

федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования

Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова
Министерства здравоохранения Российской Федерации

(Сеченовский Университет)

Институт психологии и социальной работы

Кафедра педагогики и медицинской психологии

Методические материалы по дисциплине:

Персональная эффективность

основная профессиональная образовательная программа высшего образования -
программа специалитета

КОД Наименование ОП: 31.05.02 Педиатрия

**Персональная
эффективность**

Как наш мозг усваивает новые
знания: когнитивные процессы и
учебные умения?

Часть 1: Восприятие и внимание

Эффективное обучение

МОРЕ

Опишите море 10 прилагательными. Какое оно?

МОДАЛЬНОСТЬ

Сенсорное качество ощущения;
его принадлежность к определенной
сенсорной системе

6 органов чувств – 6 видов внешних ощущений



Язык – вкус –
вкусовая модальность



Кожа – осязание –
тактильная модальность



Глаза – зрение –
визуальная модальность



Уши – слух – аудиальная
модальность



Нос – обоняние –
ольфакторная модальность



Вестибулярный аппарат –
чувство равновесия и
положения в пространстве

ВЕДУЩАЯ МОДАЛЬНОСТЬ

- сенсорная система, занимающая доминирующее положение при восприятии информации / познании окружающего мира; «главная» сенсорная система
- у разных видов: люди – зрение; собаки – обоняние; летучие мыши – слух
- у разных индивидов внутри одного вида (у людей):
 - Визуальная
 - Аудиальная
 - Кинестетическая

МУЛЬТИ- МОДАЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ

- В широком смысле – любое восприятие мультимодально, так как мы всегда получаем информацию от нескольких сенсорных систем
- В узком смысле – способность нервной системы интегрировать сигналы различных модальностей для того, чтобы улучшить обнаружение или распознавание неоднозначного стимула. Например, чтение по губам – мультимодальный процесс, активирующий разные зоны мозга

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ?

- Знай свой ведущий тип модальности и используй его, когда работаешь с материалом самостоятельно
- Готовя доклад или презентацию, используй разные модальности, чтобы донести информацию до всех

РАБОТА В ГРУППАХ:

У вас **10 минут** на то, чтобы подготовить
информационный блок длительностью
1 минута по теме
«Сердечно-легочная реанимация»,
используя только **ОДНУ** модальность

ВИДЕО:

<https://youtu.be/vJG6g8U2Mvo>

Перед вами тест на внимание

Ваша задача – сосчитать сколько раз
игроки **в белых майках** перебрасывают
друг другу мяч

ВНИМАНИЕ КАК СЕЛЕКТИВНАЯ УСТАНОВКА... *И НЕ ТОЛЬКО*

- Внимание – это...
 - состояние сфокусированности когнитивных ресурсов на определенном аспекте окружения и готовность нервной системы реагировать на стимулы (АРА)
 - целесообразная реакция организма, моментально улучшающая условия восприятия (Н.Н. Ланге)
 - направленность и сосредоточенность психической деятельности (Н.Ф. Добрынин)
- А существует ли вообще внимание?
- Эффекты внимания и невнимания

ВИДЫ ВНИМАНИЯ

- Произвольное, непроизвольное и послепроизвольное
- Непосредственное и опосредованное
- Интеллектуальное («внутреннее») и чувственное («внешнее»)

СВОЙСТВА ВНИМАНИЯ

- Направленность на объект
- Объем
- Интенсивность
- Селективность
- Сосредоточенность
- Распределенность
- Устойчивость
- Переключаемость

