

Διδασκαλία Δεξιοτήτων Ζωής

Σημειώσεις

MK 1020

Μάριος Γούδας

Θέμα: Σημειώσεις

Δεξιότητες Μάθησης 14/11/2024

- **Σημασία**
 - Ενίσχυση της μάθησης
 - Έμφαση της διάλεξης
 - Πηγή για μελλοντική χρήση
- **Πριν τη διάλεξη**
 - Να φτάσετε εγκαίρως στην αίθουσα
 - Να βρείτε μια θέση από την οποία θα βλέπετε και ακούτε καθαρά
 - Προετοιμαστείτε από πριν γι αυτά που θα ακούσετε
 - Έχετε μαζί σας όποιο σχετικό υλικό έχει δοθεί από πριν από τον/την διδάσκοντα
 - Σιγουρευτείτε ότι έχετε τα απαραίτητα (χαρτί, μολύβι) για να γράψετε.
- **Κατά τη διάρκεια της διάλεξης**
 - Βάλτε ημερομηνία και αριθμήστε τη σελίδα
 - Αφήστε μια στήλη από αριστερά ή από δεξιά για περιθώριο. α) κατάλληλες ερωτήσεις που θα σας βοηθήσουν να κάνετε μια σύντομη ανασκόπηση σε όσα ακούσατε είτε β) επισημάνσεις για τις σημειώσεις πχ με τι συνδέεται κάποιο μέρος της διάλεξης ή σε τι αφορά ένα παράδειγμα
 - Οργανώστε την δομή των σημειώσεων.
 - **Στα κύρια σημεία της διάλεξης**
 - Στις συγκεκριμένες πληροφορίες
 - Στον τρόπο με τον οποίο συνδέονται οι διάφορες απόψεις
 - **Στις υποενότητες της διάλεξης**
- **Μετά τη διάλεξη**
 - Κάντε μια επανάληψη των σημειώσεων όσο το δυνατό γρηγορότερα μετά από τη διάλεξη
 - Ελέγξτε την ακρίβεια των σημειώσεων σας
 - Προσπαθήστε να ελέγξετε αν είναι κατανοητές σε σας.

Σελ./ 1

Απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις για να αξιολογήσετε τις προσωπικές σας σημειώσεις. Να είστε ειλικρινείς! Βαθμολογήστε την κάθε ερώτηση από 0 έως 10. Στο μηδέν αντιστοιχεί το 'ΟΧΙ' και στο 10 το 'ΝΑΙ'.

		Βαθμολογία
1	Οι σημειώσεις έχουν ημερομηνία	
2	Ο τίτλος της διάλεξης δηλώνεται καθαρά	
3	Επιπρόσθετες επικεφαλίδες σημειώνονται καθαρά	
4	Τα διαφορετικά σημεία και οι ιδέες της διάλεξης διακρίνονται ξεκάθαρα μεταξύ τους	
5	Οι σημειώσεις είναι έτσι οργανωμένες έτσι ώστε να μπορείς να διακρίνεις πως συνδέονται οι κύριες ιδέες με τις λεπτομέρειες	
6	Υπάρχει επαρκές κενό μεταξύ των σημειώσεων για να μπορείς να προσθέσω και άλλες κατά τη μελέτη	
7	Υπάρχουν συνδυαστικές φράσεις που δείχνουν πως συνδέονται οι διαφορετικές ιδέες	
8	Έχω αφήσει αρκετό περιθώριο δεξιά ή αριστερά στο οποίο έχω βάλει ερωτήσεις ή επισημάνσεις	
9	Οι σημειώσεις είναι ευανάγνωστες	
10	Οι σημειώσεις είναι σε μορφή που μπορούν να αρχειοθετηθούν	
ΣΥΝΟΛΟ		

Σημασία Καταγραφής Σημειώσεων

- **Ενίσχυση της μάθησης**
- Συμβάλλει στην ενεργή συμμετοχή σε μια διάλεξη
- Πηγή για μελλοντική χρήση

