

# Правильно учиться — значит учиться легко, быстро и весело\*

Гордон Драйден,  
Джанет Вос

---

\* Драйден Г. Революция в обучении. Пер. с англ. / Гордон Драйден, Джанет Вос. М.: ООО «Парвинэ», 2003.

Выдающиеся учителя и тренеры по всему миру готовятся принять вызов, который бросит им новый век. Они делают это очень просто — объединяя в своих методах данные об особенностях младшего возраста, результаты исследований мозга, уроки из мира шоу-бизнеса, рекламы, телевидения, музыки, танцев, кино, спорта, искусства и электронные мультимедийные программы. Главное, они возвращают в процесс обучения радость.

В школе Симона Гуггенхейма 11-летние ученики из беднейшего района Чикаго, штат Иллинойс, научились свободно говорить по-испански, используя на уроках зрительные образы, кукольные представления и пение.

В Юго-Восточной Азии люди, не имеющие представления о бухгалтерии, изучают основы бухгалтерского учёта в течение игрового двухдневного ускоренного курса.

В Австралии учащиеся средней школы выступили в роли французских актёров в видеофильме собственного производства — важной части ускоренного курса (8 недель) трёхлетней программы изучения французского языка..

В крошечном европейском государстве Люксембург один преподаватель создал более 240 игр для изучения практически любого предмета — от патентоведения до географии, истории и физики.

В Окленде (Новая Зеландия) целеустремлённые менеджеры одной полинезийской компании выучили основные принципы маркетинга всего за 90 минут, играя в «Большую тихоокеанскую маркетинговую игру столетия» (Great Pacific Century Marketing Game), в которой вместо фишек используются ананасы, бананы и игральные кости.

Компании *Intel*, *IBM*, *Apple Computers* и *Bell Atlantic* в Соединённых Штатах Америки, *The Burton Group* и *British Airways* в Великобритании, *Shell Oil* и *Air New Zealand* входят в число применяющих подобные методы для экономии времени и денег на тренинг персонала: от обучения экипажей самолётов немецкому и японскому языкам до подготовки телефонных консультантов, при этом активно используются музыка, релаксация, изображения и игры.

В Скандинавии более 30 000 учителей, родителей, бизнес-инструкторов и менеджеров прошли ускоренные курсы и семинары, которые были проведены одним из авторов этой статьи — Джаннетт Вос.

В Новой Зеландии во всех начальных школах на уроках математики используются яркие игры и мозаики-головоломки. А менеджеры из самых разных отраслей всего за один день учатся составлять маркетинговый план, используя «Ускоренную методику планирования» (Accelerated Planning Technique).

В Кембриджском колледже в Массачусетсе учителя получают степень магистра педагогики всего после двух семестров, включая пятидневный летний интенсивный курс, использующий «погружение» в интегрированные методики ускоренного обучения. Более того, они видят на примере реального класса, как работают методы, которые они изучают, чтобы в рекордное время получить учёные степени.

Некоторые из новых методик известны под различными именами: суггестивная педагогика, нейролингвистическое программирование и интегрированное ускоренное обучение. Лучшие программы отличают три вещи: они интересные, быстрые и дают чувство

удовлетворения. В самых лучших из них обязательно присутствуют расслабление, практические действия, стимуляция, эмоции и наслаждение.

Выдающийся западноавстралийский преподаватель и ведущий семинаров Гленн Капели говорит: «Забудьте все термины. Забудьте все громкие имена. То, к чему мы действительно начинаем прикасаться, может быть определено двумя словами: истинное обучение».

Тони Стоквел, работающий в Лихтенштейне, уроженец Британии, по профессии психолог-педагог, говорит: «Теперь мы знаем: чтобы выучить что-то быстро и хорошо, это «что-то» надо видеть, слышать и ощущать».

Позднее мы рассмотрим, как можно использовать весь окружающий нас мир в качестве классной комнаты. Но очевидно, что большая часть обучения будет и впредь проходить в школах, колледжах и на корпоративных тренинговых семинарах.

Согласно результатам нашего собственного исследования, проведённого по всему миру, и практике в школах, колледжах и фирмах, все хорошие тренинговые и образовательные программы основаны на шести ключевых принципах. Как «пожизненный ученик» любого возраста, вы будете учиться быстрее и легче, если все шесть будут присутствовать в том, что делает учитель, который *вовлекает в процесс*, а не *читает лекции*; выступает в роли помощника. Вот эти принципы:

1. Лучшее «состояние» для обучения.
2. Формат представления информации, который задействует все ваши органы чувств и который является одновременно расслабляющим, весёлым, разнообразным, быстрым и стимулирующим.
3. Творческое и критическое мышление, помогающее «внутренней обработке информации».
4. «Активация» — для того чтобы сделать материал более доступным, с использованием игр, шуток и сценок, плюс масса возможностей попрактиковаться.
5. Связь полученных знаний с реальной жизнью.
6. Регулярное повторение и сеансы анализа, а вместе с ними — возможность отпраздновать получение новых знаний.

## Лучшее «состояние» для обучения

Неудивительно, что каждый из этих принципов замечательно работает со взрослыми — точно так же, как и с детьми в раннем возрасте, когда обучение протекает легко и быстро, поскольку связано с исследованием нового и наполнено радостью открытия мира.

## Создание соответствующей обстановки

Можете ли вы представить двухлетнего ребёнка, который учится, неподвижно сидя целый день за партой? Конечно, нет. Ребёнок учится на практике, пробуя на вкус, на ощупь, нюхая, вертясь волчком, разговаривая, спрашивая и экспериментируя. И скорость его обучения поистине феноменальна.

