

**СТРАТЕГИИ РАСШИРЕНИЯ СЛОВАРНОГО ЗАПАСА:
ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРИЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ**

Основные принципы обучения взрослых, сформулированные основоположником андрагогики Малкольмом Ноулзом, включают: самостоятельность и осознанность, ориентацию на имеющийся опыт, практическую направленность, готовность учиться и внутреннюю мотивацию. Взрослые обучающиеся стремятся управлять своим обучением: осознанно выбирают цели и методы, а новые знания усваивают через призму уже накопленного опыта, воспринимая ошибки как естественную часть процесса. Мотивация взрослых обучающихся основана на практической пользе знаний, а не на внешних стимулах. Роль преподавателя заключается в обеспечении условий для обучения, включая, среди прочего, поддержку в структурировании информации, определение индивидуальных траекторий для каждого обучающегося.

Опираясь на исследования в области когнитивной психологии и методики преподавания языков, можно утверждать, что эффективность усвоения материала (в частности, новой лексики) существенно зависит от соответствия учебных стратегий индивидуальным особенностям обучающихся (Ховард Гарднер). Помимо других ключевых факторов, особую значимость приобретают индивидуальные стили познавательной деятельности или модальности восприятия информации.

Восприятие информации обучающимися определяется сенсорными модальностями: зрительной, слуховой и кинестетической. Когнитивная обработка информации у учащихся любого возраста осуществляется через четыре репрезентативные системы: визуальную, аудиальную, кинестетическую и дигитальную. Соответственно, в образовательной практике различают четыре типа восприятия информации: визуальный, аудиальный, кинестетический и дигитальный. Следует отметить, что дигитальная система, основанная на формально-логических операциях, не способна к самостоятельной трансформации информации без опоры на первые три сенсорных канала. Данный факт объясняет важность: во-первых, интегративного подхода к трем основным

каналам восприятия в образовательной практике, и во-вторых, диагностики ведущего канала восприятия у обучающихся, что в совокупности обеспечивает более эффективное и устойчивое запоминание информации.

Наличие специальных тестов для определения ведущего канала восприятия не означает, что преподаватель не в состоянии определить их, т.к. доминирующий канал восприятия информации определяет вербальные и невербальные паттерны поведения.

Речь визуалов изобилует такими лексическими маркерами как *видеть, предвидеть, наблюдать, яркий, тусклый и т.д.*, у них чаще встречается верхнее дыхание и высокий тембр голоса, взгляд часто направлен вверх. **Речь аудиалов** характеризуется высокой частотностью слуховых маркеров, таких как *слышать, обсуждать, во весь голос, услышать основное и т.д.* **Кинестетики** опираются на лексику, описывающую чувства или движения, например – *схватывать, упустить, продемонстрировать, прочувствовать, повернуться, мягкий, теплый, вялый, неприятный, гибкий, заострить внимание и т.д.* Для дигиталов характерны два ключевых признака: *предпочтение логических конструкций в речи и определенные траектории движений глаз, соответствующие типу умственной деятельности.* У них нет специальных для этой группы слов. **В речи дигиталов часто** встречаются нейтральные слова: *воспринимать, понимать, узнавать, решать, мотивировать, изменять, объяснить, осознать, все правильно и др.* или они пользуются аудиальными. Если обучаемым предложить описать что-либо, например – аудиторию, в которой проходит занятие и проанализировать их тексты с учетом вышесказанного, можно определить ведущий канал получения информации. Также следует принимать во внимание мимику, жесты и позу. Для визуалов характерны движения выше уровня плеч, среди их привычных жестов – слегка приподнятые брови, что может служить знаком внимания. Они предпочитают сидеть и стоять прямо. Аудиалы жестикулируют на уровне груди. Они обычно сидят прямо, с небольшим наклоном вперед, и часто наклоняют голову. Кинестетики часто прибегают к жестам ниже уровня груди, делая движения ладонями или похлопывая себя по бедрам. Они предпочитают мягкую и удобную мебель, часто сидят наклонившись вперед, сутулятся, наклоняют голову вперед и немного в сторону. Кинестетики любят быть близко к собеседнику. Поза дигиталов напоминает кинестетическую, однако голова наклонена немного в сторону и влево.