Καταγραφή Σημειώσεων & Μάθηση

- Η «σωστή» καταγραφή σημειώσεων ενισχύει τη μάθηση:
- Η καταγραφή ενισχύει την απομνημόνευση
- Η καταγραφή ευνοεί τη δημιουργία συνδέσεων
- «Generation Effect» ή «φαινόμενο δημιουργικής υπεροχής»
 - Τα άτομα κατανοούν καλύτερα και διατηρούν περισσότερο στη μνήμη υλικό που έχουν δημιουργήσει

Φαινόμενο δημιουργικής υπεροχής

Οι δραστηριότητες του φαινομένου δημιουργικής υπεροχής μπορεί να διαφέρουν ως προς τη μορφή και να χρησιμοποιούν διαφορετικά επίπεδα γνωστικής επεξεργασίας:

Επιφανειακή Επεξεργασία:

- Αναδιάταξη γραμμάτων ή συμπλήρωση γραμμάτων που λείπουν σε μια λέξη
- Τεστ αναγνώρισης

Βαθιά επεξεργασία:

- Συσχέτιση δύο εννοιών μεταξύ τους
- Δημιουργία μιας ιεραρχίας σχέσεων μεταξύ των στοιχείων του μαθησιακού υλικού
- Δημιουργία και απάντηση ερωτήσεων για το μαθησιακό υλικό
- Περίληψη αποσπασμάτων του μαθησιακού υλικού

Διατύπωση ερωτήσεων από το εκπαιδευόμενο

- Η Διατύπωση ερωτήσεων από το εκπαιδευόμενο κατά τη διάρκεια ή μετά το διάβασμα ενός κειμένου είναι πιο ωφέλιμη στρατηγική για τη διατήρηση τη μάθησης από τη δημιουργία μιας περίληψής μετά την ανάγνωση του (King, 1992).

Απαιτητική Διαδικασία

- Η αποτελεσματική καταγραφή σημειώσεων απαιτεί **μεγάλη γνωστική προσπάθεια** γιατί απαιτεί ταυτόχρονα:
 - Κατανόηση όσων λέγονται & παρουσιάζονται
 - Αξιολόγηση όσων λέγονται & παρουσιάζονται
 - Ταξινόμηση/οργάνωση
 - Καταγραφή

Απαιτητική Διαδικασία

- Απαιτεί ένα αποτελεσματικό συνδυασμό
- Επεξεργασίας και κατανόησης
- Παραγωγής κειμένου

- Η δραστηριότητα καταγραφής μπορεί να εστιαστεί:
- **στην κατανόηση (ακούω/κατανοώ) και σημειώνω τα απολύτως απαραίτητα**
- στην καταγραφή όσο το δυνατόν περισσότερων πληροφοριών χωρίς ιδιαίτερη έμφαση στην κατανόηση

Πρακτικά Θέματα

- Χρησιμοποιήστε τετράδια μεγάλου μεγέθους (πχ A4)
- Χρησιμοποιήστε ένα τετράδιο για κάθε μάθημα (ή 1 θέμα για κάθε μάθημα)
- Αφήστε μεγάλα κενά όταν σημειώνετε
- Αναπτύξτε συντομογραφίες που θα χρησιμοποιείτε συστηματικά