Дети очень хорошо поддаются обучению, они впитывают всю доступную им информацию о происходящем, поступающую к ним из окружающей среды.

К сожалению, после того как ребёнок покидает детский сад, очень часто обучение становится для него скучным. Оно перестаёт быть весёлым. Во многих школах по всему свету детей заставляют сидеть за партами тихо, ровными рядами, слушая учителя, а не исследуя, обсуждая, задавая вопросы и активно участвуя в изучении того или иного предмета.

Хорошие учителя понимают, что существующий метод — не самый лучший путь обучения, и поэтому они стараются обставить классные комнаты таким образом, чтобы облегчить и разнообразить образовательный процесс. Они используют живые цветы для запаха и цвета. Они вешают на стены классов цветные плакаты, в которых отмечаются самые важные идеи курса, — как словесно, так и в иллюстрациях, потому что есть большая вероятность того, что обучение во многом происходит на подсознательном уровне. Учащиеся «впитывают» содержание уроков, даже не задумываясь над ним.

Всё больше и больше учителей используют музыку, чтобы создать у учеников нужное настроение, когда те входят в класс. Многие используют воздушные шары, чтобы придать обстановке праздничный характер.

«Общая атмосфера должна быть не подавляющей, а, напротив, доброжелательной и гостеприимной», — говорит Мэри Джейн Гилл из штата Мэриленд (США), которая прежде отвечала за подготовку персонала компании *Bell Atlantic*. Её методика проведения одного из курсов ускоренного обучения сокращает время подготовки на 42%, а другого — на 57%. И самое первое, с чего они начали, — изменили атмосферу на занятиях.

Один из лучших учителей Швеции, ныне покойный Кристер Гудмундссон, соглашался с этой точкой зрения: «С того самого момента, как учащиеся заходят в класс, атмосфера должна быть самой гостеприимной». А Чарльз Шмид — первопроходец в области новых методов обучения — установил, что использование музыки, способной воздействовать на настроение учащихся, позволяет ускорить процесс обучения по меньшей мере в пять раз. «И это работает повсюду — от детского сада до бизнес-семинаров по компьютерной технологии».

По мнению одного из ведущих европейских преподавателей, Тони Стоквела из Лихтенштейна, который работает как в школьном образовании, так и в области бизнес-тренингов, сложно переоценить важность ярких цветных плакатов. «Подходят проекционные слайды, картинки, полученные с помощью *PowerPoint*, и перекидные лекционные плакаты, скреплённые сверху рейкой, — говорит он, — но плакаты неизмеримо лучше, и все они должны быть развешаны по стенам до начала любого занятия. Они представляют собой периферийный стимул. Благодаря постоянному присутствию их содержание отпечатывается в памяти, и это происходит на бессознательном уровне, даже если вы не обращаете на них внимания». Кроме того, по его словам, очень важно цветовое воздействие. «Красный цвет является предупреждающим, синий — прохладный, жёлтый рассматривается как цвет интеллекта, зелёный и коричневый обладают успокаивающим эффектом, они тёплые и дружелюбные. Никогда не забывайте о том, что эффективные плакаты оставляют сильнейшее впечатление в долгосрочной памяти. Они создают зрительные образы, которые можно в нужный момент вызвать в памяти, несмотря на то что сознательно вы их не изучали».

Стоквел приносил на семинары, проводимые им в Соединённых Штатах, специально сконструированные стулья, идеально подходящие для расслабленного обучения.

Похожие уроки образовательные учреждения могут извлечь и из опыта лучших коммерческих предприятий:

- Сеть магазинов одежды «Нордстром» со штаб-квартирой в Сиэтле во многих курсах менеджмента используется как модель прибыльной организации по предоставлению услуг — например, в их примерочных всегда стоят свежие цветы.

- На любой международной авиалинии пассажиров встречают на борту приятной, успокаивающей музыкой — перед тем как продемонстрировать использование спасательного оборудования.

- Поезжайте в турне на Гавайи, в туристическую столицу средней части Тихого океана, и вы немедленно проникнетесь праздничным настроением, когда вас встретят с гирляндами островных цветов.

- Посетите Диснейленд или Диснейуорлд, и вы будете приятно поражены чистотой и общей доброжелательной атмосферой.

Вспомните об этом, когда в следующий раз посетите школу или комнату для занятий в своей компании, которые упорно обставляются неудобными деревянными стульями с прямыми спинками и где царит холодная, безжизненная и часто бесцветная атмосфера.

## **Создание «правильного» настроения и привлечение внимания учащихся**

Канадские учителя Анна Форестер и Маргарет Рейнхард в своей блестящей работе «Путь ученика» пишут о «создании атмосферы счастья» в каждом классе. По их мнению, большую роль в создании такого климата играют разнообразие, сюрпризы, воображение и вызов. «Неожиданные гости, загадочные экскурсии, спонтанные проекты (день старых традиций, выставки домашних животных, исследования по инициативе самих детей), а также обилие чтения, письменных работ и дискуссий. Те произведения, которые читают дети, стимулируют подготовку театральных постановок и кукольных представлений, и дети занимаются этим всё более и более самостоятельно.

Ваш класс редко будет абсолютно тихим. Взаимодействие и общение — важнейшие составляющие климата удовольствия. Открытия, новая информация, искренняя радость при достижении успеха — всё это требует внешнего выражения».

Если, входя в учебный класс или комнату для проведения семинаров, вы сразу чувствуете эту «атмосферу счастья», значит, первый шаг в создании правильного настроения на более эффективное обучение сделан\*.

