

# TANULJ VELÜNK!

## Tanulásmódszertani sorozat

Pályázati azonosító: GINOP-6.2.3-17-2017-00005

### Összeszótt gyakorlat

Ebben a részben az összeszótt gyakorlat tanulási technikát ismerheted meg.

A hatékony tanulási technikák megkönnyítik a tanulást.

Ne feledd, bármelyik tanulási technikát is fogod használni, az csak tanulással, gyakorlással sajátítható el.

A tanulási technika alkalmazása előtt teremts megfelelő körülményeket!

- ne legyél szomjas, éhes;
- legyenek megfelelő fényviszonyok;
- hangolódj rá a tanulásra;
- készíts tervet!

Hagyományosan úgy szoktunk tanulni, hogy először fejlesztünk egy készséget, aztán ha azzal készen vagyunk, akkor egy másikat. Három készség esetén (A,B,C) ez így néz ki: AAABBBCCC.

Az összeszótt gyakorlat tanulási technika jellemzői:

**Az összeszótt gyakorlat során megtörjük ezt a monotonitást, és így tanulunk: ABCABCABC.**

Ha például előadni tanulsz, akkor foglalkozhatsz kicsit a testbeszédeddal, kicsit a prezentációval, és kicsit a hangsúlyozással, majd újra előlről. Ez elsöre furcsának tűnhet, de kifejezetten hatásos fizikai feladatok elsajátítására, és kognitív

feladatoknál (pl. matek). A kutatás alapján 43%-kal jobb eredménye volt, mint a blokkosított tanulásnak.

Ez azért van, mert a **különböző területek közti összefüggések egymásra épülnek, és segítik a megértést.** Fontos: ez ne legyen egyenlő a multitaskinggal, azt kerülni kell!

Hogyan csináld?

Ne keverd a tudományágakat:: ha angolt, kémiát, és matekot variálsz, aligha lesz jó eredménye. **Egy dolgról tanulj, de 3-4 oldalról közelítsd meg felváltva.** (pl. angol nyelvtan, kiejtés, szavak)

Példa: Elektrotechnika vizsgára készülsz.

Ezt a hatékony tanulási technikát használva, kövesd az alábbi tervet:

- tanulsz egy összefüggő rész elméletet
- megoldasz egy ehhez a részhez tartozó feladatot
- gyakorló rajzokat készítesz az ehhez a részhez tartozó karakterisztikákról

Ha végeztél a fenti feladatokkal, akkor szünetet tartasz, és a következő tanulási időszakodban ugyanígy folytatod:

- elmélet
- feladatmegoldás
- karakterisztikák rajzolása

Szünet (pihenés) után szintén az összeszótt tanulási technikát alkalmazva:

- újabb elméleti rész
- újabb ehhez a részhez kapcsolódó feladatok megoldása
- újabb idevágó karakterisztikák tanulása

Tippek az összeszótt gyakorlat tanulási technika használatához:

1. A tanult tananyagrészek között legyen összefüggés (pl. ha Elektrotechnika elméletet tanulsz (A), akkor utána (B) elektrotechnika feladattal folytasd, és ne egy angol nyelvi teszttel)!
2. Keverd a régebbi és az új tananyagot!
3. Keverheted a tanulási technikákat (pl. használod az összeszótt gyakorlat technikát, de a a tanulási idő beosztása alapulhat a Pomodoro technikára).
4. Ne bátortalanodj el, ha nem látsz azonnali eredményt!

További információkhoz juthatsz még az alábbi oldalakon:

[Így tanulj meg bármit könnyedén: Hatékony tanulási módszerek! \(onfejlesztoakademia.hu\)](https://onfejlesztoakademia.hu)

<https://misztersiker.hu/tanulasi-technikak>

<https://hirmagazin.sulinet.hu/hu/pedagogia/tanulasmodszertani-otletek>

[Interleaved Practice: 4 Ways to Learn Better By Mixing It Up | InformED \(opencolleges.edu.au\)](https://opencolleges.edu.au)

A prezentációhoz felhasznált képek forrásai:

[Interleaved Practice – Use It to Maximize Your Learning Pace \(universeofmemory.com\)](https://universeofmemory.com)

[Interleaving: One Strategy to Recover Lost Learning - The Center for Transformative Teaching and Learning \(thecttl.org\)](https://thecttl.org)

Készítette: Szabó Sándor

Kaposvár, 2021. június 14.