

# Veszprémi Szakképzési Centrum Jendrassik-Venezs Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája

## Tanári útmutató az osztályfőnöki munkafüzethez Kilencedik osztály



Készítette: Tóth-Márhoffer Márta

## Tanári útmutató

### Osztályfőnöki munkafüzet

Tanulásmódszertan témakörök feldolgozásához

Kilencedik osztály

Szakgimnáziumi képzés

Szakmailag és nyelvileg lektorálta Kövesdi Anett és Paksi László.

Veszprém

2019.

**TARTALOMJEGYZÉK**

BEVEZETŐ .....	4
1. TANULJUNK TANULNI! .....	6
1.1. A tanulás értelmezése .....	6
1.2. Tanulás tanulása, mint kulcskompetencia .....	7
1.3. A tanulás tanítása .....	8
1.4. Gyakorlati megfontolások.....	12
2. ÓRATERVEK.....	16
2.1. Ki vagyok én?.....	16
2.2. Mire jó az iskola?.....	20
2.3. A tanulás, mint lehetőség.....	23
2.4. Tanulási szokásaim – tanácsok a tanuláshoz.....	26
2.5. Tanulási módszereim.....	29
2.6. Tanulási módszerek újratöltve.....	32
2.7. Figyelem.....	36
2.8. Emlékezet.....	40
2.9. Olvasási szokásaim .....	44
2.10. Olvasás, szövegfeldolgozás.....	47
2.11. Szókinccs.....	51
2.12. Beszédtechnika .....	54
2.13. Gondolkodás .....	59
3.14. Csökkentsd a stresszt! .....	62
3.15. Mit tanultunk? Hogyan tovább?.....	65
4. FELHASZNÁLT IRODALOM .....	70
5. VIDEÓK LISTÁJA.....	71
6. KÉPEK FORRÁSA.....	72
7. SEGÉDANYAGOK.....	73
1/1 Önismereti mondatok .....	73
2/1 Szent-Györgyi Albert idézet.....	75
3/1. Tanulás definíciók .....	75
3/2 Hányféleképpen tanulunk? .....	75
4/1 Mi vagyok?.....	76
4/2 Tanulási tanácsok .....	76

A tanulásra alkalmas belső állapot előkészítése .....	76
Tanuláshoz való viszony kialakítása .....	77
Tanulási szokások kialakítása .....	77
6/1. Tanulási stratégiák .....	78
7. Figyelem megfejtések .....	79
Hibakeresés - jelpárok.....	79
Szókeresés .....	79
Jelkeresés.....	79
Számkeresés .....	79
Különbségek: .....	79
8. Emlékezet.....	80
I. Szenzoros emlékezet.....	80
II. Rövidtávú emlékezet (STM) / Munkamemória .....	80
III. Hosszútávú memória (LTM).....	80
9/1. Mit értettél meg?.....	81
9/2. Szövegértés totó .....	83
10/1. Memory kártya .....	85
10/2. Címmeditáció .....	87
11/1. Közmondások kórusban .....	88
11/2. Szómagyarázat totó.....	88
12/1. Mozaikszavak.....	89
13/1. Gondolkodás jellemzői .....	89
13/2. Lord Smith öröksége .....	89
Kék csapat .....	90
Piros csapat .....	94
Sárga csapat.....	98
Zöld csapat .....	102
14/1 Rejtvény.....	108
14/2. Nyújtó lazító gyakorlatok.....	109
15/1. Tanulást segítő emberi tulajdonságaim.....	110
15/2. Meghiúsult utazás .....	111

## BEVEZETŐ

## Kedves Osztályfőnökök!

Iskolánk képzéseinek valamennyi évfolyamán heti egy órában kap időkeretet az osztályfőnöki munka. Az osztályfőnökként végzett munkához az iskola pedagógiai programjában meghatározott célokat és feladatokat tekintjük irányadónak. Szeretnénk önmegvalósításra, konstruktív életvezetésre törekvő fiatalokat nevelni, akik pozitív jövőképpel és magabiztos erkölcsi értékrenddel lépnek ki az iskolából. Ennek érdekében a belépő, kilencedik évfolyamon feladat az iskola rendjének megismertetése, a helyes, hatékony tanulási módszerek megalapozása, a meglévő képességek fejlesztése, az osztályközösség kialakítása és a serdülőkorból fakadóan a tanulók önismeretének folyamatos fejlesztése. A Pedagógiai Program Helyi tanterve az osztályfőnöki munkára vonatkozóan az alábbi követelményeket fogalmazza meg:

„A tanuló vallja magáénak az iskola preferált értékeit! Legyen tisztában önnön képességeivel, értékeivel, legyen képes önfejlesztésre. Legyen képes hatékony, logikus, szelektív tanulásra. Tanulásában és egyéb tevékenységeiben legyen kreatív. Tanulja meg konfliktusait kezelni. Találja meg helyét és szerepét a különböző közösségekben. Legyen elképzelése, terve a jövőről. Törekedjen az egészséges életmód kialakítására. Legyen tisztában a káros szenvedélyek következményeivel. Igényesen tudja eltölteni szabadidejét. Védje környezete, a természet értékeit. Törekedjék a társadalmi konvenciók betartására, a törvényes magatartásra. Legyen tájékozott a világ eseményeiben. Ismerje az EU, hazánk, városunk értékeit.”<sup>1</sup>

Az évi 37 tanórából tantervi témákra 28 órát, kötelező témákra 2 órát, iskolával, osztállyal kapcsolatos, aktuális témákra 7 órát javasol a helyi tantervünk. A Tantervi témák három nagy kérdéskört ölelnek fel, ezek a tanulási módszerek, az egészségfejlesztés és az önismeret:

## A. „Tanulásmódszertan

1. • Mire való az iskola?
2. • Tanulási szokásaim - önvizsgálat
3. • Tanácsok a tanuláshoz
4. • Koncentrációfejlesztés
5. • Beszédfejlesztés
6. • Olvasási felmérés, olvasási szokásaim
7. • Olvasásfejlesztés
8. • Memóriafejlesztés
9. • Gondolkodásfejlesztés

<sup>1</sup>A Veszprémi SZC Jendrassik-Venesz Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Pedagógiai Program melléklet Osztályfőnöki munkaközösség  
Érvényes: 2016. Szeptember 1-től 2017 és 2018 évi módosítással 14. old.

## B. Egészségnevelés

- Önvizsgálat: mit jelent a testi-lelki egészség, egészséges környezet, egészséges életmód
- Az egészséges életmód, testkultúra, napirend, táplálkozás
- Leleki egészség, harmónia környezetünkkel, önmagunkkal
- Káros szenvedélyek, következményeik
- A kábítószerekről
- Fertőző és nemi betegségek
- Egészséges környezet, környezetvédelem
- A sport szerepe életünkben

## C. Ismerd meg önmagad!

- Önismeret, emberi kapcsolatok
- Viselkedési normák, erkölcs
- Környezetünk megismerése, megyénk, városunk
- Könyvtárhasználati ismeretek (iskolai könyvtárban)<sup>2</sup>

Jelen útmutató a tanulóknak készített Osztályfőnöki munkafüzet használatához készült. Az Osztályfőnöki munkafüzet a tantervi témák közül a tanulás módszertani kérdések feldolgozásához nyújt segítséget 15 alkalomra, de beszélünk az önismeret kérdésköréről is, hiszen az önismeretnek része a tanulásra vonatkozó képességek, motívumok, célok átgondolása is. Érintjük az egészséges életmód témáit is, beszélünk a stresszről és csökkentéséről, az időbeosztási stratégiákról.

Tanári útmutatónkban olvashatnak egy rövid áttekintést a tanulásmódszertan elméleti kérdéseiről, gyakorlati javaslatokról, majd kész óraterveket ajánlunk a feldolgozáshoz, melyekhez közöljük a segédanyagokat is. Természetesen az óratervektől el lehet térni, a tanári szabadságot szolgálja a kreativitás, egyéni érdeklődés, már korábban bevált módszerek, eljárások használata. Az adott osztály létszáma, összetétele, diákjaink egyéni jellemzői, érdeklődése szintén indok lehet a tervektől való finom eltérésre egyes feladatokban, ugyanakkor javasoljuk az óratervek gondolati menetének, ívének megtartását. Az óraterveket és a Tanulói munkafüzet anyagát úgy állítottuk össze, hogy középpontban az alapkompenciák fejlesztése álljon, elsősorban a tanulás tanulása, az anyanyelvi kommunikáció, szövegértés, szövegalkotás, az önismeret, a problémamegoldó készség és a gondolkodás.

Bár tananyagunk szakgimnáziumi osztályok számára készült, ajánljuk a szakközépiskolai osztályoknak is néhány, szaktárgyi ismereteket érintő feladat módosításával, könnyítésével, s a szómagyarázat, fogalomértelmezés támogatásával.

Eredményes, jó munkát kívánok!

<sup>2</sup> A Veszprémi SZC Jendrassik-Venesz Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Pedagógiai Program melléklet Osztályfőnöki munkaközösség  
Érvényes: 2016. Szeptember 1-től 2017 és 2018 évi módosítással 14. old.

## 1. TANULJUNK TANULNI!

### 1.1. A tanulás értelmezése

A tanulásnak sokféle értelmezése fellelhető a szakirodalomban. Tanulóink nagy részének a lassú, fárasztó, sokszor unalmas tevékenység társul a szóhoz, melyhez semmi kedvük nincsen már otthon a délutánba nyúló iskolai tanórák után. Fontos, hogy ezt a nem egyszer kudarcokkal társított tevékenység értelmezést tágítsuk új tartalmakkal a tanulás tanulása során. Fedeztessük fel diákjainkkal, hogy a tanulás több mint a könyv felett való hosszas gubbasztás, hiábavaló küzdelem a nehéz szövegekkel a bevésés érdekében. Mutassunk rá, hogy a többszöri elolvasás mellett a tanulásnak többféle, színesebb módszerei is vannak, melyek segítségével hatékonyabban tudják az ismereteket elsajátítani, begyakorolni. Ehhez szükséges, hogy mi is átgondoljuk a tanulásról szóló tudásunkat a teljesség igény nélkül. Mi is a tanulás?

- Köznapi értelemben: Mindenféle elsajátítás, az a tevékenység, amelynek révén olyan ismeret, tudás, képesség birtokába jutunk, amelyet előtte nem tudtunk.
- Pedagógiai értelemben: A nevelés-oktatás során elsajátított ismeretek, jártasságok és készségek kialakítása, képességek fejlesztése, olyan folyamat, amely során az egyéneknél a környezettel való kölcsönhatásban tartós és adaptív változás jön létre.
- Pszichológiai értelemben: Minden olyan változás a pszichikus jellemzőkben (teljesítményben, tudásban, viselkedésben), amely külső hatásra, tapasztalás, gyakorlás révén jön létre. (Akinson, 1995, Balogh, 1998)

A tanulásnak számos formája lehetséges. Van, amit észrevétlenül lesünk el másoktól, van, amit hosszan gyakorolunk, mire sikerül. Van, amihez erőfeszítés kell, van, ami azonnal sikerül. Van, amit könyvekből sajátítunk el, célzott figyelemmel, s van, ami akkor válik igazi tudássá, ha tevékenykedünk. Függetlenül attól, hogy milyen tartalmat szeretnénk megtanulni, milyen a beállítódásunk, s milyen képességekkel rendelkezünk a tanuláshoz, s mennyire vagyunk tudatában annak, hogy mit hogyan lehetne megtanulni. Diákjaink Z generációs beállítódásából fakadóan mindehhez hozzá kellene tennünk, hogy a lehető leggyorsabban és legkönnyebben.....

A tanulás értelmezése számos változáson ment keresztül. Ma a tanulás legkorszerűbb felfogása szerint ez a folyamat nem passzív befogadó, hanem aktív konstruktív. A konstruktív pedagógia szerint a hatékony tanulás alkotó folyamat, amelynek révén az egyén – mások (tanárok, diáktársak, szülők, más személyek, média) értelmezését is figyelembe véve – alakítja ki magában a tudást. A tanárnak az egyik lényeges feladatává válik az előzetes tudás feltérképezése, tudatosítása a diákokban, hiszen ezekhez kapcsolódva lehet kialakítani és a meglévő sémákkal összekapcsolni az új tudásokat. Lényeges tanári feladattá vált a tanulási folyamat szervezése, a megfelelő tapasztalási lehetőségek és információforrások biztosítása, az egyéni tanulási utak támogatása. (Nahalka, 2003)

A tanulás sikerességét, eredményességét nagymértékben befolyásolja, hogy a diák mit gondol, milyen elképzelései vannak a tanulásról, a tudásról és önmagáról,

mint tanulóról. Ezek az elképzelések előzetes tapasztalatok - sikerek, kudarcok - nyomán jönnek létre. A pedagógus sokat tehet azért, hogy a diákok felfedezzék és megértsék saját nézeteiket, és pozitív irányban változtassák attitűdjeiket a tanulóval kapcsolatban. Mindezzel javíthatjuk esélyeiket a hatékony tanulásra.

## 1.2. Tanulás tanulása, mint kulcskompetencia<sup>3</sup>

A kulcskompetencia az ismeretek, készségek és attitűdök transzferábilis, többfunkciós egysége, amellyel mindenkinek rendelkeznie kell ahhoz, hogy személyiségét kiteljesíthesse és fejleszthesse, be tudjon illeszkedni a társadalomba és foglalkoztatható legyen. A kulcskompetenciák az élet során nyújtott megfelelő egyéni teljesítmény, a munka és a későbbi, egész életen át tartó tanulás előfeltételei. A kulcskompetenciákat a kötelező oktatás illetve képzés időszaka alatt kell kialakítani.

A Nemzeti alaptanterv a tanulást a kiemelten fejlesztendő területek közé sorolja, minden pedagógus feladata a tanulás tanítása. A gyakorlatban azonban ez sokszor elmarad, kimerül néhány tanácsban, melyet a diákok azonnal el is felejtenek. A diákok nagy rész nem rendelkezik hatékony módszerekkel a tanulóhoz, így a középiskola kezdetén rendkívül fontos, hogy a megnövekedett tananyag mellé a tanulók eszközöket is kapjanak annak elsajátításához.

Az Európai Tanács Oktatás és képzés 2010 munkaprogramja során meghatározott kulcskompetenciák alapján a „tanulás tanulása” a saját tanulás önállóan és csoportban történő szervezésének és szabályozásának a képességét foglalja magában. Részt képezi a hatékony időbeosztás, a problémamegoldás, az új tudás elsajátításának, feldolgozásának, értékelésének és beépítésének, valamint az új ismeretek, készségek és attitűdök különböző kontextusokban – otthon, a munkahelyen, oktatásban és képzésben – történő alkalmazásának a képessége. A tanulás tanulása erőteljesen befolyásolja, hogy az egyén mennyire képes saját szakmai pályafutásának irányítására.

A tanulás tanulása, mint kompetencia magában foglalja az alábbi területeket.

### Az ismeretek területén:

- Saját kedvelt tanulási módszerek, erősségek és gyengeségek, készségek, alkalmasság értő ismerete.
- A rendelkezésre álló oktatási és képzési lehetőségek ismerete és annak felismerése, hogy az oktatás és képzés időszaka során hozott különböző döntések hogyan befolyásolják az egyén későbbi pályafutását.

### Készségek szintjén:

- A tanulás és általában véve a pályafutás önálló, hatékony irányítása.
- A tanulás időbeosztása, autonómia, fegyelem, kitartás és információkezelés.
- Hosszabb és rövidebb ideig tartó koncentráció.
- A tanulás tárgyára és céljára irányuló kritikai reflexió.

<sup>3</sup> Az egész életen át tartó tanulóhoz szükséges kulcskompetenciák 2009.  
<http://ofi.hu/tudastar/nemzetkozi-kitekintes/eges-eleten-at-tarto#1>  
Utolsó megtekintés: 2019.05.31



- A kommunikáció, mint a tanulási folyamat része, a szóbeli kommunikáció megfelelő eszközeinek (intonáció, gesztusok, mimika stb.) alkalmazása, valamint különféle multimédia-üzenetek (írott vagy beszélt nyelv, hang, zene stb.) megértése és létrehozása révén.

**Attitűdökben:**

- A kompetenciák változtatására és további fejlesztésére való hajlandóságot támogató énkép, valamint motiváció és a siker elérésére való képességbe vetett hit.
- A tanulás pozitív, az életet gazdagító tevékenységként való felfogása, belső készítés a tanulásra.
- Alkalmazkodóképesség és rugalmasság.

A tanulás kompetenciája szoros összefüggésben áll a többi kompetenciával, a teljesség igénye nélkül itt csak a legfontosabbakat emeljük ki. Az anyanyelvi kompetencia teszi lehetővé a gondolatok, érzések és tények szóbeli és írásbeli formában történő megértését és kifejezését (szövegértés, beszéd, olvasás és írás), valamint a megfelelő módon történő kommunikációt. A digitális kompetencia az elektronikus média magabiztos és kritikus alkalmazása tanulásban, munkában, szabadidőben és a kommunikáció során. E kompetencia a logikus és kritikus gondolkodáshoz, a magas szintű információkezelési készségekhez és a fejlett kommunikációs készségekhez kapcsolódik. Számos személyes kompetenciaelem – például az önfogadás, az önbizalom, a reális önértékelés, az érzelmek megfelelő kezelése, a kudarcátírás vagy az önreflexiós képesség – alapvető szerepet játszik a tanulás sikerességében. A szociális, társas kompetencia területéről az egymás iránti bizalom, az empátia, a kommunikáció árnyalt szintje, az együttműködésre való képesség mind olyan viselkedési formák, amelyek növelik az egyén biztonságérzetét a csoportban, s ezzel kapacitást szabadítanak fel benne az önépítésre. Számos kutatás bizonyítja, hogy a közösségi tevékenységek során személyiségükben megerősödő fiatalok a korábbiaknál sokkal nagyobb egyéni teljesítményekre lesznek képesek a tanulás területén. (Gaskó, Gönczöl, Horváth, Katona, 2011)

### 1.3. A tanulás tanítása

A tanulás összetett tevékenység, sikeressége számos tényező függvénye. A tanulás tanítására gondolva nyolc tanulási kompetenciát azonosíthatunk, melyek a következők:

1. A tanuló önmagáról, mint tanulóról alkotott elképzelései
2. A tanulásról alkotott elképzelések;
3. A tanulási folyamat tervezése és szervezése;
4. Tanulási források keresése;
5. Tanulási források feldolgozása;
6. Tanulási források felhasználása;
7. Tanulási módszerek ismerete, alkalmazása, értékelése;
8. A tanulási folyamat értékelése.
9. (Gaskó, Gönczöl, Horváth, Katona, 2011)

Oroszlány Péter (2011) tanulás módszertani szakkönyveiben négy terület átgondolását javasolja:

1. A tanuláshoz való viszony formálását;
2. Helyes tanulási szokások kialakítását;
3. Konkrét tanulási módszerek és technikák elsajátítását.
4. A tanuláshoz szükséges alapképességek intenzív fejlesztését (beszéd, olvasás, figyelem, memória, gondolkodás, logika, önművelés).

Mindkét felsorolásból láthatjuk, hogy nem mehetünk el a **tanulás feltételeinek** átgondolása mellett. A külső feltételeket a rendezettség, a környezeti jellemzők biztosítják. A belső feltételeket a tanuláshoz való viszony – motiváció, elvárások, tapasztalatok, célok – és a tanulási szokások teremtik meg. Számos kérdőív áll rendelkezésünkre, melyekkel segíthetjük ezek megismerését a diákok számára. Feltérképezhetjük a tanulás iránti attitűdöt, az egyes tárgyak iránti beállítódást, a tanulási alaptípust – vizuális, auditív, motoros, társas, impulzív, mechanikus -, a tanulási orientációt, ami lehet mélyreható, reprodukív vagy szervezett. (Tóth, 1999) Kilencedik osztály év elején valamennyi tanulóval egységesen felvételre kerül egy kérdőív az iskolapszichológus segítségével, mely a tanulás iránti motivációt és szokásokat vizsgálja (Oroszlány, 2015), így jelen óraterveinkben ezt kiegészítő kérdőívvel dolgoztunk. Ezen túlmenően ajánljuk a tanulók megismerését a többszörös intelligencia modell szellemében is a pedagógusok számára. (Kagan, 2009)

A konkrét **tanulási technikák** három szintjét különböztethetjük meg attól függően, hogy az információk milyen szintű feldolgozása, átdolgozása történik meg. Az **alacsony fokú technikák** az ismeretek jelentős átalakítás nélküli, egyszerű bevéését szolgálják. A **középfokú technikák** már a részletek megjegyzésére irányulnak. Van már információ átalakítás, feldolgozás is, de ez legfeljebb egy szint mélységéig történik meg. A **haladó szintű technikák** az ismeretek mélységi átdolgozását teszik lehetővé, a részek és a közöttük található összefüggések megértésével, összerendezésével, átstrukturálásával. Ezen a szinten jellemző a korábbi ismeretekhez történő kapcsolat (sémába illesztés), illetve a fogalmak, részek viszonyainak teljes körű tisztázása (alá-, fölé-, mellérendelés; ok-okozati viszony), következtetések levonása. (Gaskó, Gönczöl, Horváth, Katona, 2011)

Az **alacsony fokhoz** tartozó technikák:

- a) hangos olvasás (auditív és vizuális),
- b) néma olvasás (vizuális),
- c) elmondás a szöveghez hasonló mondatokkal (auditív),
- d) elmondás saját szavakkal – követve a leírt gondolatmenetet (auditív és mozgásos),
- e) tankönyvi ábra, kép egyszerű lemásolása (vizuális),
- f) magnóra mondás és visszahallgatás (auditív),
- g) társas tanulás – felmondás szülőnek, testvérnek, segítő tanárnak (auditív és társas),
- h) ismétlés, ismételtetés.

Ezen technikák gyakorlása során az emlékezőképesség és a figyelem szab korlátot a mennyiségnek, a minőséget a szókincs, szövegértés, szövegalkotás segíti, így érdemes ezeket a képesség területeket fejleszteni. A zárójelben látható,

hogyan ezek a technikák elsősorban a vizuális, auditív tanulási stílusú tanulók számára hatékonyak.

A közép fokú technikák szintjén már különböző típusú gondolkodási folyamatok kerülnek előtérbe, melyeket zárójelben feltüntettünk az ide sorolt technikák után:

- a) áttekintés – előzetes, tájékoztató jellegű és utólagos, összefoglalást segítő (analízis, szintézis),
- b) ismeretlen szó megértése
  - a szövegkörnyezet segítségével,
  - visszalapozással, előreugrással,
  - szótár, lexikon, segédkönyv segítségével,
  - segítő személy bevonásával, megbeszéléssel (analízis, kategorizáció, összehasonlítás),
- c) aláhúzások a szövegben (analízis),
- d) parafrázis – átfogalmazás saját szavakkal (analízis, transzformáció, szintézis),
- e) kulcsfogalmak kiírása és értelmezése (analízis-szintézis).

A haladó szintű technikák az új ismeretek és a már meglévő ismeretek egységbe szervezését, integrálását segítik, ezek az alábbiak:

1. tanári vázlat vagy ábra felhasználása, értelmezése,
2. ábra, grafikon tanulmányozása – saját ábra, grafikon készítése, értelmezése,
3. saját jegyzet és a jegyzet vázlatának elkészítése,
4. fogalmak közötti kapcsolatok keresése,
5. fogalomtérkép készítése,
6. kérdések felvetése, mit fogok megtudni? Mit nem értek? Mire kaptam választ? Következményekre, ellentmondásokra való rákérdezés,
7. saját vagy mások kérdéseire való válaszadás,
8. a téma megbeszélése, megvitatása mással, pl. osztálytárs, szülő, barát,
9. az anyag lényegre törő elmondása a vázlat, jegyzet alapján,
10. összefoglaló készítése saját szavakkal.

Szitó (2003) elemi tanulási módszereknek nevezi a fenti technikákat, s kiemeli, hogy ezek kombinációjából **összetett tanulási stratégiákat** alkotunk. Az *összetett stratégiák általában* négy nagyobb egységre bonthatók:

- a) a tartalommal kapcsolatos előzetes tájékoztató, áttekintés,
- b) a feldolgozást támogató eljárások, technikák alkalmazása,
- c) az ismeretek rögzítését támogató technikák,
- d) a tananyag ismétlése, áttekintése, tudás önellenőrzése.

Számos stratégiát ismerünk, ilyenek az angol nyelvű elnevezésekből alkotott betűszavakkal könnyen megjegyezhető PQRST, SQ4R, MURDER vagy 5R módszerek (1. sz. ábra) Ezek közül az első kettőt mutatjuk be részletesen is a következő oldalon.

<b>PQRST</b>	<b>SQ4R</b>	<b>Murder</b>	<b>5R</b>
Preview - áttekintés	Scan – előzetes áttekintés	Mood – motiváció	Record - jegyzetelés
Question - kérdés	Query – kérdezés	Understand megértés	Reduce - szűkítés
Read - olvasás	Read – olvasás	Recall – felidézés	Recite - felmondás
Self-Recitation - felmondás	Reflect – átgondolás	Digest – emésztés	Reflect - tükrözés
Test – ellenőrzés	Recite – felidézés	Expand - kiterjesztés	Review - áttekintés
	Review - áttekintés	Review – áttekintés	

1. sz. ábra: Összetett tanulási stratégiák áttekintése

### **PQRST, magyarul EKOFE**

1. Preview – előzetes áttekintés, melynek célja, hogy a diák a fejezetek, leckék bevezetője alfejezetei és szakaszai feltérképezése révén benyomásokat szerezzen az anyagról, futólag átnézve az ábrákat, képeket, táblázatokat is. Ennek a szakasznak fontos mozzanata az adott fejezet, lecke végén lévő összefoglalás gondos átolvasása, ha van ilyen. Az előzetes áttekintés ad egy összképet a tárgyalt témákról és azok szerveződéséről.
2. Question – kérdezés, miről szólhat a lecke, mit tudok már, mire vagyok kíváncsi.
3. Read – olvasás, melynek során a diák az előzőleg megfogalmazott kérdésére keres választ, megkeresve a kulcsfontosságú szavakat, kifejezéseket vagy mondatokat (aláhúzással vagy kiemeléssel).
4. Self-recitation – felmondás, lehetőleg hangosan.
5. Test – ellenőrzés, amire az egész fejezet vagy anyagrész befejeztével kerül sor, ideális esetben közvetlenül a fejezet, lecke feldolgozását követően. (Atkinson, 1995).

### **SQ4R, magyarul EKOÁFE**

- Scan – előzetes áttekintés, ami az új anyag struktúrájának áttekintését jelenti, így a címek, alcímek, a szöveg tagolása alapján kialakul az első benyomás a tananyagról, ami aktiválhatja a témával kapcsolatos már meglévő ismereteket. Az előszó vagy bevezetés, tartalomjegyzék, egyes fejezetek összefoglalói vagy kulcsszavai elolvasásával el tudjuk helyezni az egyes részeket az egész kontextusában.
- Question – kérdezés. Itt történik azon kérdések összegyűjtése, amelyekre választ szeretnénk kapni az anyagrész olvasása után. A fejezet áttekintő kérdései és az általunk feltett kérdések egyaránt ide tartoznak.
- Read – (el)olvasás, alapos, értelmező módon, megállva a kulcsponthoz, rövid jegyzeteket készítve, megjegyezve a fontos kifejezéseket.
- Reflect – átgondolás, itt történik meg a kérdések megválaszolása, további kérdések feltétele, összefüggések kiemelése.
- Recite vagy Reread – felidézés, felmondás, ami nem mechanikus ismétlést jelent, szükség esetén újraolvasás.
- Review – elisméltés, összefoglalás, vagyis az egyes részek, fejezetek vagy más egységek újbóli áttekintése,

az összefoglalók és a saját jegyzetek átnézése. (Winter, 2014)

A tanulási módszerek, stratégiák tanítása mellett nagy hangsúly helyeződik a tanuláshoz szükséges **képességek fejlesztésére**. Ezek a figyelem, emlékezet, gondolkodás, kommunikáció (beszéd, olvasás, szövegértés, szövegalkotás). Ezeket végezhetjük célzott gyakorlatokkal, de kiváló fejlesztő eszközök lehetnek a különböző táblás és kártyajátékok, fejlesztő és társas játékok is. Ha lehet, játszunk sokat a diákokkal, kihasználva a sokrétű fejlesztő erőt, melyet a játékok hordoznak magukban.

