



Tanítsunk tanulni!

Nagyon sok tanulónak gondot okoz a tanulás. Hiányos, felszínes ismeretekkel, a siker reménye nélkül kínlódják végig az iskolai éveket, értelmetlenül bemagolják az anyagot, így az ismeretek felidézése hiányos, s a tanultakat nem tudják alkalmazni. Az eredménytelen iskolai évek megrendítik a gyerekek önbizalmát, s az ismeretszerzés iránti közömbösség a lehetőségeket végleg beszűkíti. A szerző azokat a gondolatokat, tanácsokat foglalja össze írásában, amik a tanulási nehézségek enyhítésére hatékony módszereket ajánlanak. Az a meggyőződés vezeti, hogy meg lehet tanítani a gyerekeknek azt, hogyan lehet megtalálni a lényegét, egyáltalán, mit jelent az, hogy lényeg. Azt is, hogy az ismeretek ne csak a dolgozatig legyenek a fejben, s hogyan lehet a tartós, alkalmazható tudás elérhető.

Szöveg: **Martin Jánosné**, magyar-történelem szakos tanár



„Az iskola arra való, hogy az ember megtanuljon tanulni, hogy felébredjen tudásvágya, megismerje a jól végzett munka örömet, megízlelje az alkotás izgalmát, megtanulja szeretni, amit csinál, és megtalálja azt a munkát, amit szeretni fog.”

(Szent-Györgyi Albert)

Az ismeretek elsajátításának módját az iskolának kell megtanítani, a pedagógusnak kell a tanulási folyamatot hatékonyabbá tenni. Ezt kívánja a pedagógusoktól elvárt 8 kompetencia egyike is.

A 3. kompetencia: A tanulás támogatása

[A pedagógus] „Tudja, hogy az egyes gyerekek, tanuló-csoportok tanulásának támogatása különböző stratégiákat, módszereket igényel, ezért törekszik az életkori, az egyéni és a csoportosajátosságoknak megfelelő, aktivitást, differenciálást elősegítő tanulási-tanítási stratégiák, módszerek alkalmazására. Képes az önszabályozott tanulás szintjének megfelelő változatos feladatadásra, támogatja a tanulókat egyéni tanulási útjuk megtalálásában. Képes egyéni tanulásfejlesztési tervet kidolgozni és széles körű együttműködést kezdeményezni a tanulási problémák kezelésében az érintettek körében. A tanulók tapasztalataira, előzetes tudására épít, ösztönzi a magasabb szintű gondolkodási folyamatokat. Nyitott az új tanuláselméletek, tanulási-tanítási módszerek, az IKT új pedagógiai alkalmazásának megismerésére és saját tanulási-tanítási folyamatába való beépítésére.”¹

A gyermek sikertelensége gyakran a helytelen **tanulási szokásokra** vezethető vissza. Sokaknak családi, szociális helyzetükből fakadó hátrányokkal is meg kell

küzdeniük. A gyermek sorsa az alapok lerakásánál dől el. Az iskola feladata, hogy a tanulók hasznosítható tudással, tapasztalattal rendelkezve, s önmagukat, képességeiket ismerve hagyják el az általános iskolát. A gyerekek életkori sajátosságait és az általános iskola szakaszait figyelembe véve az alsó tagozatban szükséges az alapozás, a szokásrendszer kialakítása.

A kisiskoláskorban fő feladat az elemi tanulási technikák tanítása, begyakoroltatása (írás, olvasás, ismétlés, áttekintés, beszélgetés a társakkal a tanultakról). Ezeket készségszintűvé kellene tenni. Jelentős szerepe van a hatékony tanulási szokásrendszer kialakításának. Fontos, hogy kialakuljon egy olyan napi vagy heti ritmus, amelyben a tanuló pontosan tudja, hogy mikor kezd el tanulni, s az várhatóan meddig tart, mikor pihen közben, mennyi a szabadidő, amit kedvére eltölthet.

A szokásrendszer másik nagy területe az optimális körülmények megteremtése: megszokott hely a rendszeres tanuláshoz, csend, nyugalom, megfelelő fény, hogy figyelni tudjon. A tanulási folyamatban tudatossá tehető a tantárgyak tanulásának sorrendje, a szóbeli-írásbeli anyagok tanulásának egymásutánisága, a szünetek beosztása. Hogy ezek a tényezők valóban automatikus tevékenységgé váljanak, abban a szülők a legfőbb partnereink. Tanácsadással, együttműködéssel elősegíthetjük a tanulás otthoni optimális körülményeinek a megteremtését, az elemi tanulási technikák elsajátításának elősegítését.

