**МОУ «Турочакская СОШ им. Я. И. Баляева»**

Что такое когнитивное обучение

Густокашина Е.В.

Турочак, 2021

Что такое когнитивное обучение

Обычно в школах нас учат снова и снова повторять одну и ту же информацию, чтобы лучше её запомнить. Однако, как же учится мозг?  Зазубривание информации не помогает нам развить наш потенциал, раскрыть способности и личность, то, кем мы являемся, добиться целей и успеха… Для качественного образования нужно научиться учить с умом, учитывая все особенности и характеристики нашего мозга. Когнитивное обучение – что это?

***Когнитивное обучение:****согласно словарю RAE (Королевская академия испанского языка), учиться – это приобретать какие-либо знания посредством изучения или опыта. С другой стороны, термин “когнитивный” относят к понятию “когнитивность” (познание) –   способности человека приобретать знания через восприятие и органы мозга.*

Способность учиться, это, пожалуй, то, что больше всего выделяет нас среди других живых существ нашей планеты в процессе эволюции. **Мы являемся живым примером и доказательством того, что, благодаря постоянному и беспрерывному обучению, человечество достигло того уровня жизни и развития, которое мы сейчас наблюдаем**.

**Виды обучения**

**1. Имплицитное обучение**

Имплицитное обучение – это обучение, при котором мы не осознаем, что получаем знания, т.е. образовательный процесс происходит неосознанно. Основной характеристикой этого вида когнитивного обучения является его **непреднамеренность**, поскольку обучающийся не знает о том, что он учится, а процесс обучения заключается в автоматическом выполнении каких-либо действий.

**2. Эксплицитное обучение**.

В отличие от имплицитного обучения, эксплицитное поведение характеризуются намерением учиться и осознанием этого. Можно привести множество примеров эксплицитного обучения, например, **чтение этой статьи – также пример эксплицитного обучения**, поскольку вы её читаете с целью приобрести знания. Эксплицитное обучение, являясь осознанным, требует внимания и усилий для продолжения учёбы.

**3. Кооперативное и коллаборативное обучение**

Кооперативное обучение – это обучение в группе. Целью этого вида обучения является то, чтобы **каждый обучался согласно своим способностям и одновременно учился работать в команде и улучшал результаты командной работы.**Учиться вместе – учиться лучше

**4. Смысловое обучение**

Этот вид обучения включает когнитивную, эмоциональную и мотивационную составляющую и представляет собой процесс организации информации и ее связи с накопленным ранее учеником опытом. Новая информация накладывается на наш опыт. Таким образом, полученное знание становится уникальным для каждого человека, поскольку наш жизненный опыт различается.

**5. Ассоциативное обучение**

Оно предполагает **связь между определённым стимулом и поведением**. В случае с собаками Павлова при их кормлении звонили в колокольчик, в результате чего каждый раз при звуке колокольчика у собак начинала выделяться слюна.

**6. Не ассоциативное обучение**

Данный вид обучения определяет происходящие в нас перемены в результате действия постоянного стимула или раздражителя. Привыкание является примитивным видом научения, позволяющим нам адаптироваться к окружающей среде. Это повседневное и очень часто встречающееся явление в наши дни. Оно происходит, когда мы прекращаем обращать внимание на какой-то раздражитель или стимул (**уменьшение ответа на стимул**). Хороший пример привыкания демонстрируют люди, живущие рядом с шумной автострадой. Сначала они слышат сильный шум, а по прошествии нескольких недель происходит привыкание, и этот шум уже не мешает так как ранее.

**7. Обучение методом открытия**

Когда мы активно ищем какую-то информацию и нашим мозгом овладевает **любопытство**, мы обучаемся в результате сделанного открытия. При этом виде когнитивного обучения, **человек изучает, интересуется, запоминает, соотносит различные понятия и адаптирует их к своей когнитивной схеме**.

**8. Наблюдающее обучение или имитация**

При этом виде опосредованного обучения происходит подражание какой-либо модели. В этом когнитивном процессе задействованы зеркальные нейроны. Имитация – мощное оружие обучения.