#### 1.4. Gyakorlati megfontolások

Az év eleji szülői értekezleten tájékoztassuk a szülőket a programról, kérve, hogy ők is segítsék a gyermekük tanulását a munkafüzet tanácsainak használatában, a feladatok gyakorlásában, bíztassák, bátorítsák gyermekeiket az új módszerek használatára!

Érdemes a tanulás módszertani órákat tanév elejére tervezni, hogy megelőzzük a középiskolába lépő tanulóknál a kudarcokat. Heti egy 45 perces órában nehéz jól beépülő ismereteket tudássá csiszolni. Ideális az lenne, ha a tanulás tanítása nem csupán az osztályfőnöki órákon jelenne meg, hanem az ott átgondoltak, megismertek begyakorlására valamennyi tanórán lenne lehetőség. Ennek érdekében az osztályban tanító pedagógusokkal érdemes többször megbeszélni a tennivalókat, s következetesen kérni a pedagógus kollégákat és a diákokat a tanultak alkalmazására, gyakorlására. Ha megoldható, érdemes intenzíven, projektszerűen, heti két órában foglalkozni év elején a tanulás mikéntjével, s a tantárgyi tanításban begyakorolni a módszereket. (Oroszlány, 2011)

Mivel a kamaszok egy részében erős az ellenállás a tanulással szemben, fokozottan figyelniük kell a tanórai légkörre, a tanulás csak derűs, oldott hangulatban lehetséges, s érdemes nagy hangsúlyt helyezni az együttes tevékenységekre. Jellemző elvünk a tevékenykedtetés. Megéri a tanév elején néhány órát szánni az ismerkedésre, csapatépítő játékokkal. Fontos megbeszélnünk a diákokkal, hogy mi a célunk a foglalkozássorozattal, s ehhez milyen szabályok betartását kérjük, várjuk tőlük. Érdemes közösen néhány szabályt megfogalmazni és rögzíteni, melyek nemcsak az osztályfőnöki órákon lehetnek hasznosak. Jelezzük előre, hogy sokszor fogunk csoportban dolgozni, mely során az egymás tisztelete, segítése, az együttműködés alapvető.

Dolgozhatunk a témák feldolgozása során állandó 4-5 fős csoportokkal, így könnyebbé válhat az irányítás, hiszen megerősödhetnek a csoporton belüli szerepek. Tanítsuk meg a tanulókat, hogy a csoportba legyen egy „jegyző” (ő ír, jegyzetel), egy „szóvivő” (aki bemutatja, előadja a közös megoldásokat), egy „feladatmester” (aki feladatot oszt, irányítja a munkát), egy „bíró” (aki értékeli, ellenőriz, dicsér, bátorít)! Ezek a szerepek óráról órára változnak a csoporton belül forgással! Ettől eltérő szerepekkel is dolgozhatunk, ehhez jó ötleteket kaphatunk Kagan (2009) könyvében. Az állandó csoportokkal szemben a spontán, óráról órára változó csoportalakítás támogatja az aktívabb kommunikációt a diákok közt. Arra viszont figyeljünk ekkor, hogy ne mindig ugyanazok a barátok dolgozzanak együtt, s ne maradjanak egyedül néhányan, akiket nehéz befogadtatni a csoportokba!

Figyeljünk arra is, hogy a csoportok kb. egyenlő erősek legyenek, így elkerülhetjük, hogy mindig ugyanazok a csoportok legyenek készen először sikerélményhez jutva!

Minden óra végén értékeljük és értékeltessük a diákokat is! Reflektáljanak az órán tapasztaltakra: mi jelentett nekik újdonságot, mi tetszett, mi tűnik használhatónak, mit fognak otthon kipróbálni! Hagyjuk, had fogalmazzák meg kétségeiket, kifogásaikat, s bátorítsuk őket az alkalmazásra, ami mentén eldőlhet, hogy igazuk van-e! Ne (csak) az eredményeiket értékeljük, hanem hangsúlyozzuk az aktivitásukat, érdeklődésüket, kérdéseiket, a másik segítségét, a csoport munkáját, a fejlődésüket! Ők is értékeljék egymást, mi a véleményük a másik megszólalásáról, aktivitásáról, csoportbéli szerepéről! Adjunk sok pozitív nonverbális visszajelzést!

A tanulásmódszertan tanításához ideális csoportlétszám a 12-16 fő. Osztálylétszámaink ennél magasabbak, ha megoldható, csoportbontással lehet növelni a hatékonyságot. A bontott osztály tanításához partner lehet egy pedagógus kolléga, aki járatos a tanulásmódszertanban vagy az iskolapszichológus. Segítséget kérhetünk a fejlesztő pedagógustól is, ha rendelkezik tanulás módszertani ismeretekkel.

Az óratervek készítésekor többféle lehetséges haladási terv közül választhattunk. Mivel rövid idő áll rendelkezésünkre – 15 alkalom –, ezért a módszerközpontú tervezést választottuk. Minél kevesebb az időnk, annál inkább a konkrét módszereket kell előtérbe helyezni, s ezek begyakorlására helyeződik a hangsúly. (Oroszlány, 2011) Kisebb tér jut az általános képességfejlesztésnek, de minden esetben kitérünk arra, hogy értsék a diákok ezek fontosságát és hasznát is. A tanulói munkafüzetbe gyakorlásra számos képességfejlesztő feladatot tettünk, melyek alkalmasak otthoni gyakorlásra, vagy időkitöltő feladatként más órákon is használhatók. A tanév során az osztályfőnöki tanmenetben szereplő más témák feldolgozásakor is szánhatunk 5-10 percet egy-egy figyelem, emlékezet, szókinccs vagy gondolkodási feladatra. Ezekkel a diákok önállóan is dolgozhatnak, amíg elvégezzük az osztályfőnökként szükséges adminisztrációkat az érintett diákokkal. További gyakorló órákat is tervezhetünk a munkafüzet feladataival. A feladatokhoz hasonlókat a szaktárgyakat tanító pedagógusok is készíthetnek a szaktárgyi anyagokat felhasználva. A munkafüzet alkalmas lehet taneszközként is a tanulásmódszertan önálló tantárgyként való bevezetése esetén. Ekkor javasolt óraterveinket további gyakorló órákkal egészítsük ki, melyekhez gyakorlatokat találunk a munkafüzetben illetve az óratervek feladatvariációiban is!

#### **Óraterveink kijelölt fejlesztési területei:**

*A személyiségfejlesztés, tanulási önismeret területén:*

- Önfogadás, pozitív személyiségjegyek feltárása, erősítése, siker, akarat.
  - Szorongás, kudarc és a mögötte álló kognitív torzítások csökkentése.
  - Célok, tervek kialakítása rövid és hosszútávon.
  - Tanulási szokások, stílus, képességek ismerete.
- Adottság, korlátok, lehetőségek, tehetség felismerése.

*A tanulási területén:*

- Tanulási módszerek megismertetése, beépítése.

*Pszichomotoros funkciók területén:*

- Mozgás (koordináció, beszédmozgás);
- Orientáció;
- Beszéd:
  - Szókincs;
  - Mondatalkotás;
  - Beszédészlelés (hangsor- és szóismétlés, szógyűjtés, hangidőtartamok stb.);
  - Beszédmegértés (kommunikációs helyzetek, szókincs, visszamondás stb.);
- Kognitív funkciók:
  - Figyelem, differenciálás (vizuális, auditív stb.);
  - Emlékezet (vizuális, auditív stb.);
  - Gondolkodás (analógiák, indukció, dedukció, rész-egész, összehasonlítás, osztályozás, csoportosítás, kategorizáció stb.);
  - Szerialitás (képek, formák, hangok, szavak, számok, cselekvések sorrendje; ritmusérzék);
- Általános tájékozottság;
- Olvasás, szövegértés fejlesztése;
- Írás, helyesírás, szövegalkotás.

**Célunk,** hogy

- a tanuló felismerje, képes és tud is tanulni, ha alkalmazza a tanulási technikákat,
- tanulási módszerek beépülése megtörténjen,
- tanuláshoz való viszonya pozitív irányba mozduljon el,
- önmagához való viszonya pozitívabb képet mutasson,
- a kijelölt készségekben erősödjön, elsősorban a szövegértés, figyelem, emlékezet, gondolkodás terén tapasztaljunk biztosabb feladatvégzést.

A tanuló saját belső lehetőségeinek megismerése és elfogadása alapozza meg az elégedettséget és a harmonikus életvezetést.

Az óratervek állandó óraelemekből épülnek fel:

1. Ráhangoló, bevezető gyakorlatok. Cél itt a hangulatteremtés, motiváció, de ugyanakkor többnyire figyelemfejlesztő gyakorlatok is.
2. Tanulási tanácsok, módszerek: konkrét területeket, eszközöket, módszereket beszélünk meg.
3. Gyakorlás: Az előzőekben megbeszéltek gyakorlása különböző feladatokkal, játékokkal.
4. Órázárás, reflexió.

A tanórák felépítése az alábbi gondolati ívet követi:

1. Ki vagyok én?	Önismeret, társismeret
2. Mire jó az iskola?	Tanulás belső feltételei, motiváció
3. A tanulás mint lehetőség	
4. Tanulási szokásaim	Tanulás külső feltételei
5. Tanulási módszerek	Tanulási módszerek
6. Tanulási módszerek újratöltve	
7. Figyelem	
8. Emlékezet	Tanulási képességek, tanulási módszerek
9. Olvasási szokásaim	
10. Olvasás, szövegfeldolgozás	
11. Szókinccs	
12. Beszédtechnika	
13. Gondolkodás	
14. Csökkentsd a stresszt!	Önismeret, tanulás feltételei
15. Hova jutottunk? Mit tanultunk?	Önismeret, összegzés



## 2. ÓRATERVEK

### 2.1. Ki vagyok én?

#### Az óra célja:

- Önismeret fogalmának átgondolása, fontosságának megértése,
- Önismeret árnyalása, személyes erősségek tudatosítása, kiemelése, fejlesztendő területek meghatározása,
- Társak véleményének átgondolása, szociális/nyilvános én bővítése,
- Az egymással kapcsolatos érzések, gondolatok megfogalmazása, kritikai gondolkodás, empátia erősítése

**Nevelési cél:** együttműködés fejlesztése, a társ iránti figyelem, egymás meghallgatása, kritika megfelelő kommunikálása.

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező

**Szervezeti keretek:** páros munka, egyéni munka, csoportmunka, frontális munka,

**Az óra módszerei:** motiválás, differenciálás, megbeszélés, összehasonlítás, irányítás, összegzés, értékelés, önértékelés, önkifejezés, előkészítés,

**Eszközök:** 1/1. segédanyag: felvágott mondatok, képek, borítékok, projektor, laptop, Tanulói munkafüzet: 1.1. feladat: Ki vagy te? kérdőív, színes gombok (4-5 egyforma mindegyikből az osztály létszámának megfelelően), zsák a gomboknak, toll, számok 1-11-ig A4 méretben nyomtatva, gyurmaragasztó,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv,

**Felhasznált források:** Czike Bernadett (szerk): Meg tudod oldani! Szabad Iskoláért Alapítvány Budapest 2010, RUDAS János: *Delfi örökösei* Lélekben Otthon Kiadó Budapest 2007; Rudas János: Önismereti csoportok, Animula Kiadó Budapest, 1999; [https://weheartit.com/entry/149856861/in-set/13648303-digital-art?context\\_user=aroma\\_4&page=16](https://weheartit.com/entry/149856861/in-set/13648303-digital-art?context_user=aroma_4&page=16)

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
6 perc	<p><b>Bevezetés, ráhangolás</b></p> <p>Borítékokat osztunk ki, minden borítékban egy-egy mondat van szavakra felvágva. Párokban dolgozva rakják ki a szavakból a mondatokat. A rövidebb, egyszerűbb mondatokat a kevésbé jól olvasó, lassabban dolgozó diákoknak adjuk. Dyslexiás diákoknak adhatjuk a mellékelt képet is. Egy-egy mondatot több pár is megkaphat. Ha készen vannak, olvassák fel a mondatokat. Összegezzük, mi a haszna, jelentősége az önismeretnek.</p> <p>Az óra témájának megfogalmazása: <i>Az önismeretről lesz szó, gondolkodjunk egyénileg és közösen is önmagunkról.</i></p>	<p>motiválás</p> <p>differentiálás</p> <p>összegzés</p>	<p>páros munka</p>	<p>borítékok, felvágott mondatok, kép 1/1 segédanyag</p> <p>laptop, projektor 2. sz. dia kivetítése</p>	<p>Gondolkodás, szövegértés.</p> <p>Az önismeret fogalmának megértése, jelentőségének megfogalmazása.</p>
20 perc	<p><b>Ki vagy te? kérdőív</b></p> <p>2.a) Minden diák kitölti a kérdőívet, ha szükséges néhány fogalmat segítünk értelmezni, pl. verseny-szellemű, higgadt, energikus.</p> <p>2.b) Csoportalakítás: mindenki húzzon egy kis zsákból egy gombot, az azonos színűeket húzók dolgoznak egy csoportban. Feladat: beszéljék meg a válaszokat.</p> <p><i>Hasonlítsátok össze a válaszaitokat, beszéljétek meg, hogy ki hogyan látja a másikat! Mondjátok el a véleményeteket, de a társaitokat tiszteletben tartva, indokoljátok is, hogy miért gondoljátok másképp!</i></p> <p>2.c) Mindenki fogalmazza meg az osztály előtt, hogy számára mi volt tanulságos a visszajelzésekből. Egyes tételeket kiemelten is</p>	<p>feladatadás, értelmezés önértékelés</p> <p>megbeszélés, összehasonlítás,</p> <p>önreflexió, összegzés</p>	<p>egyéni feladat</p> <p>csoportalakítás gombokkal csoportmunka</p> <p>frontális munka</p>	<p>Tanulói munkafüzet 1.1 kérdőív, toll</p>	<p>Önismeret, szövegértés, szókinccs</p> <p>Visszajelzések adása, kritika kommunikálása, szociális, nyilvános én árnyalása.</p> <p>Összehasonlítás, érvelés.</p>

	megbeszélhetünk, aki igaznak gondolta magára, az emelje fel a kezét egy lájjal.				Egymás véleményének meghallgatása.
<b>16 perc</b>	<p><b>Te hol állsz?</b></p> <p>Amíg az előző feladaton dolgoztak a csoportok, helyezünk el a teremben 1-11-ig számokat jól megközelíthetően, hogy egy képzeletbeli skála pontjai lehessenek.</p> <p><i>Álljatok fel, s álljatok a képzeletbeli skála azon pontjához, amit magatokra illőnek éreztek! (variáció: az A4-es papírokra a monogramjaikat is ráírhatják, így utólag is át tudjuk majd gondolni a jellemzőket.)</i></p> <p>Szemponatok:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Rendetlen – Rendmániás (Milyen a szobád?)</li> <li>2) Szorgalmas - Halogató</li> <li>3) Álmodozó - Tevékeny</li> <li>4) Optimista – Pesszimista (Pohár félig tele vagy félig üres?)</li> <li>5) Dumagép – Csupa fül</li> <li>6) Pletykafészek – Titkok őrzője</li> <li>7) Ész irányít – Érzelmek irányítanak</li> <li>8) Stresszes - Nyugis</li> </ol> <p>Ketté is bonthatjuk a mérést, az osztály egyik fele az 1-4, a második fele az 5-8 szemponthoz áll be.</p> <p>Minden beállítás után:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ki elégedett a helyével? Jelezhetik karfelemeléssel.</li> </ul>	<p>előkészítés</p> <p>irányítás</p> <p>önértékelés</p> <p>megbeszélés</p>	frontális munka	számok 1-11-ig A4 lapon.	<p>Önismeret növelése, fejlesztendő területek kijelölése, szociális én árnyalása. Tennivalók, lehetőségek felvetése.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ki szeretne változtatni? Jelezhetik karfelemeléssel.</li> <li>• Mit lehetne tenni a változásért?</li> <li>• Kinek kellene a többiek szerint máshova állnia?</li> </ul>	értékelés			
3 perc	<p><b>Lezárás, értékelés</b> A tanár összegezze a diákokkal megbeszéltek legfontosabb tanulságait.</p> <p><b>Következő óra témájának előre vetítése</b>  <i>A következő órán arról fogunk gondolkodni, hogy mire jó az iskola, mit jelent neked a tanulás.</i></p> <p><b>Zárásul</b> a diákok mozgással jelzik pillanatnyi hangulatukat: aki nagyon jól érzi magát, olyan magasra nyújtózik, amilyen magasra csak tud, aki rosszul érzi magát, az leguggol. Aki nem tud dönteni, az normál tartásban áll. Ha valakinek a testtartása nagyon negatív érzéseket mutat, a tanár ad egy megerősítő visszajelzést az óra alapján; különben nem reflektál, csak megköszöni a közreműködést.</p>	összegzés, értékelés  előkészítés  önkifejezés	frontális munka		<p>Megerősítés.</p> <p>Az aktuális hangulat érzékelése, éntudatosság növelése.</p>

Feladatvariáció:

**Játék a névvel** Ha marad még idő, minden diák írja le egy lapra a keresztnévét úgy, hogy a betűi egymás alá kerüljenek. Minden betűhöz találjon egy saját magára jellemző tulajdonságot. Fejleszti az önismeret mellett a szókinccset, gondolkodást.

**Pozitív üzenetek** Mivel a diákok elvileg pár hete ismerik egymást, mondják el egymásnak, hogy ki miért volt szimpatikus neki az első hetek alapján. Ezt játszhatjuk úgy is, hogy hangosan elmondják, de úgy is, hogy mindenki kap három cédulát, s erre kell három kis üzenetet írni három tanulónak. Kettő cédulán a mellette kétoldalt ülőnek ír mindenki egy-egy jelzést, a harmadik cédulát tetszőlegesen kiválasztott osztálytársnak adhatja az üzenettel. Növeli az osztály összetartozását, a pozitív kapcsolatokat, erősíti az önbizalmat, a szociális én-képet.

**2.2. Mire jó az iskola?**

**Az óra célja:**

- Iskolával, tanulással kapcsolatos attitűdök tudatosítása, átgondolása,
- Korábbi tapasztalatok, élmények értelmezése, elválasztása a jelentőtől,
- Egyéni felelősség és problématudat kialakítása,
- Iskola szerepének átgondolása, a tanulás, mint érték felismerése,

**Nevelési cél:** Együttműködés, egymás meghallgatása, türelem, elfogadás a más véleménnyel szemben.

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** motiválás, játék, megbeszélés, munkáltatás, megbeszélés, kooperatív módszer, összegzés, értékelés, előkészítés,

**Eszközök:** labda, Tanulói munkafüzet: 2.1. és 2.2. feladatok, toll, színes tollak, csoportonként két A4-es lap iskolával, iskola nélkül felirattal, projektor, laptop, diasor,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, matematika,

**Felhasznált források:** Tied a döntés! Munkafüzet tizenévesek számára Budapest 2013; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015., KAGAN, Spencer: *Kooperatív tanulás* ÖNKONET Budapest, 2009.;

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<p><b>Bevezetés, ráhangolás</b></p> <p><b>Bumm! játék</b> Indítsuk el a labdát a körben álló diákok közt egytől számolva egyesével! Aki a labdát kapja, folytatnia kell a számolást. Szabály, hogy minden olyan számnál, ami osztható hárommal, vagy hármas szám van benne (pl. 13, 23, 31. stb.) a szám helyett a BUMM! szót kell mondani. Újra is kezdhethük a</p>	játék, motiválás	frontális munka	labda	Figyelem, együttműködés

	számolást a begyakorlás után.				
<b>15 perc</b>	<p><b>Allatok iskolája</b></p> <p>a.) <i>Olvassátok el a szöveget és válaszoljátok meg a kérdéseket!</i></p> <p>b.) <i>Beszélgétek meg az egyéni válaszaitokat 4-5 fős csoportokban!</i></p> <p>c.) Minden csoport mondja el megjegyzéseiket. Tekintsük át,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mi a jó és mi a rossz az iskolában,</li> <li>- keressünk közösen megoldási lehetőségeket a közösen megfogalmazott észrevételekre!</li> <li>- Nézzük meg, mi az iskola felelőssége, s mi az ő egyéni felelősségük!</li> </ul> <p>Hangsúlyozzuk, hogy most új iskolába léptek, ami új lehetőségeket teremt, hogy megmutassák erősségeiket!</p> <p>Nézzük meg, ki miben érzi magát jónak, ki mit vár el az iskolától!</p>	munkáltatás szervezés, megbeszélés	egyéni feladat  csoport munka  frontális munka	Tanulói munkafüzet 2.1 toll	szövegértés, néma olvasás, korábbi tapasztalatok átgondolása, problématudat kialakítása, megoldási lehetőségek, nehézségek és erősségek megfogalmazása
<b>20 perc</b>	<p><b>Mi lenne iskola nélkül?</b></p> <p>d.) Továbbra is 4 fős csoportokban dolgozunk. A diákok olvassák el a Tanulói munkafüzet „<b>Az iskola erőforrás</b>” szövegét. Minden csoport válasszon egy szempontot a táblázatban felsoroltak közül, melyet megbeszélnek, s két A4-es lapra írják fel, mi lenne iskolával és iskola nélkül! Minden csoport más színű filccel dolgozzon, másik szemponttal!</p> <p>e.) Amikor készen vannak a csoportok, felállnak, s forgószínpad szerűen haladva két-két percet töltenek a többi csoport lapjainál. Bármelyik lapra írhatnak a saját tollaikkal kiegészítéseket, így a színekből lehet látni, hogy melyik</p>	megbeszélés  kooperatív módszer	csoportmunka	Tanulói munkafüzet 2.2 színes tollak csoportonként két A4-es lap iskolával, iskola nélkül felirattal	szövegértés, néma olvasás, kreativitás, együttműködés,

	csoport volt a legaktívabb. Amikor visszaérnek a saját lapjukhoz, nézzék meg a kiegészítéseket. Minden csoportból egy diák foglalja össze a csoport véleményét hangosan!				
<b>5 perc</b>	<b>Lezárás, értékelés</b> A tanár összegezza a diákokkal megbeszéltek legfontosabb tanulságait. Szent-Györgyi Albert idézetének kivetítése. <b>Következő óra témájának előre vetítése:</b> <i>A következő órán a tanulásról fogunk beszélgetni.</i>	összegzés, értékelés  előkészítés	frontális munka	projektor, laptop 3.sz. dia	Megerősítés.

Feladatvariáció:

**Bumm!** A labdát második, harmadik körben dobhatjuk tetszőlegesen is egymásnak, így a számok előre való kigondolása már nem lehetséges.

**Állatok iskolája:** c) a táblára írhatjuk a közös megoldási javaslatokat, vagy készíthetünk belőlük szófelhőt a wordart programmal ha rendelkezésünkre áll számítógép.

**Mi lenne iskola nélkül?** A megbeszélés után, ha marad még idő egyénileg, vagy otthon az órai munkára visszagondolva, töltsék ki **Az iskola erőforrás** feladat táblázatát a munkafüzetben megerősítésül.

### 2.3. A tanulás, mint lehetőség

#### Az óra célja:

- Tanulás fogalmának átgondolása, árnyalása, tanulás iránti attitűd formálása.
- A tanulás formáinak, típusainak megismerése.
- Személyes célok, tervek átgondolása, a tanulás szerepének felismerése.

**Nevelési cél:** Felelősségvállalás erősítése a tanulásért, a hatékonyságba vetett hit növelése, én-erősítés

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** definiálás, megbeszélés, szemléltetés, munkáltatás, vita, összefoglalás, értékelés,

**Eszközök:** Segédanyag 3/1. tanulás definíciók A4-es lapokon, blutack (gyurmaragasztó), laptop, projektor, internet elérhetőség, dia, Tanulói munkafüzet: 3.1. és 3.2. feladatok,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv,

**Felhasznált források:** ATKINSON és mtsai.: *Pszichológia* Osiris, Budapest, 1995.; RABI Ferencné Perényi Szilvia: *Tanulni tanulok* Csanádi Árpád Általános Iskola és Gimnázium, Budapest, 2008.; TÓTH László: *Pszichológiai módszerek a tanulók megismeréséhez*. Debrecen, Kossuth Egyetemi Kiadó, 2001.; WINTER Ádám: *A hatékony tanulás (félteve őrzött) titka* WinterNet Hirdető Kft. [https://www.academia.edu/29764035/A\\_hatekony\\_tanulas\\_titka\\_pdf](https://www.academia.edu/29764035/A_hatekony_tanulas_titka_pdf); <https://www.youtube.com/watch?v=jfqj7Qs-9Is&list=RDMJoczDESU24&index=3>



Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<p><b>Bevezetés, ráhangolás: Mi a tanulás?</b></p> <p><i>Ti hogyan értelmeztétek a tanulást? Keressétek meg a nektek legjobban megfelelő meghatározást az osztályban elhelyezett papírokon, s álljatok ahhoz, amelyiket jónak találjátok!</i></p> <p>Miután mindenki választott, megbeszéljük, miért ahhoz álltak, mi a véleményük az egyes meghatározásokról.</p> <p>Az óra témájának kijelölése: <i>Ma a tanulásról fogunk beszélni.</i></p>	<p>definiálás</p> <p>megbeszélés</p>	frontális munka	<p>3/1 segédanyag: Tanulás meghatározások A4-es lapokon blutack</p>	<p>motiváció, szókincs, szövegértés, tanulás tartalmának, tanulás iránti viszonyának a bővítése</p>
10 perc	<p><b>Hányféleképpen tanulunk?</b></p> <p>Mutassuk be a diákoknak a diák segítségével a tanulás fajtáira utaló képeket, találják ki a tanulási fajtákat! Mondjanak további példákat az egyes formákra!</p> <p>A tanuláshoz szükséges képességeket próbálják ők meghatározni, mit értenek az egyes fogalmak alatt!</p> <p>Mondjuk el azt is, hogy mindenkinek megvan a leghatékonyabb tanulási formája, van, aki inkább a mozgás segítségével tanul könnyen, van, aki a verbalitást helyezi előtérbe, más a képi ingereket dolgozza fel könnyen.</p>	<p>szemléltetés</p> <p>megbeszélés</p>	frontális munka	<p>laptop, projektor, 4-6. dia</p>	<p>ismeretek bővítése, tanulás fogalom értelmezése, tanulási önismeret, szókincs,</p>
10 perc	<p><b>A tanulás összetevői</b></p> <p>a) Egyénileg gondolják át, hogy a négy összetevő mennyiben járul hozzá a tanulás sikerességéhez!</p> <p>b) Kiscsoportban vitassák meg az egyéni véleményeket!</p> <p>c) Közösén beszéljük meg az eredményeket, majd mutassuk be a</p>	<p>munkáltatás,</p> <p>megbeszélés</p>	<p>egyéni munka</p> <p>csoportmunka</p> <p>frontális munka</p>	<p>Tanulói munkafüzet: 3.1. Az eredményes tanulás titka, toll</p>	<p>Tanulási önismeret,</p>

	dián a valódi adatokat! A diákok rögzítsék ezeket a munkafüzetbe! d) Mennyire tudjuk befolyásolni az egyes összetevőket? Mennyire van lehetőségünk kontrollálni az eredményességet? (az intelligencia is fejleszthető valamennyire, hiszen a figyelem, emlékezet, gondolkodás, kommunikáció is a része)	vita		laptop, projektor, 7.dia	felelősségvállalás a tanulásért, hatékonyság érzet, énerősítés,
<b>15 perc</b>	<b>Mihez kezdesz?</b> Olvassák el a diákok a feladatot, majd töltsék ki a saját céljaikkal a tanulói munkafüzet ábráját! A képességek beírásánál segíthetik egymást párban megbeszélve, hogy a másik mit tart erősségének, mit gondol róla. Aki szeretné, megoszthatja az osztállyal egy-egy célját, képességeit és a mottóját. Hogyan segít a tanulás a céljaid elérésében?	munkáltatás	egyéni feladat páros munka	Tanulói munkafüzet 3.2. toll	Önismeret, célok kijelölése, motiváció szókincs,
<b>5 perc</b>	<b>Lezárás, összefoglalás</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jfqi7Qs-9Is&amp;list=RDMJoczdESU24&amp;index=3">https://www.youtube.com/watch?v=jfqi7Qs-9Is&amp;list=RDMJoczdESU24&amp;index=3</a> video 3 perc <i>Mire gondoltok a kisfilm alapján, mit tesz hozzá a mai témánkhoz?</i> Órai aktivitás értékelése	összefoglalás, értékelés	frontális munka	laptop, projektor, 8.dia, internet	motiváció

Feladatvariációk:

**Hányféleképpen tanulunk?** Tanulási stílus kérdőív kitöltése a diákokkal. Tanulói munkafüzet 3.3.

## 2.4. Tanulási szokásaim – tanácsok a tanuláshoz

### Az óra célja:

- a tanulás külső és belső feltételeinek megismerése,
- tanulási szokások átgondolása, értékelése, javítása,
- önreflexió, a változás lehetőségének felismerése, hatékonyság és tudatosság növelése,

**Nevelési cél:** Együttműködés fejlesztése, a tanulás értékének csoportnormaként való erősítése

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező

**Szervezeti keretek:** frontális munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** játék, motiváció, kooperatív csoportmunka, tanulói előadás, megbeszélés, gyakorlás, ismétlés, értékelés, összefoglalás, előkészítés,

**Eszközök:** Segédanyag: 4/1. szókétyák, 4/2 Tanulási tanácsok annyifelé osztva, ahány csoport van, A3 lapok a csoportoknak, színes ceruza, filctoll, gyurmaragasztó, táblafilc, Tanulói munkafüzet 4.