---

\* Перед началом любого занятия с учителями Джанет Вос — один из авторов этой книги, в течение часа расставляет необходимые стойки, развешивает по стенам цветные плакаты и проверяет готовность всей аудио- и видеоаппаратуры, в том числе проигрывателя компакт-дисков для воспроизведения музыки, которую услышат учащиеся, заходя в класс. Другой соавтор, Драйден, всегда настоятельно рекомендует учащимся перед посещением его инновационных семинаров съесть «завтрак для зарядки мозга», включающий бананы, киви, апельсины и другие свежие фрукты. Затем, в начале семинара, после разогревающих упражнений, он иногда даёт бананы — «пищу для ума» — тем, кто забыл позавтракать.

## **Активная деятельность с самого начала совершенно необходима.**

*Следующий шаг — практическая деятельность*, а именно то, что учащиеся или студенты должны *делать*. Яркая разноцветная обстановка, плакаты и многое другое к этому моменту уже начали стимулировать тех, кто относится к *зрительным ученикам*. Музыка «затронула струны» в душах «аудио-учеников», а немедленно начавшаяся активная деятельность создала комфортную обстановку для *идеомоторных учеников*. Сочетание всех трёх стилей обучения обеспечивает активацию трёх уровней мозга: *мыслящего, чувствующего и действующего* мозга. Но для раннего начала практической деятельности есть и другие причины.

*Физические упражнения под музыку увеличивают приток кислорода к мозгу* — а, как известно, для его работы требуются, в первую очередь, кислород и глюкоза.

Определённые упражнения помогают раскрепощению учащихся — как умственному, так и физическому, способствуют их расслаблению. Канадский психолог и астроном Том Вуджек перечисляет многие из них в своей книге «Тренировка ума. Упражнения для развития развитого интеллекта» (изд. «Питер», СПб., 1996).

*Другие занятия могут «растопить лёд» и помочь участникам познакомиться друг с другом — и высвободить скрытые таланты и способности, как в конкретной ситуации, так и вне её.*

Преподаватели ускоренного обучения из США Либиан Лабиоса-Кассон и Филип

Кассон часто начинают международные семинары с игры «Бинго-люди». Участникам дают две минуты, чтобы узнать как можно больше людей.

**Специально подобранные виды активности могут создать хорошее настроение.** Капелли из Австралии часто заставляет своих учеников делать следующее:

- Рассаживает их в парах с людьми, которых они никогда раньше не встречали; затем в течение 45 секунд все рассказывают наиболее интересные моменты из своего жизненного опыта; таким образом, каждый человек начинает занятие с того, что фокусируется на принёсших успех проектах, укрепляя уверенность в себе.

- Массаж шеи и плеч друг друга под музыку для того, чтобы помочь людям расслабиться.

- Все участники поют специальную песню «Об отношении» (учащиеся произносят каждую букву слова «A-T-T-I-T-U-D-E» (отношение) и ритмично двигают руками под музыку).

Очевидно, что конкретная методика будет зависеть от того, проводите ли вы обычный школьный урок, семинар на специальную тему или вводную часть международного симпозиума.

Эрик Йенсен, автор книги «Суперпреподавание» (Eric Jensen, *Super-Teaching*) и один из основателей «Суперкэмп» (SuperCamp), уверен, что на обучение влияют два основных элемента: *состояние* и *стратегия*. Третьим, конечно же, является *содержание*. «Состояние» создаёт правильную настрой для обучения. «Стратегия» определяет стиль или метод представления информации. «Содержание» же составляет предмет обучения. Каждый хороший урок содержит все три составляющие.

**Однако многие традиционные системы школьного образования игнорируют «состояние», хотя оно и наиболее важно из всех трёх. «Дверь» к обучению должна быть открыта до того, как оно начнётся. И «дверь» эта — дверь в мир наших эмоций, «привратник обучения», первый этап на пути к состоянию максимальной готовности.**

## Правильная длина волны мозга

Один из главных шагов к этому — настроиться на «правильную длину волны» мозга. **И именно здесь возникает, возможно, самое забавное противоречие: для того чтобы ускорить процесс обучения, надо «замедлить» свой мозг.** Одна из «длин волн» мозга наиболее эффективна для глубокого сна. Другая — для вдохновения. Ещё одна, которая нам лучше всего знакома, используется в повседневной жизни, в активном состоянии бодрствования. Но многие современные исследования свидетельствуют, что для лёгкого и эффективного обучения наиболее подходит четвёртая «частота»: то состояние мозга, которое иногда называют альфа-состоянием.

## Включите музыку

Десятки исследовательских проектов подтверждают, что музыка — очень эффективный «регулятор», позволяющий настроиться на альфа-состояние.

«Конечно, использование музыки для обучения не есть нечто новое, — сказал нам специалист в области ускоренного обучения Чарльз Шмид. — Например, мы учили под музыку алфавит — ABCD — EFG — HIJK — LMNOP. Но за последние 25 лет мы невероятно расширили наши представления о действии музыки. Мы установили, что в определённом состоянии расслабления, которое она может вызвать, наш мозг максимально открыт и восприимчив к поступающей информации. Этот тип расслабления *не* совпадает с процессом засыпания. Это состояние так называемого *расслабленного внимания*».

В основе наших современных представлений лежат результаты исследования, начатого в 1950-х годах болгарским психиатром и педагогом Георгием Лозановым. Он решил выяснить, почему некоторые люди обладают феноменальной памятью — суперпамятью.

*После долгих лет исследований он пришёл к выводу, что у каждого из нас может возникнуть «оптимальное для обучения состояние». По его словам, оно наступает, «когда синхронизируются сердцебиение, частота дыхания и волн мозга, когда тело расслаблено, а разум сконцентрирован и готов к принятию новой информации».*

Применяя результаты своих исследований на практике, Лозанов получил удивительные результаты, в частности, в области обучения иностранным языкам. К началу 60-х гг. «Берлиц», в то время крупнейшая в мире школа по изучению иностранных языков, гарантировала студентам знание 200 слов после нескольких дней обучения — в целом курс занимал 30 часов.

