

---

## SPIS TREŚCI

|              |   |
|--------------|---|
| <i>Wstęp</i> | 5 |
|--------------|---|

### CZĘŚĆ I

#### **BUDOWANIE SOLIDNYCH KORZENI UCZENIA SIĘ**

|                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Dlaczego uczenie się jest takie ważne?                            | 13 |
| 2. Czy jesteś skutecznym uczniem?                                    | 15 |
| 3. Ośiem błędnych przekonań na temat uczenia się                     | 17 |
| 4. Czym jest uczenie się?                                            | 24 |
| 5. Sześć typowych problemów związanych z uczeniem się                | 36 |
| 6. Rozwijanie sposobu myślenia umożliwiającego skuteczne uczenie się | 43 |
| 7. Czego się uczyć?                                                  | 61 |
| 8. Określanie celów uczenia się                                      | 77 |
| 9. Realizacja planu                                                  | 97 |

### CZĘŚĆ II

#### **WZMACNIANIE PNIA DRZEWA NAUKI**

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 10. Czym jest pień drzewa? | 103 |
|----------------------------|-----|

### CZĘŚĆ III

#### **PODLEWANIE DRZEWA NAUKI**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 11. Moc aktywnego przywoływania      | 109 |
| 12. Techniki skutecznego uczenia się | 110 |

CZĘŚĆ IV

**PRZYCINANIE DRZEWA UCZENIA SIĘ**

|                                                         |     |
|---------------------------------------------------------|-----|
| 13. Radzenie sobie z przeciążeniem nadmiarem informacji | 141 |
| 14. Niszczenie syndromu lśniącego obiektu               | 146 |

CZĘŚĆ V

**RÓŻNE TYPY UCZENIA SIĘ**

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 15. Uczenie się konceptualne | 155 |
| 16. Uczenie się praktyczne   | 161 |
| 17. Uczenie się języka       | 180 |
| 18. Testy standaryzowane     | 204 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| <i>Podsumowanie</i> | 213 |
|---------------------|-----|

|                  |     |
|------------------|-----|
| <i>O autorze</i> | 215 |
|------------------|-----|

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| <i>Ćwiczenia krok po kroku</i> | 217 |
|--------------------------------|-----|