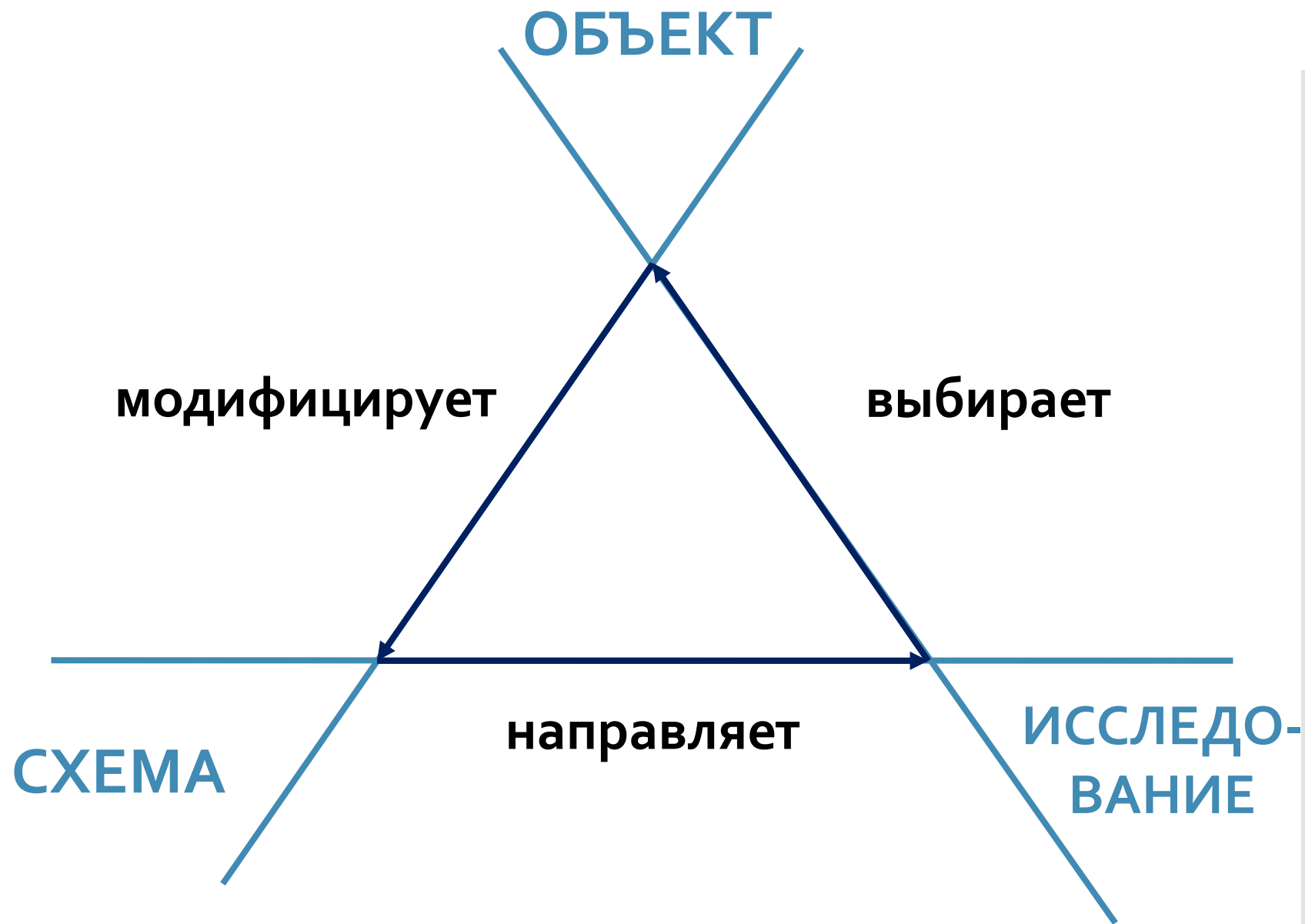
ПЕРЦЕПТИВНЫЙ
ЦИКЛ И
ПЕРЦЕПТИВНЫЕ
СХЕМЫ

Ульрик Найссер
(8.12.1928 –
17.2.2012)

- немецко-
американский
психолог,
«отец
КОГНИТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ»



ПЕРЦЕПТИВНЫЙ ЦИКЛ



ПЕРЦЕПТИВНАЯ СХЕМА

- Когнитивная структура «внутри» воспринимающего субъекта
- Носит обобщенный характер (не привязана ни к одной модальности)
- **Предвосхищает** то, что нужно для действия и направляет исследовательскую активность
- **Фиксирует**, организует и координирует индивидуальный опыт

Мы с Вале́й затейники. Мы всегда затеваем какие-нибудь игры. Один раз мы читали сказку «Три поро́сёнка». А потом стали играть. Сначала мы бегали по комнате, прыгали и кричали: — Нам не страшен серый волк! Потом мама ушла в магазин, а Валя сказала: — Давай, Петя, сделаем себе домик, как у тех поросят, что в сказке. Мы стащили с кровати одеяло и повесили им стол. Вот и получился дом. Мы залезли в него, а там темно-темно! Валя говорит:

— Вот и хорошо, что у нас свой дом! Мы всегда будем здесь жить и никого к себе не пустим, а если серый волк придёт, мы его прогоним. Я говорю: — Жалко, что у нас в домике нет окон, очень темно!