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, vizuális kultúra,

**Felhasznált források:** Galambos Katalin: Pályaorientáció 1. Hogyan tanuljak? KJK-Kerszöv Jogi és Üzleti Kiadó Kft. Budapest, 2000; KAGAN, Spencer: *Kooperatív tanulás* ÖNKONET Budapest, 2009.; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódu-s-Tan Budapest 2015.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<p><b>Bevezetés „Mi vagyok?”</b></p> <p>Az önként jelentkező diákok húznak egy kártyát, amin egy taneszköz neve szerepel. Az activity szabályainak megfelelően kell az osztálytársakkal kitaláltatni, hogy mi volt a feladvány. A tanuló választhat, hogy melyik megoldást - körülírás, mutogatás, vagy rajzolás - választja.</p> <p>Óra témájának kijelölése: <i>A mai alkalommal is a tanulóssal fogunk</i></p>	játék, motiváció	frontális munka	szókétyák 4/1 segédanyag szólista a kártyákra	kreativitás, gondolkodás, kommunikáció

	<i>foglalkozni, a kérdésünk, hogy ki hogyan készül a tanulásra?</i>				
<b>30 perc</b>	<p><b>Tanulási tanácsok</b></p> <p>a) Osszuk fel négy (öt) fős csoportokra az osztályt, s osszuk el annyifelé a mellékletben található 35 tanulási tanácsot, ahány csoport van! Ideális, ha minden csoport 5-6 tanácsot kap. (A fő kategóriákat ne áruljuk el!)</p> <p>b) Beszéljék meg a csoporton belül a kapott tanácsokat, ők hogyan állnak velük, mire gondolnak, mit takarhat, mire jók a tanácsok! Készítsenek a tanácsokhoz egy plakátot a többiek számára!</p> <p>c) Minden csoportból egy vagy két fő mutassa be a plakátokat, mondják el az észrevételeiket a többieknek! Ha végeztek, a csoport tagjai még kiegészíthetik a bemutatót. A bemutató után a többi csoport kérdezhet tőlük, illetve a tanár is kérdezhet, rámutathat szempontokra, amik kevésbé kaptak hangsúlyt, segíthet válaszolni a kérdésekre. pl. <i>Hogyan pihentessem a szemem?</i> Közösén értékeljük a csoport munkáját, adjunk visszajelzéseket a bemutatóról, a plakátról. Ezután másik csoport következik.</p>	<p>szervezés feladatadás</p> <p>kooperatív munka</p> <p>tanulói előadás megbeszélés, értékelés</p> <p>gyakorlás</p>	csoportmunka	<p>4/2 segédanyag: Tanulási tanácsok</p> <p>A3-as lapok, színes ceruza, filctoll gyurmaragasztó</p>	<p>Tanulási önismeret, tanulási szokások, tanuláshoz való viszony, társas készségek, együttműködés, kommunikáció, kreativitás, vizuális kultúra, hatékonyság és tudatosság növelése</p>
<b>8 perc</b>	<p><b>A tanulás feltételei</b></p> <p><i>Az elhangzott tanácsok alapján hogyan lehetne csoportosítani a tanulás feltételeit? Keressenek szempontokat, fogalmakat ehhez! Amit mondanak, írjuk a táblára két oszlopba, próbálják beazonosítani a külsőt és belsőt, mint szempontot! Ha nem</i></p>	<p>gyakorlás, csoportosítás, ismétlés. megerősítés</p>	frontális munka	táblafilc	önreflexió, felelősség,

	sikerül, akkor írjuk fel mi a külső és belső feltételek a két oszlophoz, s ők mondják el az előadások alapján, mi tartozik oda, melyik képességünkről van szó a belső feltételeknél. Több szempont összegyűjtése után kinyithatják a munkafüzetet, s megnézhetik az ott összegyűjtött szempontokat, tanácsokat.			Tanulói munkafüzet, 4.	tudatosság, gondolkodás
<b>2 perc</b>	<b>Lezárás, értékelés, összefoglalás</b> <b>A következő óra témájának előrevetítése:</b> <i>A következő órán a tanulási módszerekkel foglalkozunk. Házi feladat: A tanulói munkafüzetből mindenki válassza ki azt a két szempontot, amiben legerősebb, s azt a kettőt, amiben leginkább kell fejlődnie.</i>	Értékelés, összefoglalás előkészítés	frontális munka		önértékelés

Feladatvariáció

**Tanulási tanácsok**

*Hogyan pihentessem a szemem?* Ha nem hangzik el kérdésként, mi is felhívhatjuk rá a figyelmet, s elvégezhetjük a gyakorlatokat a diákokkal.

*Nézz egy távoli pontra, majd a magad elé tartott tenyeredbe. Váltogasd ezt 5-6-szor.*

*Végezz szemkörzést az órajárásával ellentétes irányba.*

*Hunyd le a szemed egy percre.*

**Tanulás feltételei:** A tanulói munkafüzetből mindenki válassza ki (húzza alá) azt a két szempontot, amiben legerősebb, s azt a kettőt, amiben leginkább kell fejlődnie. Ekkor elmarad ez házi feladatként. Beszéljük meg a tanulási rendet.

**Az öt leggyakoribb tanulási hibát** is feldolgozhatják a tanulók a csoportmunka során a munkafüzetben.

## 2.5. Tanulási módszereim

### Az óra célja:

- Alkalmazott tanulási módszerek áttekintése, értékelése.
- Önálló tanulás alakítása, felelősségvállalás növelése a tanulásban.

**Nevelési cél:** Rajtam múlik, hogy mit érek el! Változtass, ha nem megy valami!

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka,

**Az óra módszerei:** ismétlés, felidézés, visszajelzés, megbeszélés, játék, szemléltetés, magyarázat, reflexió, összefoglalás, értékelés,

**Eszközök:** Iskolapszichológus által felvett tanulási szokások kérdőívek, lufi, kb. másfél méteres kötél, Tanulói munkafüzet 5.1. és 5.2., toll,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv,

**Felhasznált források:** OROSZLÁNY Péter: Könyv a tanulásról AKG Kiadó Budapest 2002; SZITÓ Imre: A tanulási stratégiák fejlesztése, Trefort Kiadó, Budapest, 2003; Wehrle, Martin: Coaching-kincsesláda Ccoach, 2017.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<p><b>Bevezetés, ráhangolás: Élő lánc</b></p> <p>Gondoljanak vissza az előző órán elhangzott és a munkafüzetben szereplő tanulási tanácsokra! Egy tanuló mondjon egy tanácsot, s ezzel álljon ki a táblához! Sorban a többiek is csatlakoznak hozzá, mindenki mondjon egy tanácsot saját szavaival! Ami elhangzott nem lehet ismételni.</p>	ismétlés, felidézés	frontális		Tanulási szokások, emlékezet

<p><b>10 perc</b></p>	<p><b>Tanulási kérdőívek</b> Kiosztjuk a tanulóknak a korábban már kitöltött, kiértékelt tanulási kérdőíveket, melyen jelöltük a problémás területeket. Nézzék át a diákok a korábbi válaszaikat! Emeljük ki a legproblémásabb területeket, amire legjobban kell figyelniük! (pl. Az iskolában: órai aktivitás, kérdezni, ha nem értik, egymást segíteni, Otthoni tanulás: külső feltételek megteremtése, rendszeresség, lényeg kiemelése, vázlatírás, megérteni a tanulnivalót, magolás helyett feldolgozás, ismeretlen szavak megkeresése, gyakorlás, ismétlés, felmondás gyakorlása, stb.)</p>	<p>visszajelzés, megbeszélés</p>	<p>frontális munka</p>	<p>Tanulási szokások kérdőívek</p>	<p>önreflexió, tudatosság, elemi tanulási technikák átgondolása,</p>
<p><b>12 perc</b></p>	<p><b>Lufi gyakorlat</b> Fekessük le a terembe a kötelet kör alakban, kb. két méterre kell a körtől állni, s beletalálni a körbe a lufival! A diákok sorra megpróbálhatják a célbadobást. Ha nem sikerül, próbálhatják újra. Egyszerre többen is dobhatnak, akár több irányból is, ahogy a hely engedi a teremben, (ki is mehetünk a folyosóra a feladathoz) A sikertelen próbálkozások után megkérdezzük:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Miért nem dobnak nagyobbat? Miért nem dobják erősebben?</li> <li>- Mit kellene változtatni ahhoz, hogy sikerüljön? (közelebb menni, labdával dobni, megtölteni vízzel a lufit...)</li> <li>- Milyen összefüggést látnak a tanulás és a lufidobás közt?</li> </ul> <p>(nem jó technikával az erőfeszítések hiábavalók, nem lesz eredmény, kapkodás lesz, célszerűbb változtatni valamin, amit tudunk befolyásolni)</p>	<p>játék, szemléltetés</p>	<p>frontális munka</p>	<p>egy kb. másfél méteres kötél, felfújtt lufi</p>	<p>Tanulási önismeret, problémaérzékenység, analógiás gondolkodás, tudatosság, felelősség, motiváció, változtatás szükségességének felismerése</p>

<b>15 perc</b>	<b>Tanulási értékelő</b> Töltsék ki a diákok a kérdőívek visszajelzése és a megbeszéltek alapján az 5-5 pontos önértékelőt! Segítségül használhatják a tanulási kérdőívet és a módszerlistát is a munkafüzetből. Ha készen vannak, egy-egy diák elmondhatja, mit írt, vagy minden diák mondjon egy szempontot.  Beszéljük meg, hogy az 1-8 módszerek a megjegyzést, inkább a mechanikus, kevésbé hatékony tanulást jelentik, a 9-13 módszerek már gondolkodást jelentenek, jobb technikák, a leghatékonyabb pedig a 14-23 módszerek alkalmazása, amik magukban foglalják az előzőeket is!	önreflexió  magyarázat	egyéni munka	Tanulói munkafüzet 5.1. és 5.2., toll	Tudatosítás, tanulási önismeret, tanulási módszerek gazdagítása, elemzése.
<b>3 perc</b>	<b>Befejezés, összegzés</b> Értékeljük az órai aktivitást, összegezzük az elhangzottakat. Jelezzük előre, hogy a következő alkalommal megnézzünk néhány említett módszert alaposabban is.	összefoglalás, értékelés	frontális munka		

Feladatvariáció

**Bevezetés** Mivel, ha már leültek óra elején, nehezen állnak fel, lehet fordított a sorrend. Csak az ülhet le, aki mond egy tanulási tanácsot. Az élő lánc némileg jobb, mert ott kiállva deklarálja, hogy csatlakozik a tanuláshoz.

**Tanulási kérdőívek.** Ha a csoport elektronikusan töltötte ki a kérdőíveket, akkor az eredményről név nélkül tudunk nekik mutatni egy összefoglalást diasor segítségével. Gondolják át, mi az, ami az erősségük, s mi az, amiben erősödniük kellene.

**Lufi gyakorlat:** erősebb, ha mindenki kap lufit, s maga fújja fel, ami az erőbefektetést növeli. Óra végén megkaphatják a lufikat.

**No Para!** Ha marad még idő, gyakoroljuk a parafrázisát vagyis átfogalmazását! Válasszon ki mindenki egy-egy tanulási módszert, s azt fogalmazza át saját szavaival, úgy mondja el a többieknek, hogy mit kell csinálni, hogy nem használhatja a módszerleírás szavait. (activity szabályainak megfelelően!) A többieknek ki kell találni, mire gondolt. Bátrabbak mutogathatnak is, vagy rajzolhatnak.



**2.6. Tanulási módszerek újratöltve**

**Az óra célja:**

- Összetett tanulási stratégia megismertetése, gyakorlása, mélységi feldolgozás támogatása a tanulás során.
- Önálló tanulás támogatása, eredményesség növelése.

**Nevelési cél:** Változtass a módszereiden az eredmény érdekében! Időráfordítással időt nyerhetsz!

**Az óra típusa:** ismereteket bővítő, rendszerező, gyakorló,

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** játék, munkáltatás, megbeszélés, gyakorlás, magyarázat, címmeditáció, áttekintés, kérdezés, a tudás T-je, mozaikszó, kulcsszavak gyűjtése, fogalomtérkép, ábra értelmezés, ellenőrzés, értékelés, összefoglalás,

**Eszközök:** Segédanyag 6/1Tanulási stratégiák felvágva lépésekre; laptop, projektor, 9-10 dia, Tanulói munkafüzet 6. fejezet, Történelem tankönyvek vagy fénymásolt leckék, tábla, filcek,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, történelem,

**Felhasznált források:** ATKINSON és mtsai: *Pszichológia* Osiris, Budapest, 1995.; KAGAN, Spencer: *Kooperatív tanulás* ÖNKONET Budapest, 2009.. SZITÓ Imre: *A tanulási stratégiák fejlesztése*, Trefort Kiadó, Budapest, 2003; WINTER Ádám: *A hatékony tanulás (féltnve őrzött) titka* WinterNet Hirdető Kft,

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
<b>5 perc</b>	<b>Bevezetés, ráhangolás</b> <b>Karmester játék</b> Egy tanuló kimegy a tanteremből, a többiek megállapodnak, hogy ki lesz a karmester, vagyis ki irányít. Körben állnak vagy ülnek, amikor a tanuló visszajön a terembe. A karmester irányítja a mozdulatokat, a többieknek őt kell utánoznia, követnie. Bármilyen egyhelyben végezhető mozgás megengedett. A tanulónak ki kell találnia, ki irányítja a csoportot, ha sikerül, ő	játék	frontális munka		figyelem, észlelés, együttműködés, mozgáskoordináció,

	beállhat a körbe, másik játékos megy ki a teremből. Reflektív kérdések lehetnek: Mivolt szükséges ehhez a játékhoz? Nehéz volt-e követni, kitalálni, irányítani? Milyen helyzetekben kell jelzést adni?				vezetés, nonverbális kommunikáció
10 perc	<b>Tanulási stratégiák</b> Alakítsunk négy fős csoportokat! Minden csoporttag kapjon egy vagy két meghatározást a tanulási stratégiák egyik lépéséről! Olvassák el egyénileg, majd beszéljék meg, hogy egy szöveg, olvasmány megtanulásakor mik lennének a helyes sorrend lépései, mit jelenthetnek az egyes lépések! Ellenőrizzük a megoldásokat a diákkal! Vetessük észre, hogy a két módszer szinte ugyanaz, csak másképp nevezték el a lépéseket! Emeljük ki, hogy a megjegyzésnél segíthet a mozaikszó módszer, amit más felsorolásoknál is használhatunk!	munkáltatás, megbeszélés	csoportmunka	Tanulási stratégiák lépései felvágva, Segédanyag 6/1 projektor, laptop, 9-10.dia	Együttműködés, szövegértés, kommunikáció, gondolkodás, szerialitás, tanulási módszerek: mozaikszavak
27 perc	<b>Gyakorlás</b> Előzetesen megkérdezzük a tanár kollégát, hogy pl. történelemből milyen anyagrészt vettek, mit kell a következő tanóra tanulni. Minden csoportnak jusson egy tankönyv vagy egy fénymásolt példány a tananyagból! Menjünk végig a PQRST (EKOFE) vagy SQ4R (EKOÁFE) módszer lépésein, beszéljük meg frontálisan az egyes lépések szerint a tananyagot! Segítő kérdéseink lehetnek: <b>Előzetes áttekintés:</b> Mit jelenthet a cím? Mire utalhat? Miről szólhat ez alapján a lecke? Hallottál –e már erről? Mit jelenthetnek az alcímek? Milyen módon kapcsolódhat a főcímhez? Milyen	magyarázat, megbeszélés, gyakorlás, értelmezés,	frontális munka	történelem tankönyvek, vagy fénymásolatok az aktuális tananyagról.	tanulási módszerek szövegértés,

	<p>képeket látsz a lecke mellett? Mire utalhatnak ezek? Milyen ábra van, erről mit tudsz leolvasni? Olvasd el a bevezetőt és az összefoglalást a leckében, mit tudtál meg belőle!</p> <p><b>Kérdés:</b> Rajzoljunk egy T betűt a táblára, az egyik oldalra „amit már tudok” a másik oldalra ”amire kíváncsi vagyok” felirattal! Gyűjtsünk kérdéseket a két oldalhoz az előzetes áttekintés alapján! Bármilyen kérdést mondhatnak a diákok, ne cenzúrázzuk a kérdéseket! Írják a kérdéseket a munkafüzetbe is!</p> <p><b>Olvasás:</b> Olvassák végig a leckét, szöveget figyelmesen! Közben a lényeges mondatokat alá is húzhatják (ha fénymásolaton dolgoznak), vagy kiírhatják a munkafüzetbe a fontos fogalmakat!</p> <p><b>Átgondolás:</b> Ha mindenki végzett az olvasással, készítsünk egy közös fogalomtérképet a kulcsszavakból, nevekből, helyekből, évszámokból a táblára! Beszéljük meg a fogalmakat, amit nem ismernek, értelmezzük! Beszéljük meg a korábban gyűjtött kérdéseket is!</p> <p><b>Felmondás:</b> Csoportban mondják fel egymásnak a tananyagot, mire emlékeznek, használják a kulcsszavakat és a kérdéseket is!</p> <p><b>Ellenőrzés:</b> Nézzük át újra a szöveget, mi maradt el, mire kell még figyelni, foglaljuk össze a lényegét ismét!</p> <p>Beszéljük meg a felmerülő kérdéseket! Mondjuk el, hogy ez a módszer jobb, tartósabb megértést és tudást hoz létre, mintha csak elolvasnák az anyagot többször egymás után! Emeljük ki, hogy a begyakorlásra fordított idő az elején sok, de hosszú távon</p>		<p>egyéni munka</p> <p>frontális munka</p> <p>csoportmunka</p>	<p>tábla, filc,</p> <p>Tanulói munkafüzet 6.3.</p> <p>munkafüzet 6.4.</p> <p>tábla, filc, Tanulói munkafüzet 6.5.</p> <p>11. dia munkafüzet 6.6</p>	<p>Tanulási motiváció, eredményesség, időgazdálkodás ábra értelmezése</p>
--	---	--	--	---	---

	sok időt spórol meg a tanulásban! Beszéljük meg a <b>többféle módszer</b> jelentőségét a tanulásban!				
<b>3 perc</b>	<b>Befejezés, összegzés</b> Értékeljük az órai aktivitást, összegezzük az elhangzottakat, milyen módszereket ismertek meg az óra során! A diákok kézfeltartással jelezzék, hogy mennyire volt számukra hasznos az óra – 1-5-ig mutatva az ujjakon! Jelezzék lájkkal, ha otthon is alkalmazzák majd a módszert! Jelezzük előre, hogy a következő alkalommal megnézünk néhány említett módszert alaposabban is!	összefoglalás, értékelés	frontális munka		önreflexió, tanulási motiváció

Feladatvariációk

**Karmester játék.** Nagyobb létszámú osztály esetében két csoportra oszthatjuk az osztályt, akik párhuzamosan dolgoznak.

**Tanulási stratégiák:** Ha egy csoport hamarabb készen van, a tanulói munkafüzetből le is ellenőrizheti a megoldását.

Más tantárggyal is dolgozhatunk, nemcsak történelemmel, de ez általában problémás szokott lenni a hosszabb szövegek miatt.

**Időkitöltő:** Ha egy csoport hamarabb készen van, készíthet ábrát, rajzot is a tananyaghoz, vagy alkothat ellenőrző vagy kvíz-kérdéseket a többiek számára a tananyagból.

**Dobj egy kérdést!** Szintén jó időkitöltő és gyakorló. Ha mindenki készen van a csoportból, gyűrjenek össze galacsinná egy lapot. Aki dobja, az feltehet egy kérdést a tananyaggal kapcsolatban, aki kapja, annak válaszolnia kell. Játshatjuk akár az egész csoporttal, akkor kell egy labda is hozzá.

## 2.7. Figyelem

### Az óra célja:

- a figyelemmel kapcsolatos ismeretek bővítése,
- figyelem fejlesztése, a figyelem fejleszthetőségének felismertetése,
- a figyelem fontosságának, szerepének megértése a tanulás folyamatában.

**Nevelési cél:** A feladatok, utasítások pontos végigolvasása, megértése az eredményesség egyik kulcsa.

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, készségfejlesztő

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka,

**Az óra módszerei:** bemutatás, megfigyelés, munkáltatás, összehasonlítás, magyarázat, szemléltetés, gyakorlás,

**Eszközök:** laptop, projektor, internet kapcsolat, Tanulói munkafüzet, 7.1., toll, diasor

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv,

**Felhasznált források:** OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015., OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Tanári kézikönyv Metódus-Tan Budapest 2011., RABI Ferencné Perényi Szilvia: *Tanulni tanulok* Csanádi Árpád Általános Iskola és Gimnázium, Budapest, 2008, <https://www.youtube.com/watch?v=FBFmJCUYHdg> , [https://www.youtube.com/watch?v=\\_bnnmWY1OIM](https://www.youtube.com/watch?v=_bnnmWY1OIM)

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
<b>3 perc</b>	<p><b>Bevezetés, ráhangolás</b></p> <p><i>Számold meg, hányszor passzolnak egymásnak a fehér ruhások!</i></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=FBFmJCUYHdg">https://www.youtube.com/watch?v=FBFmJCUYHdg</a> 1 p 08 mp</p> <p>Az óra céljának megfogalmazása: <i>Ma a figyelemről fogunk beszélni.</i></p>	bemutatás, megfigyelés,	frontális munka	laptop, internet projektor, 12. dia	Figyelem

<p><b>10 perc</b></p>	<p><b>Kövesd az utasítást!</b> A tanulók egyénileg töltsék ki a Tanulói munkafüzet feladatát! Ne szóljunk közbe, ha elkezdik megoldani a feladatokat az egyes instrukciók után, pont az a lényeg, hogy maguk jöjjenek rá a tévesztésükre!</p> <p>Ha készen vannak, mindenki a végére ért, fogalmazzák meg a tanulságot, s aki tévesztett, írja le a megerősítő mondatot: <i>Az utasításokat mindig gondosan végig kell olvasni, a részfeladatok teljesítése előtt átfogó képet kell kapni az egészből.</i></p>	<p>munkáltatás</p> <p>megbeszélés</p> <p>megerősítés</p>	<p>egyéni munka</p>	<p>Tanulói munkafüzet, toll</p>	<p>figyelem, szövegértés, gondolkodás,</p> <p>tanulási szokások</p>
<p><b>10 perc</b></p>	<p><b>Mi a figyelem?</b></p> <p>a) Írjuk fel a táblára a figyelem szót, s kérdezzük meg a tanulókat mi jut eszükbe róla! Írjuk fel, vagy a tanulók írják az ötleteiket a szó köré! Lehetséges válaszok: elkalandozik, elfárad, nehéz, ha érdekel, akkor könnyű, figyelemzavar, stb.</p> <p>b) Egészítsük ki a diákok által mondottakat:</p> <p><u>spontán figyelem</u>: tapsoljunk egyet váratlanul, ezzel kiválthatjuk a mi ez? reakciót,</p> <p><u>szándékos figyelem</u>: amikor számolták a passzolást a kisfilmen,</p> <p><u>megosztott figyelem</u>: amikor több dologra figyelünk, pl. autóvezetés közben,</p> <p><u>koncentrál vagy fókuszált figyelem</u>: csak egy dologgal foglalkozunk.</p> <p>Melyikre van szükség a tanuláshoz? Hogy állnak a diákok ezzel?</p> <p>c) Tanácsok a figyelem fejlesztéséhez. Röviden elmondhatjuk a tanulóknak a Tanulói munkafüzetben is megtalálható hat tanácsot.</p>	<p>megbeszélés,</p> <p>magyarázat</p> <p>szemléltetés</p>	<p>frontális munka</p>		<p>Gondolatgyűjtés</p> <p>Előzetes tudás mobilizálása, ismeretek rendszerezése, bővítése, tanulás és figyelem összefüggésének értelmezése.</p> <p>Tanulási önismeret, a figyelem fejleszthetőségének felismertetése.</p>

<b>7 perc</b>	<b>Mi változott?</b> Négy tanuló kimegy a teremből, s mindegyikük változtat valamit a ruházatán, haján. Amikor visszajönnek, az osztálynak meg kell találni a változtatásokat. Megállapodhatunk előre a változtatások számában, pl. kezdetnek 6, majd 8. Két-három kört is játszhatunk, mindig más tanulók menjenek ki a teremből.	megfigyelés, összehasonlí- tás	frontális munka		Figyelem
<b>3 perc</b>	<b>Színesen</b> Hány olyan szín név van a dián, ami nem a neki megfelelő színnel van írva? A diákok 1 percig nézhetik a diát, majd elveszük a képet, s megbeszéljük az eredményt.	gyakorlás	frontális munka	laptop, projektor 13. dia	megosztott figyelem, gondolkodás
<b>7 perc</b>	<b>Jelkeresés</b> A feladat végzés előtt 2 percben gyakoroljuk az elcsendesedést! Miután kikészítették a munkafüzetet, s már tudják, mi lesz a feladat, mindenki dőljön hátra, s lehunytt szemmel (vagy anélkül) figyeljen csendben a körülötte levő világra, s saját magára! Ezután a Tanulói munkafüzetben megoldják a diákok az első jelkeresés feladatot. Közös ellenőrzés a megoldást.	gyakorlás  ellenőrzés	egyéni munka  frontális munka	Tanulói munkafüzet 7.4.feladat, toll	elcsendesedés, fókuszált figyelem
<b>5 perc</b>	<b>Befejezés:</b> „Itt a piros, hol a piros?” Selective attention test <a href="https://www.youtube.com/watch?v=bnmWYI0IM">https://www.youtube.com/watch?v=bnmWYI0IM</a> a videót leállítjuk a 3.00 percnél. Megbeszéljük, ki vette észre a változásokat. Tanulság: ha kicsit is az érdekel, ki van fenn a facebook-on, ki üzen, ír, kevésbé figyelek a tanulásra. Következő óra témájának előre vetítése: a tanulás másik fontos alappilléreivel foglalkozunk, ez az emlékezet lesz.	megfigyelés  előkészítés	frontális munka	laptop, projektor internet. 12.dia	figyelem

Feladatvariáció:

**Mi a figyelem?** c) Tanácsok feldolgozhatók a tanulók önálló olvasásával, majd kis csoportban beszéljék meg az olvasottakat, vagy frontálisan mondják el a véleményüket, kérdéseiket az olvasottakról.