Alsó tagozatban még jelentős szerepe van a tanulási alapkészségeknél tapasztalható esetleges hiányok pótlásának. Ha nem tud a gyermek olvasni, nem érti, amit olvas; nem lehet előrelépni ezek fejlesztése nélkül.

¹ Útmutató a pedagógusok minősítési rendszerében a Pedagógus I. és Pedagógus II. fokozatba lépéshez Oktatási Hivatal (2013), Budapest.

https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/unios_projektek/kiadvanyok/utmutato_a_pedagogusok_minositesi_rendszereben_3jav.pdf

A serdülőkorra az értelmes tanulás magas szintjére juthatunk a gondolkodás fejlődésének köszönhetően. Fő feladatok ekkor a lényegkiemelés, az összefüggések felismerésének fejlesztése. A leghatékonyabb az lenne, ha tanórákon történne a **tantárgyfüggő tanulási technikák** megtanítása. Figyelembe kell venni az életkori jellemzőket és a tanítandó ismeretek sajátosságait. Az együttműködésre épülő, kooperatív tanítási módszerek, tanulásszervezési módok lehetőséget adnak a motivált, cselekvő részvétel megvalósítására, s a képességek fejlesztése mellett cél az ismeretek elsajátítása, rögzítése, alkalmazása. Tudjuk, hogy a tanórai munka még nem hoz tartós tudást. Az önálló tanulásra szükség van, s a tanulási technikák készség szintű működése az egyre nagyobb terjedelmű szövegekkel való küzdelmet is hatékonytá teszi. Már az általános iskolában felkészítjük tanulóinkat a közép- és felsőfokú tanulmányokra.

A tanulás tanítása jelenti:

- A tanuláshoz való viszony formálását;
- A tanuláshoz szükséges alapkészségek intenzív fejlesztését (beszéd, olvasás, figyelem, memória, gondolkodás);
- Helyes tanulási szokások kialakítását;
- Konkrét tanulási módszerek és technikák elsajátítását.

A tanuláshoz való hozzáállás²

Útmutató: Olvasd el figyelmesen az alábbi mondatokat! A következő öt szám közül azt írd a mondat végére, amelyik rád a legjellemzőbb!

-2	Azt jelenti, hogy egyáltalán nem jellemző rád, általában nem értesz vele egyet.
-1	Azt jelenti, hogy általában nem jellemző rád, általában nem értesz vele egyet.
0	Nem tudod eldönteni.
+1	Azt jelenti, hogy gyakran jellemző rád, nagyrészt egyetértesz vele.
+2	Szinte mindig jellemző rád.

1.	Ha tanulok, az lebeg a szemem előtt, hogy így juthatok magasabb iskolába.	
2.	Ha elkezdek egy feladaton dolgozni, semmi sem tud kizökkenteni belőle.	
3.	Csak azt szoktam megtanulni, ami érdekel.	
4.	Céлом a továbbtanulás, ezért alaposan tanulok.	
5.	Szégyenkezem a társaim előtt, ha rosszul felelek.	
6.	Ha nem jutalmaznak jó osztályzatokkal a tudást, nem tanulnék.	
7.	Magamtól is utánanézek a dolgoknak, hogy problémáimra választ kapjak.	
8.	Érdemes jól tanulni, mert otthon megjutalmaznak érte.	
9.	Néha úgy elmerülök a tanulásban, hogy elfelejtkezem egyéb teendőimről.	
10.	Ha valami érdekeset találok a tananyagban, sokszor hozzáolvasok olyat is, ami nem kötelező.	
11.	Az osztályzat tudásom mércéje, ezért igyekszem minél jobb jegyeket szerezni.	
12.	Több időt fordítok a tanulásra, ha úgy érzem, lemaradok társaimtól.	

A megvalósítás során **számos problémával** találkozunk:

- A pedagógusok nincsenek a feladatra felkészítve;
- A szülők egy része érdektelen a gyermek teljesítménye iránt;
- A szülők alacsony iskolai végzettsége ingerszegény környezetet jelent;
- Sok a tanulási, magatartási zavarral küzdő gyerek;
- Sok az érzelmileg elhanyagolt gyerek;
- Gyakori a tanulási motiválatlanság.

