și odihnitor au ca rezultate mai multă energie, un sistem imunitar mai puternic, o stare generală mai bună și chiar o viață mai lungă. Și 8 ore pe noapte pentru fiecare dintre noi pot fi suficiente, dar e foarte probabil că uneori nu ajungi la acest număr de ore, din mai multe considerente [5].

PLANIFICAREA – PROGRAMUL DE STUDIU INDIVIDUAL

Să detaliez.....

Presupunem că ai de reținut 80 de pagini. Intuitiv ajungi la concluzia că în 5 zile treci de două ori prin materie.

Și acum începi calculele:

☑ materia fiind grea, nu poți învăța mai mult de 2 pagini / oră (prima parcurgere)	40 de ore
☑ știi din experiență că repetarea îți ia cam 50% din timp	20 de ore
☑ timp pentru „finisare”	12-15 ore
Total	72-75 de ore
- Dacă numărul de ore de învățare pe zi alocate acelei materii este de 10	opt zile

Ai prea puțin timp la dispoziție? Vezi unde poți scădea numărul de ore (nu calitatea): poate un sfert din materie e mai ușoară (și mai tai, mai găsești scurtături și faci 35 de ore); repetarea ia mai puțin dacă ai folosit corect tehnicile de învățare (și atunci la prima repetare ai nevoie doar de 15 ore, iar la a doua de 10 ore și uite că deja ai câștigat 12-15 ore!).

Elaborează un plan

Ziua	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
repetari	invatare initiala	.	3-5	.	.	1-2	.	.	.	1-2
pauza	.	p	.	p	p	.	p	p	p	.

Program de învățare special conceput pentru lipsa de timp din sesiune <http://www.tehnicideinvatareexamene.rs.ro/>

5. ÎNVĂȚAREA PASIVĂ ȘI ACTIVĂ, PREZENTATĂ PROCENTUAL ÎN FORMA UNEI PIRAMIDE, ACCETUÎND IMPORTANȚA LUCRURILOR, ȘI ANUME:

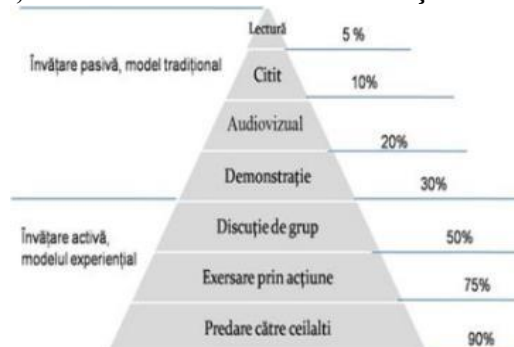


Fig.1 Învățarea activă și pasivă [Manolescu, M., 2009, pag.67]

De aici putem concluziona că o pondere mai mare o are învățarea activă și anume predarea către ceilalți, care este o metodă rentabilă de a însuși cât mai efectiv materialul, însă observăm că cea mai mică pondere o are învățarea pasivă și anume lectura. În era dezvoltării rapide a tehnologiilor moderne, putem cu certitudine afirma, că majoritatea populației, citește în formă electronică, pentru accesibilitatea înaltă.

Recomandări: Specialiștii au observat cu mare atenție care este diferența dintre cei care învață accelerat și cei care învață încet. Ei au extras următoarele caracteristici ale studentului performant:

1. Învățarea este percepută ca relevantă de cel/cea care învață.

Asigură-te că ești motivat(ă). Asigură-te că ai un motiv bun pentru orice înveți și conștientizează-l.

2. Este foarte focalizat în „aici și acum”.

Monitorizează gândurile-interferență și „ideile bune”. Dacă este necesar, notează separat ideile la care ai dori să te întorci mai târziu și continuă focalizarea pe acțiunea prezentă: învățarea.

1. Studentul este angajat total în procesul învățării.

Asociază -te total în procesul învățării.