**Mi változott?** Ketten mennek ki a teremből, s az osztályban változtatunk öt dolgot, a visszatérőknek kell megtalálni a változásokat.



**2.8. Emlékezet**

**Az óra célja:**

- emlékezettel kapcsolatos ismeretek bővítése
- ismétlés szerepének, a felejtés sajátosságainak megértése a tanulási folyamatban,
- az emlékezet fejleszhetőségének felismerése, fejlesztési technikák bemutatása, tanulási módszerek bővítése,
- emlékezet fejlesztése.

**Nevelési cél:** Ismétléssel megelőzheted a felejtést. Gyakorolj minden nap!

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, képességfejlesztő

**Szervezeti keretek:** frontális munka, páros munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** bemutatás, motiválás, felidézés, tanári előadás, szemléltetés, gyakorlás, ismeretek rögzítése, összefoglalás, értékelés,

**Eszközök:** A4-es lapok, ollók, toll, laptop, projektor, Segédanyag: 8., diászor, Tanulói munkafüzet,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, idegen nyelv, vizuális kultúra,

**Felhasznált források:** ATKINSON és mtsai *Pszichológia* Osiris, Budapest, 1995.; KAGAN, Spencer: *Kooperatív tanulás* ÖNKONET Budapest, 2009;

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatói stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
<b>3 perc</b>	<p><b>Bevezetés, ráhangolás</b> Vetítsük ki a diát a tanulóknak!</p> <p><i>Ki ismeri fel? Ki festette?</i></p> <p><i>Hogyan folytatódik a versike?</i></p> <p><i>Ki tud biciklizni? Mikor tanultál meg? Ki tanított?</i></p> <p><i>Agyunk mely képessége teszi lehetővé, hogy eszetekbe jutott mindez? Várt válasz: emlékezet</i></p> <p>Óra témájának kijelölése.</p>	bemutatás, motiválás, felidézés	frontális	laptop, projektor 14-16.dia	emlékezet,

<p><b>17 perc</b></p>	<p><b>Emlékezet</b> Mutassuk be az emlékezet ismeretkörét!</p> <p>-- Utaljunk az első három diára: készség a biciklizés, hogy kitanított az személyes életesemény, általános tudás a festmény felismerése!</p> <p>- A rövidtávú emlékezetnél próbálják ki a tanulók a betűsor megjegyzését, erre adjunk 30 mp-et. Utána mutassuk meg a tömbösítést!</p> <p>- A hosszú távú memóriánál mutassuk meg a felidézés és a felismerés különbségét!</p> <p>- Soroljuk fel a mnemotechnika módszereit az emlékezet javítására! (fogas módszernél utalhatunk a következő játéokra, néhányat magyarázunk, de a többit önállóan olvassák majd el a munkafüzetből.)</p> <p>Curtain= függöny – elképzélünk egy körtés függönyt, ez egy kulcsszó vizualizálása, mert a körte szó hasonló hangzású.</p> <p>EKOFE- Ki emlékszik mit jelent a mozaikszó?</p> <p>Lovag: történetalkotás egy-egy nehéz szóra. A lovag szíve hölgyét akarta felkeresni, ám útját állta egy megáradt folyó, megpróbált átkelni lovával, de elsodorta a folyó, a lova odaveszett. Így sóhajtott a lovag: „Se kék, se ló!” Az angolban a sekély szó megfelelője a shallow.</p> <p>- Értelmezzék a tanulók az ismétlés grafikontját!</p> <p>- Végezzük el a vizuális memória próbát a diasor végén!</p>	<p>tanári előadás</p> <p>szemléltetés</p> <p>megbeszélés</p> <p>bemutató</p>	<p>frontális munka</p> <p>egyéni munka</p>	<p>17-21 dia laptop, projektor</p> <p>20.dia</p> <p>22.dia</p> <p>23-24 dia</p> <p>25.dia</p> <p>26-27 dia</p> <p>Munkafüzet 8.3.</p>	<p>ismeretek bővítése</p> <p>ismétlés szerepének, a felejtés jellemzőinek megértése a tanulási folyamatban,</p> <p>emlékezeti technikák</p> <p>ábra értelmezése</p> <p>önismeret, önreflexió</p> <p>emlékezet</p>
-----------------------	--	--	--	---	---

<b>8 perc</b>	<b>Kedvenc étel</b> Körben állunk, egyesével mindenki elmondja a kedvenc ételét, de úgy, hogy az előtte elhangzott ételneveket is ismételni kell. Akár két kör is lehetséges. Arra mindenképpen ügyeljünk, hogy a kört kezdők a kör végén ismételjék a teljes kört! A gyakorlat végén erősítsük meg, hogy a megjegyzést a személyhez kötés segítette, ugyanaz, mint a <u>fogas módszer!</u>	gyakorlás	frontális vagy csoportmunka		emlékezet, figyelem, asszociáció, szerialitás „Helyek módszere”
<b>15 perc</b>	<b>Gyakorlás: tanulókártyák készítése</b> Négy fős csoportokat alkotunk, külön csoportba kerüljenek az angolt és a németet tanulók! Minden csoport kap 2 db A4-es lapot, melyet hajtsanak össze, s 16-16 kis lapra vágják fel (tépjék fel)! Előzőleg elkérjük az idegen nyelv tanártól az aktuális témakör idegen nyelvű szavait. Minden kártya egyik oldalára írják egy szó idegen nyelvű, a másik oldalára a magyar nyelvű megfelelőjét! Ha elkészültek, minden tanuló kap 8 kártyát! A csoportban két párban együtt dolgozva kérdezzék a szavakat egymástól, a szó megfelelőjét azonnal ellenőrizni tudják a másik oldallal! A kikérdezett kártyákat két kupacba rakják le: egyikbe, ami megy, másik kupacba, ami nem megy! Ami nem megy, ahhoz találjanak ki asszociációt, segítő mankót! Ha minden szó megy, a párok kártyákat cserélnek a csoporton belül.	gyakorlás, ismeretek rögzítése	csoportmunka  páros munka	A4-es lapok, ollók, tollak	emlékezet, figyelem, tanulási módszerek, idegen nyelv, szókincs, tanulási technikák: tanulókártyák
<b>2 perc</b>	<b>Befejezés, összegzés</b> Diákok foglalják össze az óra számukra fontos ismereteit! Értékeljük az órai aktivitást!	összefoglalás, értékelés	frontális munka		önreflexió, tudatosítás

Feladatvariáció

**Emlékezet** A tanári előadást diasorral kiválthatjuk csoportmunkával. Az ismereteket osszuk fel öt-hat részre, s minden csoport kapjon egy részt! Olvassák el, beszéljék meg, készítsenek hozzá esetleg ábrát, amit bemutatnak a többieknek! Ez hosszabb időt vesz igénybe.

**Kedvenc ételem** feladatnál húsz főnél nagyobb létszámú osztályt osszunk két körre, a két csoport párhuzamosan dolgozhat! Hogy kevésbé zavarják egymást, az egyik csoport ételnevekkel, a másik kedvenc sorozattal / autómárkával. A már elhangzott címet, márkát nem lehet újra választani.

**Tanulókártyák** helyett a munkafüzetből is választhatunk gyakorló feladatot, ha már kevés az idő.

**Kispostás** A diákok sorban állnak egymás mögött. Az első játékosnak a fülébe sűgünk egy bővített mondatot vagy legalább három elemet tartalmazó utasítást. (Pl.: „Szombat délután fél háromkor Gizi találkozott a Szél Kálmán téren egy nagy bajszú, kalapos úrral, aki megkérdezte tőle, hogy hol lehet sajtos tejfölös lángost venni elvitelre.” vagy „Kérd meg Marcit, hogy tapsoljon kettőt Ágival, majd nyisd ki az első ablakot és igazítsd meg a hajad a füled mögé túrve.”) A diák megérinti a következő diák vállát, az megfordulhat, s neki sűgja az első játékos halkán az üzenetet. A többiek háttal állnak, csak akkor fordulhatnak meg, amikor a sűgő megérinti a vállát a következő üzenetfogadónak. A játék megmutatja, hogyan vesznek el az információk, hogyan emelünk ki vagy teszünk be új részletet, mennyire kreatív az emlékezet. Felhívhatjuk a figyelmet arra is, hogy így terjednek a pletykák! Az üzenetet előzőleg kártyákra is írhatjuk, s az első játékos még némán olvassa el, így könnyebben bizonyítható, hogy mi volt az eredeti üzenet.

**2.9. Olvasási szokásaim**

**Az óra célja:**

- tanulási önismeret növelése: olvasási szokások, technika átgondolása, tudatosítása.
- meglévő szövegolvasási szokások formálása, új, hatékonyabb eljárások megismertetése,
- szövegértés, szövegfeldolgozás fejlesztése,
- olvasási szint és a tanulás közti összefüggés felismertetése.

**Nevelési cél:** Ha kicsit is, de olvass minden nap!

**Az óra típusa:** ismereteket rendszerező, bővítő, gyakorló,

**Szervezeti keretek:** frontális munka, páros munka, egyéni munka,

**Az óra módszerei:** játék, munkáltatás, szemléltetés, megbeszélés, gyakorlás, összefoglalás, értékelés,

**Eszközök:** 2 db labda (pl. teniszlabda, szivacs labda), Tanulói munkafüzet: 9.1., toll, szövegkártyák: segédanyag 9/1. és szövegértés totó: segédanyag: 9/2.

(Kahoot esetén számítógép, internet, mobiltelefonok,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, irodalom, (informatika Kahoot alkalmazása esetén)

**Felhasznált források:** OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015; ÖRKÉNY István: *Egyperces novellák* Helikon Kiadó 2018.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
<b>5 perc</b>	<b>Bevezetés, ráhangolás: Add tovább a labdát!</b> Körben áll az osztály, két csapatra osztjuk úgy, hogy minden második diák az egyes, a többi diák a kettes csapathoz tartozik. A csapatok tagjai csak saját csapattársuknak dobhatják a labdát, s körben kell továbbadni a labdát minél gyorsabban. Két labdát indítunk el a kör két ellentétes felezőpontjáról. Az a csapat győz,	játék	frontális munka	2 labda	figyelem, együttműködés,

	amelyiknek a labdája utoléri a másik csapat labdáját. Több kört is játszhatunk. A játék végén kérdezzünk rá, hogy milyen képességeiket fejlesztette a játék, mi kellett ahhoz, hogy a csapat eredményes legyen!				mozgáskoordináció önreflexió, tudatosság
<b>15 perc</b>	<b>Olvasási szokásaim</b> Nevezzük meg a mai témát, az olvasást! a) Töltsék ki a tanulók egyénileg munkafüzet kérdőívét! b) Jelöljünk ki egy egyenest a teremben, egyik végpont az egyes, másik a száz! Álljanak be a diákok aszerint, hány százalékban kellene fejlődniük az olvasásban a kérdőív alapján! c) Beszéljük meg az eredményeket, mik a leginkább fejlesztésre szoruló területek! Emeljük ki az olvasási, szöveg feldolgozási technikák szerepét a tanulásban!	munkáltatás, szemléltetés, megbeszélés,	egyéni munka  frontális munka	Tanulói munkafüzet 9.1. toll	szövegértés, tanulási önismeret, tanulási módszerek, olvasás szerepének felismertetése a tanulásban.
<b>10 perc</b>	<b>Mit értett meg a másik?</b> Mindkét diák egy-egy szövegtárcsát kap. Elolvassák némán magukban, majd felmondják egymásnak. A hallgatónak vissza kell mondania a szöveget, amilyen részletesen csak emlékszik. Közösen ellenőrzik újraolvasással, hogy minden lényeges információ benne volt-e a felmondásban és a visszamondásban. Elsőként az olvasással kapcsolatos szövegeket mondják el, majd az egyperces novellákat! A párok értékelik munkájukat.	gyakorlás	páros munka	szövegtárcsák segédanyag 9/1	kommunikáció, figyelem, emlékezet, lényegkiemelés, szövegalkotás, együttműködés, önértékelés

<b>10 perc</b>	<b>Szövegértés totó</b> Minden pár kap egy totót, együtt töltsék ki, fejtsék meg. Ha mindenki készen van, ellenőrizzük és beszéljük meg a megoldásokat.	gyakorlás	páros munka	Szövegértés totó segédlet 9/2.	szövegértés, szókincs együttműködés, gondolkodás, olvasás kapcsolata,
<b>3 perc</b>	<b>Lezárás, összefoglalás</b> Értékeljük a tanulók aktivitását, összegezzük a mai óra legfontosabb üzeneteit, ismereteit! A tanulók emeljék ki, mi volt számukra hasznos!	összefoglalás, értékelés	frontális munka		önreflexió

Feladatvariáció

**Add tovább a labdát!** Labda helyett játszhatunk két tetszőleges, egyforma tárggyal, amit továbbadhatunk egymásnak. Pl. két műanyag flakonnal, ami legalább félig van még vízzel, babzsákkal, tolltartókkal, stb.

**Szövegértés totó:** Vetíthetjük is a szövegeket diasoron, vagy használhatjuk a Kahoot alkalmazást. (kahoot.com)

**Időkitöltő:** A gyorsabban dolgozó diákok kitölthetnek egy-egy figyelem vagy emlékezet feladatot a munkafüzetből.

## 2.10. Olvasás, szövegfeldolgozás

### Az óra célja:

- előzetes tudás felhasználásának fontossága a tanulás során,
- szöveg-feldolgozási technikák bővítése, gyakorlása,
- olvasási tempo értékelése, fejlődési igény és szükséglet megfogalmazása,

**Nevelési cél:** Együttműködés, segítségnyújtás a tanulásban a társaknak, önbizalom erősítése, ellenállások csökkentése az olvasással szemben.

**Az óra típusa:** gyakorló, készségfejlesztő

**Szervezeti keretek:** frontális munka, csoportmunka, egyéni munka

**Az óra módszerei:** játék, munkáltatás, megbeszélés, szemléltetés, bemutatás, gyakorlás, differenciálás, értékelés, összefoglalás,

**Eszközök:** Segédanyag 10/1. Memory kártyák, laptop, projektor, diaszor, segítő kérdések, Segédanyag 10/2. címek kártyákon, tollak, színes filcek, A3 papír csoportonként, Tanulói munkafüzet 10.1 és 10.2., mobiltelefon, gyurmaragasztó,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, természetismeret, technika, erkölcsstan, etika, földrajz,

**Felhasznált források:** Haldokló tengerek – melyik faj maradhat fenn? National Geographic nyomán <https://gondola.hu/cikkek/53898.>; MAJOR András: Elveszett a Föld? Portfólió 2019. május 19. 22. <https://www.portfolio.hu/vallalatok/zoldvilag/elveszett-a-fold> OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015.;

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<b>Bevezetés, ráhangolás</b> Memory játék négy-öt fős csoportokban.	játék	csoportmunka	memory kártyák Segédlet 10/1.	vizuális emlékezet, figyelem



<b>10 perc</b>	<b>Címmeditáció</b> Ismét négy fős csoportokban dolgoznak a tanulók. Minden csoport húz egyet a címkártyákból. Gondolják végig a kapott címek alapján miről szólhat az olvasmány! Ehhez segítő kérdések: 1. Mi jut eszembe a címről? 2.Milyen kérdésekre várok választ? 3.Mit írnék én? Lehetséges címek: Haldokló tengerek      Kinek mi a siker? Az állatok lelke      Állatok az ember szolgálatában Éhség és bőség      Veszélyes ételek? Az előítélet      Mindenki más Elveszett a Föld?      A jövő járművei Minden csoportból egy szóvivő mutassa be, milyen megoldásra jutott a csoport! A többi csoport kérdezhet, javaslatot tehet, értékeli az ötleteket! A pedagógus is értékelje a csoportokat, tehet javaslatokat is!	munkáltatás, megbeszélés          szemléltetés bemutatás értékelés	csoportmunka	papír, toll, segítő kérdések 28. dián, laptop, projektor, címek kártyákon	gondolkodás, előzetes tudás mobilizálása, kérdezés, szövegalkotás együttműködés előadás, kommunikáció
<b>25 perc</b>	<b>Néma olvasás és gondolattérkép</b> A csoportok a Tanulói munkafüzet szövegével dolgoznak tovább. A csoportok választhatnak a cím alapján, hogy melyik szöveggel szeretnének dolgozni. a) Osszák fel maguk közt a szöveget négy részre a jelölések alapján! Figyeljünk, hogy az SNI-s tanulóknak adjuk a rövidebb részeket! Mindenki olvassa el némán a saját szövegrészét, s	gyakorlás, önellenőrzés      differenciálás	egyéni munka	Tanulói munkafüzet 10.1. vagy 10.2. mobiltelefon, A3 papír, színes gyurmaragasztó	kommunikáció, figyelem, emlékezet, gondolkodás,

	<p>mérje le az olvasási időt mobilján! Beszéljük meg, hogy milyen sebességgel olvastak (legalább 1 mp/ szó sebesség lenne jó), kinek kellene javítania, fejlődnie!</p> <p>b) Olvassák el újra a szöveget, de most már a teljes szöveget olvassa mindenki, s húzzák alá a <u>kulcsszavakat</u>, <u>lényeges gondolatokat</u>, majd beszéljék meg a csoportban, ki mit emelt ki! Ha kell segítsünk az <u>idegen szavak</u> értelmezésénél!</p> <p>c) Készítsenek közös <u>gondolattérképet</u> a szövegről!</p> <p>d) A kész gondolattérképekből készítsünk „kiállítást”, milyen megoldások születtek! Bárki kérdezhet a térképek megtekintése után, értékelhetik a többiek ötleteit. Minden csoport értékelje a közös munkát, ki mennyire volt aktív. Válaszoljanak arra is, megfelelt-e az olvasmány előzetes elvárásainak a cím alapján, milyen kérdéseik maradtak megválaszolatlanul. A pedagógus is értékelje a csoportokat, tehet javaslatokat is.</p>	<p>munkáltatás</p> <p>bemutató</p> <p>értékelés</p>	<p>csoportmunka</p> <p>frontális munka</p>	<p>olvasási tempó,</p> <p>tanulási önismeret,</p> <p>lényegkiemelés,</p> <p>szövegalkotás,</p> <p>kreativitás,</p> <p>együttműködés,</p> <p>egymás segítése,</p> <p>előadás,</p> <p>önreflexió</p>
3 perc	<p><b>Befejezés, lezárás</b> A tanár és a diákok is összegezzék az óra legfontosabb tanulságait! Emeljük ki az együtt tanulás hasznosságát!</p>	<p>összefoglalás,</p> <p>értékelés</p>	<p>frontális munka</p>	<p>önbizalom,</p> <p>önértékelés</p>

Feladatvariáció:

**Bevezetés** Memory helyett megoldhatnak egy-egy figyelem feladatot is a munkafüzetből.

Megjegyzés: Memory játékhoz minta a segédletben található, kinyomtatva, lelaminálva tartósan használható. Hasonlókat önállóan is készíthetünk. Érdeemes annyi paklit (egy pakli legalább 40-48 lap) használni, ahány 4-5 fős csoportra osztható az osztály. Használhatunk memoryként 2 pakli francia kártyát, ez két csoportnak is elég kettéosztva. 2 pakli magyar kártya

a haladóknak ajánlott, bent maradhat a játékban mind a 64 lap. Kérhetjük a diákokat, hogy akinek van, hozzon magával kártyát.

**Néma olvasás és gondolattérkép**

b) Ha nagyon szalad az idő, mindenki csak a saját részét olvassa újra, s abból emelje ki a kulcsszavakat és a legfontosabb gondolatokat a füzetében, majd ezután készítsék el a közös gondolattérképet külön papíron.

**Időkitöltő:** amelyik csapat előbb kész, válaszolják meg a kérdéseket, s írhatnak további kérdéseket is a szöveg alapján.

### 2.11. Szókinccs

#### Az óra célja:

- szókinccs mobilizálása, bővítése,
- szókinccs jelentősége a megértésben és a kifejezésben, idegen szavak értelmezésének fontossága,
- szókinccsbővítési stratégiák megismerése, olvasás szerepe,

**Nevelési cél:** Mindig nézz utána az idegen, ismeretlen szavaknak! Törekedj a megértésre a tanulás során!

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, gyakorló, képességfejlesztő,

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** játék, megbeszélés, értelmezés, munkáltatás, gyűjtés, értékelés,

**Eszközök:** Segédanyag: Közmondások listája, toll, papír, Segédanyag: Szómagyarázat totó annyi példányban, ahány csoport van, Tanulói munkafüzet: 11.1.

Milyen a szókinccsem?

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, (Kahoot, wordart alkalmazása esetén informatika)

**Felhasznált források:** Galambos Katalin: Pályaorientáció 1. Hogyan tanuljak? KJK-Kerszöv Jogi és Üzleti Kiadó Kft. Budapest, 2000; JUHÁSZ Attiláné: Anyanyelvi észtekergető Dialog Campus Kiadó Budapest 2017.; OROSZLÁNY Péter: Könyv a tanulásról AKG Kiadó Budapest 2002.; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<b>Bevezetés, ráhangolás: Közmondások kórusban</b> Valaki kimegy a teremből. A többiek egy közmondás szavait felosztják egymás között úgy, hogy mindenkinek egy szó jusson. Amikor bejön a tanuló, jelre mindenki egyszerre mondja a rá jutott szót. A kitalálónak a hangzavarból kell kitalálnia, kihallania a feladványt. Ha nem sikerül, ismétli a kórus a feladványt. Ha	játék	frontális munka	segédanyag: Közmondások listája	szókinccs, figyelem, észlelés, szerialitás,

	sikerül, másvalaki mehet ki az osztályból, s új feladvány következik hasonló módon. A feladványt adhatjuk a segédlet listából, de kérhetünk a diákoktól is közmondásokat. Óra témájának kijelölése: <i>A mai alkalommal a szókincsünket vizsgáljuk meg.</i>				emlékezet, gondolkodás
<b>5 perc</b>	<b>Mit jelentenek a közmondások?</b> Csoportokat alkotunk, minden csoport két közmondást kap a segédletből. Értelmezzék a közmondásokat a diákok a tanulásra!	megbeszélés, értelmezés	csoportmunka	segédanyag: közmondások listája	motiváció, szókincs, gondolkodás feladatalköteleződé
<b>10 perc</b>	<b>Milyen a szókincsem?</b> a) A tanulók töltsék ki egyénileg a Tanulói munkafüzet kérdőívét! b) Csoportban beszéljék meg, a csoportban mik az erősségek és a leggyengébb pontok, hol van szükség fejlesztésre! c) Egy csoportszóvivő foglalja össze a csoport véleményét, észrevételeit! d) Beszéljük meg, miért fontos a megértés, mi az összefüggés a szókincs és a megértés közt? Törekednek-e a megértésre tanulás során? El tudják-e mondani saját szavaikkal a tanultakat? Utána néznek-e idegen szavaknak?	munkáltatás  megbeszélés	egyéni munka  csoportmunka   frontális munka	Toll, Tanulói munkafüzet: 11.1. Milyen a szókincsem?	Tanulási önismeret, szövegértés, kommunikáció szókincs jelentősége a megértésben és a kifejezésben. Idegen, ismeretlen szavak tisztázásának jelentőségét értsék meg.
<b>10 perc</b>	<b>Hogyan fejleszthetjük a szókincset?</b> a) A csoportok gyűjtsenek ötleteket a fejlesztésre a brainstorming szabályaival! b) Közösén beszéljük meg a javaslatokat! Egészítsük ki a lehetőségeket! Mutassunk rá az olvasás (szabadidő, regények) szerepére!	gyűjtés	csoportmunka	toll, papír	gondolkodás, kreativitás, együttműködés

<b>12 perc</b>	<b>Gyakorlás</b> a) Gyűjtsenek a csoportok 3 perc alatt annyi foglalkozásnevet, amennyit csak tudnak! b) Gyűjtsenek olyan címeket (film, vers, könyv), amiben szám vagy állatnév szerepel! 3 perc c) Oldják meg a szómagyarázat totót! Minden feladat után közösen értékeljük az eredményeket!	gyűjtés  értelmezés	csoportmunka	toll, papír Szómagyarázat totó annyi példányban, ahány csoport van,	kreativitás, szókincs, gondolkodás, együttműködés,
<b>3 perc</b>	<b>Lezárás, összegzés</b> Értékeljük a csoportok munkáját, ők is reflektáljanak a tanultakra!	értékelés	frontális munka		önreflexió, megerősítés

Feladatvariáció

A **Szómagyarázat totót** vetíthetjük dián is a tanulóknak, vagy használhatjuk a Kahoot alkalmazást. (kahoot.com)

**Hogyan fejleszthetjük a szókincset?** Az ötletekből készíthetünk közös szófelhőt elektronikusan (wordart program) vagy egy nagy csomagolópapírra.

**Gyűjtés** során gyűjthetnek autómárkákat (közlekedésgépész), süteményneveket (vendéglátás), ország neveket (turizmus), márkaneveket (kereskedelem) az osztály képzési irányának megfelelően. A három feladatot kezelhetjük versenyként is. Mindig annyi pontot kap a csapat, ahány jó szót gyűjtött, illetve annyi pontot a totóban, ahány találatuk volt.

**2.12. Beszédtechnika**

**Az óra célja:**

- beszédtechnikai ismeretek rendszerezése, bővítése,
- helyes beszédleghzés gyakorlása, hangadási gyakorlatok megismerése, artikuláció tudatosítása,
- játék a beszéddel, felszabadultság, oldottság segítése a beszédhelyzetekben, kommunikáció, önismeret fejlesztése.