A tanuláshoz való viszony javítása természetesen nem hatásos példabeszéddel, rábeszéléssel. Meg kell ismer-nünk tanulóink hozzáállását, hogy célt érzünk. Érdemes elvégezni osztályunkban a tanulásiattitűd-vizsgálatot. Felmérésünk eredményét meg kell osztanunk a szülőkkel. Vajon **milyen motivációkkal** érkeznek az iskolába a gyerekek?

Belső pozitív motivációk:

- kíváncsiság, érdeklődés, tudásvágy;
- életcél elérése.

Külső pozitív motivációk:

- megfelelni a szülői elvárásoknak;
- megfelelni a tanár elvárásainak;
- megfelelni a barátoknak az elfogadáshoz;
- jutalom.

² Forrás: Kósáné Ormai Vera (2015): *A mi iskolánk – Nevelépszichológiai módszerek az iskola belső értékelésében*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.



13.	Azt szeretem, ha a tanár az osztály előtt dicsér meg a feleletemért.	
14.	Ha arra gondolok, hogy több tanulással biztosíthatom a továbbtanulásomat, szorgalmasabb vagyok.	
15.	Az unalmasabb tantárgyakat is megtanulom, mert nem mindegy, hogy milyen jegyet kapok.	
16.	Ha jó bizonyítványt szerzek, otthon ajándékot kapok érte.	
17.	Sokszor izgat, hogy esetleg nem tudok megfelelni a szüleim elvárásainak.	
18.	Annyira tudom a figyelmem összpontosítani a tanulásra, hogy semmi sem tud megzavarni.	
19.	Szeretek a dolgok mélyére ásni.	
20.	Bánt, hogy mit gondolnak rólam osztálytársaim, ha rosszul felelek.	
21.	A nagyobb ismeret biztosítja az érvényesülésemet.	
22.	Ha nem adnának a tanárok osztályzatokat a feleletemre, nem lenne olyan izgalmas számomra a tanulás.	
23.	Élvezem, ha egy bonyolult feladatot önálló kutatással oldok meg.	
24.	Ha egy problémát akarok megoldani, semmi sem tud eltéríteni tőle.	
25.	Kikapok otthon, ha rossz jegyet viszek haza.	
26.	Az serkent a tanulásra, hogy társaim elismerjenek.	
27.	A nagyobb tudás biztosítja, hogy később magas szintű oktatásban részesüljek.	
28.	A szüleim a jó tanulmányi eredményt pénzzel, tárgyakkal vagy egyéb juttatással megbecsülik.	
29.	A jó jegy a legfontosabb számomra.	
30.	Nagy kitartással szoktam tanulni.	
31.	A jó tanulást a szüleim jutalmazzák.	

Negatív tanulási motiváció pl. elkerülni a rossz jegyet, büntetést. Elérhető, hogy több legyen a belső, pozitív motiváció, de ehhez bizalomteljes légkör szükséges, s ez hosszú, folyamatos erőfeszítéssel alakítható ki. Az ön-bizalom-hiányos gyerek szorong, nehezen lelkesíthető a tanulásra. Sikereket kell elérnie, hogy elhiggye, képes jobb jegyeket elérni, tanulási nehézségeit leküzdeni. A tanulási motívumok egyik fontos összetevője a tantárgy iránti érdeklődés. Az indítékok sok hasonló vonást mutatnak az általános tanulási motívumokkal. Így a felfedezés öröme, a kíváncsiság, a gyakorlati hasznosság, a pedagógussal kialakított személyes kapcsolat, az önmegvalósítás lehetősége, a kedvező társas helyzet elfoglalása az osztályban.

A rendszeres tanulást ösztönzi az órai, csoportban végzett munka, hiszen a tanulón is múlik a csoport teljesítménye, s a fokozott figyelem, a szereplési alkalmak sikerhez juttatják. A fő alapelv, hogy az emberek azt tanulják meg legjobban és leggyorsabban, amit meg akarnak tanulni, és amikor valamennyi érzékszervüket használják. Könnyebb emlékezni valamire képek és hangok segítségével, s legjobban cselekvés közben lehet elsajátítani dolgokat.

„Amit olvasok, azt elfelejtem. Amit látok, azt megjegyzem. Amit csinállok, azt tudom” – állítja a kínai bölcsesség. Kutatási eredmények bizonyítják, hogy 10%-át megtanuljuk annak, amit olvasunk, 20%-át annak, amit hallunk, 30%-át annak, amit látunk, 50%-át annak, amit látunk és hallunk, 70%-át annak, amit kimon-dunk, s 90%-át annak, amit mondunk és csinálunk egy-

szerre. A tanulás hatékonyságának növelése érdekében fontos tehát a tanulók aktív részvétele a feladatokban, a tanultak változatos formákban történő gyakorlati alkalmazása, egyéni differenciálás, visszajelzés a tanulói teljesítményekre, kapcsolat a való élettel és szociális interakció a tanulás során.

