

Informatīvais materiāls**Mācīšanās mācīties****30.09.2016**

- Mācoties jaunas zināšanas, mūsu smadzenes veido jaunus neirālos savienojumus, tās attīstās.
- Cilvēka smadzenēs neirālo savienojumu veidošanās notiek 6 gadu vecumā, 16, 36, 66 un arī 96 gadu vecumā. Šis process notiek visu dzīvi.
- Cilvēka **uzmanības apjoms** ir atkarīgs arī no iepriekšējās pieredzes un zināšanām. Jo vairāk ir apjēgta informācija, jo vairāk to var uztvert.
- Cilvēks, kuram ir dziļāka izpratne par kaut ko, arī jauno ar iepriekšējo saistīto informāciju uztvers lielākā apjomā. Tātad vairāk uztvers tas, kurš vairāk zina.
- **Uzmanība** ir cilvēka apziņas stāvoklis, kas izpaužas spējā koncentrēties uz kaut ko ārējā vai iekšēja pasaulē.
- Netīšā uzmanība ir pievēršanās lietām vai parādībām notiek spontāni bez apzināta lēmuma vai gribas. *Piemēri:* Mākslinieks vai arhitekts, ejot pa ielu, pievērsīs uzmanību veclaicīgas mājas skaistumam, bet sētnieks – netīrumiem uz ielas. Skolotājs (piemēram, matemātikas) pievērsīs uzmanību nepareiziem aprēķiniem. Sociālais pedagogs uz klausot skolēnu dzirdēs ne tikai vārdos pateikto, bet arī uztvers intonāciju, ķermeņa kustības un spēs analizēt situāciju kontekstā.
- Cilvēka uzmanību vairāk pievērsīs jaunais, negaidītais, sarežģītais, intensīvais. **Informācijas izvēle ir saistīta arī ar mūsu vajadzībām un interesēm.** *Piemērs:* Ja būsims izsalkuši, uzmanību vairāk pievērsīsim vietām, kur pārdod kaut ko ēdamu, vai cilvēkiem, kuri kaut ko ēd. Reklāmās katrs pamanīs sev aktuālo.

- **Netīšo uzmanību nosaka arī iepriekšēja pieredze**, piemēram, svešā valodā mēs neuztversim neko no informācijas, ja to valodu nezināsīm, augu uzbūve mums nebūs interesanta, ja nebūs kādas priekšzināšanas, kas tie augi tādi vispār ir utt.
- **Tīšā uzmanība** ir cilvēka apzināta izvēle, tai ir noteikts mērķis. Piemērs: Lai atrisinātu kādu ne visai saistošu matemātisku vienādojumu, vai izlasītu skolotājas ieteiktu grāmatu, uzmanība apzināti ir jāvirza uz šo uzdevumu un jācenšas to tik ilgi noturēt, kamēr mērķis ir sasniegts.
- Tīšā uzmanība **prasa piepūli**, tāpēc cilvēkiem pārsvarā ir tendence izvēlēties interesantus darbus, kas prasa mazāku nervu sistēmas sasprindzinājumu.
- Taču, ja mēs darīsim tikai to, kas mums patīk, tad mūsu tīšā uzmanība neattīstīsies un arī darba spējas būs ļoti svārstīgas, atkarīgas no ieinteresētības pakāpes.
- Dažādiem cilvēkiem un pat vienam un tam pašam cilvēkam dažādos apstākļos uzmanība ir atšķirīga.
- **Uzmanības apjoms ir ierobežots.** Cilvēks ar lielu uzmanības apjomu var pamanīt vairāk priekšmetu, parādību vai to īpašību. Piemērs: Ja cilvēkam īsi mirkli ļauj aplūkot tabulu, kurā ir daudz burtu, tad viņš pamanīs tikai nedaudzus no tiem. Visbiežāk 5 līdz 6 burtus.
- Ja burti būs apvienoti vārdos, bet vārdi teikumos, tad tajā pašā īsajā laika sprīdī cilvēks pamanīs 5 līdz 6 vārdus vai teikumus. Tātad - tajā pašā laika sprīdī cilvēks pamanīs vairāk burtu.
- **Uzmanības koncentrācija** ir intensitāte, ar kādu mēs pievēršamies kādām lietām vai parādībām. Piemērs: Vai ķīmijas stundā mēs sekojam līdzī notiekošajam vai arī gaidām, kad grupas biedri visu izdarīs un gan jau pateiks rezultātu priekšā.
- **Uzmanības noturība** ir spēja saglabāt uzmanību ilgstoši. Tā saistīta gan ar cilvēka individuālajām īpatnībām, gan ar organisma vispārējo stāvokli. Nogurušam cilvēkam ir grūtāk noturēt uzmanību.