**Nevelési cél:** Játssz szabadon, vállald magad! Bízz magadban! Fejleszd a beszéded!

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező, gyakorló, készségfejlesztő,

**Szervezeti keretek:** frontális munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** játék, ismeretek rendszerezése, megbeszélés, szemléltetés, bemutatás, gyakorlás, értékelés,

**Eszközök:** Tanulói munkafüzet: 12.2 és 12.3., Segédanyag: 12/1. Mozaikszó lista, boríték, tábla, táblafilc, laptop, projektor, diásor,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, idegen nyelv,

**Felhasznált források:** MONTÁGH Imre: *Tiszta beszéd* Múzsák Közművelődési Kiadó Budapest 1988.; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
<b>5 perc</b>	<b>Bevezetés, ráhangolás</b> Csapasd a ritmust! A tanulók álljanak fel, ha lehet, körben, mindannyian lássák egymást. A tanár tapsoljon egy ritmust, amit a tanulóknak meg kell ismételniük egyszerre. Kezdetünk, rövid, egyszerű ritmussal (l l Π Π l l Π z), majd lehetnek hosszabbak és nehezebbek is. Nehezíthetünk azzal is, hogy a tapsot variáljuk dobbantással, térdre ütéssel, asztalon koppantással, falra ütéssel, hangadással (hu Π l l Π ha). Vállalkozó tanulók is diktálhatnak	játék	frontális munka		figyelem, emlékezet, mozgáskoordináció, szerialitás, ritmusérzék, együttműködés





	fejleszthető!				
<b>5 perc</b>	<p><b>Beszédlégzés</b> A helyes beszéd alapja a helyes légzés. Álljanak fel a diákok, fejüket emeljék fel, egyik kezüket helyezték a mellkasra, másikat a hasra! A száj enyhén legyen nyitva, lélegezzenek az orron és a szájon egyszerre be, szájon fújják ki a levegőt! Ellenőrizték, hogy levegővételnél a hasuk vagy a mellkasuk emelkedik! A helyes rekeszlégzéskor a mellkas nem mozdulhat, csak a has! A belégzést, visszatartást, kilégzést az alábbi 1. sor ritmusa szerint végezzék! Minden sorral 3-4 légzést csináljunk, utána írjuk fel a táblára a következő sor ritmusát!</p> <p>Számoljunk közben hangosan a tanulóknak.</p> <p>1. be 2 mp    benntartás 1 mp    ki 2 mp</p> <p>2. be 3 mp    benntartás 2 mp    ki 3 mp</p> <p>3. be 4 mp    benntartás 2 mp    ki 4 mp</p> <p>4. be 4 mp    benntartás 1 mp    ki 4 mp</p> <p><b>Légzés hangadás</b></p> <p>5. be 3 mp    benntartás 1 mp    ki 10 mp sz hanggal</p> <p>6. be 3 mp    benntartás 1 mp    ki 20 mp sz hanggal</p> <p>7. be 3 mp    benntartás 1 mp, ki: á – a – á – a amíg bírják</p> <p>8. be 3 mp    benntartás 1 mp, ki: má – ma – má – ma</p> <p>Figyeljenek oda, hogy kellően nyitott legyen a szájüreg, megfelelően artikulálják az á és a hangot! Ismételjék mindegyik sort 4-5x! Pihenésképp sz hang gyakorlatai után elmondhatjuk, hogy a leggyakoribb hiba a beszéddel, hogy elfogy a levegő,</p>	bemutató, gyakorlás	frontális munka	tábla, táblafilc vagy 29.dia laptop, projektor,	beszédlégzés, hangadás

	préseljük azt, kapkodunk, amitől rosszabb lesz a kiejtés, a hangsúlyok elvesznek, s a gondolkodás is nehezebbé válik, mert a beszéd nehézségeire kezdünk figyelni.				
<b>5 perc</b>	<p><b>Artikulációs gyakorlatok</b></p> <p>Végezzünk el egy artikulációs gyakorlatot a tanulói munkafüzetből!</p> <p>Először a tanulók olvassák végig az első gyakorlat szavait némán, majd hangosan olvassuk kórusban, figyelve a helyes ejtésre, a megfelelően kinyitott szájra! Miután egyszer közösen végigolvastuk, négy-öt fős csoportokban is olvassuk a diákokat a következő variációkkal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kezdjék halkán, majd egyre hangosabban,</li> <li>• kezdjék hangosan majd egyre halkuljanak!</li> </ul>	gyakorlás	frontális munka  csoportmunka	Tanulói munkafüzet 12.2. szólista vagy 30.dia laptop, projektor,	beszédtechnika, kommunikáció, együttműködés
<b>10 perc</b>	<p><b>Nyelvtörők</b></p> <p>a) Válasszon mindenki egy nyelvtörőt magának a listából, amit hangosan kell elmondania! Bátrabbak választhatnak angol vagy német nyelvtörőt is!</p> <p>b) Különböző stílusokat határozunk meg, ennek megfelelően kell mondani a nyelvtörőt. (ha akar, valaki választhat új nyelvtörőt is, s kicsit módosíthat a szövegén is) A lehetséges stílusokat vetítsük ki vagy írjuk a táblára, a tanuló válasszon egyet, de ne árulja el, melyik az, a többieknek ki kell találnia!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• esti mese</li> <li>• sportközvetítés</li> <li>• alföldi paraszt bácsi</li> </ul>	gyakorlás, bemutatás játék	frontális munka	Tanulói munkafüzet 12.3. nyelvtörők 31.dia laptop, projektor, vagy tábla és filc	beszédtechnika, kommunikáció, nyelvi stílus önbizalom, önkifejezés

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• politikai szónoklat</li> <li>• tudós előadása</li> <li>• celeb nyilatkozata a tv-ben</li> <li>• időjárás jelentés</li> <li>• rendőrségi szóvivő nyilatkozata</li> </ul>				
10 perc	<p><b>Mozaikszavak</b></p> <p>a) A kihúzott mozaikszavak eredeti jelentését beszéljük meg! Gyűjtsenek a diákok csoportban dolgozva alternatív jelentéseket a mozaikszavakhoz! A feladat megértéséhez mondhatunk példát is a borítékban maradt, ki nem húzott mozaikszóval, pl.: NBA – nagy balhé adódik, FTC – Fekete-tengeri cicák.</p> <p>b) A gyűjtött megfejtéseket a csoportból egy-két tanuló olvassa fel!</p>	gyakorlás	csoportmunka	borítékok, benne mozaikszó kártyák Segédlet 12/1.	szókincs, kreativitás, gondolkodás
3 perc	<p><b>Befejezés, lezárás</b></p> <p>Értékeljék a tanulók az órát, a tapasztalataikat! Mi az, amit az órában hasznosnak tartottak? Értékeljük az aktivitásukat!</p>	értékelés	frontális munka		önreflexió, megerősítés

Feladatvariáció

**Artikulációs gyakorlat** Szólista helyett választhatunk verset is, vagy rövid szöveget az épp aktuális tananyaghoz kapcsolódóan. A hangsúly a helyes ejtésen, felolvasáson legyen!

**Mozaikszavak** Ha kevés idő maradt, megoldhatnak helyette egy szókincs gyakorlatot a munkafüzetből. Több idő esetén kérhetünk szövegfelolvasást is helyette, nagyon jó erre a Hírek és álhírek novella Örkény Istvántól a Tanulói munkafüzetből.

Ha az osztály rávehető, **énekelhetünk** is, kiváló légzésfejlesztés, s nagyon jó az emlékezet erősítésére is. Közösségi és érzelmi hatása is pozitív. Akár több órára is betehetünk közös éneklést zárásul. A dalt javasolhatják ők is, lehet kortárs dal is.

### 2.13. Gondolkodás

#### Az óra célja:

- gondolkodási stratégiák és hibák megismertetése, tudatosítása,
- kognitív képességek mobilizálása, gondolkodás fejlesztése,
- általános tájékozottság növelése,

**Nevelési cél:** Együttműködés, kitartás fejlesztése, játszva tanulunk.

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, képességfejlesztő,

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** bemutatás, megfigyelés, önértékelés, tanári magyarázat, munkáltatás, gyakorlás, játék, értékelés,

**Eszközök:** laptop, internet, projektor, diasor, Tanulói munkafüzet 13.1, Rejtvény feladványok: Segédanyagok:13/2, összesítő lapok a csapatoknak, borítékok, tollak, egy doboz, jutalom, post it négy színben,

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv, természetismeret, szakmai ismeretek,

**Felhasznált források:** <https://www.youtube.com/watch?v=ubNF9QNEQLA> ATKINSON és mtsai.: *Pszichológia* Osiris, Budapest, 1995.; KUN Erzsébet: Tojástartó Gondolat Kiadó Budapest, 1988.; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015.; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Tanári kézikönyv Metódus-Tan Budapest 2011.

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatói stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
4 perc	<p><b>Bevezetés, ráhangolás</b> Ki ölte meg Lord Smith-et? 1p 50 mp  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ubNF9QNEQLA">https://www.youtube.com/watch?v=ubNF9QNEQLA</a>                      Beszéljük meg a tanulókkal, ki mit vett észre, ki mit gondol a megfigyeléséről.                      Téma kijelölése: <i>A mai órán a gondolkodással fogunk foglalkozni.</i></p>	bemutatás, megfigyelés,	frontális munka	laptop, internet projektor, 32.dia	figyelem

<p><b>10 perc</b></p>	<p><b>Gondolkodási szokásaim</b> Töltsék ki a tanulók a munkafüzetben található kérdőívet! Utána beszéljük meg az eredményeket! Emeljük ki a leggyakoribb hibákat a gondolkodásban, hívjuk fel az előítélet mentes gondolkodás fontosságára a figyelmet! Beszéljük meg a problémamegoldó gondolkodás lépéseit a diasor segítségével!</p>	<p>önértékelés, megbeszélés, magyarázat</p>	<p>egyéni munka frontális munka</p>	<p>Tanulói munkafüzet 13.1  33-34 dia, laptop,projektor,</p>	<p>tanulási önértékelés, gondolkodási attitűd, gondolkodási stratégiák és hibák</p>
<p><b>27 perc</b></p>	<p><b>Gyakorlás: Lord Smith öröksége</b> Négy fős csoportokban dolgoznak a diákok. <i>„Lord Smith számos alapítványnak juttatott az örökségéből a világ több országába. Hozzánk is került egy a sok rejtélyes dobozból, melyben nem tudni mi rejlik. Az a csapat kaphatja meg a dobozt, aki megfejti a titkos kódokat, és ezzel a legtöbb kreditet gyűjti.”</i> <u>Játékszabály:</u> Minden csoport kap egy feladatot borítékban. A következő borítékot csak akkor kapják meg, ha megmondták a megfejtést. Minden feladat után krediteket is adunk, s a puzzle feladat darabjaiból annyit, ahányas szám a kód az előző feladatban. Minden feladványban egy szám a megfejtés. A feladatok különböző nehézségűek, a csoport dönthet, hogy milyen sorrendben oldja meg a feladatokat. Nehézség alapján eltérő számú kreditet is érnek. Vigyázat, a csapatok eltérő feladványokat kapnak, így a kódjuk is eltérő lesz! <u>A játék vége:</u> a) Ha egy csapat megoldotta az összes feladványt, leállítjuk a játékot, megnézzük, hogy jó-e a kód, s hány kreditjük van. Ha van csapat, akinek több a kreditje, de még nincsen meg a</p>	<p>munkáltatás, gyakorlás, játék</p>	<p>csoportmunka</p>	<p>borítékok, mindegyikben egy feladattal. Segédanyag 13/2 egy doboz, jutalom, toll, post it négy színben, összesítő lapok,</p>	<p>gondolkodás, figyelem, kitartás, együttműködés, logika, kreativitás, szabálytudat,</p>

	<p>kódja, megvétőzhatja a doboz átadását, amíg minden csapat be nem fejezi a megkezdett feladványt, s ekkor hasonlítjuk össze a krediteket és a kódokat. Csak az nyerhet, akinek jó a teljes kódja és a legtöbb a kreditet gyűjtötte!</p> <p>b) Ha lejár az óra ideje, összeszámolják a csapatok a krediteket, s akinek a legtöbb van a részben helyes kód mellett, az nyeri a dobozt.</p> <p>Feladványok:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Csupa kérdés</li> <li>➤ Szókaméleon</li> <li>➤ Furfangos kérdés</li> <li>➤ Intarzia</li> <li>➤ Fogalmam sincs....</li> <li>➤ Puzzle</li> </ul>				<p>rendezés, logika szókincs, összehasonlítás következtetés, kategorizáció, absztrakció, általános tájékozottság, analízis-szintézis</p>
<b>4 perc</b>	<p><b>Lezárás, összefoglalás</b></p> <p>A diákok mondják el, mik voltak a nehézségek, miben érezték jónak a csapatot, melyik tag miben volt ügyes.</p>	értékelés	frontális munka		reflexió

Feladatvariáció

**Gondolkodási szokásaim** A diasor alkalmazását el is hagyhatjuk, a tanulók a munkafüzetből is olvashatják a problémamegoldás lépéseit. Minden lépést beszéljünk meg röviden, mit értenek rajta a tanulók, ha kell, pontosítsuk!

**Lord Smith öröksége** A dobozt be is csomagolhatjuk szépen, vagy ha van olyan dobozunk, lezárhatjuk egy lakattal. Jutalom bármi lehet, amit adni tudunk diákjainknak: egy zacskó cukor, vagy négy csoki. Ha van öt fős csapat, akkor öt legyen a csokiból is a dobozban. Tehetünk motiváló idézeteket is az édesség mellé (Segédanyag: idézetek). Dolgozhatunk két dobozzal is, ekkor az első két csapatot díjazzuk.

### 3.14. Csökkentsd a stresszt!

#### Az óra célja:

- stressz források áttekintése, feladataink és a stressz közti összefüggés felismerése,
- tudatosság a tervezésben, időgazdálkodás átgondolása, stratégiák megismertetése, feladatok rangsorolása,
- feszültségoldási technikák átgondolása, gazdagítása, társas támogatás fontosságának megértése.

**Nevelési cél:** Meg tudod oldani – önbizalom erősítése. Kérj segítséget, ha szükséged van rá, nem vagy egyedül a nehézségeiddel!

**Az óra típusa:** Ismereteket bővítő, rendszerező

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka, csoportmunka

**Az óra módszerei:** rejtvény, témakijelölés, munkáltatás, megbeszélés, magyarázat, elemzés, bemutatás, gyakorlás, értékelés,

**Eszközök:** Tanulói munkafüzet: 14., toll, diaszor, laptop, projektor, Segédanyag: 14/1 annyi példányban, ahány csoport van az osztályban, Segédanyag: 14/2.

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv,

**Felhasznált források:** ATKINSON és mtsai.: *Pszichológia* Osiris, Budapest, 1995; GODDARD BLYTHE, Sally: *Reflexek, tanulás és viselkedés* Medicina Könyvkiadó Zrt, Budapest, 2006; *Meg tudod oldani!* Szerk: CZIKE Bernadett Szabad Iskolákért Alapítvány 2010; *Tied a választás! A 7 szokás* Munkafüzet tizenévesek számára Budapest 2013, ZEBROFF, Karen: *Jóga mindenkinek* Magyar Könyvklub, Budapest, 1994

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<b>Bevezetés, ráhangolás</b> Négy-öt fős csoportokban dolgozva fejtsék meg a tanulók a <b>rejtvényt!</b> Beszéljük meg, hogy az egyes meghatározások mind stressz források! Van-e a megfejtésnek megfelelően stressz mentes élet? Nincsen, de csökkenthető a stressz megfelelő életmóddal és stratégiákkal. Ezekről fogunk ma beszélni – óra témájának kijelölése.	rejtvény          témakijelölés	csoportmunka	Segédlet 14/1	gondolkodás, együttműködés, szókincs, szövegértés,

<p><b>15 perc</b></p>	<p><b>Kezdedben az idő</b></p> <p>a) A tanulók végezzék el a munkafüzet feladatát!</p> <p>b) Beszéljük meg közösen, mennyi idő jött ki nekik, nézzük meg, hogy a hét 168 órájához képest ki mennyi időt tölt ki! Ha kevesebb jött ki, marad szabadidő még, ha több, akkor valahol túlzások vannak, gondolja át újra! Figyeljék egy héten át a tényleges időfelhasználást, hogy pontosítsák a beosztást!</p> <p>c) Nézzük át az időbeosztást segítő stratégiákat!</p> <p>d) Válasszanak ki egyet a tanulók, s azt végezzék el a következő heti feladataikra gondolva!</p>	<p>munkáltatás, megbeszélés</p>           <p>magyarázat elemzés</p>	<p>egyéni munka</p> <p>frontális munka</p>           <p>frontális munka egyéni munka</p>	<p>Tanulói munkafüzet</p> <p>14.1. feladat, toll</p>           <p>35-37 dia, laptop, projektor</p> <p>14.2. feladat, toll</p>	<p>időgazdálkodás, szerepe a stressz oldásban, önbizalom, kontrollképesség</p>
<p><b>8 perc</b></p>	<p><b>Kapcsolati hálóm</b> – ki segíthet a tanulásban vagy egyes nehézségek esetén?</p> <p>a) Töltsék ki a tanulók a munkafüzet feladatát!</p> <p>b) Beszéljük meg, kik a legfőbb segítők! Erősítsük a társas támogatás szerepét a stressz oldásában: minél több emberre számíthat valaki, annál könnyebben küzd meg a nehézségekkel.</p> <p>c) Ajánljuk segítőnek az iskolában elérhető lehetőségeket: könyvtár, korrepetálások, szakkörök, iskolai szociális munkás, ifjúságvédelmi felelős, iskolapszichológus – szóljunk arról, hogy miben tudnak segíteni! Javasoljuk az együtt tanulást!</p> <p>d) Ajánljuk további segítő intézményeket: nevelési tanácsadó, családsegítő központ, drogambulancia, anonim telefonos és internetes segítséget is bizonyos problémákra!</p>	<p>munkáltatás, megbeszélés</p>	<p>egyéni munka</p> <p>frontális munka</p>	<p>Tanulói munkafüzet</p> <p>14.3. feladat, toll</p>	<p>segítség szükségének felismerése, társas támogatás erősítése, szerepe a stressz oldásban, iskolai segítségek elérése, iskolán kívüli lehetőségek ismerete</p>



<b>10 perc</b>	<b>Lazító vadászat</b> Keressenek a tanulók olyan osztálytársakat, akik a bingó lapon leírt lazítási módok egyikét használják a stressz ellen! Írják be a nevüket a megfelelő négyzetbe a megtalált társak! Próbáljanak minden megoldásra gazdát találni! Egy osztálytárs maximum kettő négyzetbe írható be. Ezután mindenki jelölje be, hogy saját maga milyen módszereket alkalmaz lazításra! Beszéljük meg, mi fordult elő gyakran, ritkán, mit nem próbáltak még!	munkáltatás, megbeszélés,	frontális munka	Lazító vadászat Tanulói munkafüzet 14.4. feladat, toll	önismeret, társismeret, stressz oldó technikák kommunikáció,
<b>4 perc</b>	<b>Lazító, nyújtó gyakorlatok</b> Mutassunk be néhány lazító, nyújtó gyakorlatot a tanulási szünetekre, végezzük el őket együtt!	bemutatás, gyakorlás	frontális munka	Segédanyag 14/2	lazítás, stressz oldás,
<b>3 perc</b>	<b>Lezárás, összefoglalás</b> A diákok mondják el észrevételeiket, mit visznek magukkal a mai órából hasznosként! Értékeljük az aktivitásukat!	értékelés	frontális munka		reflexió, véleményformálás,

#### Feladatvariáció

A **bevezetésnél** a rejtvény megfejtése után elidőzhetünk, megbeszélve a diákokkal, hogy számukra mi minden jelent stresszt. Mi aggasztja őket legjobban, mi kevésbé, milyen jelekből veszik észre magukon a stresszt. Ez esetben kihagyhatunk egy feladatot, pl. a társas támogatás feladatot otthon megcsinálhatják házi feladatként. A következő órán ellenőrizzük, s egészítsük ki a segítségkérés iskolai, társintézményi lehetőségeivel.

**Lazító, nyújtó gyakorlatok** helyett relaxálhatunk is a diákokkal zenével, vagy anélkül, ha a pedagógus jártas a technikában.

### 3.15. Mit tanultunk? Hogyan tovább?

#### Az óra célja:

- Tanulási ismeretek összefoglalása, értékelése, megerősítése,
- Tanulásba vetett hit, kitartás, önbizalom fejlesztése, tanulási önértékelés,
- Osztályközösség erősítése.

**Nevelési cél:** Segítsétek egymást a tanulásban! Ne halogasd a tennivalókat!

**Az óra típusa:** ismétlő, összefoglaló

**Szervezeti keretek:** frontális munka, egyéni munka,

**Az óra módszerei:** bemutatás, motiválás, játék, szómagyarázat, ismétlés, összefoglalás, rendszerezés, megbeszélés, megerősítés, értékelés, önértékelés,

**Eszközök:** laptop, projektor, internet, diasor, Segédanyag 15/1. Szókártyák, boríték, Tanulói munkafüzet 15.1., tábla, táblafilcek, post it három különböző színben. Segédanyag 15/2. Meghiúsult utazás, mobiltelefon, (cukorka)

**Tantárgyi kapcsolat:** kommunikáció, anyanyelv,

**Felhasznált források:** <https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94>; OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015.; WEHRLE, Martin: *Coaching - kincsesláda* Ccoach, 2017.;

Időkeret	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Fejlesztendő területek
		módszerek	munkaformák	eszközök	
5 perc	<p><b>Bevezetés, ráhangolás</b> Nézzük meg a kisfilmet az osztállyal.  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94">https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94</a> 3p 40 mp  <i>Milyen mottót, címet adnátok a kisfilmnek? Miért? Milyen tulajdonságai segítették a kiskutyát a célja felé?</i></p>	bemutatás, motiválás	frontális munka	laptop, projektor internet 38.dia	Önbizalom, tanulásba vetett hit, kitartás

<p><b>10 perc</b></p>	<p><b>Tanulást segítő emberi tulajdonságaim</b> Bingó játék</p> <p>a) A diákok nyissák ki a munkafüzetet, s a dián kivetített tulajdonságok közül válasszák ki azt a 16-ot ami leginkább jellemző rájuk vagy amiben szeretnének fejlődni! Írják be ezeket tetszőleges helyekre az üres Bingó lapra! Ha kell, néhány tulajdonságot értelmezzünk!</p> <p>b) Egy borítékból húzzuk ki egyesével a tulajdonságokat, olvassuk fel hangosan! Aki írta a kihúzott tulajdonságot, kihúzhatja X alakban a lapján! Ha valakinek négy X kerül egymás mellett vízszintesen, függőlegesen vagy átlósan „Bingó” kiáltással jelezheti, hogy nyert! Tetszőlegesen folytathatjuk a játékot, amíg az első három/öt Bingó el nem hangzik, de kijátszhatjuk addig is, amíg mindenki talál egy Bingót. Ekkor számít az extra Bingó is, ha valakinek a teljes keret meglesz.</p>	<p>játék</p> <p>szómagyarázat</p>	<p>frontális munka</p>	<p>laptop, projektor</p> <p>39. dia</p> <p>Segédanyag</p> <p>15/1 szavakra vágva, boríték,</p> <p>Tanulói munkafüzet</p> <p>15.1. toll (cukorka)</p>	<p>önismeret, önértékelés, önbecsülés, szókinccs</p>
<p><b>6 perc</b></p>	<p><b>Tanulási módszerek</b></p> <p>a) Írjuk fel a táblán közepre a <u>tanulás</u> szót! Kérjük meg a tanulókat, hogy bármi, ami eszükbe jut az elmúlt hetek óráiról, azt jöjjenek, írják fel hozzá csatlakozva <u>gondolat térképet</u> alkotva! Minden tanuló írjon valamit, aki akar, több szót is felírhat!</p> <p>b) Ha szükséges, egészítsük ki az ábrát azokkal a területekkel, amik kimaradtak! Kérdezzünk rá, hogy emlékeznek-e X feladatra, s az milyen képességet fejlesztett? Aki kitalálja, felírhatja!</p>	<p>ismétlés, összefoglalás, rendszerezés</p>	<p>frontális munka</p>	<p>tábla, színes táblafilcek</p>	<p>emlékezet, tanulási képességek, tanulási módszerek, gondolkodás, rendszerezés</p>

<b>10 perc</b>	<p><b>Hogy állok most?</b></p> <p>a) Minden diák kapjon három különböző színű post it lapot! Írjuk fel a jelentésüket: pl. rózsaszín: nagyon tetszett, zöld: amiben fejlődni kell, sárga: amiben jó vagyok! Írják rá a lapokra a nevüket, s tegyék fel a táblára az összegyűjtött fogalmak, feladatok, területek mellé!</p> <p>b) Hogyan tudnánk egymást segíteni, hogy a zöld területeken mindenki fejlődni tudjon? Fogalmazzunk meg lehetőségeket, pl. közös tanulás, házi feladatok elküldése egymásnak, noszogassuk egymást, tananyagok megosztása (közös face-book csoportban), tanulópárok együttműködése, kölcsönös segítség, határidőkre emlékeztessük egymást, stb. Ezeket a javaslatokat is írjuk fel a táblára – egy vagy két diák lehet a „jegyző”!</p> <p>c) A táblaképet lefényképezzük, külön a közös kéréseket, javaslatokat, vállalásokat egymás segítségére, amiből emlékeztetőt készíthetünk, s felrakhatjuk a közös facebook oldalra.</p>	<p>önértékelés</p> <p>megbeszélés</p> <p>összegzés, megerősítés</p>	<p>egyéni munka</p> <p>frontális munka</p>	<p>három különböző színű post it minden tanulóknak</p> <p>mobiltelefon</p>	<p>önismeret, önértékelés erősségek és fejlődési szempontok kijelölése,</p> <p>csoportkohézió, együttműködés, egymás segítése, közös és egyéni felelősség, egyéni igények megfogalmazása,</p>
<b>9 perc</b>	<p><b>A meghiúsult utazás</b></p> <p>Olvassuk fel a történetet a diákoknak! Utána beszéljük meg a történetet a segítő kérdések mentén! Vezessük rá a tanulókat, hogy a halogatás, a döntések elhalasztása nem vezet eredményre, nem kell tökéletességre törekednünk, elég, ha a jobbra törekszünk! A kifogások nem visznek a céljaink felé. Vonjunk párhuzamot a tanulásban való halogatással, a</p>	<p>bemutatás, megbeszélés</p>	<p>frontális munka</p>	<p>Tanári segédlet 15/2.</p>	<p>döntési készség, felelősségvállalás, gondolkodás, cselekvési készség,</p>

	félelmekkel, melyek akadályozzák terveink megvalósítását! Emlékeztessük őket a korábban megfogalmazott céljaikra!				tenni akarás, önbizalom
<b>5 perc</b>	<p><b>Befejezés, lezárás</b></p> <p>Értékeljük a tanulók aktivitását, emeljük ki a vállalásaikat az egyéni és a közös tanulásban! Emlékeztessük őket a gyakorlás fontosságára!</p> <p>A diák zárásul egy képzeletbeli skálán helyezték el az osztályt, hogy a foglalkozások hatására mennyit változott az osztály hangulata, légköre! Nulla az egyik végpont: ha semmit nem változott az osztály, 10: ha most nagyon jól érzik magukat az osztályban, mert sokat fejlődött a közösség a foglalkozásoknak is köszönhetően.</p> <p>a) Álljanak fel a teremben a két végpont közt, ahogy gondolják a változást! Néhány diákot kérdezzünk meg, miért oda állt, ahova! A válaszokat ne értékeljük, csak fogadjuk el, köszönjük meg!</p> <p>b) Álljanak most oda, amivel elégedettek lennének az osztály légkörére, összetartására vonatkozóan! Mit kellene ehhez tenni, hogy megvalósuljon? Ki mivel tudna hozzájárulni a fejlődéshez?</p> <p>Emeljük ki, hogy egymásra figyeléssel, sok beszélgetéssel, együttműködéssel elsősorban rajtuk múlik, hogy elérik-e az elképzelt, elvárt célt!</p>	összegzés, megerősítés, értékelés	frontális munka	40.dia	értékelés,  csoportkohézió, vélemény megfogalmazása és elfogadása, felelősségvállalás, jelen értékelése és a jövőre vonatkozó elvárások megfogalmazása

Feladatvariációk

**Bingó:** Aki több bingót is talál, megjutalmazhatjuk egy-egy szem cukorkával, kis csokival. A Bingót találó diákok húzhatják a következő szót.

**Hogy állok most?** Dolgozhatunk post it nélkül is, ehhez három különböző színű táblafilc kell. Pl: piros: amit szerettem, zöld: amiben fejlődnöm kell, kék: amiben jó vagyok. Írja minden diák a gondolattérképre a monogramját, keresztnévét az általa jelölt helyre mindhárom színnel! Ebben az esetben a gondolattérképet csak fekete filccel készítsük! Érdekes több filcet beszerezni, hogy ne egymás után tudjanak csak írni a tanulók, hanem egyszerre többen is tudjanak dolgozni, mert ez a megoldás lassabb, több időt igényel.

**Meghiúsult utazás** Kioszthatjuk a történetet 2-3 példányban és kérhetjük, hogy az önként vállalkozó diákok olvassák fel. bár ekkor kissé didaktikusabb az óra, mint a kötetlenebb beszélgetésnél.