A tanulási nehézségek több mint felét olvasási vagy szövegértési hiányosságok okozzák. A szövegek hatékony feldolgozásához kapjanak a tanulók olyan **szövegfeldolgozó technikákat**, amik önálló tanulásukat, a tanult ismeretek rögzítését segítik. Célszerű a szak-tanárnak néhány órát arra szánni, hogy a tantárgy specifikus tanulási módjait is begyakoroltassa mindjárt a tantárgy tanulásának kezdetén. Az írott tananyagok aktív módon való elsajátításának hatékony módszere a tananyag kérdéseken alapuló feldolgozása, melynek során az oksági összefüggések is feltáru-lnak, és az új anyag beépül az eddigi ismeretek közé. A rendszerezett ismeret könnyebben felidézhető.

A tankönyvi témák végén általában vannak ellenőrző kérdések, amik a legfontosabb pontokra kérde-znek rá. Célszerű előre elolvasni a kérdéseket, miről is lesz szó. Miről fogunk tanulni? Milyen részekre oszlik az anyag? Hogyan kapcsolódnak a részek egymáshoz? Ezáltal olvasás közben már ezekre a lényegi kérdésekre fókuszál a figyelem, kevésbé kalandozik el. Jobban rögzül az ismeret, ha közben le is jegyzi a tanuló a kérdésre megta-lált választ. Tehát több tevékenység van egyszerre, ami hasznos a memóriának. Minden nagyobb fejezet végén is vannak kérdések, illetve vannak kiemelések, amikre

rá lehet kérdezni. A tanulási stílus nem egyforma. Meg kell figyelni, hogy kinek mi az eredményesebb. Lehet kisebb egységekre is bontani a tananyagrészt, s azokra koncentrálni.

Kérdőszavas kérdéseket kell alkotni: Ki? Mikor? Hol? Hogyan? Mivel? Miért? stb. Az eldöntendő kérdésekre adott igen-nem válaszok nem adnak rendszerező tudást. A kérdésekre saját szavainkkal kell a választ megfogalmazni, hisz a tanulnivalót könnyebb megjegyezni, ha átformáljuk, leegyszerűsítjük, összefoglaljuk. Így biztosan értjük az anyagot, s jobban emlékszünk. Természetesen a szakkifejezéseket meg kell tanulni, s felhasználni a gondolatok megfogalmazásakor.

A tanulási folyamatban végig **alapfeltétel a figyelem**. Amit meg akarunk jegyezni, arra teljesen oda kell figyelni. Min múlik a figyelem? Elsősorban, hogy érdekel-e a téma, s hogy milyen a lelkiállapot. Ha nem vagyunk képesek feszültség, fáradtság miatt a feladatra összpontosítani, nem sokat ér a tanulási idő. Az is az egyéni stílushoz tartozik, hogy milyen időközönként szükséges szünetet, pihenést beiktatni. Az is erősíti a figyelmet, ha a megtanulandó dolgokat tudjuk valaminek kötni. Ha a lényeges ismeretekről vázlatot, jegyzetet készítünk, már a rögzítést végezzük. Tanítsuk meg a gyerekeket arra, hogyan tudnak vázlatot készíteni! A legjobb módszer ehhez a **gondolattérkép készítése**. A gondolattérkép vizuálisan, képekben teszi érthetővé az információt. Ki lehet szűrni a lényegét, rávilágít az összefüggésekre, segíti a felidézést. Hatékony tanulási eszköz, mert ha magunk alkottuk meg a vizuális elemeket, akkor megvalósul az aktív, saját részvétel. Vannak a készítésben olyan szabályok, előírások, amik az alkalmazást könnyítik meg. A központban a téma, a fő témához a nagyobb témák kapcsolódnak. Az elágazó vonalakra csak egy-egy kulcsszó kerüljön, a lényegre jobban lehet figyelni, és sokat segít, ha ezek nyomtatott betűkkel íróttak. A főágakhoz kapcsolódnak a kevésbé fontos információk, kisebb elágazásokon. Az ágak egy csomópontokkal kapcsolódó szerkezetet alkotnak, amely színekkel, képekkel, rajzokkal, nyilakkal vezetik a gondolatokat, s rendszerezik azokat. A fő ágak vonalai vastagabbak legyenek, hogy a hangsúlyozás képíleg is segítse a logikai összefüggések átlátását.