— Ничего, — говорит Валя. — У поросят ведь домики бывают без окон. Я спрашиваю: — А ты меня видишь?

— Нет, а ты меня?

— И я, — говорю, — нет. Я даже себя не вижу.

Вдруг меня кто-то как схватит за ногу! Я как закричу! Выскочил из-под стола, а Валя за мной!

— Что ты? — спрашивает.

— Меня, — говорю, — кто-то схватил за ногу. Может быть, серый волк?

Валя испугалась и бегом из комнаты. Я — за ней. Выбежали в коридор и дверь захлопнули. — Давай, — говорю, — дверь держать, чтобы он не открыл. Держали мы дверь, держали. Валя и говорит: — Может быть, там никого нет?

Я говорю: — А кто же тогда меня за ногу трогал?

— Это я, — говорит Валя, — я хотела узнать, где ты.

— Чего же ты раньше не сказала?

— Я, — говорит, — испугалась. Ты меня испугал.

Открыли мы дверь. В комнате никого нет. А к столу подойти всё-таки боимся: вдруг из-под него серый волк вылезет! Я говорю: — Пойди, сними одеяло. А Валя говорит: — Нет, ты пойди! Я говорю: — Там же никого нет.

— А может быть, есть!

Я подкрался на цыпочках к столу, дёрнул за край одеяла и бегом к двери. Одеяло упало, а под столом никого нет. Мы обрадовались. Хотели починить домик, только Валя говорит: — Вдруг опять кто-нибудь за ногу схватит! Так и не стали больше в "Три поро́сёнка" играть.

**А ТЕПЕРЬ
ЗАПИШИТЕ
ОТВЕТЫ НА
ВОПРОСЫ К
ТЕКСТУ:**

1. Из чего дети сделали домик?
2. Кто прятался за дверью, которую держали дети?
3. Почему в конце игры одеяло упало на пол?
4. Зачем Валя схватила Петю за ногу?
5. Почему дети не стали чинить домик?
6. Почему Валя выбежала из комнаты?
7. В какую сказку играли дети?
8. Почему Петя и Валя - затейники?
9. Почему Валю не расстроило отсутствие в домике окон?
10. Кто первым выскочил из-под стола?

**Персональная
эффективность**

Как наш мозг усваивает новые
знания: когнитивные процессы и
учебные умения?

Часть 3: Учебные умения

Эффективное обучение

**Проверка
домашнего
задания:
демонстрация
ментальных
карт по
известной теме**

- Было ли удобно работать с этим инструментом, что понравилось, что не понравилось?
- Насколько полно удалось отразить материал с помощью карты?
- Насколько четкая вышла структура?
- Достаточно ли связей представлено на карте?
- Насколько карта получилась «экономной»?

Что нужно
уметь, чтобы
эффективно
учиться?



Рефлексия

Задайте себе вопрос:
«А насколько сформированы мои
учебные умения?» и попытайтесь
оценить их сформированность по
шкале от 1 до 10, где 1 – совсем не
сформированы, а 10 – сформированы
полностью

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Универсальные учебные действия
(УУД): в широком значении - умение
учиться, способность субъекта к
саморазвитию и
самосовершенствованию путем
сознательного и активного присвоения
нового социального опыта

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Функции УУД

обеспечение возможностей обучающегося
самостоятельно

- осуществлять деятельность учения,
 - ставить учебные цели,
- искать и использовать необходимые средства и способы их достижения,
- контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности

создание условий для гармоничного развития личности
и ее самореализации на основе готовности к
непрерывному образованию

обеспечение успешного усвоения знаний,
формирования умений, навыков и компетентностей в
любой предметной области

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Виды УУД

КОММУНИКАТИВНЫЕ
(см. отдельный слайд)

ЛИЧНОСТНЫЕ

- Ценностно-смысловая ориентация
 - умение соотносить поступки с этическими принципами
 - знание моральных норм
 - умение выделить нравственный аспект поведения
- Ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях

РЕГУЛЯТИВНЫЕ

- целеполагание
- планирование
- прогнозирование
- контроль
- коррекция
- оценка
- саморегуляция

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- общеучебные универсальные действия
- логические универсальные действия
- постановка и решение проблемы

Познавательные УУД

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Общеучебные универсальные действия