## 4. FELHASZNÁLT IRODALOM

1. ATKINSON, R.L.- ATKINSON, R.C. - SMITH, E.E. - BEM, D.J.: *Pszichológia* Osiris, Budapest, 1995.
2. A Veszprémi Szc Jendrassik-Venezs Szakgimnáziuma És Szakközépiskolája Pedagógiai Program Melléklet: Osztályfőnöki Munkaközösség Érvényes: 2016. Szeptember 1-től 2017 és 2018 évi módosítással
3. Az egész életen át tartó tanuláshoz szükséges kulcskompetenciák 2009. <http://ofi.hu/tudastar/nemzetkozi-kitekintes/egesz-eleten-at-tarto#1> Utolsó megtekintés: 2019.05.31.
4. BALOGH László: *Tanulási stratégiák és stílusok, a fejlesztés pszichológiai alapjai*. Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen, 1998.
5. <https://www.citatum.hu> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
6. CZIKE Bernadett (szerk.): *Meg tudod oldani!* Szabad Iskolákért Alapítvány 2010.
7. GALAMBOS Katalin: *Pályaorientáció 1. Hogyan tanuljak?* KJK-Kerszöv Jogi és Üzleti Kiadó Kft. Budapest, 2000
8. GASKÓ Krisztina – GÖNCZÖL Kinga – HORVÁTH H Attila – KATONA Nóra: *Megtanulni tanulni – de hogyan?* Dobbantó Program Tematikus füzetek Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány, Budapest, 2011.
9. GODDARD BLYTHE, Sally: *Reflexek, tanulás és viselkedés* Medicina Könyvkiadó Zrt, Budapest 2006
10. GOLEMAN, Daniel: *Érzelmi intelligencia* Háttér Kiadó 2008
11. GRÜNING, Christian: *Az eredményes tanulás titka* Partvonal Könyvkiadó Budapest, 2011.
12. Guttman, Giselher: *Tanulunk tanulni* Schulservice, Bundesministerium für Unterricht und Kunst, 1991. [www.tanuljhatékonyan.hu](http://www.tanuljhatékonyan.hu) Utolsó megtekintés: 2019. 07. 22.
13. *Haldokló tengerek – melyik faj maradhat fenn?* National Geographic nyomán <https://gondola.hu/cikkek/53898> Utolsó megtekintés: 2019. 07. 22.
14. HEACOX, Diane: *Differenciálás a tanításban, tanulásban* Szabad Iskolákért Alapítvány 2006
15. <https://hu.wikiquote.org/wiki/Nyelvt%C3%B6r%C5%91k> Utolsó megtekintés: 2019. 07. 22.
16. <https://tanulasinehezsegek.wordpress.com/> Utolsó megtekintés: 2019.07.08.
17. <https://www.sulinet.hu/nyelvek/?p=content&id=1002> Utolsó megtekintés: 2019. 07. 30.
18. JUHÁSZ Attiláné: *Anyanyelvi észtekergető* Dialog Campus Kiadó Budapest 2017.
19. KAGAN, Spencer: *Kooperatív tanulás* ÖNKONET Budapest, 2009.
20. *Kérdések és feleletek könyve* Napraforgó Kiadó, Budapest, 2011.
21. KUN Erzsébet: *Tojástánc* Gondolat Kiadó Budapest, 1988.

22. MAJOR András: *Elveszett a Föld?* Portfólió 2019. május 19.  
[https://www.portfolio.hu/vallalatok/zoldvilag/elveszett-a-fold\\_Utolsó\\_megtekintés:](https://www.portfolio.hu/vallalatok/zoldvilag/elveszett-a-fold_Utolsó_megtekintés:) 2019. 07. 22.
23. *Módszeresen Kompetenciafejlesztő módszerek tanároknak* 9. Kiegészítő kötet Szerk.: MUSKOVITS István Raabe Tanácsadó és Kiadó Kft. 2012.
24. MONTÁGH Imre: *Tiszta beszéd* Múzsák Közművelődési Kiadó Budapest, 1988.
25. NAHALKA István: *A tanulás*. In. FALUS Iván (szerk.): *Didaktika*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 2003. 103–136.
26. OROSZLÁNY Péter: *A tanulás tanítása* AKG Kiadó Budapest 1998.
27. OROSZLÁNY Péter: *Könyv a tanulásról* AKG Kiadó Budapest 2002.
28. OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Bővített kiadás középiskolásoknak Metódus-Tan Budapest 2015.
29. OROSZLÁNY Péter: *Tanulásmódszertan* Tanári kézikönyv Metódus-Tan Budapest 2011.
30. ÖRKÉNY István: *Egyperces novellák* Helikon Kiadó 2018.
31. RABI Ferencné Perényi Szilvia: *Tanulni tanulok* Csanádi Árpád Általános Iskola és Gimnázium, Budapest 2008.
32. RUDAS János: *Delfi örökösei* Lélekben Otthon Kiadó Budapest 2007
33. RUDAS János: *Önismereti csoportok* Animula Kiadó Budapest 1999
34. SZITÓ Imre: *A tanulási stratégiák fejlesztése*, Trefort Kiadó, Budapest 2003
35. *Tied a döntés!* Munkafüzet tizenévesek számára Budapest 2013
36. *Tied a választás!* A 7 szokás Munkafüzet tizenévesek számára Budapest 2013
37. TÓTH László: *Pszichológiai módszerek a tanulók megismeréséhez*. Debrecen, Kossuth Egyetemi Kiadó 2001.
38. WEHRLE, Martin: *Coaching - kincsesláda* Ccoach 2017.
39. WINTER Ádám: *A hatékony tanulás (félteve őrzött) titka* WinterNet Hirdető Kft.  
[https://www.academia.edu/29764035/A\\_hatekony\\_tanulas\\_titka\\_pdf](https://www.academia.edu/29764035/A_hatekony_tanulas_titka_pdf) Utolsó megtekintés: 2019.07.12.
40. ZEBROFF, Karen: *Jóga mindenkinek* Magyar Könyvklub, Budapest, 1994.

## 5. VIDEÓK LISTÁJA

1. <https://www.youtube.com/watch?v=jfjq7Qs-9Is&list=RDMJoczDESU24&index=3>  
Utolsó megtekintés: 2019.08.02.
2. <https://www.youtube.com/watch?v=FBFmJCUYHdg> Utolsó megtekintés: 2019.08.02.
3. [https://www.youtube.com/watch?v=\\_bnnmWYI0IM](https://www.youtube.com/watch?v=_bnnmWYI0IM) Utolsó megtekintés: 2019.08.02.
4. <https://www.youtube.com/watch?v=ubNF9QNEQLA> Utolsó megtekintés: 2019.08.02.
5. <https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94>  
Utolsó megtekintés: 2019.08.02.



## 6. KÉPEK FORRÁSA <sup>4</sup>

1. <https://pixabay.com/hu/illustrations/zsongl%C5%91rk%C3%B6dik-m%C5%B1v%C3%A9szek-cirkusz-p%C3%A9nz-1027147/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
2. <https://pixabay.com/hu/photos/velence-maszkarneval-olaszorsz%C3%A1g-4286708/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
3. <https://pixabay.com/hu/photos/veter%C3%A1n-aut%C3%B3k-t%C3%B6rt%C3%A9nelmileg-3494175/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
4. <https://pixabay.com/hu/photos/candy-brigadeiros-dand%C3%A1rt%C3%A1bornok-3923528/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
5. <https://pixabay.com/hu/photos/k%C3%B6nyvek-r%C3%A9gi-k%C3%B6nyvek-r%C3%A9gitanulm%C3%A1ny-3936490/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
6. <https://pixabay.com/hu/vectors/%C3%B3ra-r%C3%A9gi-%C3%B3ra-antik-sz%C3%A1mlapid%C5%91-1605224/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
7. [https://weheartit.com/entry/149856861/in-set/13648303-digital-art?context\\_user=aroma\\_4&page=16](https://weheartit.com/entry/149856861/in-set/13648303-digital-art?context_user=aroma_4&page=16) Utolsó megtekintés 2019.08.02.

Diasorban használt képek

1. [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Father\\_and\\_son\\_fishing\\_little\\_boy\\_helps\\_his\\_father\\_to\\_fish.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Father_and_son_fishing_little_boy_helps_his_father_to_fish.jpg) Utolsó megtekintés 2019.08.02.
2. <https://pixabay.com/hu/illustrations/l%C3%A1nyok-r%C3%A1jag%C3%B6rdeszka-l%C3%A1ny-sport-4108631/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
3. <https://pixabay.com/hu/photos/bicikli-ker%C3%A9kp%C3%A1r-bicikliz%C3%A9s-1017388/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
4. <https://pixabay.com/hu/photos/ecset-t%C3%B6lts%C3%B6k-fel-smink-n%C5%91-1677562/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
5. <https://pixabay.com/hu/photos/lovag-p%C3%A1nc%C3%A9l-sisak-pajzs-l%C3%A1ndzs-3449326/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
6. <https://pixabay.com/hu/photos/mona-lisa-leonardo-da-vinci-74050/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
7. <https://pixabay.com/hu/vectors/fekete-k%C3%A1v%C3%A9-kupa-eszik-%C3%A9lelmiszer-2024946/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
8. <https://pixabay.com/hu/vectors/l%C3%A1ny-k%C3%B6nyvek-iskola-olvas%C3%A1s-160172/> Utolsó megtekintés 2019.08.02.
9. Társasjáték az sz, z, c, s, zs, és cs hang gyakorlásához. Szerk: Szekeres Zsuzsa és Kaprinay Éva Logopédiai Kiadó, Budapest é.n.

---

<sup>4</sup> Valamennyi kép licence kereskedelmi felhasználásra ingyenes.

## 7. SEGÉDANYAGOK

### 1/1 Önismereti mondatok

**A mondatokat nagyobb betűméretben nyomtassuk ki, s vágjuk fel! Tegyük mondatonként borítékba! Ugyanígy vágjuk fel a képet is (8-10 részre), ha van az osztályban SNI-s tanuló!**

Az önismeret egyfajta törekvést jelent, ami saját magunk megértésére irányul.

Mit miért teszek, és egyáltalán, milyen vagyok én, mit szeretnék az életben?

Ki vagyok én? Mit akarok elérni az életben? Milyen vágyaim vannak?

Hogyan látom én magam és ehhez képest hogyan látnak mások engem?

Önismeret az, amikor az ember megérti, hogy mit, miért és hogyan csinál, milyen lehetőségei és korlátai vannak

Az önismeret segítségével jöhetünk rá arra, hogy mi tesz minket boldoggá, mitől félünk és hogy mik a valódi szükségleteink.

Annak a felismerése, hogy mi az, amiben jó vagy, mi az, ami érdekel, amivel szívesen töltesz időt, hogyan bírod a nyomást vagy akár a felelősséget.

Az önismeret segít megérteni magunkat, jobban tudjuk irányítani az életünket, segíti, hogy másokat is jobban megértsünk és kapcsolatainkat kedvezően befolyásoljuk.

Önmagunkról való tudás, ismerjük képességeinket, adottságainkat, vágyainkat, céljainkat, tudatában vagyunk személyiségünk pozitívumainak, de korlátainak, hiányosságainak is.

Önmagunkra irányuló lelki folyamat, amely során megismerjük személyiségünk tulajdonságait, képességeit, szándékait, érzelmeinket, gondolatainkat és mindezek együttes működését.

(Rudas, 1999., 2007, Czike, 2010)



Forrás: [https://weheartit.com/entry/149856861/in-set/13648303-digital-art?context\\_user=aroma\\_4&page=16](https://weheartit.com/entry/149856861/in-set/13648303-digital-art?context_user=aroma_4&page=16)

## 2/1 Szent-Györgyi Albert idézet

Az iskola arra való, hogy az ember megtanuljon tanulni, hogy felébredjen tudásvágya, megismerje a jól végzett munka örömeit, megízlelje az alkotás izgalmát, megtanulja szeretni, amit csinál, és megtalálja azt a munkát, amit szeretni fog. (<https://www.citatum.hu>) - DIASORON

## 3/1. Tanulás definíciók

**A mondatokat nagyobb betűméretben nyomtassuk ki, egy mondat egy A4-es lapra kerüljön!**

1. A tanulás az a tevékenység, amelynek révén olyan ismeret, tudás, képesség birtokába jutunk, amelyet előtte nem tudtunk.
2. A tanulás az iskolai tananyag elsajátítása.
3. Tanulás minden olyan változás a tudásban, viselkedésben, amely gyakorlás révén jön létre.
4. Tanulás, amikor valaki erőfeszítést tesz valaminek a megjegyzésére, emlékezetbe vésésre.
5. Tanulás, ha valaki valami új dolgot – tananyagot, mozgást, életben fontos tudást – ismer meg és megpróbál maga is alkalmazni, amíg már biztosan nem tudja.

### Megjegyzés:

A 2. definíciónál kérdésekkel vezessük rá a tanulókat, hogy a tanulás nemcsak az iskolai tananyagra vonatkozik! Pl. megtanultál biciklizni, társas játékban lépni a dobókockára, megtanultál bekapcsolni egy tévét, de egyik sem iskolai tananyag.....

A 4. definíció is szűk, nem megfelelő, mert nem biztos, hogy erőfeszítéssel jár, s nem csak az emlékezetbe vésés, megjegyzés a tanulás. Pl. egy reklám szövegét is megjegyzed, de semmi erőfeszítés nem kell hozzá, vagy nincsen emlékezetbe vésésre törekvés, amikor megtanultál szánkózni.....

## 3/2 Hányféleképpen tanulunk?

A tanulás fajtái, formái - DIASORON

**Mozgásos (motoros) tanulás:** Mozdulatok, cselekvések elsajátítása, megtanulása. Ilyen pl. a mászás, járás, úszás, kerékpározás, cipőfűző kötés megtanulása.

**Érzékelési-észlelési (szenzoros vagy perceptuális) tanulás.** Az érzékelés, észlelés segítségével. Ilyen pl. a formák, színek, ízek, illatok megkülönböztetésének, felismerésének megtanulása.

**Verbális tanulás:** Szóbeli anyag megtanulása. Pl. vers, szabály memorizálása. Ez történhet mechanikusan, megértés nélkül, hétköznapi nyelven: magolva, illetve értelmesen, gondolkodva.

**Szociális/társas tanulás:** A társak megfigyelése segítségével, másokat utánozva tanulunk meg számos viselkedési elemet. Pl. hogyan sminkeljünk, fésüljük a hajunkat, bizonyos nőies, férfias mozdulatokat.

**A tanulást végző szándéka szerint lehet:**

**Szándékos tanulás:** akarati erőfeszítéssel tanulunk meg valamit (mozgást, verset, viselkedést, stb.)

**Nem szándékos, spontán tanulás:** különösebb erőfeszítés nélkül sajátítunk el valamit. (anyanyelv)

A tanulást megalapozó megismerési folyamatok - DIASORON

Értelmezd osztálytársaidal csoportmunkában az alábbi fogalmakat!

érzékelés	képzlet
észlelés	gondolkodás
figyelem	beszéd
emlékezet	megértés (Atkinson, 1995, Rabi, 2008)

#### 4/1 Mi vagyok?

Lehetséges feladványok listája (tetszőlegesen bővíthető, változtatható az osztály profiljának megfelelően. **Nagyobb betűmérettel nyomtassuk ki, s rakjuk borítékba a felvágott szókártyákat,** a diákok onnan húzhatnak!

szótárfüzet,	periódusos rendszer,	földgömb,
történelmi atlasz,	nagyító,	mágnes reszelék
tolltartó,	kockás spirálfüzet,	gémkapocs,
körzőkészlet,	vízfesték,	munkaruha,
szögmérő,	zsírkréta,	védőszemüveg,
vonalzó,	számológép,	gumikesztyű,
hibajavító,	rajzlap,	tanműhely/tankönyha

#### 4/2 Tanulási tanácsok

**Nagyobb betűmérettel nyomtassuk ki a tanácsokat, vágjuk fel egyesével!** (az alcímeket nem kell)

A tanulásra alkalmas belső állapot előkészítése

1. Ügyelj a testi-lelki egyensúlyodra!
2. Oszd meg valakivel a gondjaidat!
3. Feküdj le időben, aludd ki magad!
4. Tanuld meg kikapcsolni a tévét!
5. Ne ülj sokat a számítógép előtt!
6. Mozogj sokat! Sportolj!
7. Tanulj meg lazítani! Jógázz!
8. Tanulás közben végezz tónusfokozó gyakorlatokat!
9. Figyelem gyakorlatokkal hangolódj a tanulásra!
10. Pihenésképp hallgass zenét, énekelj! (Oroszlány, 2015)

#### Tanuláshoz való viszony kialakítása

1. Csinálj kedvet magadnak a tanuláshoz!
2. Keresd a kapcsolódást a céljaiddal és az érdeklődéseddel!
3. Ülj neki a munkának, ne halogass!
4. Teljes tudásra törekedj!
5. Igényes munkát adj ki a kezed közül!
6. Figyelj az iskolában, tanulj otthon kevesebbet!
7. A tanév első napján kezd meg a tanulást!
8. Ne az osztályzatokért tanulj!
9. Ha kérdezel, felélénkülsz!
10. A lustaságot győzd le, edzd az önfegyelmet! (Oroszlány, 2015)

#### Tanulási szokások kialakítása

1. Pihenten, frissen fogj a tanuláshoz!
2. Tartsd rendben a taneszközeidet!
3. Tarts rendet magad körül!
4. Alakíts ki egy tanulási sorrendet, ritmust!
5. A tanuláshoz fény kell!
6. Tarts szüneteket tanulás közben!
7. Pihentesd a szemed időnként!
8. Tanulással készülj a feleltre, ne szorongással!
9. Ne csak könyvből tanulj!
10. Oszd be az idődet, készíts tervet!
11. Ha kell, kérj segítséget!
12. Igyál elegendő folyadékot!
13. Tanulás közben légy offline!
14. Tanulás közben ügyelj a testtartásodra!
15. Ismétlés a tudás anyja! (Oroszlány, 2015)

### 6/1. Tanulási stratégiák

**A stratégiákat vágjuk fel részekre, úgy adjuk oda a diákoknak borítékban! Fele csoport az egyikkel, másik fele csoport a másikkal dolgozzon!**

#### PQRST/EKOFÉ

- Preview – **előzetes áttekintés**, melynek célja, hogy a fejezetek, leckék bevezetője, alfejezetei és szakaszai feltérképezése révén benyomásokat szerezzünk az anyagról, futólag átnézve az ábrákat, képeket, táblázatokat is. Ennek a szakasznak fontos mozzanata az adott fejezet, lecke végén lévő összefoglalás gondos átolvasása, ha van ilyen. Az előzetes áttekintés ad egy összképet a tárgyalt témákról és azok szerveződéséről.
- Question – **kérdés**, miről szólhat a lecke, mit tudok már, mire vagyok kíváncsi.
- Read – **olvasás**, melynek során az előzőleg megfogalmazott kérdésekre keresünk választ, megkeresve a kulcsfontosságú szavakat, kifejezéseket vagy mondatokat (aláhúzással vagy kiemeléssel).
- Self-recitation – **felmondás**, lehetőleg hangosan.
- Test – **ellenőrzés**, amire az egész fejezet vagy anyagrész újbóli átolvasásával, átnézésével kerül sor. (Atkinson, 1995)

#### SQ4R/EKOÁFE

- Scan – **előzetes áttekintés**, ami az új anyag szerkezetének áttekintését jelenti, így a címek, alcímek, a szöveg tagolása alapján kialakul az első benyomásod a tananyagról, ami aktiválhatja a témával kapcsolatos már meglévő ismereteid. Az előszó vagy bevezetés, tartalomjegyzék, egyes fejezetek összefoglalói vagy kulcsszavai elolvasásával el tudjuk helyezni az egyes részeket az egészben.
- Question – **kérdés**, azon kérdések összegyűjtése, amelyekre választ szeretnénk kapni az anyagrész olvasása után. A fejezet áttekintő kérdései (amennyiben vannak) és az általad feltett kérdések egyaránt ide tartoznak.
- Read – **(el)olvasás**, alapos, értelmező módon, megállva a kulcspontoknál, rövid jegyzeteket készítve, megjegyezve a fontos kifejezéseket.
- Reflect – **átgondolás**, itt történik meg a kérdések megválaszolása, további kérdések feltétele, összefüggések kiemelése.
- Recite vagy Reread – **felidézés**, felmondás, ami nem mechanikus ismétlést jelent, szükség esetén újraolvasás.
- Review – **ellenőrző áttekintés**, az egyes részek, fejezetek vagy más egységek újbóli áttekintése, az összefoglalók és a saját jegyzetek átnézése. (Winter, 2014)

## 7. Figyelem megfejtések

### Hibakeresés - jelpárok

1.       A   7, 12, 13,  
           B   1,  2,  9,  
           C   4,  6, 10,  
           D   7, 14, 15,  
           E   4,  7, 11,

2.       A   4,  7, 14,  
           B   5,  9, 12,  
           C   2,  8, 10,  
           D   4,  8, 11,  
           E   1,  3, 13,

### Szókeresés

Hányszor szerepel.....?

város:   12                   959:    9

birkózás: 11               vívás:  10           íjászat:  7           röplabda: 9

Jelkeresés: PLA: 14

Számkeresés: 17

Különbségek: 1. sor: 6.;       2. sor:---;   3. sor: 4.;   4. sor: 1. és 4.;  
                   5. sor: 3. 5. és 6. 6. sor: 3. és 6.; 7.sor: 4.; 8.sor: 2. 6. és 7.



## 8. Emlékezet

Az emlékezet fajtái - DIASOR elmélete

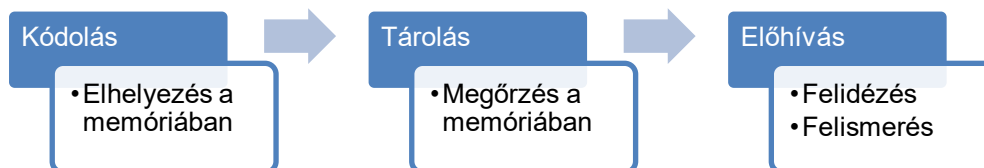
Tárolás ideje szerint:

- szenzoros
- rövidtávú (STM)
- hosszútávú (LTM)

Tartalom szerint:

- készségek, szokások
- általános tudás
- személyes életesemények emlékezete

Az emlékezet szakaszai:



### I. Szenzoros emlékezet

**Kódolás:** képekben, hangokban, „fotómémória”; **Tárolás:** 1/4 - 4 mp közt, "visszhang", nagy kapacitás; **Előhívás:** hamar elvész az információ, ezért nehéz.

### II. Rövidtávú emlékezet (STM) / Munkamemória

**Kódolás:** hangzás, és képek alapján ; **Tárolás:**  $7 \pm 2$  kapacitás, 15 - 30 mp-ig őriz ismétlés nélkül

**Előhívás akadályai, felejtés oka:**

- kiszorítás: az új elemet törli a régebbit,
- elhalványulás: ismétlés hiányában fél-egy perc után az emlékenyom elhalványul, elvész,
- interferencia: hasonló elemek megjegyzésekor az elemek zavarhatják egymást. Jól megfigyelhető idegen nyelvet tanulásakor, a hasonló hangzású vagy jelentésű szavak megjegyzése nehézséget okoz.

Fejlesztés:

**Tömbösítés:** növelhető a kapacitás! PL.: egy betűsort nehéz lenne megjegyezni, de ha átrendezzük a betűket, s értelmes kapcsolatot alakítunk ki köztük, már csak két szót kell megjegyeznünk.

Tömbösítve jegyezzük meg a telefonszámokat is, s itt jól látható, hogy mindenki más tömbösítési gyakorlatot követ.

**Ismétlés**

**Hasonlók egymástól távol való tanulása.**

### III. Hosszútávú memória (LTM)

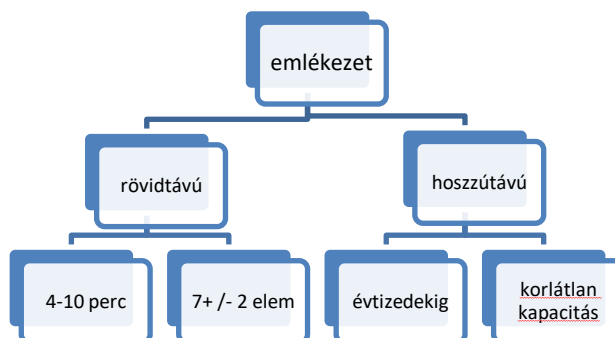
**Kódolás :** értelmes kapcsolatok, jelentés alapján, lehet képi, akusztikus is.

**Tárolás:** nagy kapacitás, de hanyatlás, elhalványulás itt is van.

**Előhívás:** felidézés vagy felismerés, interferencia

Emlékezeti teljesítmény növelése

1. tömbösítés
2. mnemotechnikai eljárások
  - helyek, fogas módszer
  - kulcsszó módszer
  - mozaikszavak alkotása
  - vizualizálás
1. szervezés
2. kontextus előhívása
3. előhívás gyakorlása



Szervezést biztosító hierarchia ábra

(Az emlékezet alkotó jellegű, pótolja a hiányzó részeket.

**Sémák és sztereotípiák** mentén történik az emlékezés, ezeknek megfelelően töltjük ki az elvesző részleteket, az elhomályosuló elemeket, következtetéseket, összefüggéseket illesztünk be, s már ezekkel a magyarázatokkal, kiegészítésekkel vagy éppen egyszerűsítésekkel adjuk tovább az információt. )

(Atkinson, 1995)

**9/1. Mit értettél meg?**

Tájékozódó olvasás: skimming

A skimming tájékozódó olvasást jelent, mely segíti az olvasmányra való ráhangolódást. Előkészíti megérteni, hogy mi vár rád egy-egy szöveg, olvasmány során. Vedd sorra az alcímeket, nézd meg jól a képeket, ábrákat, táblázatokat és ezek feliratait. Olvass bele itt-ott a szövegbe. Nézd meg, mi van vastag betűvel kiemelve. Mielőtt elvesznél a szöveg részleteiben, Átfogó képet kell kapnod az egészről. gyakorold a tájékozódó olvasást a tanulás elején, s egy idő után gyorsabban fog menni a tanulás, jobban megjegyzed a lényegét. Az áttekintő olvasás után gondolkozz el, miről is fog szólni az anyag, tegyél fel magadnak néhány kérdést, amire kíváncsi vagy, vagy amit nem értettél a tájékozódás során. Ezután olvasd el figyelmesen az egész olvasmányt. (Oroszlány, 2015 nyomán)

Szövegrövidítés: csak a lényegét!

A szövegírók mondanivalójukat felöltöztetik, megformálják, és minél nagyobb tehetséggel, rátermettséggel teszik ezt, annál nagyobb szellemi élvezet műveik olvasása. A lényeg kiemelésénél feladatod azonban, hogy ezeket a szövegeket lecsupasztítsd, csak a lényeg maradjon. Csak azok a szavak, kifejezések, mondatrészek maradjanak meg, amik a mondanivalót hordozzák. Fogd a ceruzádat és halványan húzz át mindent, amit nélkülözhetőnek érzel. Ezzel a „ruhát” elkülönítetted, a lényeg megtalálása mellett érdekes tapasztalatra teszel szert arról, hogyan dolgoznak a kifejezés koszorús vagy éppen koszorútlan mesterei. Az olvasottak lényege lesz az a kivonat, ami a legfontosabb gondolatait tartalmazza, ezt érdemes megjegyezni, memorizálni. (Oroszlány, 2015 nyomán)

## Új állatfajta

A zoológusok hágai konferenciáján elismertek egy új állatfajta, melyet a Magyar Állatnemesítő Intézet borsodi telepén tenyésztettek ki, és Szaporátlan Kotró (Varians Hungaricus) néven fogadtak be a világot benépesítő állatfajta közé.

A Szaporátlan Kotró nemcsak kotorni tud, hanem – kellő tanítás és gyakorlás után – a kikutort gödröt be is temeti, egeret, patkányt fog, őrzi a házat, francia verses drámákat fordít, kiváló szerszámlakatos és erdőmérnök, beválik főkönyvelőnek, filozófusnak, államférfinak. Ítélete higgadt, döntése megfontolt, cselekvése mindig célirányos, ítélőképességét semmitől sem veszti el. Fogyasztása – hasznosságához mérten – csekélynek mondható, napi 2000-3000 kalória.