Выявление доминирующего канала восприятия информации способствует не только повышению эффективности учебных занятий, но и позволяет обучающимся оптимально организовать самостоятельную работу с учетом их индивидуальных когнитивных особенностей.

Для обучающихся с визуальным типом восприятия особую значимость приобретают графические элементы: схемы, таблицы и иллюстрации. Таким студентам рекомендуется использовать иллюстрированные словари и цветные ассоциативные карточки. Эмпирические исследования подтверждают,

что тематическая цветовая кодировка (например, зеленый для глаголов, желтый для существительных) существенно уменьшает когнитивную нагрузку при закреплении материала.

Для усвоения абстрактных понятий, не имеющих конкретного визуального образа, эффективны флеш-карточки с контекстными примерами, где на лицевой стороне указывается слово, а на оборотной – его перевод и пример употребления. Оптимальная методика работы предполагает регулярный просмотр с отсеиванием усвоенных карточек. На начальном этапе полезно размещение стикеров с изучаемой лексикой на соответствующих предметах. Особую эффективность демонстрируют ментальные карты – графические инструменты систематизации информации, отражающие смысловые связи между понятиями. Данный прием, как показывают исследования, не только улучшает запоминание на 30 % по сравнению с традиционными конспектами, но и стимулирует креативное мышление, особенно при тематической классификации лексики.

Для людей с аудиальным типом восприятия ключевой принцип – максимальное использование звуковых каналов. Наиболее эффективными подходами являются активное проговаривание вслух изучаемого материала, регулярное прослушивание аутентичных аудиозаписей (подкастов, аудиокниг, радиопередач), а также использование песен, ритмичных повторений, аудиокарточек. Последние легко можно создать при помощи таких платформ и сервисов как Canva, Anki, Quizlet или Memrise. Это позволяет создать прочные акустические ассоциации, улучшить фонетическое восприятие и ускорить процесс запоминания новой лексики. Особенно эффективно сочетание разных аудиальных техник – например, одновременное прослушивание и повторение вслух.

Кинестетикам, чей познавательный процесс основан на двигательной активности и тактильных ощущениях, требуются иные подходы в изучении иностранных языков. Наиболее продуктивными приемами для них являются техники, сочетающие моторную память с языковым обучением. Особое значение имеет создание устойчивых ассоциаций между лексическими единицами и конкретными движениями – например, сопровождение глагола "прийти" жестом притягивания к себе. Такой подход активизирует сенсомоторные зоны мозга, что способствует более глубокому запоминанию.

Практические рекомендации включают использование подвижных игр с изучаемой лексикой, письменные упражнения с сопровождением жестов, а также изучение лексики во время физической активности (ходьбы, занятий спортом). Современные технологии предлагают дополнительные возможности через интерактивные приложения, которые трансформируют процесс запоминания слов в серию физических действий.

Особенно эффективно сочетание нескольких кинестетических стратегий: создание языковых упражнений в рамках фитнес-тренировок; разработка системы жестов для разных грамматических категорий; использование тактильных карточек с последующей двигательной реакцией. Также следует отметить такие сервисы как Canva, Memrise.

Дискретны, или люди с аналитическим типом восприятия, усваивают язык через системный подход и логические связи. Для них наиболее эффективны методы, основанные на структурировании информации и осознанном анализе языковых закономерностей.

Ключевой принцип – систематизация. Дискретны лучше запоминают слова, объединенные в логические группы: тематические (глаголы движения – *arrive, depart*), грамматические (суффиксы *-tion, -ment*) или словообразовательные (латинские корни *aqua* → *aquatic*). Визуализация связей через таблицы, схемы или ментальные карты помогает закрепить эти ассоциации.

Особое значение имеет работа с контекстом. Анализ устойчивых сочетаний (например, *make a decision*, но не *do a decision*) и этимологический разбор (*-able* указывает на возможность: *readable, comfortable*) позволяют дискретам выявлять языковые паттерны.

Практические инструменты включают: логические упражнения (восстановление пропущенных слов в тексте, лингвистические головоломки); цифровые ресурсы Quizlet, Anki с акцентом на примерах употребления; создание собственных алгоритмов (шаблоны предложений: *Subject + Verb + Object*).

Такой подход, который учитывает различные каналы восприятия обучающихся, не только снижает когнитивную нагрузку на них, но и ускоряет переход лексики в активный запас.