2. Toate simțurile sunt implicate în procesul învățării.

Întotdeauna folosește o metodă combinată de învățare vizuală, auditivă și kinestezică.

3. Feedback-ul este mai important decât succesul sau eșecul.

Fii îngăduitor cu propriile erori. Întotdeauna află ce învățătură poți extrage din rezultatul obținut (succes sau eșec).

4. Studentul este în concordanță cu ritmul lui natural de învățare

Fă pauze bine gândite, chiar și atunci când învățarea funcționează bine.

5. Proceesează ceea ce se învață.

Alocă suficient timp pentru somn, astfel încât să procesezi ceea ce înveți .

6. Efortul de învățare este recompensat frecvent .

Găsește căi creative pentru a te recompensa. Folosește des dialogul interior de încurajare. Separa învățarea în etape pe care să le poți gestiona cu ușurință și alocă recompense pentru parcurgerea fiecărei etape. [Oprea, C.L., 2011]

Tabelul 1. Factori cheie ce ar trebui luați în considerație pentru învățare

FACTORI CHEIE CE AR TREBUI LUAȚI ÎN CONSIDERAȚIE PENTRU ÎNVĂȚARE	
PLANIFICAREA	PERIOADELE OPTIME DE ÎNVĂȚARE
MEMORIA SELECTIVĂ ȘI RELAȚIILE LOGICE ÎNTRE INFORMAȚII	SISTEMATIZAREA INFORMAȚIEI
SURSELE DE INFORMARE	TEHNICILE ȘI INSTRUMENTELE DE MEMORARE
LIMBAJUL NONVERBAL ÎN EXAMEN ȘI IMPLICAȚIILE ACESTUIA	SOMNUL ȘI ÎNVĂȚAREA EFICIENTĂ

Sursa tabelului: [Oprea, C.L., 2011]

CONCLUZIE

Motivația este un element cheie în pregătirea minții pentru învățare. Dacă, de fiecare dată când vă propuneți să învățați ceva, vă ve-ți acorda câteva secunde pentru a vă răspunde la întrebarea: Care este scopul pentru care învăț acest material? Astfel, vă ve-ți programa mintea să fie atentă și interesantă. Pentru a vă accelera memorarea, va trebui să acordați procesului de instruire un timp cât mai scurt. O modalitate prin care puteți face asta este eliminarea timpilor irosiți cu reînvățarea lucrurilor deja cunoscute. Trebuie să vă focalizați asupra informațiilor noi. Descoperind care este modalitatea care predomină în cazul dumneavoastră în receptarea informației, ve-ți utiliza materiale corespunzătoare și vă ve-ți accelera învățarea, prin eliminarea barierelor inutile. Unii receptează informațiile preponderent pe cale vizuală, reacționând la scheme, culori, forme, texte scrise, aspectul persoanelor, chipul acestora etc. Alții sunt preponderent auditivi, având nevoie să citească cu glas tare sau să audă informația înregistrată, să audă muzica, efecte sonore, zgomote în fundal. O altă categorie receptează informațiile pe cale tactilă, prin pipăit, prin folosirea mâinilor și degetelor, prin percepții fizice sau emoționale.

BIBLIOGRAFIE:

1. Manolescu, M. Activitatea evaluativă între cogniție și metacogniție. București: Meteor Press, 2014, pag. 129
2. Manolescu, M. Evaluarea universitară. Metode, tehnici, instrumente. București: Meteor Press, 2009, pag.218
3. Martin Schott. Misterioasa putere a gândurilor. Prima ediție , Germania 2005, pag.97
4. Oprea, C.L. Strategii didactice interactive. București: E.D.P. 2011, pag.117
5. <http://www.cheiasuccesului.ro/2014/09/3-tehnici-de-invatare-rapida-si-eficienta#axzz3rxuIRgoj>
6. <http://subiecte.citatepedia.ro/despre.php?s=creier>