A „Szaporátlan” nevet azért adták neki a borsodi tudósok, mert csak egy példányt sikerült belőle kitenyészteni, s az – minthogy nincsen párja – nem szaporítható. (Örkény István)

## Élmény és művészet

T. Viktort, a festőt felröpítették a világűrbe. Nem ő volt az első utas, de ő volt az első művész az űrben. Hat napot volt oda. Félúton járva megkérdezték tőle, mit akar inkább látni: a Szaturnusz gyűrűit-e, vagy a Nap foltjait.

Neki nagyjából mindegy, mondta T.

Akkor inkább a napfoltokat mutatják meg neki, egy festőnek talán az az érdekesebb.

Talán igen, mondta T.

Visszaérkezése után unott arccal, konok hallgatásba merülve ült az újságírók közt a Kozmikus Repülőtéren éttermében. Kérdéseikre nem válaszolt, egész idő alatt azt a narancsot bámulta, amit az egyik riporter meghámozott.

Néhány hét múlva azonban jelentős változás mutatkozott festői látásmódjában. Híres olajbogyó és biliárdgolyó csendéletein (az volt az ő úgynevezett olajzöld korszaka) megjelentek az első narancsok. Öregkorában már citromokat is festett, legvégül még tyúktojásokat is, de a narancs egyetlen vásznáról sem hiányzott. Ekkor lett nagy festő belőle. (Örkény István)

**9/2. Szövegértés totó**

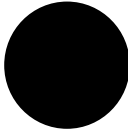
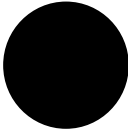






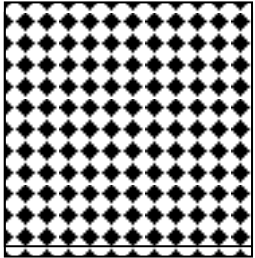
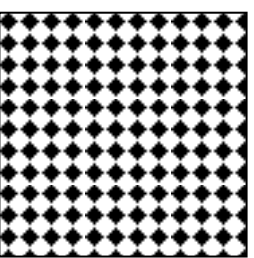
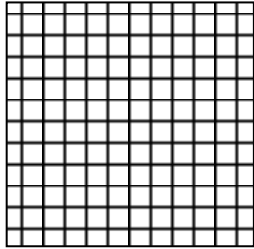
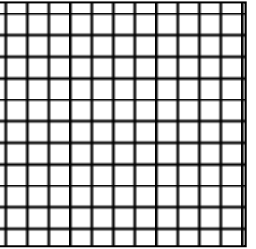

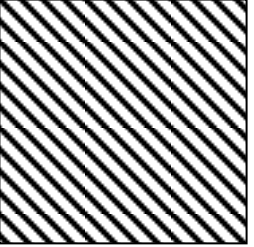
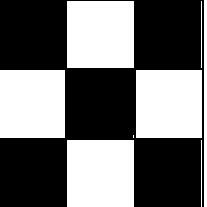
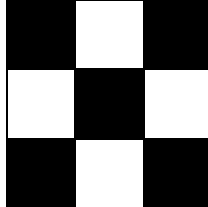


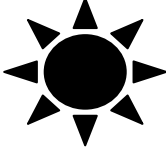
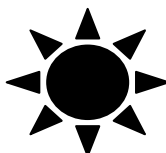
1. A természet az oroszlánnak karmot, az elefántnak agyarat, az egyszarvúnak ....., a méhnek fullánkot adott, az embernek gondolatot és szavakat. Élesítsd e fegyvereidet, hogy megállhass az élet harcában.  
 a) agyarat                      b) agancsot                      c) szarvat                      d) ormányt
2. A .....olyan eszköz, amit nem nélkülözhetsz egy történet elmesélésekor, egy levél megírásakor, egy kérdés megvitatásakor, sem akkor, ha akaratod érvényesíteni s valakit valamire rábírn akarsz.  
 a) levélírás                      b) szónoklat                      c) ékesszólás                      d) stílus
3. A kezdetleges ember mindent elhisz, az értelmes ember mindent megbírá. Tanuld meg megkülönböztetni a hihetőt a ..... ! De a kiválogatás és az elrendezés gyakorlása elengedhetetlen.  
 a) valószínűtől                      b) valószínűtlentől                      c) hihetlentől                      d) hihetőtől
4. A tudós csak azt hiszi, amit maga is tud, s minden .....csírája a tapasztalás. Tudni akarsz? Tanulj meg látni!  
 a) tapasztalás                      b) ismeret                      c) gondolat                      d) tudás
5. Mindent nem lehet és nem is érdemes megjegyezni. Meg kell találnod az eseményekben a legfontosabbat: az okokat. Annál jelentősebb egy esemény, minél több más eseményt hoz létre. Az események ..... kutatni olyan, mint az élet gépezetét tanulmányozni.  
 a) történetét                      b) okait                      c) láncolatát                      d) jelentőségét
6. Az ép gondolat egyenesen megy a célja felé, s nem tántorog, mint a részeg ember. Ha stílust tanulunk, gondolkodásmódunkat fegyelmezzük: a stílus gondolkodásmódunk .....fokát árulja el.  
 a) eredményességének                      b) fegyelmeztségének                      c) erőteljességének                      d) jóságának
7. Ne akarjunk többet mondani, mint amennyit gondolunk, mert mondatunk beteg lesz. Minden gondolatunkat külön mondatban fejezzük ki: az összenőtt ikrek ritkán.....  
 a) öregednek meg                      b) élnek sokáig                      c) egészségesek                      d) tetszenek
8. Nagyon hasznos, ha gyorsabban tudunk olvasni, amikor valamely szövegből csak ..... információt akarunk megszerezni, vagy amikor csak egy-egy könyvben nagyjából akarunk tájékozódni.  
 a) meghatározott                      b) kétes                      c) új                      d) ismert
9. A jobb koncentráció érdekében gondoskodni kell az olvasnivaló jó megvilágításáról és zavartalan munkahelyről. Az olvasás technikájának fejlesztéséhez fontos feltétel a .....  
 a) jó megvilágítás                      b) csend                      c) szókinccs                      d) figyelem

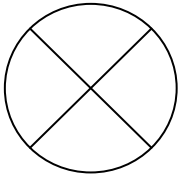
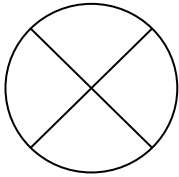
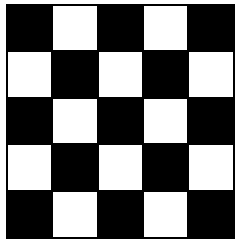
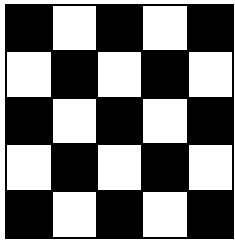






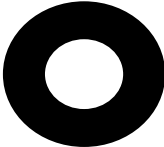
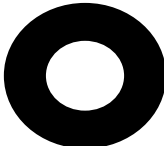




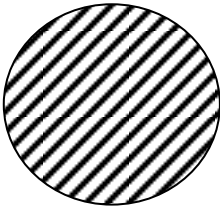
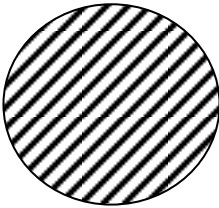
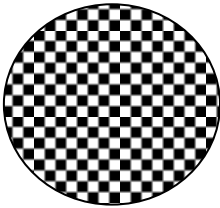
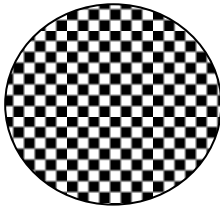
10. Az olvasás gyakorlása közben az ajkak ne mozogjanak és kerülnünk kell azt a belső ösztönzést, hogy kimondjuk a szavakat. Mindkét jelenség akadályozza a gyors olvasást, minthogy nem tudunk olyan gyorsan beszélni, mint.....
- a) gondolkodni      b) látni      c) olvasni      d) pillantani
11. Tanulás közben a mondat értelme feltárul előtted, ha minden mondatrészre rákérdezel: ki? Mit? Mikor? Hol? Mit? Milyen célból? Ha tanulás közben nem ..... valamit, vedd elő ezt a módszert: tégy fel kérdéseket!
- a) tudsz      b) akarsz      c) értesz      d) gondolsz át
12. A címmeditáció az olvasásra való ráhangolódás jó módszere. A ..... való ismereteink felidézése, kíváncsiságunk felkeltése, saját gondolataink számbavétele segít, hogy felkészülj az olvasásra.
- a) módszerről      b) szövegről      c) fontos      d) témáról
13. Jó szövegértés fejlesztő, ha elolvasol egy bekezdést, letakarod a tenyereddel, s megpróbálsz ..... Ha nem megy, olvasd újra, majd próbáld felidézni.
- a) visszamondani      b) felidézni      c) leírni      d) begyakorolni
- +1. Üss fel egy szöveget, kezd el olvasni mondatonként. Minden szót próbálj kicserélni egy másikkal, hogy a szöveg ..... ne változzon!
- a) maga      b) értelme      c) hossza      d) jelentése

Megfejtés: 1: c); 2: d), 3. a); 4. d); 5: b); 6: b); 7: c), 8: a); 9: d), 10: c), 11: c); 12: d); 13: a); +1: b);

(Oroszlány, 2015 nyomán)

10/1.Memory kártya


További memory témák lehetnek: állatok, növények, országok zászlói, autók.

(Saját készítés)

### 10/2. Címmeditáció

Nyomtassuk ki, vágjuk fel kártyákra, tegyük borítékba!

Haldokló tengerek	Kinek mi a siker?
Az állatok lelke	Állatok az ember szolgálatában
Éhség és bőség	Veszélyes ételek?
Az előítélet	Mindenki más
Elveszett a Föld?	A jövő járművei



**11/1. Közmondások kórusban**

Lehetséges közmondások, szabadon bővíthető, változtatható, dolgozhatunk a diákok által javasolt közmondásokkal is.

Ki korán kel, aranyat lel.

Evés közben jön meg az étvágy.

Hamar munka ritkán jó.

Jobb későn, mint soha.

Ki mint veti ágyát, úgy alussza álmát.

Minden rosszban van valami jó.

Bámul, mint borjú az új kapura.

Kétszer mérj, egyszer vágj!

Mindenki a maga bőrét viszi a vásárra.

Ég a keze alatt a munka.

Munka után édes a pihenés.

Munka dicséri a mesterét.

**11/2. Szómagyarázat totó**

Egy-egy szó után négy értelmezés áll. Válasszátok ki azt, amelyiknek a jelentése legközelebb áll a szóhoz!

1. abál	A) főz	B) füstöl	C) besóz	D) kifagyaszt
2. varkocs	A) békafajta	B) zsinór, bojt	C) hajfonat	D) növény része
3. ében	A) mély fekete	B) sötét barna	C) mennyország	D) izgatott
4. zsarátnok	A) lobogó fáklyaláng	B) kolduló barát	C) zsaroló régies elnevezése	D) kialvóban levő, belül izzó parázs
5. rőt	A) róka	B) vörös	C) világos szőke	D) kopott, fakó
6. heveny	A) nagyjából elkészített	B) élénk, heves	C) hosszan húzódó	D) gyors, rövid lefolyású
7. dereglye	A) főtt tészta	B) alkalmi híd	C) kis csónak	D) kerti szerszám
8. fanyar	A) csípős	B) fűszeres	C) savanyú	D) keserű
9. cserje	A) legelő	B) bokor	C) cserfa kérge	D) bozótos
10. szabatos	A) választékos, pontos	B) felszabadított jobbágy	C) jól szabott öltöny	D) szabályoktól mentes
11. haránt	A) alulról felfelé	B) ferdén, keresztben	C) hosszában csíkos	D) két pont között a legrövidebben
12. poligámia	A) ötnél több ujj	B) többnejűség	C) sokoldalú	D) hazugság-vizsgáló gép
13. bibliofil	A) könyvbarát	B) könyvtáros	C) biblia szerint élő	D) könyvmásoló pap a középkorban
+1. autonóm	A) önműködő	B) magától váltó	C) akaratos	D) önálló, független

(Oroszlány, 2015 nyomán)

### 12/1. Mozaikszavak

Írjuk a lehetséges mozaikszavakat kis kártyákra, rakjuk borítékba! A tanulók a borítékból húzhatnak. Szabadon bővíthető, változtatható a lista.

FTC, BEK, NBA, OTP, BMW, BTK, MÁV, MOB, MTV, LSD, DNS, FBI, CIA, GYES, KFT, VIP USA

### 13/1. Gondolkodás jellemzői

Gondolkodási műveletek: DIASORON

analízis-szintézis, absztrakció, általánosítás – konkretizálás, összehasonlítás / analógia  
rendezés, csoportosítás, következtetés, kategorizáció

Problémamegoldó gondolkodás lépései:

1. probléma felvetése, megértése
2. információgyűjtés
3. elemzés, megoldási lehetőségek keresése
4. érlelés, intuíció
5. mérlegelés, döntés
6. végrehajtás
7. ellenőrzés, értékelés (Atkinson, 1995, Oroszlány, 2015)

### 13/2. Lord Smith öröksége

Négy feladatsort közlünk, négy színnel jelölve. További csapatokat is létrehozhatunk, pl. a lila csapat a kék és a piros csapat feladataiból kap feladványokat, a narancs csapat a piros és a sárga feladatiból, stb. Lényeg, hogy ne kapjon két csapat se teljesen azonos feladványokat. Figyeljünk arra, hogy a csapatok egymást ne segítsék! Egyszerre egy feladatot adjunk a csapatoknak, a következőt csak az előző megfejtése után választhatják ki: ők dönthetnek, hogy milyen sorrendben haladnak, a kevesebb kreditet érő feladatok könnyebbek, a több kreditet érők nehezebbek.

Ha megvan egy kód a feladat végén, akkor annyi darabot adunk a **puzzle** darabkáiból a csapatnak, ahányas szám a kód, tehát a darabokat menet közben gyűjtik össze. Ha minden darabot megszerezték és összerakták, odaadhatjuk a kérdéseket is nekik. Az összerakással dolgozhatnak a csapatok a többi feladattal párhuzamosan. A puzzle képet előzőleg ha tudjuk lamináljuk le vagy kemény papírra nyomtassuk, s vágjuk fel 36 db-ra (6X6 db) (Ha akarjuk nagyíthatjuk még kicsit a képeket.)

A játék elején minden csapat kap egy **összesítőt**, amin írhatják a kreditjeiket és a kódokat. A **szókaméleon**hoz minden csapat ugyanazt a szótáblát kapja. Tippek:

A **Kérdés, kérdés hátán** feladványhoz mellékeljük a borítékba 3-3-3 db-t négy különböző színű post it lapot, így könnyebben meg tudják fejteni.

Az **Intarzia** feladványait vágjuk fel mondatcsíkokra, hogy egyszerre többen is tudjanak dolgozni vele.

(Feladatok forrásai: Kun, 1988, Oroszlány, 2015, saját készítés)

Kék csapat

**Fogalmam sincs...** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼ ☼

A mondatok egy-egy fogalomnak a meghatározását adják. A lehetséges fogalmakat a lap alján találjátok. Keressétek meg, hogy mely meghatározás mely fogalomhoz illik! Minden helyesen azonosított fogalom egy kreditet ér. Egy fogalom megmarad, az a szám a KÓD része, ahány karaktert kell leütnöd a szó leírásához

Meghatározások

- a) A ..... olyan, egy síkban ábrázolt végtelen görbe, amely egy pontból kiindulva , folyamatosan a pont körül halad, és adott szabály szerint tőle állandóan távolodik.
- b) A ..... olyan szabályosan visszatérő időszak, amin belül hasonló jelenségek, folyamatok fordulnak elő, mint az előzőekben.
- c) A forró égöv alatt vándorló, középpont körül forgó mozgással haladó, pusztító vihar, a levegő tölcsér alakú örvénylése a .....
- d) A .....kék vagy fehér színű, átlátszó, üvegfényű ásvány, igen becses drágakő.
- e) Szén, kocsz elégecekor visszamaradó, összesült, szilárd, darabos égési termék a .....
- f) Elhalt vízinövények korhadt maradványaiból képződött barnás színű, sok szerves anyagot tartalmazó anyag a .....

Válaszlehetőségek:

- 1.zafír, 2.ciklon, 3.homok, 4.ciklus, 5.csigavonal, 6.tőzeg, 7.salak,

+2 kreditért alkossatok meghatározást a 7. szóra, aminek nincsen definíciója!

.....

.....

.....

**Furfangos kérdés** Lehetséges kreditszám: 3 Nehézség: ☼

Egy gazda házinyulakat és tyúkokat tart, ezeknek az állatoknak összesen 50 feje és 140 lába van. Hány tyúkja és hány nyula van a gazdának? A KÓDOT megkapod, ha kivonod a kevesebb állat számát a több állat számából.

**Szókaméleon** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼ ☼

Ahogy változik a kaméleon színe, úgy változik néhány szavunk jelentése. Keresd meg a szókaméleon táblából azokat a szavakat, amik illenek a megadott mondatokba! Egy mondatba ugyanaz a szó kell, hogy kerüljön mindkét hiányzó helyre!

KÓD: Rakd betűrendbe a szavakat, az utolsó szó betűinek a száma megadja a kódot!

- Csukd, be az ajtót, mert akkora a ....., hogy lerepül párnámról a .....
- Mindent sutba ....., otthagyja az egyetemet, mert kedvenc hangszere a .....
- Recsegett, ropogott a trójai ....., mikor belemászott a túl sok ételt ..... katona.
- Kilyukadt a térdemen a ....., panaszkodott a földjén gazdálkodó .....
- Szerelmem! Tanúm az ....., tisztos szenvedély, mi lelkemben .....
- Amikor kihajtották a gulyát a ....., a vén puli szaladt .....

+2 kredit

Válasszatok egy tetszőleges szót a listából, s alkossatok hozzá ti is mondatot.

.....  
 .....

**Kérdés, kérdés hátán** Lehetséges kreditek: 9 Nehézség: ☼ ☼ ☼

Ádám, Dani és Attila – autóval indult külföldre reggel 6, 7 és 8 órakor (nem ebben a sorrendben). Ádám 7-kor indult. A Ford tulajdonosa Münchenbe ment. Prágába később indultak, mint Bécsbe. Az Audis nem Prágába ment és utál későn indulni. A BMW-s később indult, mint Attila. Dani nem a legközelebbi városba ment, s nem BMW-vel, mert tavaly lecserélte.

Ki mivel, mikor indult és hova?

KÓD: Amikor Dani indult.

**Intarzia** Lehetséges kreditek: 4 Nehézség: ☼

Az alábbi mondatokban szavak bújnak el, keresd meg az elbújt szavakat!

- A juhar Mónika kedvenc fája. ....
- A vásár kányákra nem vonatkozik. ....
- Az ezüstök összekoccantak. ....
- A falitükör hint a lány hajára fényt. ....
- A pribék Ákosnál megszelídült. ....

- f) A Bánk bán című darabban Petur bán is színre lép .....
- g) Marcit Romola kíséri zongorán .....
- h) Add vissza már a telefonom! .....

KÓD: Ha betűrendbe rakod a szavakat, Süsü sorszáma.

**Puzzle** Lehetséges kreditszám 8. Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit. Kérdésekkel gyűjthető még 6 kredit. Nehézség: ☼ ☼ ☼

**KÓD:** Hány karneválozó van a képen?

**Kérdések:**

Hol rendezik a képen látható karnevált? (1 kredit)

Mondj még két dolgot, amiről híres ez a város! (2 kredit)

Mikor rendezik a karnevált? (1 kredit)

Mondj még két híres várost, települést, ahol karnevált rendeznek! (2 kredit)



**KÉK CSAPAT PONTOZÁSOK ÉS MEGFEJTÉSEK**

**Fogalmam sincs...**

Pontozás: 6 helyes fogalomazonosításért 6 kredit, + 2 kreditet kaphatnak, ha a 7. fogalomra korrekt, pontos definíciót alkotnak.

Megfejtés: a5; b4; c2; d1; e7; f6; **Kód:** homok vagyis 5

**Furfangos kérdés**

Pontozás: 3 kredit, ha helyes a megfejtés Megfejtés:30 tyúk és 20 nyúl **Kód: 10**

**Szókaméleon**

Pontozás: Minden megtalált szó 1 kredit, ha jó a mondataalkotás, megtalálják a két jelentést, akkor az plusz két kredit.

Megfejtés: a) huzat b) dob....c) faló d) farmer e) ég f) legelőre **Kód:8**

**Kérdés, kérdés hátán**

Megfejtés: Attila 6-kor indult Audival Bécsbe. Ádám 7-kor indult BMW-vel Prágába, Dani Forddal ment 8-kor Münchenbe. **Kód: 8**

Pontozás: ha mindhárom fiúnak megvan a kocsija, időpontja és úticélja: 9 kredit. Ahány tévedés van, annnyival kevesebb kreditet adunk.

**Intarzia**

Pontozás: szavanként 0,5 kredit jár, összesen 4 kredit. **Kód: 5** (sárkány)

Megfejtés: harmonika, sárkány, üstökös, körhinta, békák, turbán, citrom, szamár,

**Puzzle**

Pontozás: Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit **Kód: 3**

Kérdések:

Hol rendezik a képen látható karnevált? 1 kredit: Velence

Miről híres ez a város? 2 kredit: pl.: gondolák, csatornák, Sóhajok hídjá, tükör, galambok, Szent Márk tér, Dózse palota, süllyed a tengerbe, vízben állnak a házak,

Mikor rendezik a karnevált? 1 kredit: farsangkor,

Két híres város: 2 kredit: pl. Rió de Janeiro, Mohács, New Orleans (Mardi Gras) London (Notting Hill) Debrecen (virágkarnevál),

**Teljes kód: 5108853**

Piros csapat

**Fogalmam sincs...** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼ ☼

A mondatok egy-egy fogalomnak a meghatározását adják. A lehetséges fogalmakat a lap alján találjátok. Keressétek meg, hogy mely meghatározás mely fogalomhoz illik! Minden helyesen azonosított fogalom egy kreditet ér. Egy fogalom megmarad, az a szám a KÓD része, ahány karaktert kell leütnöd a szó leírásához

Meghatározások

- a) A ..... nagy, otromba testű, szarvasmarhával rokon vadon élő állat.
- b) Valamely szerkezet két része között létesített olyan kapcsolat a ....., amely a két alkotónak csak egy tengely vagy egy pont körüli elfordulását engedi meg.
- c) Hirtelen pillanatnyi bosszúságot érez, kellemetlenül meglepődik, felháborodik valami miatt, azaz .....
- d) A.....az a magas képzettségű, iskolázottságú személy, aki saját szakmájának kérdésein kívül semmi más iránt nem érdeklődik, semmi mással nem foglalkozik.
- e) A ..... a homlokcsont kinövéséből és az azt burkoló szarutokból álló képződmény a kérődzők egyik csoportjához tartozó állatok fején.
- f) ..... az a személy, aki valamely szaknak, a tudomány valamely ágának vagy valamely szakmának alapos ismerője, kérdéseiben jártas, működésében gyakorlott.

Válaszlehetőségek:

1.megütközik, 2.tülök 3.megütődik, 4.csukló, 5.szakbarbár, 6.tulok, 7.szakértő

+2 kreditért alkossatok meghatározást a 7. szóra, aminek nincsen definíciója!

.....  
 .....  
 .....

**Furfangos kérdés** Lehetséges kreditszám: 3 Nehézség: ☼

Három fán 36 varjú ül. Az első fáról átrepül a másodikra 6 varjú, a másodikról a harmadikra 4 varjú. Ekkor a három fán a varjak száma egyenlő lett. Hány varjú ült eredetileg a fákon? KÓD: A legkevesebb varjú száma.

**Szókaméleon** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼☼

Ahogy változik a kaméleon színe, úgy változik néhány szavunk jelentése. Keresd meg a szókaméleon táblából azokat a szavakat, amik illenek a megadott mondatokba! Egy mondatba ugyanaz a szó kell, hogy kerüljön mindkét hiányzó helyre!

KÓD: Rakd betűrendbe a szavakat, az utolsó szó betűinek a száma megadja a kódot!

- Ha az ember sok cigarettát ....., tönkremegy bele a .....
- Elizabeth olyan sok gyapjúszálat ....., hogy a vásáron a markát ütötte 100 .....
- A vendég rettentő patáliát ....., mert elromlott szobája fürdőjében a .....
- Amikor becsapott a szomszéd házba egy ....., kiesett a kezemből a .....
- A ruhára díszes gyöngymintát....., de disznót még sosem.....
- Hiába sült el többször is a ....., nem talált, mert a vén róka meglehetősen.....

+2 kredit

Válasszatok egy tetszőleges szót a listából, s alkossatok hozzá ti is mondatot.

.....  
 .....

**Kérdés, kérdés hátán** Lehetséges kreditek: 9 Nehézség: ☼☼☼

Anna, Kati és Jutka – sportolni ment, délután 5, 6 és 8 órakor (nem ebben a sorrendben) a barátjával. Anna 6-kor indult barátjával. Zsolti teniszezni ment barátnőjével. Úszni azok mentek, akik később találkoztak, mint a biciklizők. Zoli nem tud úszni és utál későn indulni. Peti később indult, mint Jutka. Katinak nincsen biciklije, s nem Petivel ment, mert már régen szakítottak.

Ki kivel, mikor kirándult és hova?

KÓD: Amikor Kati indult.

**Intarzia** Lehetséges kreditek: 4 Nehézség: ☼

Az alábbi mondatokban szavak bújtak el, keresd meg az elbújt szavakat!

- Hat tyúk kapirgált az udvaron .....
- Badacsonytomaj mokkatortájáról is híres. ....
- Szemed velem van minden gondolatomban. ....
- Párizs megér egy misét .....
- Ez a pohár fatalpon áll. ....
- Érdekből vétek nőszülni .....
- Még irkalapot sem dobok a szemétkbe.  
 .....

KÓD: Hányféle állat szerepel a megoldások közt?



**Puzzle** Lehetséges kreditszám 8. Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit. Kérdésekkel gyűjthető még 6 kredit. Nehézség: ☀ ☀☀

KÓD: Hány autó van a képen?

Kérdések:

Mondj négy német autómárkát! (2 kredit)

Melyik az az autó (a képen nem szerepel), amelyiket először gyártottak a világon sorozatban? (1 kredit)

Melyik az az autó a képről, amelyikből a legtöbbet gyártottak a világon? (1 kredit)

Magyarországon milyen rendszámot viselnek a veterán autók? (1 kredit)

Mekkora sebességgel lehet menni Magyarországon lakott településen a kresz szerint? (1 kredit)



**PIROS CSAPAT PONTOZÁSOK ÉS MEGFEJTÉSEK**

**Fogalmam sincs...**

Pontozás: 6 helyes fogalomazonosításért 6 kredit, + 2 kreditet kaphatnak, ha a 7. fogalomra korrekt, pontos definíciót alkotnak.

Megfejtés: a6; b4; c1; d5; e2; f7; **Kód:** megütődik, vagyis **9**

**Furfangos kérdés**

Pontozás: 3 kredit, ha helyes a megfejtés Megfejtés: 18, 10, 8, **Kód: 8**

**Szókaméleon**

Pontozás: Minden megtalált szó 1 kredit, ha jó a mondataalkotás, megtalálják a két jelentést, akkor az plusz két kredit.

Megfejtés: a) szív, b) font....c) csap d) villám e) ölt f) ravasz **Kód:6**

**Kérdés, kérdés hátán**

Megfejtés: Jutka 5-kor ment biciklizni Zolival. Anna 6-kor ment úszni Petivel, Kati teniszezni ment Zsoltival 8-kor. **Kód: 8**

Pontozás: ha mindhárom lánynak megvan a partnere, időpontja és sportja: 9 kredit. Ahány tévedés van, annyival kevesebb kreditet adunk.