A gondolattérkép használata nagyon sokrétű. Egy tananyag, szövegrész, vers megtanulására, az információfeldolgozás legszélesebb területén. A gondolattérkép-módszer összekapcsolja a verbalitást a vizualitással, s így a tanulási zavarral küzdők és a szociokulturálisan hátrányos helyzetűek gondolkodási képességei is jobban fejlődnek. Ha a pedagógus rendszeresen használja a gondolattérképeket órai vázlat készítésekor, magyarázatkor, vagy összefoglaláskor, a tanulók a minta alapján is elsajátíthatják a módszert, és használni fogják. Rövidítheti a tanár a folyamatot azzal, ha bemutatja, mire való, s feladatként elvárja az órai vázlat vagy a tananyag gondolattérképen való megjelenítését. Bátran lehet használni az asszociációt, s a saját gondolatokhoz kapcsolva a tanulnivalót, mélyebben rögzül a saját rendszerben. Gyorsabban előhívható és alkalmazható a tudás. A **tartós emlékezéshez** fontos az aznapi ismétlés, sőt a másnapi átfutás, s majd egy hét

múlva a tanultak átismétlése. Így lehet biztos és hosszú távú tudásra szert tenni.

A történelem tantárgy például érdekes, szerethető tantárgy a gyerekek számára, de az ismeretek nem jegyezhetőek meg egyszeri hallásra. Szükséges az otthoni tanulás! Sok adat, új, ismeretlen fogalmak elnevezése, ok-okozati összefüggések stb. vár a megértésre, memorizálásra. Az ötödikes történelemanyag még sok elmesélhető történetet tartalmaz, de olvasási nehézségekkel már akkor is nehezen birkózik meg a tankönyvi szöveggel a kisdiaák.

A hatodikos anyag szükségessé teszi a szaktanár számára, hogy már az első lecke tanulásához segítséget adjon. Néhány órát az érdeklődés felkeltése mellett arra kell szánni, hogy tanulási technikákat tanítsunk diákjainknak, így nem veszi el a gyerekek kedvét a többoldalal, bár színes képekkel gazdagított tanulnivaló. Az ismétlő órák után az első tananyag: *I. Károly országa*. Hívjuk fel a figyelmet a tankönyv tanulást segítő felépítésére! Anyagegység-címek, vastag betűs, dőlt betűs lényegkiemelések, kérdések, a lecke végén összefoglaló kérdések, a lényegi kérdések vázlata. Az anyag három oldal terjedelmű, a törzsanyag betűnagysága elkülönül a kiegészítő anyagtól. A lecke három alapegységének vastag betűs címe a lényegre irányítja a figyelmet, s a szövegen belül is vastag és dőlt betűs kifejezések segítik a megjegyzést. Az egységen belüli kérdések az összefüggésekre irányulnak. A lecke feldolgozásánál ezekre a tanulást segítő elemekre helyezzük a hangsúlyt.

A lecke végén található összefoglalót a kérdések elolvasásával kezdjük! A lényegre irányítják a figyelmet, s felkeltik az érdeklődést. Miről is lesz szó? Ösztönözzük a tanulókat arra, hogy jegyezzék le azt, ami a kérdésekre válasz lehet! Tanítsuk meg a gyerekeket vázlatot írni, sőt a gondolattérkép készítésére is sor kerülhet! A diákoknak ezek nem új munkaformák akkor, ha a tanár már az ötödik évfolyamon ilyen módon segítette a tanulást, s a gyerekek sok példát láttak már. Kooperatív munkaformában még hatékonyabbá tehetjük a tanulást.

Az 1. anyagegységen tanuljuk a technikákat.

A csoportok feladata:

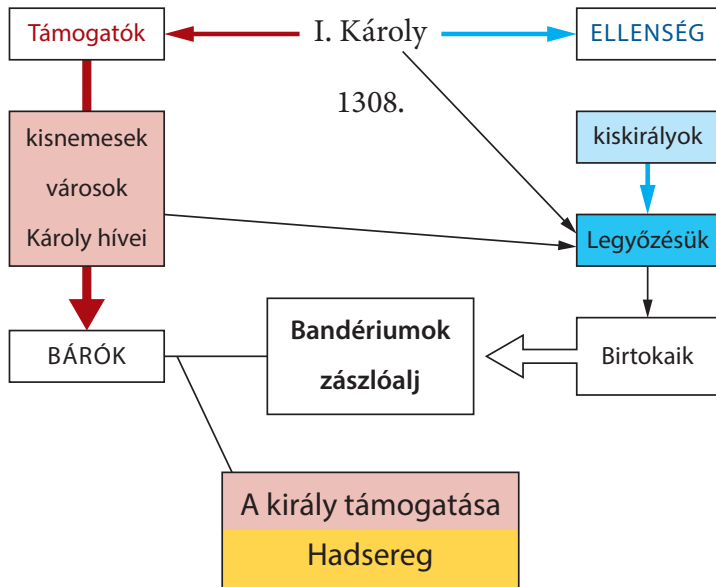
1. Alkossatok kérdéseket a szöveg tartalmáról!
2. Írjátok ki a fontos tényeket! Ezek a kulcsszavak.

A kérdésfeltevés, illetve a kulcsszavak megtalálása a szövegfeldolgozás legfontosabb módszere. Ezt a feladatot több csoport megkapja, s az azonos feladatot végzők összehasonlítják a megoldásukat. A 3. feladatot tanári segítséssel valamennyien készítik, a megoldás táblára és a füzetbe kerül. Ez a gondolattérkép készítésének megtanítása.

Példát mutatunk a gondolattérkép készítésére, de felhívjuk a tanulók figyelmét, hogy nem kell ezeknek a képi vázlatoknak egyformának lenni. A kreativitásnak nagy lehetősége van, hisz az asszociáció működése nagyon egyéni. Arra is biztassuk tanítványainkat, hogy a kiemelésekkel, ábrákkal, rajzokkal, színekkel, változatos betűformákkal saját vizuális képüket erősíthetik – kinek mire van szüksége.



A kiválasztott anyagegység felvázolását a tanulókkal együtt készítsük el, de a következő anyagegység feldolgozását kooperatív csoportban, akár párosan, akár az egész csoport önállóan végezze el! A szöveg megértését az első két feladat megoldásának bemutatásával bizonyítják a gyerekek. A csoportok egymást ellenőrzik, két-két tanuló a másik csoportnál kérdések, illetve a kulcsszavak segítségével elmondja, mit tanult. Ezután kerüljön sor a gondolattérkép tanulást segítő módszerének bemutatására.



A második téma: a királyi jövedelmek feldolgozásához a tankönyv ad vázlatot a vastagbetűs kiemelésekkel. Fogadtassuk el diákjainkkal, hogy a lejegyzésnek igen nagy haszna van az ismeretek megjegyzésében!

A 3. anyagegységnél azt gyakoroltathatjuk, hogy elolvasás után saját szavainkkal elmondva leegyszerűsítjük, s átfuttatjuk saját gondolkodási rendszerünkön a tanulnivalót. Párban elmondják egymásnak, így mindenki szereplést és ellenőrzést is kap. Akkor lesz teljes a felkészülés, ha a lecke végén lévő összefoglaló kérdések szerepét is megvizsgáljuk, s a kérdésekre adott biztos válaszok önbizalommal tölthetik el a gyerekeket.

Verstanulás

Gyakran okoz nehézséget a **verstanulás**. Ez ugyan csak próbára teszi a memóriát, de a tanulási akaratot is. Ha a verstanulás technikájával is foglalkozunk az órán, a gyerekek érezni fogják, hogy nemcsak feladatot kapnak, hanem segítséget is, mellettük vagyunk. A verset már órán értelmezzük! Minden ismeretlen szó magyarázatot igényel. Csak azt lehet tartósan megtanulni, amit értünk. Biztassuk a gyerekeket arra, hogy bátran kérdezzenek, ha valami nem világos!

Próbáljuk ki egy adott versen azokat a módszereket, amiket a legtöbben hatásosan használnak! A különböző módszerek kombinálhatók. Versszakonként tanuljunk, a versszak tartalmáról készíthetünk vázlatot, akár gondolattérképet, vagy a megragadható, elképzelhető

részekről rajzot is készíthetünk. A vizuális típusok ezt hatékonyan tudják alkalmazni. Azok, akiket a kimondott szó segít, mondják együtt a szöveget hangfelvétellel, akár a maguk elmondásában, akár az interneten található művészi tolmácsolással. A közös osztálymondással is bizonyíthatjuk ennek a hatásosságát, hisz a fülükben visszhangzik, amit együtt mondanak. Azt is bemutathatjuk, hogy számos esetben mutogatást is társíthatunk a szöveghez, mintegy eljátszva annak tartalmát. (Gyakran a felelőt is kisegítettem egy-egy mozdulattal a szerepléskor, s érdemesnek találták ezt a módszert is.) A verstanulás legfontosabb módszere az állandó ismétlés. A szülőknek, testvérnek stb., mindenkinek, aki meghallgatni tudja, időközönként el kell mondani a verset. Ez növeli az önbizalmat, s csökkenti a szereplési lámpalázat.