- выделение и формулирование познавательной цели
- поиск и выделение необходимой информации
- структурирование знаний
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания
- выбор эффективных способов решения задач
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности
- смысловое чтение

Логические универсальные действия

- анализ объектов с целью выделения существенных признаков
- синтез
- выбор оснований и критериев для сравнения и классификации объектов
- подведение под понятие, выведение следствий
- установление причинно-следственных связей
- построение логической цепочки рассуждений, анализ истинности утверждений
- выдвижение гипотез и их обоснование

Постановка и решение проблемы

- формулирование проблемы
- самостоятельное создание алгоритмов (способов) деятельности при решении проблем творческого и поискового характера

Учебная деятельность

Учебные умения

Коммуникативные УУД

Обеспечивают:

- социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности
- умение слушать и вступать в диалог
- умение участвовать в коллективном обсуждении проблем
- способность интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками
- постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации
- разрешение конфликтов
- управление поведением партнера
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в

соответствии с задачами и условиями коммуникации

- владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации

Работа в группах

Каким способом / какими способами можно развить плохо сформированные учебные умения?

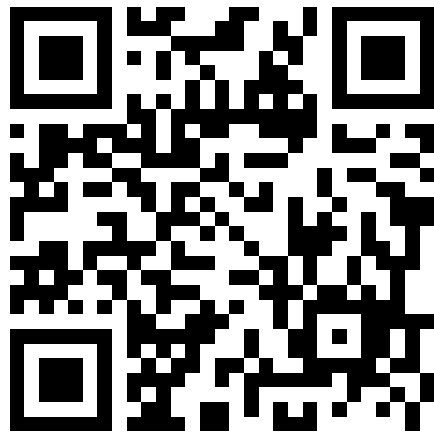
**Персональная
эффективность**

**Учимся учиться: принципы
эффективного обучения**

Эффективное обучение

Диагностика:
узнать
больше о
СВОИХ
учебных
ВОЗМОЖНОСТЯХ

- Опросник «Стиль саморегуляции учебной деятельности»
- Методика «Тип мышления»



Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Планирование** – особенности постановки и удержания учебных целей; способность учащегося придерживаться намеченного плана в психологически сложных условиях
- **Моделирование** - индивидуальная сформированность навыков, позволяющих выделить значимые для достижения учебной цели условия, быстро ориентироваться в меняющейся ситуации и выбирать соответственно условиям программу исполнительских учебных действий

Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Программирование** - индивидуальная развитость умения разрабатывать способы и методы достижения цели, определять последовательность исполнения учебных действий в процессе выполнения учебных заданий и построения ответа
- **Оценка результатов** - сформированность критериев успешности учебной деятельности, гибкость их изменения в условиях учебной подготовки, развитость процессов самоконтроля и самооценки результатов своей учебной деятельности, устойчивость этих процессов в условиях повышенной психической напряженности

Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Ответственность** - направленность учащегося обстоятельно анализировать ситуацию, учитывать последствия своих действий, выполнять все свои обязанности наилучшим образом
- **Надежность** - индивидуальная устойчивость функционирования системы саморегуляции учебной деятельности и ее процессов в ситуации помех, в условиях повышенной или пониженной психической напряженности, высокой или низкой мотивации обучения

Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Гибкость** – способность быстро и легко перестраивать систему СР и тактику поведения при изменении значимых внешних или внутренних условий учебной деятельности
- **Инициативность** – мера самостоятельной постановки целей и организации своих действий, направленных на достижение этих целей
- **Общий уровень саморегуляции** - общий уровень сформированности индивидуальной системы, осознанной саморегуляции произвольной активности, осознанность и взаимосвязанность в общей структуре индивидуальной регуляции

Групповая работа: Тип мышления и эффективное обучение

- Выбрать тему
- Придумать план занятия по ней так, чтобы объяснение материала проходило с опорой на один из типов мышления из методики «Тип мышления»

Предметно-действенное мышление	Абстрактно-символическое мышление	Словесно-логическое мышление	Наглядно-образное мышление
Усвоение информации через движение, создание чего-то руками	Усвоение информации с помощью математических кодов, формул и операций, чего-то, что нельзя потрогать или визуализировать	Выраженные вербальные способности, информация передается и воспринимается через текст	Информация воспринимается и передается через зрительные образы, картинки, представления и воображение

Групповая работа: Тип мышления и эффективное обучение

- Презентация подготовленных планов занятий
- Критерии оценки:
 - Удобство
 - Информативность
 - Наглядность

**Персональная
эффективность**

Как наш мозг усваивает новые
знания: когнитивные процессы и
учебные умения?

