

# JAK ROBIĆ NOTATKI Z TEKSTU?

Chcesz uczyć się produktywnie i sprawić, że nauka będzie dla Ciebie przyjemniejsza? Trudno Ci przyswoić dużą ilość materiału? Zdecydowana większość uczniów prowadzi notatki, dlatego przedstawiamy wam metody, które pomogą Ci w sporządzaniu ich. Dzięki nim będziesz mógł zapamiętać wiele zagadnień, pojęć i treści w krótszym czasie, które zapadną Ci w pamięć i zostaną w niej na dłużej. Zachęcamy do wypróbowania tych metod!

## NOTOWAĆ RĘCZNIE, CZY NA LAPTOPIE?



Wydawać by się mogło, że prowadzenie notatek na laptopie czy komputerze jest wygodniejsze i szybsze, jednak z badań wynika, że jest to mniej efektywny sposób. Dzieje się tak dlatego, że pisząc ręcznie aktywnie słuchamy i skupiamy swoją uwagę, przyswajamy więcej wiedzy, zamiast spisywać słowo w słowo.

## NAUKA AKTYWNA



Jest to metoda polegająca na odpytywaniu samego siebie. Warto tworzyć swoje notatki tak, aby w łatwy sposób móc odpowiadać na dane zagadnienia, na przykład zamiast notować w formie ciągłego tekstu lepiej konstruować pytania wraz z odpowiedziami na nie. Następnie zakryć odpowiedź i przepytwać siebie aż do momentu, w którym odpowiemy na dane pytanie poprawnie lub wyczerpująco.

## METODA CORNELLA



Jest to praktyka, która sprawdzi się w szkole, gdy w szybkim tempie musimy zanotować dużą ilość materiału. Polega ona na podzieleniu kartki na 4 kategorie:

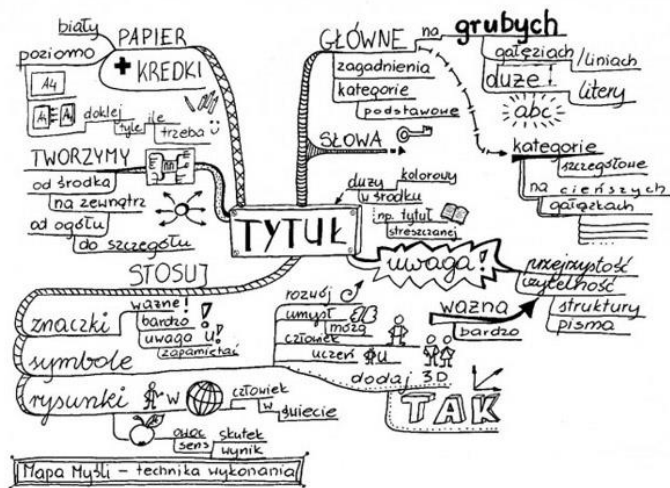
- Na samej górze zapisujemy temat, czego dotyczy notatka oraz datę
- Środek przeznaczamy na notatkę
- Węższą rubrykę zapełniamy odniesieniami do notatki, czyli na przykład słowami kluczowymi, które podsumowują to co zapisaliśmy, które będą tworzyć podrozdziały
- Ostatnią część to miejsce na dodatkowe informacje oraz wnioski

Warto stosować tą metodę, ponieważ zmusza nas do uporządkowywania informacji, wyłapywania istotnych rzeczy. Sprawi, że będziemy więcej rozumieć.

## TWÓRZ NOTATKI POD SIEBIE

Warto się dzielić z innymi swoimi notatkami i pomagać sobie nawzajem w nauce, jednak twoje notatki powinny służyć przede wszystkim tobie, dlatego używaj w nich swoich własnych skojarzeń, słów, rysunków, które pomogą ci się uczyć. Warto również parafrazować, czyli używać własnych słów, aby wyrazić coś co zostało powiedziane przez inną osobę. Aby to zrobić możemy sobie wyobrazić, że próbujemy komuś coś wytłumaczyć.

## MAPY MYŚLI



Mapy myśli są przykładem notatek nielinearnych i są jednymi z najskuteczniejszych form notowania. Sprawdzają się podczas samodzielnej nauki. Tworzy się je poprzez napisanie na środku zagadnienia i rozszerzania go na kolejne pod zagadnienia poprzez strzałki, symbole i różne elementy graficzne. Jeśli jesteś osobą, która lubi rysować, tworzyć różne grafiki powinieneś wypróbować tę metodę. Skuteczne notatki są kluczem do bycia skutecznie przygotowanym.

Mamy nadzieję, że powyższe metody będą dla was pomocne i przyczynią się do poprawy waszych wyników w nauce. Powodzenia!!!