По данным Лозанова, его болгарские студенты учили *ежедневно* по 1200 слов и, что весьма важно, запоминали из них 96,1%.

На его результаты опирались многие исследователи. Согласно Шмиду, «теперь мы знаем, что большинство людей может достичь этого идеального для обучения состояния без труда, легко и быстро. Один из ключевых моментов — глубокое дыхание. Другой — музыка, специально подобранная, с особым ритмом, который помогает расслабиться. Этот ритм составляет от 50 до 70 ударов в минуту».

Как правило, для достижения этого состояния используется музыка композиторов школы «барокко», относящаяся к XVII и началу XVIII веков: итальянского композитора Корелли, венецианца Вивальди, француза Куперена и немецких композиторов — Баха и Генделя.

*Лозанов обнаружил, что музыка стиля «барокко» приводит тело и мозг в состояние гармонии. В частности, она даёт эмоциональный ключ к суперпамяти: открывает лимбическую систему мозга. Эта система не только обрабатывает эмоции, но и является соединительным звеном между сознательным и подсознательным отделами мозга.*

В книге «Ускоренное обучение с музыкой: руководство для учителя» Терри Уайлер Уэбб и Дуглас Уэбб говорят: «Музыка — это скоростное шоссе к памяти».

«Времена года» Вивальди — одно из известнейших музыкальных произведений, которое используется в начале путешествия по этому «шоссе». Слушая мелодии Вивальди, легко отбросить все посторонние мысли и зрительно представить времена года. «Музыка на воде» Генделя также успокаивает и расслабляет. Для учителей, освоивших новые методики обучения, любимое произведение для снятия напряжения — «Канон» Иоганна Пашебеля.

Большинство учителей используют для начала каждого занятия специально подготовленные музыкальные записи, дополняя их «словесными зарисовками», подходящими к музыке и помогающими вызвать расслабленное состояние. Если вы достаточно компетентны в области музыкальной культуры, вы можете подобрать записи самостоятельно, в противном случае — просто купите их. Основная задача музыки — погрузить учащихся в расслабленное состояние, чтобы они могли сконцентрироваться на обучении.

## **Разрушение барьеров на пути к обучению**

По словам Лозанова, существует три основных барьера на пути обучения: *критически-логический* барьер («Учиться в школе непросто, как же тогда обучение может быть радостным и лёгким?»); *интуитивно-эмоциональный* барьер («Я тупой, поэтому у меня ничего не получится»); и *критически-моральный* барьер («Учёба — это тяжёлый труд, лучше уж я не буду высовываться»). Если вы поймёте, «откуда пришёл» учащийся, то наладите с ним более тесное взаимопонимание. Войдите в его мир — и вы быстро и легко преодолеете сопротивление.

## **Ученики должны поставить перед собой цели и определить, каких результатов они ожидают от обучения.**

Призывайте учащихся ставить перед собой цель и планировать собственное будущее. Если они будут знать, куда идут, их путь приобретёт чёткое направление. Согласно нашему опыту, *большинство людей идут дальше целей, которые они сами для себя установили* — возможно, это наиболее здравый принцип менеджмента.

На занятиях в классе мы даём задание сыграть в игру под названием «Зачем мне всё это?». Ответить на вопрос надо не только себе, но дать возможность участникам — возможно, в парах — рассказать друг другу и преподавателям, что конкретно они хотят получить от занятия, от сегодняшнего дня или от целого года.

Очень важно, как эту игру представляют участникам, особенно в школе. Многие ученики «из группы риска» выходят из себя, слыша традиционное вступление «Сегодня вы узнаете то-то и то-то». Вместо этого хорошие преподаватели предлагают ученикам с самого начала поставить цели и определить результаты, которых они хотят добиться в ходе занятия.

Зачастую ученики приходят со своими планами — и не всегда «покупаются» на повестку дня преподавателя. Ключ в том, чтобы создать партнёрские отношения в процессе обучения, когда учитель готовит «шведский стол» из отдельных существующих частей учебной программы, а ученики имеют решающий голос в выборе того, что они хотят получить.

## **Старайтесь зрительно представлять свою цель.**

Зрительное представление — мощный инструмент обучения. Не слишком хороший учитель мог бы сказать: «Не забывайте заниматься, иначе вы не сдадите экзамен» — это негативное подкрепление.

Эрик Йенсен предлагает два более удачных метода. Первый — помочь учащимся точно представить, как бы они использовали в будущем открывающиеся для них новые знания. Смысл второго — внушить каждому ученику позитивную мысль, заставляющую его заглянуть в рабочую тетрадь в поисках конкретных ответов, которые можно было бы использовать в будущем.

Невозможно переоценить утверждение: многие учителя даже не представляют, насколько разрушительными могут оказаться негативные идеи.

## **Вызывайте эмоции.**

Также нельзя переоценить и роль эмоциональной лимбической системы мозга, которая ведёт к долгосрочной памяти; поэтому для хорошего обучения необходимо присутствие положительных эмоций. Тогда то, что вы учите, будет запечатлеваться в более глубоких отделах памяти.

## **Секреты хорошего урока**

### **Во-первых: позитивность и ассоциации.**

Все хорошие уроки должны ставить на первое место учащегося и связываться с пе-

рсональными целями каждого ученика. «Чем больше ты ассоциируешь, тем больше учишь». Прекрасной метафорой ассоциации с позитивным образом является цветок: «Что требуется, чтобы твой цветок рос?»