Часть 1: Восприятие и внимание

Эффективное обучение

МОРЕ

Опишите море 10 прилагательными. Какое оно?

МОДАЛЬНОСТЬ

Сенсорное качество ощущения;
его принадлежность к определенной
сенсорной системе

6 органов чувств – 6 видов внешних ощущений



Язык – вкус –
вкусовая модальность



Кожа – осязание –
тактильная модальность



Глаза – зрение –
визуальная модальность



Уши – слух – аудиальная
модальность



Нос – обоняние –
ольфакторная модальность



Вестибулярный аппарат –
чувство равновесия и
положения в пространстве

ВЕДУЩАЯ МОДАЛЬНОСТЬ

- сенсорная система, занимающая доминирующее положение при восприятии информации / познании окружающего мира; «главная» сенсорная система
- у разных видов: люди – зрение; собаки – обоняние; летучие мыши – слух
- у разных индивидов внутри одного вида (у людей):
 - Визуальная
 - Аудиальная
 - Кинестетическая

МУЛЬТИ- МОДАЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ

- В широком смысле – любое восприятие мультимодально, так как мы всегда получаем информацию от нескольких сенсорных систем
- В узком смысле – способность нервной системы интегрировать сигналы различных модальностей для того, чтобы улучшить обнаружение или распознавание неоднозначного стимула. Например, чтение по губам – мультимодальный процесс, активирующий разные зоны мозга

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ?

- Знай свой ведущий тип модальности и используй его, когда работаешь с материалом самостоятельно
- Готовя доклад или презентацию, используй разные модальности, чтобы донести информацию до всех

РАБОТА В ГРУППАХ:

У вас **10 минут** на то, чтобы подготовить
информационный блок длительностью
1 минута по теме
«Сердечно-легочная реанимация»,
используя только **ОДНУ** модальность

ВИДЕО:

<https://youtu.be/vJG6g8U2Mvo>

Перед вами тест на внимание

Ваша задача – сосчитать сколько раз
игроки **в белых майках** перебрасывают
друг другу мяч

ВНИМАНИЕ КАК СЕЛЕКТИВНАЯ УСТАНОВКА... *И НЕ ТОЛЬКО*

- Внимание – это...
 - состояние сфокусированности когнитивных ресурсов на определенном аспекте окружения и готовность нервной системы реагировать на стимулы (АРА)
 - целесообразная реакция организма, моментально улучшающая условия восприятия (Н.Н. Ланге)
 - направленность и сосредоточенность психической деятельности (Н.Ф. Добрынин)
- А существует ли вообще внимание?
- Эффекты внимания и невнимания

ВИДЫ ВНИМАНИЯ

- Произвольное, непроизвольное и послепроизвольное
- Непосредственное и опосредованное
- Интеллектуальное («внутреннее») и чувственное («внешнее»)

СВОЙСТВА ВНИМАНИЯ

- Направленность на объект
- Объем
- Интенсивность
- Селективность
- Сосредоточенность
- Распределенность
- Устойчивость
- Переключаемость