Természetesen egy órai munka még nem teszi általános gyakorlattá a módszereket, s az egyéni tanulási módok megtalálása is időbe telik, de érdemes időt szánni rá. Az eredményes, helyes tanulási szokások kialakítása mellett még a **képességek, készségek fejlesztése** is szükséges a célok eléréséhez. A figyelem, memória, problémamegoldó gondolkodás fejlesztését szolgáló gyakorlatokat is beiktathatunk az óráinkba; számos ilyen feladatot találunk az interneten. Hívjuk fel a szülők figyelmét is ezekre a játékos fejlesztő feladatokra, s a netezés hasznos is lesz, mellette szórakoztató.

Digitális eszközök nélkül is elérhetjük, hogy egy kis átmozgatással javuljon a koncentrációs készség, s a jó hangulat is biztosított lesz a komolyabb feladatokhoz.

1. feladat

A tanulóknak egy mozgássort kell követniük, s a tévesztést elkerülni.

1. ütem: mindkét kézzel a térdre csap, 2. ütem: taps, 3. ütem: bal kéz ökölben, hüvelykujj a bal fül mellett hátramutat, 4. ütem: jobb kéz ökölben, hüvelykujj jobb fül mellett hátramutat.

2. feladat

A nap indítására, bemelegítésre és a tanulók testi-szellemi átmozgatására alkalmas játék. Fejleszti a tanulók koncentrációs képességét.

A tanár kiválaszt Erich Kästner Az állatok konferenciája c. művéből egy szövegrészletet. A benne előforduló állatok nevét cédulákra írjuk. Lehet egy-egy állatfajtából több példány is, ha az osztály nagyobb. Minden tanuló húz egy cédulát. Elkezdjük olvasni a szöveget. Amelyik állat hallja a saját nevét, felpattan, majd újra leül a helyére. Ha az hangzik el, hogy „az állatok”, vagy „minden állat”, mindenkinek fel kell ugrania.

3. feladat

A következő módszer lazításra alkalmas, de koncentrációs gyakorlatnak is használható.

A tanulók körben ülnek vagy állnak. Sorban számolnakak 1-től növekvő sorrendben úgy, hogy minden hetest tartalmazó, vagy héttel osztható számnál nem a számot, hanem „bamm”-ot mondanak. A számolás addig foly-

tatódik, míg valaki nem hibázik, ekkor az a személy, aki hibázott, előlről kezdi a számolást. Menet közben változtatható a számolás tempója is.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - Bamm - 8 - 9 - 10 - 11 - 12 - 13 - Bamm - 15 - 16 - Bamm - 18...

4. feladat

A következő játék a memória fejlesztésére szolgáló szórakoztató feladat.

Szólánc

Gyűjtsünk össze rövid, érdekes, mókás szavakat: pl. Marci, Berci, Karcsi, Tercsi, Ancsa, Jancsi, Bence, Jenci, Ince, Vince, Lonci, Mancsi. De autómárkák felsorolása is megteszi, ha mással nem lehet rávenni a gyerekeket a gyakorlásra. Felolvassuk a 6-8 szóból álló szóláncot és megkérjük, hogy ismételjék el sorban, amit hallottak. Ha jól megy, jöhet a hosszabb lánc, ha sok a tévesztés, rövidíteni kell.

5. feladat

A figyelem és a memória fejlesztésére való gyakorlatok otthonra vagy órán is lazításra, élénkítésre.

A gyerekek körben ülnek. Az egyik gyereknek a játékvezető utasításokat sűg a fülébe, aki az utasításokat sorban megcsinálja. A többiek csendben figyelik, majd igyekeznek kitalálni, mit sűgött a játékvezető. Egész mondatokkal kell kifejezniük magukat. Következő lépésben egy másik gyereknek visszafelé kell megcsinálnia a feladatsort és mondani, hogy mit csinál.

Előkészítünk hangszereket, hangot adó tárgyakat. A gyerekek lehajtják a fejüket. Egymás után létrehozunk a hangokat. Ezeket figyeljük meg a gyerekek, és jegyezzük meg a sorrendet! Felszólításra elmondhatják, mit hallottak. Visszaismételhetik a gyakorlatot.

