



Projekts “Atbalsts vispārējās izglītības pedagogu nodrošināšanai prioritārajos mācību priekšmetos”

(Līgums Nr.2008/0001/1DP/1.2.1.2.2./08/IPIA/VIAA/002)

Ilze Kuhaļska

Dažādu iegaumēšanas metožu izmantošana angļu valodas apguvē

Ir neiespējami iedomāties pasauli bez atmiņas. Nebūtu nekāda AGRĀK, būtu tikai TAGAD, nekādu zināšanu un prasmju apguves un pilnveidošanas, seju atpazīšanas, vārdu un pagātnes notikumu atcerēšanās. Bez atmiņas mēs zaudētu sajūtu par to, kas esam. Atmiņa ir smadzeņu galvenā darbība, kuras uzdevums ir pamanīt, atpazīt un atcerēties eksistēšanai nepieciešamo informāciju. Saimons Heins (*Simon Haines*) apgalvo, ka cilvēku atmiņa ir gandrīz bez robežām- pieaudzis cilvēks spēj atcerēties no 20 000 līdz pat 100 000 vārdus, papildus tam viņi spēj apgūt arī tādas prasmes kā mašīnas vadīšana, svešvalodas, kā arī zināšanas, kuras nepieciešamas darbam un hobijiem. Nevar nepiekrīst šim apgalvojumam, jo jau 20.gs. 80.gados krievu zinātnieks un psihologs O.Andrejevs atklāja, ka cilvēki izmanto tikai 10 % savu smadzeņu jeb atmiņas. Tātad mums būtu jādara viss, lai paplašinātu mūsu atmiņas horizontus. Atmiņa ir ļoti cieši saistīta ar valodu. Ar valodas palīdzību cilvēks var izteikt savas domas un vajadzības daudz efektīvāk. Tomēr ir situācijas, kad vajadzīgais vārds aizmirstas, līdz ar to saziņas process ir traucēts. Visbiežāk šādas situācijas ir novērojamas komunicējot svešvalodā, un, it īpaši, tā gadās bērniem. Viņi mēdz aizmirst pat labi zināmus vārdus. Gadās arī pretējas situācijas, kad bērns atceras vārdu, kas nav visai bieži lietots, bet kaut kas šajā vārdā ir piesaistījis viņa uzmanību. Psihologi to sauc par mnemoniku jeb iegaumēšanas mākslu.

Pēdējo gadu desmitu iegaumēšanas process ir pētīts dažādos aspektos. Un tomēr iegaumēšanas un atcerēšanās problēma ir aktuāla arī mūsdienās, kad arvien palielinās

saņemtās informācijas apjoms, līdz ar to palielinās arī vajadzība pēc adekvāta vārdu krājuma. Protams, ir neiespējami iemācīties un atcerēties visu, bet, izmantojot dažas no turpmāk piedāvātajām metodēm, ir iespējams ievērojami palielināt iegaumētās informācijas apjomu, kā arī palielināt svešvalodas apgūšanas efektivitāti. Lai arī ir ļoti daudz iegaumēšanas tehniku, savā rakstā vēlētos koncentrēt uzmanību tikai uz tām tehnikām, kas saistītas ar svešvalodu apguvi.