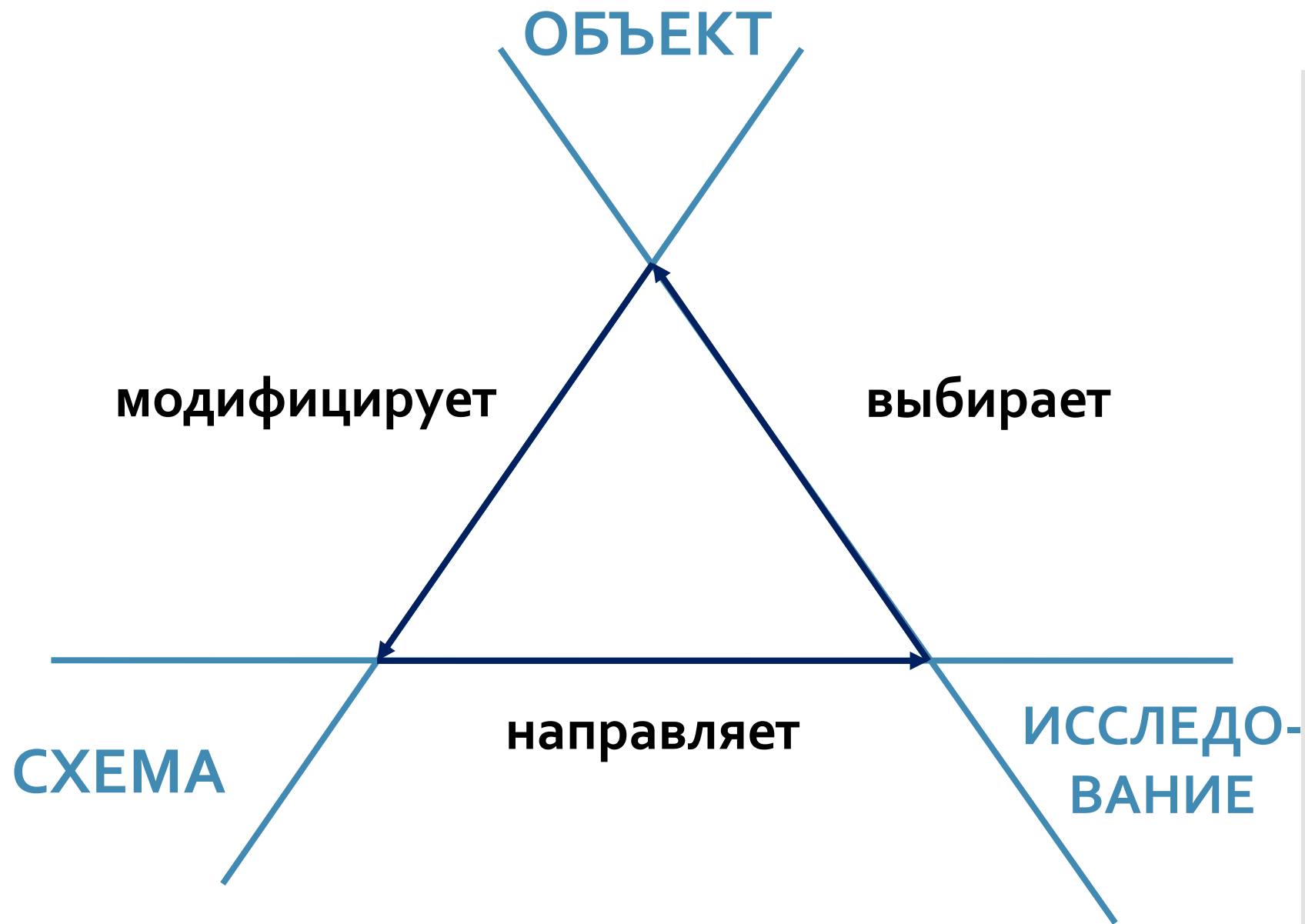
ПЕРЦЕПТИВНЫЙ
ЦИКЛ И
ПЕРЦЕПТИВНЫЕ
СХЕМЫ

Ульрик Найссер
(8.12.1928 –
17.2.2012)

- немецко-
американский
психолог,
«отец
КОГНИТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ»



ПЕРЦЕПТИВНЫЙ ЦИКЛ



ПЕРЦЕПТИВНАЯ СХЕМА

- Когнитивная структура «внутри» воспринимающего субъекта
- Носит обобщенный характер (не привязана ни к одной модальности)
- **Предвосхищает** то, что нужно для действия и направляет исследовательскую активность
- **Фиксирует**, организует и координирует индивидуальный опыт

Мы с Вале́й затейники. Мы всегда затеваем какие-нибудь игры. Один раз мы читали сказку «Три поро́сёнка». А потом стали играть. Сначала мы бегали по комнате, прыгали и кричали: — Нам не страшен серый волк! Потом мама ушла в магазин, а Валя сказала: — Давай, Петя, сделаем себе домик, как у тех поросят, что в сказке. Мы стащили с кровати одеяло и повесили им стол. Вот и получился дом. Мы залезли в него, а там темно-темно! Валя говорит:

— Вот и хорошо, что у нас свой дом! Мы всегда будем здесь жить и никого к себе не пустим, а если серый волк придёт, мы его прогоним. Я говорю: — Жалко, что у нас в домике нет окон, очень темно!

— Ничего, — говорит Валя. — У поросят ведь домики бывают без окон. Я спрашиваю: — А ты меня видишь?