Mi kerüljön a hátizsákba? Pl: buszjegy, zsemle, esőköpeny, zsebkendő, sajt... Egy gyerek elismétli a listát és egy új tárgyat fűz hozzá, a következő már ezt is ismétli, hozzáfűz egy újabb tárgyat, és így tovább. Az elemszámot fokozatosan növelhetjük. Ügyelni kell a helyes sorrendre. Nehezíthetjük mennyiséggel pl: 2 buszjegy, 5 sajt...

Bemegyek az étterembe. Enni szeretnék. Elmondom a pincérnek a rendelést, ő továbbadja a szakácsnak. A szakács visszamondja a pincérnek, majd a pincér elmondja a vendégeknek, hogy mit szolgál fel. A vendég fizetéskor fordított sorrendben mondja el, hogy mit rendelt.

A gyermek mondja a játékvezető után: 1-5, 6-9-3, 8-5-1-8 stb.

Mondja fordított sorrendben a számokat!

Ezek a feladatok legfeljebb néhány percet igényelnek, de a tanuláshoz szükséges pozitív lelkiállapothoz mindenképpen hozzájárulnak. A szülők gyakran ajándékoznak gyermekeiknek képességfejlesztő játékot. Érdemes egy közös alkalomra összegyűjteni ezeket, s jó elmozgató alkalmat teremtünk egy délután, ha mindenki elhozza a kedvencét.

Összegzés:

A gyerekek életkori sajátosságait, egyéni képességeit figyelembe véve a pedagógusnak kell a tanulási folyamat során az ismeretszerzéshez támaszt nyújtani, sikerhez juttatni a tanítványait. Eredményhez vezető tanulási szokásokat kell gyakorlattá alakítani, s a szövegfeldolgozás módszereit, a rögzítés speciális technikáit bevált módszernek ajánlani, bemutatni. Segíteni kell abban is, hogy az egyének a saját legeredményesebb tanulási módjukat megtalálják és használják.

Általánosságban igaz az, hogy **a tanulásnak 5 feltétele van:**

1. Legyünk motiváltak!
2. Figyeljünk oda!
3. Kössük az új ismereteket ahhoz, amit már eddig is tudtunk!
4. A nyert információkat mindjárt az elején még egyszer nézzük át!
5. Időről időre frissítsük fel tudásunkat!

Ezeket a nagyon egyszerű tanácsokat könnyű elfogadtatni, de az akaratot edzeni kell hozzá. Könnyen kimondják a gyengébben teljesítők, hogy elkalandozik a figyelmük, hogy nem jó a memóriájuk. A jó memória a figyelem művészete. Amit meg akarunk jegyezni, arra teljesen oda kell figyelni. Min múlik a figyelem? A pozitív érzelmi állapoton.

A tanulnivalót könnyebb megjegyezni, ha átformáljuk, leegyszerűsítjük, összefoglaljuk. Meg kell érteni, amit meg akarunk jegyezni, s jobban emlékszünk. A megtanultakat át kell ismételni még aznap, s aztán időnként újra átnézni, hogy a hosszú távú memóriába kerüljön az ismeret. Azt is tudatosítanunk kell, hogy a gondolkodás asszociációkra épül. Az egyik dologról eszünkbe jut a másik. Ez segíti a megjegyzést. Az emberi információszerzés legjelentősebb csatornája a vizualitás. Az ábrák, képek rengeteg információt hordoznak, így egy elem által sok elemet tudunk könnyedén megjegyezni.

Mindezeket a tanulást segítő pedagógus igyekszik átadni tanítványainak, de bármennyire is játékos feladatokkal igyekszik az érdeklődést felkelteni, fenntartani, fontos azt tudatosítani gyerekekben és szülőkben is, hogy a tanuláshoz szükség van erőfeszítésre.

Az eredményekért meg kell dolgozni!

Ajánlott irodalom:

Oroszlány Péter (2010): *A tanulás tanítása*. AKGA Junior Kiadó, Budapest.

<http://tanulasfejleszt.es.ektf.hu/>
<http://tanuljhatekonyan.hu/>
<https://eduline.hu/>
<https://ofi.oh.gov.hu/tudastar>
<https://csegesuli.edu.hu/>
<https://zanza.tv/>
<https://csanadi-bp.edu.hu/>

Tanulási módszerek:

https://hu.wikipedia.org/wiki/Tanulasi_modszer