Pats pirmais un galvenais, kas jāievēro mācoties, ir saprotamība, sistēma (sasaiste ar iepriekš zināmo) un kārtība. Ja mums skapī ir kārtība, mēs varam viegli atrast nepieciešamo lietu. Tieši tāpat arī darbojas mūsu smadzenes, ja, apgūstot mācību vielu, ir ievērota zināma struktūra, ir daudz vieglāk atsaukt atmiņā nepieciešamo informāciju. Strādājot skolā, esmu novērojusi interesantu faktu. Svešvalodu mācību grāmatas ir sadalītas tēmās, bet, pārsteidzošā kārtā, tas nav novērojams skolēnu pierakstu kladēs. Viņi vienkārši pārraksta jaunos vārdiņus kladē, numurējot tos pēc kārtas. Rezultātā, mācību gada beigās viņu kladēs (varbūt arī galvās) ir iespaidīgs skaits jauno vārdiņu, bet nav pilnīgi nekādas sistēmas. Tāpēc es skolēniem lūdzu rakstīt vārdiņus pa tēmām, piem., augļi, krāsas, transports utt. Katrai tēmai tiek atvēlēta viena lapaspuse. Tas ir arī ērti no tāda viedokļa, ka laika gaitā ir ļoti viegli papildināt vienas tēmas vārdiņus. Runājot līdzībās, šī sistēma ir līdzīga failu un folderu sistēmai datorā. Savukārt skolēniem ir viegli atrast nepieciešamo vārdu savā kladē- nav jāpārlasa visa klade, atliek tikai atšķirt vajadzīgo nodaļu. Tātad tas ir arī ievērojams laika ietaupījums. Vēl ir jāmin, ka mūsu atmiņa daudz vieglāk atceras vizuālus objektus, aptuveni 65 % cilvēku pēc uztveres tipiem pieder pie vizuālistiem. (Atgādināšu, ka ir pēc uztveres tipiem cilvēki dalās trīs tipos- vizuālisti (redze), audiālisti (dzirde) un kinestētiķi (kustības).) Tāpēc katru tēmu savās pierakstu kladēs var atbilstoši arī noformēt ar zīmējumiem, tabulām, grafikiem un attēliem, jo tie palīdz saglabāt informāciju smadzenēs vizuālu tēlu veidā. Var pat veidot „vārdu zīmējumus”. Piem., tēma „Body” (ķermenis):

head	
shoulder	shoulder
chest	
ribs	
waist	
leg	leg
knee	knee
ankle	ankle
foot	foot
toe	toe

Tomēr reizēm vienai tēmai tāpat ir diez gan daudz vārdu, piem. ēdiens. Šajā gadījumā der izmantot sadrumstalošanu (*chunking technique*)- lielās tēmas vārdi tiek sadalīti apakšnodaļās- t.i. tēmas „ēdiens” apakšnodaļas ir augļi, dārzeņi, dzērieni u.tml. Šī metode pārsvarā tiek izmantota, lai atcerētos skaitļus, un ir balstīta uz pieņēmumu, ka mūsu īstermiņa atmiņa var atcerēties tikai noteiktu skaitu informācijas (aptuveni 7 +/- 2 vienības uzreiz). Un pēdējā lieta, runājot par jauno vārdu apguvi, ir piltuvveida tehnika (*funnel technique*). Šī tehnika nozīmē, ka nebūtu ieteicams vienlaicīgi bērnam mācīt vārdus, kas aptver plašu tēmu loku (piem., ēdiens, ģimenes locekļi un laika apstākļi).

Pēc tam, kad jaunie vārdu ir ierakstīt kladē, seko mācīšanās jeb iegaumēšanas process. Arī šajā etapā var izmantot daudzas metodes, piem., fonētisko asociāciju metode. Tās būtība ir ļoti vienkārša- dzimtajā valodā ir jāatrod līdzīgs vārds (pēc izrunas), kas palīdzētu iegaumēt jauno svešvalodas vārdu. Piem., vārds **fish** [fi] izklausās tāpat kā krievu valodas vārds **Рыбка**. Tomēr reizēm ir ļoti grūti atrast vārdu, kas skanētu līdzīgi. Šajā gadījumā noderēs divu vai pat trīs vārdu savienojums. Piem. angļu valodas vārdam **mascot** [ˈmɒɛskɔt] krievu valodā ir divi vārdi МЕСмо un КОТ. Turklāt te noder arī secīgas asociācijas (*successive associations*) metode. Šajā gadījumā tas pats vārds **mascot** (talismans)- “МЕСтный КОТ был для всех талисманом (приносил всем счастье).” Šī metode ir ļoti iedarbīga, tomēr skolotājam jābūt piesardzīgam, īpaši izmantojot šo metodi ar maziem bērniem. Jo var notikt tā, ka asociācijas ir tik spēcīgas un krāsainas, ka īstais vārds tiek aizmirts.

