

Metoda SQ3R

SQ3R este o strategie de a citi formată din inițialele următoarelor cuvinte:

Survey! Question! Read! Recite! Review!

SQ3R te va ajuta să construiești un cadru de înțelegere materialelor pentru examen.

Înainte de a citi, inspectează (Survey) tot capitolul

- Denumirea cursului, titlurile și subtitlurile
- Imagini, tabele, grafice, hărți
- Întrebări de clarificare sau remarcile profesorului
- Paragrafele introductive sau cele de final
- Cuprinsul

În timp ce inspectezi materialul puneți întrebări:

- Transformă titlurile și subtitlurile în întrebări
- Citește întrebările de la sfârșitul capitolului (dacă există)
- Întrebă-te: ”Ce a spus profesorul despre acest subiect?” ”Ce știi deja din tot materialul?”

Când începi să citești (Read):

- Caută răspunsuri la întrebările formulate anterior
- Răspunde la întrebările de la începutul sau sfârșitul materialului
- Recitește informațiile care descriu grafice, fotografii, figuri.
- Notează-ți toate cuvintele care în text au caractere specile (subliniere, bold, italic s.a.m.d.)
- Redu viteza cu care citești paragrafele mai dificile
- Oprește-te și recitește pasajele care nu îți sunt clare
- Citește doar câte un fragment odată, după care încearcă să reformulezi cu cuvintele tale sau să reciți ceea ce ai înțeles.

Recită după ce ai citit o secțiune sau un fragment:

- Puneți întrebări despre ceea ce ai citit deja sau summarizează cu propriile tale cuvinte ceea ce ai citit deja
- Ia-ți notițe dar formulează-le cu propriile cuvinte
- Subliniază sau evidențiază punctele importante pe care tocmai le-ai citit
- Recitând: cu cât folosești mai multe simțuri cu atât îți vei aminti mai mult din ceea ce ai citit:
învățare la puterea 3: văd, vorbesc, aud
învățare la puterea 4: văd, vorbesc, aud, scriu!!!

Review: un proces continuu

Ziua I

- După ce ai citit și transpus în cuvinte proprii capitolul, poț să faci scrii întrebări pe marginea foii pentru acele puncte care sunt evidențiate sau subliniate.
- Dacă îți iei notițe în timp ce expui cu voce tare materialul, formulează întrebări pentru acestea

Ziua a II a

- Treci prin tot textul pentru a-ți reaminti punctele importante
- Încearcă să răspunzi la întrebările formulate pe marginea textului, fără a te inspira din text.
- Aceste răspunsuri pot fi scrise sau expuse oral
- Poți să utilizezi alte mnemotehnici pentru a reține informații din materialul studiat.

Ziua a III a , a IV, a V a

- Reia materialul și încearcă să formulezi întrebări la care ulterior poți să răspunzi.