— Нет, а ты меня?

— И я, — говорю, — нет. Я даже себя не вижу.

Вдруг меня кто-то как схватит за ногу! Я как закричу! Выскочил из-под стола, а Валя за мной!

— Что ты? — спрашивает.

— Меня, — говорю, — кто-то схватил за ногу. Может быть, серый волк?

Валя испугалась и бегом из комнаты. Я — за ней. Выбежали в коридор и дверь захлопнули. — Давай, — говорю, — дверь держать, чтобы он не открыл. Держали мы дверь, держали. Валя и говорит: — Может быть, там никого нет?

Я говорю: — А кто же тогда меня за ногу трогал?

— Это я, — говорит Валя, — я хотела узнать, где ты.

— Чего же ты раньше не сказала?

— Я, — говорит, — испугалась. Ты меня испугал.

Открыли мы дверь. В комнате никого нет. А к столу подойти всё-таки боимся: вдруг из-под него серый волк вылезет! Я говорю: — Пойди, сними одеяло. А Валя говорит: — Нет, ты пойди! Я говорю: — Там же никого нет.

— А может быть, есть!

Я подкрался на цыпочках к столу, дёрнул за край одеяла и бегом к двери. Одеяло упало, а под столом никого нет. Мы обрадовались. Хотели починить домик, только Валя говорит: — Вдруг опять кто-нибудь за ногу схватит! Так и не стали больше в "Три поро́сёнка" играть.

**А ТЕПЕРЬ
ЗАПИШИТЕ
ОТВЕТЫ НА
ВОПРОСЫ К
ТЕКСТУ:**

1. Из чего дети сделали домик?
2. Кто прятался за дверью, которую держали дети?
3. Почему в конце игры одеяло упало на пол?
4. Зачем Валя схватила Петю за ногу?
5. Почему дети не стали чинить домик?
6. Почему Валя выбежала из комнаты?
7. В какую сказку играли дети?
8. Почему Петя и Валя - затейники?
9. Почему Валю не расстроило отсутствие в домике окон?
10. Кто первым выскочил из-под стола?

**Персональная
эффективность**

Как наш мозг усваивает новые
знания: когнитивные процессы и
учебные умения?

Часть 3: Учебные умения

Эффективное обучение

**Проверка
домашнего
задания:
демонстрация
ментальных
карт по
известной теме**

- Было ли удобно работать с этим инструментом, что понравилось, что не понравилось?
- Насколько полно удалось отразить материал с помощью карты?
- Насколько четкая вышла структура?
- Достаточно ли связей представлено на карте?
- Насколько карта получилась «экономной»?

Что нужно
уметь, чтобы
эффективно
учиться?



Рефлексия

Задайте себе вопрос:
«А насколько сформированы мои
учебные умения?» и попытайтесь
оценить их сформированность по
шкале от 1 до 10, где 1 – совсем не
сформированы, а 10 – сформированы
полностью

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Универсальные учебные действия
(УУД): в широком значении - умение
учиться, способность субъекта к
саморазвитию и
самосовершенствованию путем
сознательного и активного присвоения
нового социального опыта

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Функции УУД

обеспечение возможностей обучающегося
самостоятельно

- осуществлять деятельность учения,
 - ставить учебные цели,
- искать и использовать необходимые средства и способы их достижения,
- контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности

создание условий для гармоничного развития личности
и ее самореализации на основе готовности к
непрерывному образованию

обеспечение успешного усвоения знаний,
формирования умений, навыков и компетентностей в
любой предметной области

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Виды УУД

КОММУНИКАТИВНЫЕ
(см. отдельный слайд)

ЛИЧНОСТНЫЕ

- Ценностно-смысловая ориентация
 - умение соотносить поступки с этическими принципами
 - знание моральных норм
 - умение выделить нравственный аспект поведения
- Ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях

РЕГУЛЯТИВНЫЕ

- целеполагание
- планирование
- прогнозирование
- контроль
- коррекция
- оценка
- саморегуляция

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- общеучебные универсальные действия
- логические универсальные действия
- постановка и решение проблемы

Познавательные УУД

Учебная
деятельность

Учебные
умения

Общеучебные универсальные действия

- выделение и формулирование познавательной цели
- поиск и выделение необходимой информации
- структурирование знаний
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания
- выбор эффективных способов решения задач
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности
- смысловое чтение