Nākamā tehnika, kas ir ļoti tuva iepriekšējai, ir iedomāšanās metode (*imagery technique*). Šī tehnika iesaka veidot domās tēlu, kas varbūt nenozīmē to pašu, ko vārds, bet ir ļoti cieši saistīts ar vārdu. Piem., vārdu **gobble** (buldurēt), daži bērni var atcerēties, iedomājoties ļoti nepieklājīgu zēnu, kurš apēd ļoti ātri savu saldējumu, savukārt daži skolēni var iedomāties sivēnu, kurš ēd ļoti skaļi un ātri. Vizuālie tēli katram būs citi, jo katra skolēna dzīves pieredze ir atšķirīga. Skolotājam vajadzētu iedrošināt skolēnus dalīties ar saviem tēliem, ne tikai, lai dažādās pieredzes (tēli) palīdzētu iegaumēt, bet arī, lai atgādinātu, ka nav tikai viens absolūti pieņemams tēls. Protams, var gadīties, ka sākot izmantot šo tehniku, bērni būs neatsaucīgi, bet pamazām viņi atbrīvosies un līdz ar to arī viņu vizuālie tēli kļūs dažādāki un spilgtāki. Lai tēli būtu efektīvi (tātad, lai iemācītā informācija pēc iespējas ilgāk paliktu atmiņā), ir jāatceras daži priekšnoteikumi:

- Izmanto tikai pozitīvus un patīkamus tēlus. Smadzenes bieži „nobloķē” nepatīkamus tēlus.
- Izmanto krāsainus, dzīvus tēlus- tos ir vieglāk atcerēties nekā statiskus, blāvus tēlus.
- Izmanto visas maņas, lai kodētu informāciju- skaņas, smaržas, garšas, pieskārieni, kustības, kā arī attēli. Dažiem skolēniem ir nepieciešams kombinēt divas maņas.
- Padari tēlu trīsdimensionālu, kustīgu. Kustība palīdzēs gan atcerēties secību, gan aktivitāti.
- Pārspīlē tēla svarīgāko detaļu lielumu. Jo pārspīlētāks un absurdāks tēls, jo labāk iegaumējams.
- Izmanto humoru. Informācija ilgāk saglabājas atmiņā, ja tā ir saistīta ar kaut ko jautru un smieklīgu.

Nākamā tehnika ir ķēdes stāstījums (*narrative chain technique*). Šī tehnika ir balstīta uz stāsta veidošanu, iesaistot tekstā jaunos vārdus. Šī tehnika darbojas vislabāk, ja iegaumējamie vārdi ir saistīti, vienas tēmas (skatīt grupēšanas metodi iepriekš). Nākamais solis ir – veido nelielu stāstiņu dzimtajā valodā ar jaunajiem vārdiem angļiski. Piem., skolēnam ir jāiegaumē vārdi **think, catch, buy, fight, teach**, un

bring. Stāsts varētu būt šāds- Mamma nopirka (buy) kaķēnu un atnesa to mājās. Es domāju (think), ka viņš ķers (catch) peles, bet viņš sāka kauties (fight). Tāpēc es nolēmu viņu mācīt (teach). Un, ja skolēni vēl iztēlosies šo kaķēnu, tad visticamāk viņi iegaumēs jaunos vārdus. Galvenais šajā metodē ir tas pats, kas citās vizualizācijas metodēs- tēliem jābūt spilgtiem, krāsainiem, smieklīgiem vai dīvainiem.

Vēl kāda bieži lietota tehnika ir romiešu istaba (*Roman room*), dažreiz arī saukta Loci tehnika (*Loci technique*). Šai teknikai ir daudz variantu, tāpēc katrs var pielāgot to sev, atbilstoši savām personīgajām vajadzībām un iegaumējamiem vārdiem. Šī tehnika ir balstīta uz principu, ka skolēns iztēlojas vietu vai maršrutu, kuru viņš labi zina. Dažās no šīm telpas daļām/ maršruta pieturas punktiem tiek izvietoti jaunie vārdi, frāzes (piem., istabas mājās vai priekšmeti atvilkņē). Kā jau minēju iepriekš, šai teknikai ir daudz variantu. Tā var tikt veidota kā ceļojums pa pilsētu, apkārtni. Turklāt šī tehnika der ne tikai, lai iegaumētu lietvārdus. Skolēni var iegaumēt īpašības vārdus (green, high, deep), iedomājoties dārzu vai parku, darbības vārdus (swimming, running, eating) saistītus ar sporta centru, u.tml.