**9. Эмоциональное обучение**

Этот вид обучения предполагает эмоциональное развитие индивидуума. Эмоциональный интеллект развивается на базе этого вида вида обучения, которое помогает научиться управлять собственными эмоциями. Кроме того, эмоции играют важнейшую роль для других видов обучения, о которых мы расскажем дальше.

**10. Обучение через опыт**

Наш опыт – лучший учебник. Мы запоминаем уроки, которые нам непрестанно подкидывает жизнь. Этот вид обучения одновременно является как очень мощным, так и весьма субъективным, поскольку, как и при осмысленном обучении, все мы очень разные, и наш жизненный опыт различен.

**11. Обучение через память**

Этот вид обучения **основан на использовании памяти, на закреплении в ней определённой информации.**  Отличие смыслового обучения от обучения через память заключается в том, что последнее работает как самописец, и нет необходимости, чтобы учащийся понимал то, что он запоминает.

**12. Рецептивное обучение**

Это **пассивный вид обучения, основанный на том, что ученик только получает информацию, которую он должен запомнить**. Пример данного вида обучения – в классе на уроке, когда ученики, сидя за партой, слушают учителя.

**13. Метакогнитивные стратегии**

Важно упомянуть эти стратегии для того, чтобы лучше понять, как мы учимся. Научиться учиться. **Познать самого себя, свои способности и навыки, чтобы понять, как лучше учиться в зависимости от ситуации.**

**Когнитивные методы обучения: теория и практика**

Хотя за последние тридцать лет было сделано много открытий о мозге и о том, как мозг учится, большинство образовательных систем базируется на ошибочной модели обучения. ***Читать и учить наизусть предложения из книги – не путь к знаниям***. Исследования показали, что другие факторы, такие как спорт, эмоции, фактор внезапности, экспериментирование являются прекрасными составляющими образовательного процесса.

**Значение эмоций**

При обучении очень важно испытывать эмоции. **Эмоция – это цемент для воспоминаний**.   Получаемая нами через органы чувств информация, прежде, чем попасть в кору головного мозга, проходит по лимбической системе. Наверняка вы лучше помните, как отпраздновали свой день рождения, чем какой-либо рабочий или учебный день пару недель назад.

**Заниматься спортом и учиться**

Проведённые исследования показали, что спорт не только повышает физическую работоспособность, но и улучшает производительность и обучаемость. 

Спорт, кроме прочих преимуществ, способствует повышению когнитивных способностей человека, в частности:

*– Улучшаются успеваемость и* *концентрация внимания.*

*– Снижается риск приобретения депрессии или тревожного расстройства.*

*–* *Улучшается настроение* *и эмоциональное состояние.*

**“Окна времени”**

“Окна” – это термин, подразумевающий под собой отрезки времени, когда обучение наиболее оптимально. По словам Франсиско Мора,  **речь идет о критических временных периодах, при которых то или иное обучение наиболее эффективно.**

**Ошибки преподавателей:**

**Не использовать “окна времени”**

Учитывая накопленные знания о работе мозга и оптимальных образовательных стратегиях, вы, вероятно, подумаете, что все эти знания были учтены в современной образовательной системе. Однако это далеко не так. Мы учим неправильно. Если бы мы учитывали “окна времени”, то не усаживали бы маленьких детей за парты, поскольку дети в этом возрасте должны учиться, находясь в движении. Или бы не излагали “сухие” теоретические факты подросткам, чей мозг совершенно эмоционален.

**Использовать один и тот же метод обучения**

В классах и аудиториях, похоже, преобладает рецептивное обучение или обучение через память, абсолютно “механические” и пассивные формы обучения, не использующие всех преимуществ и возможностей нашего мозга.

**Как нужно учить?**

Образовательная система нуждается в изменениях, и довольно сложных для реализации, однако не настолько, чтобы не начать пользоваться знаниями о работе человеческого мозга, которыми мы располагаем.

Применять движение, эмоции, внезапность, чтобы заинтересовать, “разбудить” обучающихся. Мы сделали много научных открытий последние годы, и настало время использовать эти знания в образовании