Сам урок также должен быть позитивным. Ведущий никоим образом не должен показывать, что занятие представляет собой что-либо иное кроме развлечения. Нельзя допускать никаких высказываний наподобие этого: «Всё, перерыв заканчивается, давайте вернёмся к серьёзной работе».

Лозанов назвал процесс ускоренного обучения «суггестопедией» (suggestopedia), педагогикой внушения, от слова «суггестология» (suggestology). Однако такой перевод с английского (одно из значений to suggest «внушать») не слишком удачен. По словам Стоквела, «это название весьма необычно, но если рассматривать глагол to suggest, от которого оно образовано, в значении «предлагать» или «рекомендовать», то смысл метода становится более понятным».

Внушение играет огромную роль в процессе обучения: у нас всё получается гораздо лучше, мы уверены в своих силах и мы терпим неудачу, если ожидаем её. Каждый взрослый наверняка наблюдал, как способности детей к обучению возрастают в благоприятной атмосфере. Все хорошие учителя, использующие методику Лозанова, стараются создать доброжелательную и весёлую атмосферу в классе. Так же, как и хорошие специалисты в области рекламы они из кожи вон лезут, чтобы подчеркнуть, насколько прост процесс. Бизнес-семинары можно начинать с истории Рея Крока, 52-летнего продавца машин для приготовления молочных коктейлей, в 1952 г. посетившего калифорнийский гамбургер-ресторан. Там его и осенила идея, которая в дальнейшем реализовалась под известным всему миру названием «Макдоналдс» — этот пример показывает, что великие проекты порой возникают под воздействием весьма незначительных факторов.

Лозанов подчёркивает важность связей между сознательной и подсознательной частями уроков. Он верит, что каждый из нас обладает огромными потенциальными возможностями мозга, которые только и ждут, когда мы их применим. Он убеждён, что, вероятно, самая важная часть всего обучения происходит на подсознательном уровне и что хорошие учителя устраняют все барьеры в обучении благодаря тому, что их уроки логичны, этичны, увлекательны и не создают стрессов. Отсюда следует важность плакатов и «периферийного воздействия» как части урока.

### ***В первую очередь — представьте крупный план.***

Очень важно представлять в самом начале урока его «общую картину», то есть давать обзор наподобие цельной картинки в мозаиках-головоломках, чтобы позднее все отдельные части легко вставали на свои места. Опять же, цельную картину могут хорошо раскрывать плакаты и другое «периферийное» оформление классов — ученики постоянно удерживают его в поле зрения.

Хорошая идея для вступительной части — рассказать историю.

В начале обучения очень рекомендуются экскурсии, где можно увидеть реальную картину происходящего.

Рисование на начальной стадии обучения карт памяти, охватывающих только основные «ветви», позволяет учащимся прорисовывать более мелкие ответвления позже.

### ***Подключите все органы чувств.***

Хорошие уроки всегда строятся так, чтобы удовлетворять всем индивидуальным стилям обучения.

Почти во всех системах школьного образования самый «заброшенный» стиль обучения — идеомоторный, то есть движение. Каждый опытный учитель обязательно использует в своей практике словесную стимуляцию, музыку, зрительные образы, но только действительно выдающиеся преподаватели включают в образовательный процесс кроме всего этого ещё и много действия, много движения, активное участие учеников. Даже если студенты относятся к ученикам-зрителям, они всё равно лучше усваивают информацию, принимая деятельное участие в процессе обучения.

### ***Выйдите из роли лектора.***

Возможно, это и есть главное, что требуется от самого преподавателя. Все лучшие учителя — «активаторы», ведущие, тренеры, «мотиваторы» и дирижёры.

### ***Старайтесь управлять «бессознательными» процессами.***

Поскольку последователи Лозанова считают, что большая часть обучения проходит на «подсознательном» уровне, то оформление классов, плакаты, язык телодвижений, тон речи и положительный настрой являются существенными составляющими процесса обучения.

### ***Множество ролевых игр и разных «личностей».***

Учителя по системе Лозанова также помогают учащимся «сыграть свою роль». Вряд ли есть более эффективный метод выучить естественно-научные дисциплины, чем выступив в роли известных учёных; или выучить историю, погрузившись в историческую обстановку.

### ***Организируйте частую «смену состояний».***

Лучшие учителя используют частые «смены состояний», чтобы учащиеся переключались от пения к действиям, а затем к разговорам, просмотру картинок, стихам, составлению карт памяти, дискуссиям в группе. Такое переключение преследует двойную цель:

1. Подкрепляет информацию, передаваемую в соответствии с любыми стилями обучения.

2. Разбивает занятие на части для более лёгкого запоминания.

И то и другое играет большую роль в восприятии информации. Например, сейчас доказано, что на любом уроке учащиеся легче всего запоминают то, что им рассказывают в начале и в конце урока, а также какие-то яркие примеры, которые захватывают их воображение. Регулярные «смены состояния» могут значительно увеличить количество «первых» и «последних» моментов, а также число наглядных примеров.

***Сделать ключевой составляющей каждого курса «обучение тому, как надо учиться».***

Наверное, это основной результат, которого ждут от любого обучения, поэтому подобные методики должны быть интегрированы в любую деятельность.

## **«Концерты» Лозанова**

Возможно, самый важный вклад Лозанова в образование связан с ролью музыки: использовать музыку не только для того, чтобы расслабиться и ввести мозг в высоковосприимчивое состояние, но и для того, чтобы помочь новой информации «вплыть» в память.