Šo tehniku var arī kombinēt ar jau iepriekš minēto ķēdes stāstījuma tehniku (*narrative chain technique*). Piem., skolēnam jāatceras, likums, kuriem darbības vārdiem 3. personā jāliek galotne **-es**, vienkāršās tagadnes laikā. Šajā gadījumā skolēniem ir tikai jāiegaumē pāris vārdi, kas beidzas ar nosauktajiem burtiem (**go**, **dress**, **mix**, **wash**, **watch**), un pārējie tiks veidoti analogiski. Tad skolēnam ir jāiztēlojas viņa dzīvoklis/ māja un agrs rīts, un tad tiek stāstīts stāsts- No rīta es pieceļos un **go** uz vannas istabu, tur es **wash** un **dress**. Tad es eju uz virtuvi un **mix** kaut ko ēdamu un tad es **watch**, kas sanāca. Ar maziem bērniem abas metodes var kombinēt ar fizisko atbildes tehniku (*physical response technique*). Šī metode liek skolēniem kustēties tā, lai viņu ķermenis un tā kustības ilustrētu vārdu. Piem., iegaumējot vārdu **grandmother**, skolēni iztēlojas un atdarina vecu sieviņu, kas sēž šūpuļkrēslā un ada zeķes mazbērniem. Tādejādi šī metode liek ķermenim un smadzenēm atcerēties veikto kustību. Turklāt, ja runā par uztveres tipiem, te tiek iesaistīti divi tipi- vizuālais plus kinestētiskais. Skolotājs nedrīkst aizmirst arī par

sejas izteiksmi. Arī tā ir viena no vizualizācijas veidiem, kas palīdz labāk iegaumēt un atcerēties jaunus vārdus.

Vizualizācijas un atdarināšanas metodes ir dabiskas sākumskolas vecumā, jo viņi lasa pasakas. Skolēniem ir interesanti kaut ko iztēloties un attēlot, un tāpēc arī veidojas pozitīva mācīšanās atmosfēra, jo skolēni nejūtas nobijušies un neveido atmiņas „blokus”, kas kavē iegaumēšanas procesu. Dažādās vizualizācijas metodes ļauj skolēniem būt radošiem un mācīšanās procesu uztvert ar prieku, tātad arī paaugstinot mācīšanās efektivitāti.

Tomēr šīm metodēm ir arī mīnusi- iespējams, skolēni jūtas nobijušies, daloties ar savām domām un iedomātajiem tēliem, jo īpaši, ja klase ir nedraudzīga. Reizēm skolēni šīs metodes uztver kā joku, tāpēc daudz laika prasa šo metožu iepazīstināšana un izmantošana. Šīs metodes arī ir jātrenē, jo tikai treniņi dod rezultātus.

Kā redzams, svešvalodu apguves process nebūt nav garlaicīgs. Turklāt, ja atceramies, ka atmiņā labāk paliek smieklīgi un pat reizēm muļķīgi tēli, tad svešvalodu mācīšanās process top par patīkamu laika pavadīšanu. Pamēģiniet. No savas pieredzes varu teikt, ka ir iespējams kombinēt vairākas no metodēm, iesaistot vairākus uztveres tipus (audiālo, vizuālo un kinestētisko), īpaši jau jaunākā vecuma skolas bērniem. Jo katrs skolēns ir un paliek individualitāte un katram var noderēt sava metode. Un šajā gadījumā skolotājs ir tā brīnumnūjiņa, kas, iespējams, skolēnam palīdzēs atrast savu mācīšanās jeb iegaumēšanas metodi.

Lai veicas! Un galvenais, centīsimies pierādīt, ka mēs tomēr izmantojam vairāk nekā 10% no savām smadzenēm.

Izmantotā literatūra:

1. Andrejevs O. Hromovs L. Ātrlasīšanas tehnika un atmiņas vingrināšana....
2. Geiselharts R. Burkarta K. Atmiņas trenēšana: koncentrēšanās tehnika. - R.: DE NOVO, 2003.- 127lpp.
3. Haines S., Stuart B. Memories are made of this.//New First Certificate, Masterclass.- Oxford: Oxford University Press - p.172
4. Holden W.R. Learning to learn: 15 vocabulary acquisition activities// - p. 42-46.
5. Слоненко Т.Б., Матюгин И.Ю. Как запоминать английские слова «РИПОЛ КЛАССИК», Москва, 2000, стр. 411
6. http://brain.web-us.com.memory/memory_and_related_learning_prin.htm
7. <http://homeworktips.about.com/gi/dynamis/offsite.htm>
8. http://www.mindtools.com/pages/article/new_TIM_00.htm
9. <http://studyhall.com/smemory.htm>
10. <http://utexas.edu/student/utlc/makinggrade/mnemonic.html>
11. <http://wci.wrdsb.on.ca/library/studyskills/memorizing.html>