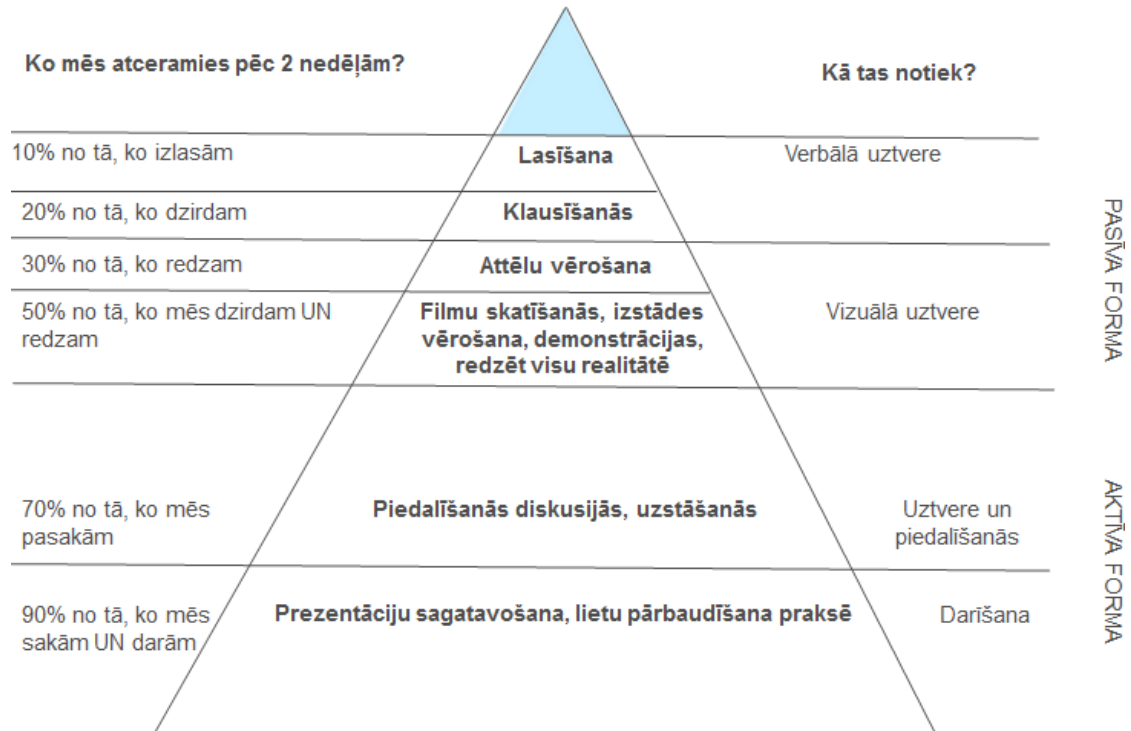
- **Uzmanības pārslēgšana** ir uzmanības pārņemšana no vienām lietām, uzdevumiem uz citām. Tā var būt gan tīša, gan netīša. Piemērs: Tu sarunājies ar kādu cilvēku un nedzirdi apkārt notiekošo, bet izdzirdot savu vārdu (vai sev zināmu cilvēku vārdu) citā sarunā, pārslēdz uzmanību uz to.
- **Uzmanības sadalīšana** nozīmē uzmanības lokā vienlaicīgi ietvert vairākus uzdevumus vai darbības. Piemērs: Skolēns vienlaikus raksta referātu, un skatās TV.



Kā mēs varam mācīties?

- Pašam lasot
- Mācoties skolā (klausoties skolotājā, citos skolēnos, mācoties kopā ar visiem)
- Mācoties kopā ar mentoru
- Mācoties darot
- Riskējot

MĀCĪŠANĀS PIRAMĪDA



Informācija apkopota, balstoties uz Latvijas Universitātes asociētās profesores Lindas Danielas prezentāciju "Mācīšanās mācīties"