Лозанов рекомендует использовать два *концерта*. Чарльз Шмид очень доступно объясняет теорию и практику вопроса: «Допустим, класс изучает иностранный язык и учитель даёт учащимся в игровой форме новые слова, используя в качестве общего обзора картинки. При этом учащийся сидит и смотрит «кино в своей голове». Сразу после этого начинается первый концерт — то, что Лозанов называет *активным концертом*. Студент смотрит в текст, а учитель в это время включает специально подобранную музыку и читает текст на иностранном языке под музыку. Он нарочно делает под музыку театральные жесты, соответствующие каждому слову.

В этом нет ничего волшебного, именно поэтому проще выучить текст песни, чем запомнить все её слова с нотного листа. Музыка — своего рода носитель информации, а учитель «вкатывается» вслед за музыкой — почти как серфер, поймавший волну».

Вторую фазу обучения Лозанов назвал *пассивным концертом*.

Ещё раз обратимся к Чарльзу Шмиду: «Второй концерт следует сразу же после первого. В нём мы используем очень специфическую медленную музыку стиля «барокко». Её ритм составляет около 60 ударов в минуту — не больше и не меньше. В то время как пер-

вое прочтение материала было очень ярким, второе следует более естественным интонациям. Студентам предлагают закрыть глаза, если они хотят, но это необязательно. Они откладывают текст в сторону и представляют, что находятся, например, в театре, в стране изучаемого языка, и слушают, как кто-то разыгрывает представление на заднем плане. Это, как правило, последняя часть занятия, после чего учащиеся идут домой. Может быть, они перед сном ещё раз бегло пролистают свою «пьесу» на иностранном языке». Ночью приступает к работе наше подсознание — и информация почти автоматически начинает перекладываться на хранение в «долгосрочную» память. Читатели Лозанова утверждают, что использование музыки позволяет уложить 60% содержания в 5% времени.

Спешим добавить, что даже самые большие энтузиасты методики Лозанова не рекомендуют применять его «концертный» подход на каждом занятии. Даже в таком чётко очерченном деле, как обучение иностранному языку, должно, вероятно, проводиться не более трёх занятий в неделю с использованием музыкальных концертов. На других занятиях рекомендуются иные методы обучения.

## **Обдумывание и сохранение информации в долгосрочной памяти**

Обучение заключается не только в том, чтобы воспринять новую информацию, — необходимо её обдумать и сохранить в долгосрочной памяти.

Обучение этому — главное в любой образовательной программе. Опытные наставники широко используют в обучении «мыслительные игры» и «игры-размышления» как один из аспектов синтеза информации, наравне со «сменой состояний». На семинарах по бизнесу мы обнаружили, что лучше всего использовать забавные проекты — например, изобретение «мяча для гольфа, который невозможно потерять», или игру «А что, если?», беря при этом за основу предмет, сильно отличающийся от специфики деятельности каждой группы.

Для сохранения информации в долгосрочной памяти лучше всего подходят активные и пассивные концерты Лозанова. Они организуются таким образом, чтобы включать непосредственно систему долгосрочной памяти, где новая информация будет на подсознательном уровне соединяться с той, что нам уже известна.

## **Активируйте память, чтобы извлечь информацию.**

Хранение информации также только часть процесса обучения. Информация должна быть доступна, поэтому следующий шаг — «активация». Для этой цели можно использовать игры, обсуждения и сценки — «активировать» наши базы данных, а также укрепить обучающие ассоциации. В этом случае от учителя не требуется особых усилий. Наоборот, студентам нравится самостоятельно ставить театральные представления, устраивать презентации, дебаты и игры. Учитель должен только дать им шанс рассказать о том, что они узнали, остальным в классе или группе, причём любым способом, который им нравится.

Шмид так описывает типичное занятие по «активации» полученных знаний у изучающих французский язык (это происходит после того, как они «переварили во сне» впечатления концертной сессии): «На другой день или в течение 48 часов учащиеся приходят на следующий урок. За это время они ещё не сказали по-французски ни слова, во всяком случае, не произнесли новые слова. Следующее занятие, длящееся 3–4 часа, мы и называем «активацией».

Мы начинаем играть в игры, где используются новые слова. Мы даём мозгу студентов информацию различными способами. Мы уже делали это сознательно, показывая им слова и картины их французской постановки. После этого мы работали с подсознанием при помощи музыки, а теперь они активируют мозг различными путями, чтобы убедиться

в том, что он запомнил информацию. Я вам точно говорю: ни за что не стал бы обучать своих студентов другим методом».

Чарльз Шмид имел учёные степени в области музыки, психологии и обучения иностранным языкам. В течение многих лет он преподавал в Техасском и Нью-Йоркском университетах, используя традиционные методы, пока не «попался на крючок» новой методики.

«Я начал преподавать французский, немецкий и немного итальянский по новым методикам; я хотел проверить, работает ли эта система, действительно ли она соответствует замыслу разработчиков. Я был изумлён. Я обучал студентов три с половиной часа. Например, я давал им 400 французских слов в первый день, и уже к концу третьего дня они могли использовать их в беседе.

Раньше, в университете, если я давал студентам 25 новых слов, а к следующему дню они помнили 10 — это было уже хорошо. Начав же использовать новую методику в самостоятельном изучении иностранного языка, я после третьего дня занятий увидел сны на этом языке. Это было просто поразительно! Ничего подобного у меня в жизни не было».