Логические универсальные действия

- анализ объектов с целью выделения существенных признаков
- синтез
- выбор оснований и критериев для сравнения и классификации объектов
- подведение под понятие, выведение следствий
- установление причинно-следственных связей
- построение логической цепочки рассуждений, анализ истинности утверждений
- выдвижение гипотез и их обоснование

Постановка и решение проблемы

- формулирование проблемы
- самостоятельное создание алгоритмов (способов) деятельности при решении проблем творческого и поискового характера

Учебная деятельность

Учебные умения

Коммуникативные УУД

Обеспечивают:

- социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности
- умение слушать и вступать в диалог
- умение участвовать в коллективном обсуждении проблем
- способность интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками
- постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации
- разрешение конфликтов
- управление поведением партнера
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в

соответствии с задачами и условиями коммуникации

- владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации

Работа в группах

Каким способом / какими способами можно развить плохо сформированные учебные умения?

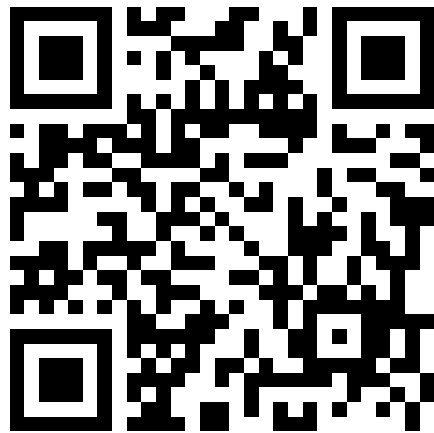
**Персональная
эффективность**

**Учимся учиться: принципы
эффективного обучения**

Эффективное обучение

Диагностика:
узнать
больше о
СВОИХ
учебных
ВОЗМОЖНОСТЯХ

- Опросник «Стиль саморегуляции учебной деятельности»
- Методика «Тип мышления»



Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Планирование** – особенности постановки и удержания учебных целей; способность учащегося придерживаться намеченного плана в психологически сложных условиях
- **Моделирование** - индивидуальная сформированность навыков, позволяющих выделить значимые для достижения учебной цели условия, быстро ориентироваться в меняющейся ситуации и выбирать соответственно условиям программу исполнительских учебных действий

Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Программирование** - индивидуальная развитость умения разрабатывать способы и методы достижения цели, определять последовательность исполнения учебных действий в процессе выполнения учебных заданий и построения ответа
- **Оценка результатов** - сформированность критериев успешности учебной деятельности, гибкость их изменения в условиях учебной подготовки, развитость процессов самоконтроля и самооценки результатов своей учебной деятельности, устойчивость этих процессов в условиях повышенной психической напряженности

Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Ответственность** - направленность учащегося обстоятельно анализировать ситуацию, учитывать последствия своих действий, выполнять все свои обязанности наилучшим образом
- **Надежность** - индивидуальная устойчивость функционирования системы саморегуляции учебной деятельности и ее процессов в ситуации помех, в условиях повышенной или пониженной психической напряженности, высокой или низкой мотивации обучения

Шкалы опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности»

- **Гибкость** – способность быстро и легко перестраивать систему СР и тактику поведения при изменении значимых внешних или внутренних условий учебной деятельности
- **Инициативность** – мера самостоятельной постановки целей и организации своих действий, направленных на достижение этих целей
- **Общий уровень саморегуляции** - общий уровень сформированности индивидуальной системы, осознанной саморегуляции произвольной активности, осознанность и взаимосвязанность в общей структуре индивидуальной регуляции

Групповая работа: Тип мышления и эффективное обучение

- Выбрать тему
- Придумать план занятия по ней так, чтобы объяснение материала проходило с опорой на один из типов мышления из методики «Тип мышления»

Предметно-действенное мышление	Абстрактно-символическое мышление	Словесно-логическое мышление	Наглядно-образное мышление
Усвоение информации через движение, создание чего-то руками	Усвоение информации с помощью математических кодов, формул и операций, чего-то, что нельзя потрогать или визуализировать	Выраженные вербальные способности, информация передается и воспринимается через текст	Информация воспринимается и передается через зрительные образы, картинки, представления и воображение

Групповая работа: Тип мышления и эффективное обучение

- Презентация подготовленных планов занятий
- Критерии оценки:
 - Удобство
 - Информативность
 - Наглядность