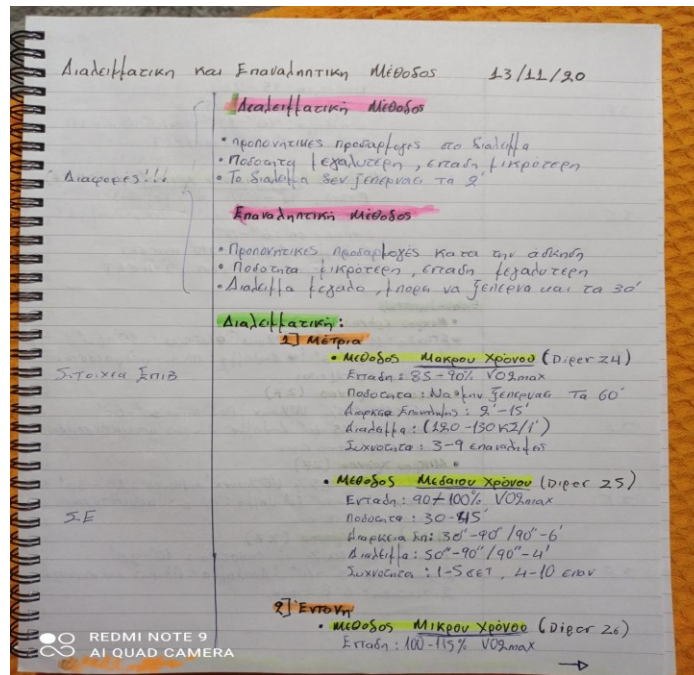
Απαραίτητες ενέργειες πριν τη διάλεξη

- - Να φτάσετε εγκαίρως στην αίθουσα
- - Να βρείτε μια θέση από την οποία θα βλέπετε και ακούτε καθαρά
- - Προετοιμαστείτε από πριν γι αυτά που θα ακούσετε
- - Έχετε μαζί σας όποιο σχετικό υλικό έχει δοθεί από πριν από τον/την διδάσκοντα
- - Σιγουρευτείτε ότι έχετε τα απαραίτητα (χαρτί , μολύβι, στίλο διαφορετικά χρώματα) για να γράψετε.

Απαραίτητες ενέργειες κατά τη διάρκεια της διάλεξης

- Βάλτε ημερομηνία και αριθμήστε τη σελίδα
- **Αφήστε μια στήλη από αριστερά ή από δεξιά για περιθώριο.**
 - Σ' αυτή την στήλη μετά τη διάλεξη προσπαθήστε να σημειώσετε: είτε α) κατάλληλες ερωτήσεις που θα σας βοηθήσουν να κάνετε μια σύντομη ανασκόπηση σε όσα ακούσατε είτε β) επισημάνσεις για τις σημειώσεις πχ με τι συνδέεται κάποιο μέρος της διάλεξης ή σε τι αφορά ένα παράδειγμα
- Οργανώστε την δομή των σημειώσεων. Σημειώστε τον τίτλο της διάλεξης και προσπαθήστε να επικεντρωθείτε στα εξής:
 - Στα κύρια σημεία της διάλεξης
 - Στις συγκριμένες πληροφορίες
 - Στον τρόπο με τον οποίο συνδέονται οι διάφορες απόψεις
 - Στις υποενότητες της διάλεξης
- Προσπαθήστε να αντισταθείτε σε εξωτερικές και εσωτερικές επιρροές που σας αποσπούν την προσοχή.
- Προσπαθήστε να επεξεργάζεστε ενεργητικά αυτά που ακούτε. Δηλαδή, να σκέφτεστε, **τι λέγεται, πως λέγεται, το πλαίσιο μέσα στο οποίο λέγεται**
- Ακούτε προσεκτικά ό,τι λέγεται πριν προχωρήσετε σε κριτική.
- **Επικεντρωθείτε** στ κύριο θέμα και από όλα όσα ακούγονται μέσα στην αίθουσα δώσε ιδιαίτερη έμφαση σε ό,τι έχει σχέση με το περιεχόμενο του μαθήματος.
- Κρατήστε περιεκτικές σημειώσεις. Μην σημειώνετε οτιδήποτε λέγεται από τον ομιλητή.
- Χρησιμοποιείτε συντομογραφίες για να εξοικονομήσετε χρόνο
- Μη διστάζετε να ρωτάτε για ό,τι δεν καταλαβαίνετε