*Таким образом, у Шмида не осталось никаких сомнений в преимуществах новых методов обучения: «Я бы сказал, что процесс обучения ускоряется от пяти до двадцати раз — иногда и в 25 раз — по сравнению с традиционными методами. И дело не только в ускорении, повышается и качество обучения. А какая обратная связь! Как говорят сами учащиеся: «Это весело. Почему меня не учили так в школе?»».*

«Недавно такие же методы использовались при обучении практикантов в телефонной компании в Новой Англии. Они изучали оптические волокна и телекоммуникации. Учащиеся занимались, сидя на полу, играя с деревянными деталями, соединяя их и, таким образом, понимая, что происходит в оптическом волокне. Когда наставник объявлял перерыв, учащиеся отвечали: «Вы идите на перерыв, а мы здесь еще повеселимся; мы учимся, мы наконец-то понимаем, что к чему». Вот что я имею в виду. Эта методика работает, и она приносит удовольствие».

## **Применяйте полученные знания.**

По нашему мнению, настоящая проверка знания — отнюдь не письменный экзамен с тестами, где надо выбрать один правильный ответ из нескольких предложенных. Главное — уметь использовать полученные знания, применять их в случае необходимости, желательнее в реальной жизни.

Настоящая проверка эффективности курсов французского языка — это проверка вашего умения говорить по-французски. Реальная проверка курса по продажам — проверка того, насколько успешно вы можете продавать.

Вы учитесь играть на пианино, играя на пианино; учитесь печатать на машинке, печатая; кататься на мотоцикле, катаясь; выступать на публике, произнося речи перед людьми. Поэтому лучшие преподаватели и организаторы семинаров включают в программу обучения множество практических занятий, чтобы укрепить теоретические знания и помочь студентам научиться их применять на практике.

### ***Превратите своих учеников в учителей.***

Как и на стадии «активации» знаний, очень хорошо было бы давать студентам возможность поработать в команде или в парах и подготовить собственные доклады по главным темам. Например, в группе повышения квалификации учителей задание может заключаться в формулировке специфических аспектов педагогической психологии. Всё больше и больше школ используют систему «напарников» или «приятелей», когда более старший или более опытный учащийся помогает другому, при этом выигрывают оба.

### ***Поощряйте создание карт памяти.***

Мы уже обсуждали принципы их создания и предлагали вам использовать карты в самом начале обучения, — но наши карты пригодятся и для повторения пройденного материала, а также для составления конспектов. *Карты памяти — это запись основных моментов обучения в том же виде, в каком мозг хранит информацию — в виде дерева.* Они являются основным инструментом и процесса — повторения.

## **Повторение, оценка и празднование побед**

Даже очень хорошие ученики не будут постоянно осознавать, «что они знают то, что знают». Один из способов помочь им в этом — использовать в конце занятия быстрые переброски большого мяча. Игра облегчит повтор всей наиболее важной информации, которую они получили за день. Другой метод — повторение с помощью «пассивного концерта», в ходе которого также упоминаются все рассмотренные пункты.

После этого наступает один из наиболее критических моментов: самооценка. Именно на этой стадии каждый учащийся словно «закапывается внутрь», чтобы отыскать самые драгоценные «самоцветы», обретённые за день. Самооценка — это инструмент мышления более высокого уровня: раздумий, анализа, синтеза и только после этого — вынесения суждений.

Оценки других учащихся и инструктора тоже составляют важную часть в кульминационной части занятия, но всё же самая значимая — самооценка.

Другой метод повторения пройденного материала — это просмотр карт памяти или выделенных маркером самых важных моментов, или и того и другого:

- перед тем, как вы собираетесь ложиться спать в день занятия;
- на следующее утро;
- через неделю;
- через месяц;
- тогда, когда этот материал понадобится, или перед экзаменом.

Если вы посещаете недельные курсы, в конце которых вас ждут экзамены, каждый вечер тратьте не меньше 15 минут на просмотр основных идей и карт памяти, составленных в этот день, и не меньше пяти минут — на записи каждого предыдущего дня.

Если вы пишете статью или даже книгу, то удивитесь, как много вы сможете вспомнить, просматривая свои карты памяти и книги с подчёркнутыми местами.

И никогда не забывайте отпраздновать каждую победу так, как отмечают свои достижения спортсмены. Похвалите весь класс за старательность, а когда это возможно, превратите такую похвалу в повторение основ пройденного материала.

## **Объединение всех аспектов**

Как же вся эта теория работает на практике? Рассмотрим пять примеров: школа, целиком перешедшая на методику интегрированного ускоренного обучения; один класс в средней школе, который сделал то же самое в изучении одного предмета; специальный проект изучения иностранного языка в армии; преподаватель, добившийся нововведений и получивший высокие результаты; школа, блестяще показавшая, как можно объединить технические средства с прогрессивными методами обучения.

## **Эксперимент в школе Симона Гуггенхайма**

Первый пример свидетельствует о наличии огромного потенциала преобразований в инно-

вационных методах школьного образования. Но при этом мы с горечью должны признать, что этот потенциал не может быть полностью реализован без кардинального изменения общественного климата.

Школа типа детский сад + восьмилетка имени Симона Гуггенхейма расположена в одном из беднейших районов Чикаго, штат Иллинойс. Большинство населения составляют афро-американцы, 85% семей официально находится за чертой бедности, имея годовой доход от 9000 до 11 000 долл., и значительная часть живёт на социальные пособия.

*Восемнадцать лет назад у учеников этой школы перспективы были весьма унылыми. Их школа была по успеваемости одной из худших во всех Соединённых Штатах. С тех пор произошли кардинальные изменения. Школа Гуггенхейма служит примером того, как неприятности и несчастья учебного заведения могут послужить на его благо.*

Когда в 1984 г. Майкл Александер стал директором этой школы, она считалась очень плохой, и местный департамент образования угрожал её закрыть. Первое, что решил сделать Александер, — поднять дух деморализованных преподавателей и повысить их квалификацию. Используя фонды штата, предназначенные для школ с особыми требованиями, он предложил сотрудникам 30-часовой курс повышения квалификации под руководством Питера Клайна, которого теперь он называет не иначе, как «гениальной динамо-машиной ускоренного обучения». Сначала такой курс прошла одна половина учителей, в то время как другая подменяла их на рабочих местах, потом — другая.