**Intarzia**

Pontozás: szavanként 0,5 kredit jár, összesen 4 kredit. **Kód: 5**

Megfejtés: hattyúk, majmok, medve, egér, hárfa, teknős, kalap, boka,

**Puzzle**

Pontozás: Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit **Kód: 7**

Kérdések:

Német autómárkák 2 kredit: Opel, BMW, Volkswagen, Mercedes, Audi, Porsche,

Első sorozatgyártású autó 1 kredit: Ford T modell

Legtöbbet gyártott autó: 1 kredit Volkswagen bogár - a kék autó

Magyar veterán autók rendszáma: 1 kredit OT

Megengedett sebesség: 50km/h 1 kredit

**Teljes kód: 986857**

Sárga csapat

**Fogalmam sincs...** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☀ ☀

A mondatok egy-egy fogalomnak a meghatározását adják. A lehetséges fogalmakat a lap alján találjátok. Keressétek meg, hogy mely meghatározás mely fogalomhoz illik! Minden helyesen azonosított fogalom egy kreditet ér. Egy fogalom megmarad, az a szám a KÓD része, ahány karaktert kell leütnöd a szó leírásához

Meghatározások

- a) .....akinek alkotásaiban, tevékenységében rendkívüli szellemi tehetség nyilvánul meg.
- b) ....., azaz valamit szövevényessé tesz, úgy egybekavar, összezavar, hogy csak nehezen vagy alig lehet megoldani, tisztázni, rendezni vagy kibontani belőle.
- c) A..... árnyékos, nedves helyen növő a harasztokhoz tartozó, nagy levelű, spórákkal szaporodó, virágtalan növény.
- d) ..... az, akiben hatalmas erejű tehetség és nemes, magasztos szenvedély lobog, szenvedélyesen lelkesedik valamiért.
- e) Keleti eredetű növény, amelyet fűszerként és gyógyanyagként használt bibéjéért természetnek, a ..... szárított bibeszálait drága fűszerként ízesítésre, ételek megszínezésére használják.
- f) Aki több mozzanatból álló tennivalókat sorban, egymás után, lépésről lépésre elvégez, az ..... valamit.

Válaszlehetőségek:

1.sáfrány, 2.páfrány, 3.lángeszű, 4.lebonyolít, 5.bonyolít, 6.ármány 7.lánglelkű,

+2 kreditért alkossatok meghatározást a 7. szóra, aminek nincsen definíciója!

.....  
 .....  
 .....

**Furfangos kérdés** Lehetséges kreditszám: 3 Nehézség: ☀

Három vándor megosztja az ebédjét egymással. Az elsőnek öt lepénye, a másodiknak pedig három lepénye van. A harmadiknak nincsen egy sem, ezért 24 garast ad a másik két vándornak. Hogyan osztják el egymás közt, ha mindegyik lepény ugyanannyiba került?

KÓD: Ahány garast a második legény kapott.

**Szókaméleon** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼☼

Ahogy változik a kaméleon színe, úgy változik néhány szavunk jelentése. Keresd meg a szókaméleon táblából azokat a szavakat, amik illenek a megadott mondatokba! Egy mondatba ugyanaz a szó kell, hogy kerüljön mindkét hiányzó helyre!

KÓD: Ahány betűs a leghosszabb szó a megfejtések közül!

- a) Azt tartja a baráti ....., sokkal jobb a lakozott .....
- b) Kéményseprő..... térdig jártam a .....
- c) A lakodalmas házban vígan duruzsol a ....., a jókedvű vőfély egy rozmaringszálat a kalapjára .....
- d) Előlépett egy walesi ....., dalában nem szerepelt rövid nyelű, éles pengéjű csata.....
- e) Fehér kérgű szép a fa a ....., alatta a kertészünk éppen füvet .....
- f) James Bond egy bérnyilkost....., a tét, hogy ne haljon meg az angol .....

+2 kredit

Válasszatok egy tetszőleges szót a listából, s alkossatok hozzá ti is mondatot.

.....  
 .....

**Kérdés, kérdés hátán** Lehetséges kreditek: 9 Nehézség: ☼☼☼

Három férfi – Adam, Henry és David - kirándulni indult barátnőjével, 7, 9 és 10 órakor (nem ebben a sorrendben). Adam 9-kor indult barátnőjével. Mariann csónakázni ment udvarlójával egy szép tóhoz. Hegyet azok másztak, akik később találkoztak, mint a tengerpartra kirándulók. Jane nem szereti a hegyeket és utál későn indulni. Diana később indult, mint Henry. David nem látta a tengert még soha, s nem Dianával ment, mert már régen szakítottak.

Ki kivel, mikor kirándult és hova?

KÓD: Amikor Henry indult.

**Intarzia** Lehetséges kreditek: 4 Nehézség: ☼

Az alábbi mondatokban szavak bújtak el, keresd meg az elbújt szavakat!

- a) Pufók az arca .....
- b) Szeretem Ágnest. ....
- c) A mérges gomba bajt okoz. ....
- d) A porosz lándzsát ragadott .....
- e) Miért okos Ármin? .  
 .....

- f) A napiparancs elhangzott. ....
- g) Hol kapál Matild?. .....

KÓD: Hányadik a betűrendben a „király”?

**Puzzle** Lehetséges kreditszám 8. Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit. Kérdésekkel gyűjthető még 6 kredit. Nehézség: ☼ ☼ ☼

KÓD: Hány bonbon van a képen?

Kérdések:

Milyen eredetű szó a bonbon? (1 kredit)

Mondj még két országot, ami híres a csokoládéjéről! (2 kredit)

Mi kell a marcipánba? (2 kredit)

Miből készül a csokoládé? (1 kredit)



**SÁRGA CSAPAT PONTOZÁSOK ÉS MEGFEJTÉSEK**

**Fogalmam sincs...**

Pontozás: 6 helyes fogalomazonosításért 6 kredit, + 2 kreditet kaphatnak, ha a 7. fogalomra korrekt, pontos definíciót alkotnak.

Megfejtés: a3; b5; c2; d7; e1; f4; **Kód:** ármány, vagyis **6**

**Furfangos kérdés**

Pontozás: 3 kredit, ha helyes a megfejtés Megfejtés: 15 és 9 garas, **Kód:** **9**

**Szókaméleon**

Pontozás: Minden megtalált szó 1 kredit, ha jó a mondataalkotás, megtalálják a két jelentést, akkor az plusz két kredit.

Megfejtés: a) köröm, b) koromban....c) tűz d) bárd e) nyír f) követ **Kód:** **8**

**Kérdés, kérdés hátán**

Megfejtés: Henry Jane-nel, tengerpartra indult 7-kor. Adam Dianával hegyet mászott 9-kor, David Mariannal csónakázni ment 10-kor. **Kód:** **7**

Pontozás: ha mindhárom lánynak megvan a partnere, időpontja és úticélja: 9 kredit. Ahány tévedés van, annyival kevesebb kreditet adunk.

**Intarzia**

Pontozás: szavanként 0,5 kredit jár, összesen 4 kredit. **Kód:** **6** (oroszlán)

Megfejtés: fóka, mágnes, baba, oroszlán, kosár, pipa, csel, pálma,

**Puzzle**

Pontozás: Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit **Kód:** **6**

Kérdések:

Milyen eredetű szó a bonbon? 1 kredit: francia

Csokoládéről híres ország 2 kredit: Svájc, Belgium, Nagy-Britannia, Olaszország, Franciaország,

Marcipán 2 kredit: mandula, cukor, víz

Miből készül a csokoládé? 1 kredit: kakaóbab

**Teljes kód: 698766**

**Zöld csapat**

**Fogalmam sincs...** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼ ☼

A mondatok egy-egy fogalomnak a meghatározását adják. A lehetséges fogalmakat a lap alján találjátok. Keressétek meg, hogy mely meghatározás mely fogalomhoz illik! Minden helyesen azonosított fogalom egy kreditet ér. Egy fogalom megmarad, az a szám a KÓD része, ahány karaktert kell leütnöd a szó leírásához

Meghatározások

- a) A ..... csak a maga hasznáival törődő, önző, nyereségre vágyó, nyereszkeskedő kereskedő.
- b) Pintyék családjába tartozó, veréb nagyságú dereka táján rozsdavörös, begyén és torkán sárga színű, rovar és gyommagirtó kedves kis madár a .....
- c) A ..... személyt vagy ügyet fizetségért, meggyőződés nélkül, egyéniségét feladva, szolgálai módon kiszolgáló személy.
- d) Egyenruhás inas, aki előkelő, gazdag, régen főúri családoknál szolgáló személy, házon belül foglalkoztatott alkalmazott a .....
- e) A kegyetlenségig, embertelenségig erőszakos és kíméletlen, olyakor állatiasan durva, azaz.....
- f) Aki .....az hűséges, meghízható, valakivel vagy valamilyen szervezettel, eszmével, programmal való egyetértést, együttműködést, akár elvi engedmények árán való nem ellenzést, közösséget vállal.

Válaszlehetőségek:

- 1.kufár, 2.brutális, 3.talpnyaló, 4.sármány, 5.lojális, 6.dölyfős, 7.lakáj,

+2 kreditért alkossatok meghatározást a 7. szóra, aminek nincsen definíciója!

.....  
 .....  
 .....

**Furfangos kérdés** Lehetséges kreditszám: 3 Nehézség: ☼

Egy üveg bor ára 1000 Ft. A bor 900 Ft-tal drágább, mint az üveg. Hány Ft az üveg?

KÓD: Add össze az üveg árának számjegyeit!

**Szókaméleon** Lehetséges kreditszám: 8 Nehézség: ☼☼

Ahogy változik a kaméleon színe, úgy változik néhány szavunk jelentése. Keresd meg a szókaméleon táblából azokat a szavakat, amik illenek a megadott mondatokba! Egy mondatba ugyanaz a szó kell, hogy kerüljön mindkét hiányzó helyre!

KÓD: Hányadik az abc-ben az a betű, amelyik legtöbbször szerepel kezdőbetűként a megfejtések közt?

- Már a .....anyám is rajongott a .....irodalomért.
- Míg sült a konyhában a ropogós farsangi ....., megérkezett télire a tüzelnivaló.....
- Petrovicsné tyúkjá tojásain ülve, szép nyugodtan ....., míg Petőfi róla rímet rímre .....
- Ha akarom, emeleti lakásba tér, ha akarom bíró határozattal büntetlennek nyilvánít:.....
- Miközben gyorsan siklott a havon a lovas....., éreztem, hogy barátom annyira sajnál, hogy már szinte.....
- Eresz alatt fészkel a ....., nagyapám cigije nem Marlboro, hanem .....

+2 kredit

Válasszatok egy tetszőleges szót a listából, s alkossatok hozzá ti is mondatot.

.....  
.....

**Kérdés, kérdés hátán** Lehetséges kreditek: 9 Nehézség: ☼☼☼

Három úr - Lord Kent, Lord Grey és Lord Derby - vacsorázni hívta szíve hölgyét, hat, hét és nyolc órára (nem ebben a sorrendben!). Kent lordja 7-re foglalt asztalt. Lady Mariann bárányt evett udvarlójával. Fácánt azok ettek, akik később találkoztak, mint a halat fogyasztók. Lady Jane nem szereti a szárnyasokat és utál későn vacsorázni. Lady Diana később vacsorázott, mint Lord Gray. Lord Derby nem azzal vacsorázott, aki halat evett és nem Lady Dianával, mert haragban vannak régóta.

Ki kivel, mikor vacsorázott és mit evett?

KÓD: Amikor Lord Derby vacsorázott.

**Intarzia** Lehetséges kreditek: 4 Nehézség: ☼

Az alábbi mondatokban szavak bújtak el, keresd meg az elbújt szavakat!

- Kevés is elég, ha jó. ....
- A büfészekrény zárva van. ....
- A cím eredeti. ....
- Tibi kákán is csomót keres. ....



- e) Hervad kankalincskrom legszebb virága. ....
- f) Tibor bélyeggyűjtő. ....
- g) A matróz sajtot eszik. ....
- h) Halkul Csaba hangja. ....

KÓD: Hányadik a betűrendben az utolsó mondatban talált szó?

**Puzzle** Lehetséges kreditszám 8. Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit. Kérdésekkel gyűjthető még 6 kredit. Nehézség: ☼ ☼☼

KÓD: Hány könyv látható a képen?

Kérdések:

Hogy hívják a díszes, kézzel másolt középkori könyveket? (1 kredit)

Ki volt az a királyunk, aki híres volt könyvtárában összegyűjtött ilyen könyveiről? (1 kredit)

Mi mindenre írtak az emberek a papír feltalálása előtt? (2 kredit)

Mondj két híres angol költőt, író (Pollard nem lehet!) (2 kredit)



**ZÖLD CSAPAT PONTOZÁSOK ÉS MEGFEJTÉSEK**

**Fogalmam sincs...**

Pontozás: 6 helyes fogalomazonosításért 6 kredit, + 2 kreditet kaphatnak, ha a 7. fogalomra korrekt, pontos definíciót alkotnak.

Megfejtés: a1; b4; c3; d7; e2; f5; **Kód:** dölyfös, vagyis 7

**Furfangos kérdés**

Pontozás: 3 kredit, ha helyes a megfejtés Megfejtés: 50 Ft, **Kód:** 5

**Szókaméleon**

Pontozás: Minden megtalált szó 1 kredit, ha jó a mondataalkotás, megtalálják a két jelentést, akkor az plusz két kredit.

Megfejtés: a) szép, b) fánk....c) költött d) felment e) szán f) fecske **Kód:**11

**Kérdés, kérdés hátán**

Megfejtés: Lord Grey Lady Jane-nel, halat evett 6-kor. Lord Kent Lady Dianával fácánt evett 7-kor, Lord Derby Lady Mariannal bárányt evett 8-kor. **Kód:** 8

Pontozás: ha mindhárom lordnak megvan a partnere, időpontja és vacsorája: 9 kredit. Ahány tévedés van, annyival kevesebb kreditet adunk.

**Intarzia**

Pontozás: szavanként 0,5 kredit jár, összesen 4 kredit. **Kód:** 5

Megfejtés: léghajó, fészek, címer, bikák, vadkan, borbély, rózsza, kulcs,

**Puzzle**

Pontozás: Teljes összerakásért 2, részleges kirakásért 1 kredit **Kód:** 6

Kérdések:

Kézzel másolt középkori könyvek 1 kredit: kódex

Királyunk, aki híres volt könyvtárában összegyűjtött ilyen könyveiről 1 kredit Mátyás király

A papír előtt 2 kredit, ha kettőt megneveznek: kőtábla, fatábla, papirusz, pergamen, állatbőr,

Angol költő, író: itt nem adunk példát, tekintettel a sok lehetőségre.2 kredit, ha kettő mondanak.

**Teljes kód: 7511856**

**LORD SMITH ÖRÖKSÉGE – ÉRTÉKELŐ LAP**

feladat	lehetséges kredit	megszerzett kredit	KÓD
Fogalmam sincs ☼ ☼	8		
Furfangos kérdés ☼	3		
Szókaméleon ☼ ☼	8		
Kérdés, kérdés hátán ☼ ☼ ☼	9		
Intarzia ☼	4		
Puzzle ☼ ☼ ☼	8		
<b>Összes kredit</b>	<b>40</b>		

**Szókaméleon táblája**

bár	font	szép	párna	fánk	fok
kenguru	huzat	szív	dáma	rakott	felment
fecske	bolero	nyír	farmer	ravasz	villám
tűz	ölt	követ	dob	költött	ing
csap	bánom	ég	bárd	köröm	faló
koromban	szán	zebra	körte	legelőre	egér

**Idézetek ajándékol a nyerteseknek**

„Ha keményen dolgozol, mindent elérhetsz, amire vágysz. De mindig két lábbal a földön kell állnod.  
Legyél profi, csináld jól, ami a dolgod.”  
Cristiano Ronaldo

„Mindannyiunknak ki kell derítenünk, hogy mi az, ami a leginkább működik számunkra, és mitől  
válhathatunk önmagunk legjobb változatává.”  
Kate Hudson

„Mindegy, hogy képességeid mekkorák: fő, hogy a tőled telhető legjobbat formáld belőlük és általuk”  
Weöres Sándor

„A legfontosabb szabály, hogy dolgozz nagyon keményen! Nem akarhatsz azon megbukni, hogy nem  
voltál elég kitartó... Mindig is hittem benne, hogy minden követ meg kell mozgatni.”  
Arnold Schwarzenegger

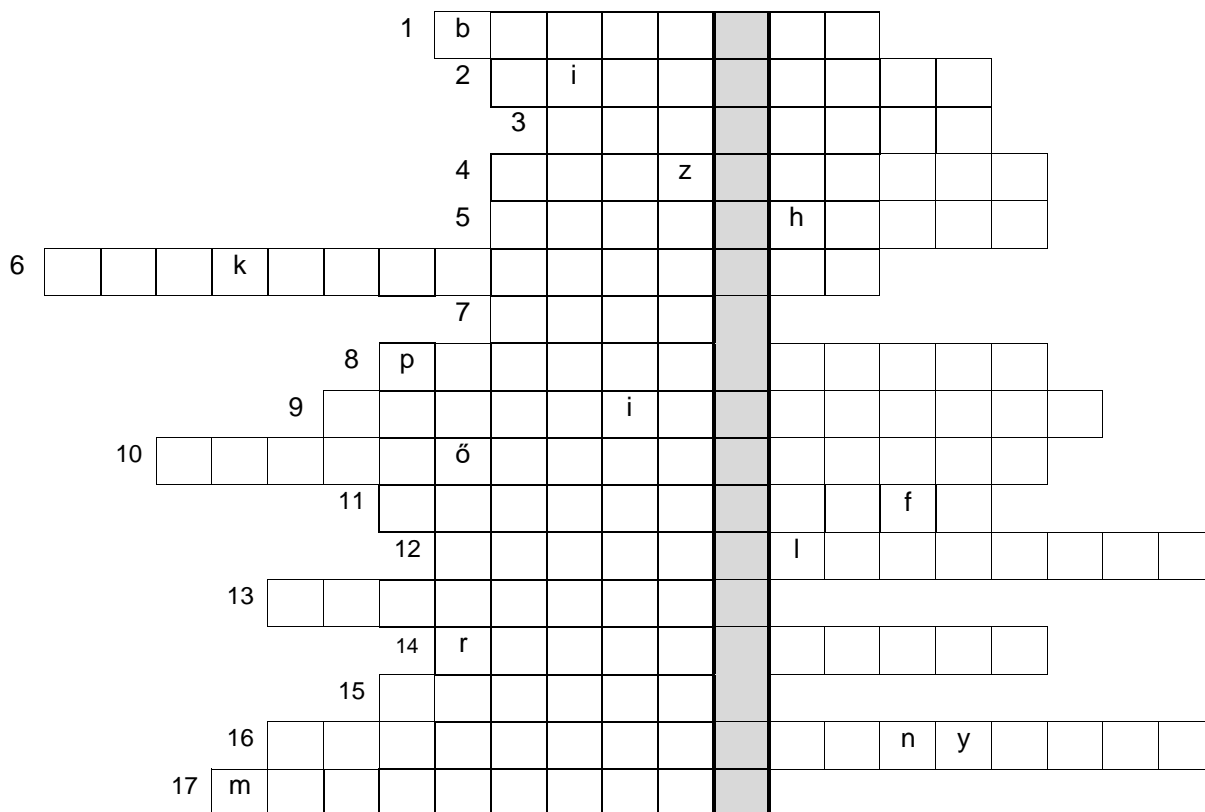
„Mindegy, hogy csapatban vagy egyénileg vagy nyertes, de ahhoz, hogy győzedelmeskedj, a  
maximumot kell hoznod.”  
Bud Spencer

„Fontos, hogy ne szabj határokat magadnak. Megteheted, amit csak akarsz, nem számít, hogy mi az.”  
Ryan Gosling

„A tanulás azért van, hogy rájövünk, mihez van különleges képességünk.” Leonard Bernstein

„A kemény munka legyőzi a tehetséget, ha a tehetség nem dolgozik elég keményen.” Kevin Durant

14/1 Rejtvény



1. Ez az influenza, megfázás, bárányhimlő, hasmenés.
2. Ha valaki túlterheli magát és elfogy az energiája.
3. Ezzel jár a lakóhelyváltás, átviteted a bútoraidat, ruháidat egy másik városba, másik házba.
4. Kiabálással járó konfliktus.
5. Későn fekszel és korán kelsz, ez bizony .....
6. Tartós álláshiány, mely anyagi gondokhoz vezet.
7. Nagy mennyiségű víz önt ki a folyókból, patakokból, veszélyeztetve a településeket.
8. Olyan beállítódás, amikor valaki mindig a lehető legrosszabb kimenetelt várja a dolgoktól.
9. Kevés fizetés, amikor nagyon nehéz beosztani a legfontosabb dolgokra is.
10. Por, füst, gázok rombolják a környezetet.
11. Váratlan, sok embert érintő traumatikus esemény, lehet ipari vagy természeti.
12. Olyan feladatok elé állítanak, amiről úgy érzed, hogy nem tudod teljesíteni.
13. Függőség, mely rombolja a tüdőt.
14. Ennek a következménye lehet a vitaminhiány, az elhízás vagy a fogyás.
15. Szeszes italok összefoglaló neve.
16. Túl sok ülés terheli a mindennapokat, hiányzik a sportolás, aktivitás.
17. Magány, barátok, családtagok hiánya.

**Megfejtések:** 1. betegség; 2. kifáradás; 3. költözés; 4. veszekedés, 5. alváshiány; 6. munka-  
nélküliség; 7. árvíz; 8. pesszimizmus, 9. anyagi nehézség; 10. levegőszennyezés; 11. katasztrófa;  
12. magas elvárások; 13. dohányzás; 14. rossz étrend; 15. alkohol; 16. mozgásszegény élet;  
17. egyedüllét;  
(saját készítés)

#### 14/2. Nyújtó lazító gyakorlatok

1. Üljünk kényelmesen, s anélkül, hogy a fejünket mozdítanánk, nézzünk szemünkkel jobbra, majd balra, lefelé, majd felfelé. Mindegyik irányban álljunk meg öt másodpercig. Ezután végezzünk szemkörzést az óra mutató járásának megfelelően, majd ellenkező irányba.
2. Végezzünk fejkörzést jobbra majd balra 2-5-ször.
3. Kényelmesen üljünk hátunkat megtámasztva vagy álljunk kis terpeszállásba. Kezünket emeljük a vállunkhoz, könyökünk oldalra kifelé nézzen, ujjaink a nyak irányába, tenyerünk felfelé. Nagyon lassan emeljük a tenyerünket felfelé, mintha tolnánk felfelé egy nagyobb súlyt. nyújtsuk ki a karunkat, amennyire csak tudjuk, majd húzzuk vissza. ismételjük 3-5-ször, miközben normál ritmusban lélegzünk.
4. Üljünk vagy álljunk kényelmesen, kezünket könyökben behajlítva emeljük vállmagasságba, a könyök a törzs mellett legyen. Kezünket szorítsuk erősen ökölbe. Tartsuk meg 5 másodpercig, majd nagyon lassan engedjük ki, ujjainkat hajlítsuk egészen hátra. gyors rázogatással lazítsuk el a kezünket.
5. Álljunk fel, nyújtózkodjunk felfelé, amilyen magasra csak tudunk. Lassan hajoljunk oldalra kissé balra majd jobbra néhányszor.
6. Álljunk fel, emeljük bal kezünket magasba lassan, jobb kézzel fogjuk meg a jobb bokánkat, s emeljük hátra a sarkunkat a csípőnkhez közelítve. Maradjunk ebben a helyzetben 5-10 pm-ig, majd végezzük el a másik oldalra is.
7. Álljunk egyenesen, emeljük fel bal lábunkat, végezzünk vele bokakörzést jobbra, majd balra. Utána a másik lábunkat emeljük, s mozgassuk át a bokánkat. Végezhető üve is.
8. Álljunk fel, s álljunk lábujjhegyre. Kezünket emeljük mellső középtartásba. Lassan derékból mozogva, karunkat vigyük oldalra, pár mp-ig maradjunk így, tartsuk meg az egyensúlyt. Utána forduljunk lassan a másik oldalra, ott is tartsuk meg az egyensúlyt, majd ismét középre. Mindkét oldalra 2-szer ismételjük a gyakorlatot.

A gyakorlatok közben figyeljünk a nyugodt légzésre. Ellazítják, oldják az ülés közben elfáradt izmokat, javítják a tartást, a vérkeringést. Némelyik pluszban karcsúsít és formálja a karokat, lábizmokat, derekat.

**15/1. Tanulást segítő emberi tulajdonságaim**

A lapot nyomtassuk ki, vágjuk fel, s tegyük egy borítékba.

akaraterő	érdeklődés	kudarctűrés	mozgásigény	pontosság
alaposság	eredetiség	lelkesezés	munkakedv	segítőkézség
becsvágy	fejlődési igény	lendület	nyitottság	szereénység
bátorság	időérzék	lelkierő	olvasottság	szorgalom
céltudatosság	igényesség	lényeglátás	önbecsülés	tanulékonyság
egyensúly	kitartás	logika	önállóság	teherbírás
együttműködés	kommunikálás	megbízhatóság	önkritika	tájékozottság
életöröm	koncentrálttság	megfontoltság	önművelés	tettrekészség
előrelátás	kötelességtudat	mértékletesség	önfegyelem	tudásszomj
emberismeret	kreativitás	motiváltság	önzettelenség	vitakészség

(Oroszlány, 2015. nyomán)

## 15/2. Meghiúsult utazás

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy fiatalember, aki elhatározta, hogy Föld körüli utazásra indul. Kiterített maga elé egy világtérképet, amin bejelölte a számára érdekes országokat, városokat, szigeteket, hegyeket. Már előre látta magát, ahogy Velencében gondolázik, Párizsban kávézik, New Yorkban sétál, áthalad Texason, megnézi a Grand Canyont, végigbarangolja Ausztráliát, fürdőzik a Karib partoknál, aztán átküzd magát egy expedícióval egy jégmezőn. Elképzelte magát, ahogy őserdőkben vadászik, folyókon kel át, vagy vulkánokat mászik meg. Meghódítja a Mont Everest-et, medítál egy indiai templomban, tevegel a sivatagban.

Barátai tudták, hogy mit tervez, de valahányszor az indulás idejéről kérdezték, felpillantott, a térkép böngészéséből, és kurtán annyit felelt:

- Hamarosan! – És tekintete ismét a térképre meredt. Barátai arra lettek figyelmesek, hogy színes tollal új területeket, városokat jelöl meg, amik szintén részévé válnak a tervezett utazásnak. Időközben az úti célok száma annyira megnőtt, hogy lassan az a kérdés merült fel: hova nem akar eljutni a fiatalember?

De akárhányszor rákérdeztek, hogy mikor indul el, egyre csak azt hajtogatta:

- Hamarosan! – Hónapok teltek el így, míg végül legjobb barátja megkérdezte:
- Miért nem vágsz végre bele? - Szomorúan nézett fel az asztalról és azt felelte:
- Mert nem tudom, melyik országgal kellene kezdenem.
- De hiszen annál bármi jobb, mint hogy csak itt gubbasztasz a szobában a térkép felett!

A fiatalember rázta a fejét:

- Nem gondolom. Mert ha nem indulok el, nem mehetek rossz irányba.

### Kérdések a feldolgozáshoz

1. Komolyan gondolta-e a fiatalember az utazást?
2. Milyen érveket hozhatna fel még az utazás halogatására?
3. Mit gondoltok az indokáról: attól fél, rossz úton indul el, nem tudja, hol kezdje.
4. Minek kellene történnie ahhoz, hogy teljes meggyőződéssel tudjon útra kelni?
5. Mit üzenhet a történet a tanuláshoz (ti terveitekhez)?
6. Titeket milyen aggályok bénítanak a tanulásban (terveitekben)?
7. Létezik egy bölcs mondás: „Az út maga a cél.” Miért lenne előnyösebb elindulni a nem 100%-ig helyes úton, mint egy helyben állni és halogatni?
8. Tegyük fel, hogy sok év távlatából tekint majd vissza erre az utazásra.
  - a) Miért lehetne akkor hálás, ha mégiscsak elindult?
  - b) Mit gondolna magában, ha mégsem indult el soha az utazására?

(Wehrle, 2017 nyomán)