Σημειώσεις από 1 διάλεξη του μαθήματος της Ειδικής Αγωγής, για την ειδικότητα 11/12/19 «Ανοσία»	
	Τίτλος που περιγράφει μερική ομάδα ασθενειών Ευαισθητός ή απώλεια διακριτικής λειτουργίας σε σχέση έως ο προφορικός λόγος, η ικανότητα κινήσεων κ.α.
	• Λόσος Αιτελώνμε • 60% των περιπτώσεων άνοιας • μη αναστρέψιμη • απαιτείται φαρμακευτική αγωγή
Τι είναι; Δώστε έναν ορισμό	• Ορισμός: αμετάκλητη, εξελισσόμενη ασθένεια που προσβάλλει εγκέφαλο ή καταλήγει σε πλήρη απώλεια της λειτουργίας των κινήσεων ή λειτουργιών του κεντρικού νευρικού συστήματος • Παράγοντες κινδύνου εμφάνισής: ηλικιακή ηλικία, τρέφεται • τρεφόμενοι
Πώς επιβεβαιώνεται σήμερα την νόσηση; Γιατί;	• Σήμερα, είναι σημαντικό πρόβλημα για τη δημόσια υγεία αφού έχει επηρεάσει το προσδόκιμο ζωής
Πόσα είναι τα στάδια εξέλιξης του Αιτελώνμε; Ποια είναι τα στάδια αυτά;	• Στάδια εξέλιξης α) Πρωτογενή περίοδο • αφορμή 10-20 χρόνια πριν φανούν τα πρώτα συμπτώματα • ο εγκέφαλος συρρικνώνεται, αφού πεθαίνουν κυρίως οι • τσάρ • το άτομο γίνεται πιο γρήγορο
Τι εμφανίζει στο προσδόκιμο με στάδιο;	



Απαραίτητες ενέργειες μετά τη διάλεξη

- Κάντε μια επανάληψη των σημειώσεων όσο το δυνατό γρηγορότερα μετά από τη διάλεξη
-
- Ελέγξτε την ακρίβεια των σημειώσεων σας
-
- Προσπαθήστε να ελέγξετε αν είναι κατανοητές σε σας.
-

4^η Συνάντηση

Αποτελεσματικές Σημειώσεις

- Μερικές ημέρες πριν τη συνάντηση, ζητήστε από τους/τις επιβλεπόμενους να κρατήσουν σημειώσεις από 1 διάλεξη και να τις φέρουν στη συνάντηση. Εναλλακτικά μπορεί να φέρουν σημειώσεις που έχουν ήδη κρατήσει.

Στη συνάντηση

- Εξηγήστε α. γιατί είναι σημαντικό να κρατάμε σημειώσεις και β. τα σχετικά οφέλη
- Ζητήστε τους να αξιολογήσουν τις σημειώσεις που έφεραν στο Δ8 (Παραδοτέο). Συζητήστε σχετικά.
- Πως κρατάω σημειώσεις (που εστιάζω, τι μεταφέρω στο χαρτί)
- Δείξτε τους τη σωστή μορφή σημειώσεων:
 - A4, μάθημα, θέμα, ημερομηνία, αρίθμηση σελίδων, μεγάλα διαστήματα, στήλη αριστερά, σχόλια και ερωτήσεις στη στήλη αριστερά
- Ζητήστε να κρατήσουν σημειώσεις από 2 διαλέξεις (παραδοτέο) στη μορφή που τους δείξατε και να τις φέρουν στην επόμενη συνάντηση

Σημειώσεις Εργασίες (19/12)

Πρωτοετείς

- Δραστηριότητα 8
- Σημειώσεις από 2 διαλέξεις
 - Πρέπει να έχουν τη σωστή μορφή

Τεταρτοετείς

- Σημειώσεις από 1 διάλεξη
 - Πρέπει να έχουν τη σωστή μορφή