Как вспоминает Александер, «вначале все были, мягко говоря, настроены скептически. Мы договорились, что на них не будет оказываться никакого давления в плане использования принципов и методик интегрированного ускоренного обучения. Они сами выбирали, что имеет смысл использовать». О том, что случилось дальше, сейчас, как он говорит, приятно вспомнить.

Войдя в один класс, вы встретите 11-летних учеников, по собственному желанию изучающих испанский язык, — они разыгрывают представления в кукольном театре и расппевают под музыку. В другом классе 13-летние дети изучают историю Америки, играя роли Авраама Линкольна или Томаса Джефферсона. В компьютерном классе родители и учащиеся занимаются вместе. В следующем классе счастливая группа юных афро-американцев познаёт основы гигиены на «рэп-сейшене». Коридоры школы увешаны постерами и фотографиями афро-американцев, достигших в жизни выдающихся успехов.

Если спросить Александера, что необычного в его школе, он ответит: «Здесь весело — люди отбрасывают роли, столь привычные для системы образования, когда учителя поступают по-своему, а учащиеся — по-своему. Теперь все сконцентрированы на создании атмосферы веселья и обучения детей, и мы принимаем любые роли, необходимые для облегчения этого процесса».

Изменения не ограничиваются стенами классной комнаты. В школе составили свои собственные меню — особо питательные завтраки и обеды. Идея очень проста — «голодное брюхо к ученью глухо».

«Учащиеся, проходя через вестибюль, ведут себя очень вежливо, очень уважительно, — говорит Александер. — Послушайте, о чём они говорят на игровой площадке — о том, что их школа становится школой будущего: «Мы используем методы ускоренного обучения. Мы самая продвинутая школа в городе по компьютерной технологии. В нашей школе учат испанский язык». Они рассказывают об этом своим друзьям, их переполняет энтузиазм и гордость». Родители тоже полны энтузиазма. В среднем 20 родителей ежедневно приходят в школу, чтобы помочь учителям.

А каковы результаты?

«В плане успеваемости произошли огромные сдвиги, — говорит Александер. — За год до того, как наши учителя прошли подготовку на курсах интегрированных ускоренных методик обучения, только 27% учеников в течение года выполняли учебную программу. Через год этот процент вырос до 54%, а успеваемость по математике — до 58%».

Д-р Ларри Мартел, президент компании «Интегрированные системы обучения *Interlearn*» в Хилтон-Хэде, штат Южная Каролина, изучил результаты за тот год. Из его отчёта следует, что навыки чтения возросли на 103%, а общие навыки чтения и математики — на 83%. За два года школа Гуггенхейма прошла путь от последней до одной из лучших среди 16 школ в этом районе Чикаго.

Прекрасным окончанием этой истории было бы сообщение о том, что усилия школы полностью преобразили ситуацию в обществе в целом, но в этом районе Чикаго всё ещё очень напряжённая криминальная обстановка, а по количеству убийств район по-прежнему занимает одно из самых первых мест в США. Большая доля населения живёт в бедности. Постоянные учащиеся школы Гуггенхейма достигают устойчиво высоких результатов. Но другие ученики, которые вскоре вновь покидают школу, успевают получить лишь мимолётное впечатление о своих способностях. Ситуация же в окрестностях школы ежедневно свидетельствует о необходимости того же самого подхода к социальным проблемам по всей Америке, какой использовали в школе Гуггенхейма для повышения эффективности обучения.

### **Свободное владение французским языком за восемь недель**

Один из классов средней школы Беверли-Хиллз для девочек в Сиднее (Австралия) служит ещё одним ярким примером ускоренного обучения в действии.

Ещё в начале 1990-х гг. в этой школе ввели курс ускоренного обучения, в результате чего трёхлетнюю программу изучения французского языка проходили за восемь недель. Учительница Сильвия Скавоунос вспоминает: «Я была просто поражена. До начала новой программы мы в течение двух третей учебного года проводили занятия согласно традиционной методике курса французского языка. Однако уже через две недели после начала занятий ученики выучили около 200 новых слов, причём владели ими свободно». Эти результаты, достигнутые всего за две недели, значительно превзошли полученные за несколько предыдущих месяцев. Выбранный школой курс был разработан английской компанией «Ускоренные системы обучения» преимущественно для самостоятельного изучения языков. Для классного использования было разработано специальное пособие для учителей. Съёмочная группа австралийской телесети «Канал 7», посетив группу по изучению французского языка в Беверли-Хиллз, обнаружила, что там на занятиях происходит именно то, о чём говорил Чарльз Шмид: сначала — расслабляющие упражнения; затем — освобождение от посторонних мыслей; использование для обучения *активных* и *пассивных* концертов; активация полученных знаний с помощью игр и даже постановка и производство собственного видеофильма.

Для проверки результатов съёмочная группа пригласила Жана-Филиппа де Вока из «Alliance Francais». Он был изумлён тем, «насколько быстро они начали говорить на иностранном языке, не изучая при этом чтение», и насколько просто было с ними беседовать.

Как резюмировали на «Канале 7», этот эксперимент перевернул бы всю систему образования Австралии «с ног на голову». К несчастью, через некоторое время их эфирные конкуренты, «Девятый канал», подготовили программу, остро критиковавшую некоторые аспекты «ускоренного обучения», после чего правительство Нового Южного Уэльса приостановило использование многих новых методов.