

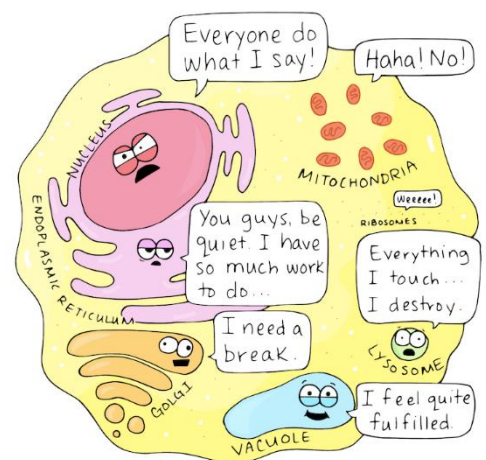
Módszerek, amikkel könnyebben meg tudod tanulni a feladott anyagot

Néha nehéz bemagolni egy verset, megjegyezni egy évszámot, egy csomó dolgot, információt megjegyezni, amit a tantárgyak megkövetelnek. Ehhez igyekszek kézzelfogható és jól használható ötleteket adni. Szinte mindegyiket kipróbáltam már középiskolás tanulókkal és működött. Találd meg a leginkább neked valót!

Akkor nézzük is:

I. Karikatúra készítése

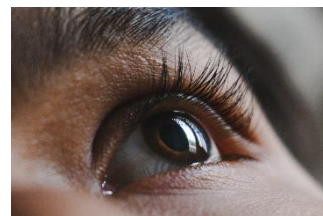
A lecke fontosabb részeit nem kiírod, hanem lerajzolod, lehetőleg úgy, hogy különleges, vicces legyen. Így csak a rajzot kell felelevenítened, nem pedig memorizálni a teljes szöveget. Minél meghökkentőbb, viccesebb, karakteresebb egy kép, annál könnyebb megjegyezni.



If organelles could talk
Beatrice the Biologist

II. Vessük be az érzékszerveinket!

(Minél több érzékszervünket bevetjük a tanulás során, annál mélyebb a bevésés. Általánosságban az olvasottak 10, a hallottak 20%-ára emlékszünk, a látottaknak pedig a 30%-ára. Ha valamit hallunk és látunk is, kb. az 50%-a marad meg, ha ezen túl ki is mondjuk az információkat, akkor már 70%. Ha ezen felül nem csak mondjuk, hanem csináljuk is, akkor 90%-uk is



megmaradhat a memóriánkban. Ezért érdemes több forrásból és többféle módon tanulni.)

a, Verstanulás énekkel

Ma már nagyon sok megtanulandó verset találhatsz megzenésítve a neten. Ha többször végighallgatod így a verset, nagyon hamar el is sajátíthatod. Például:

Petőfi Sándor: Szeptember végén. **(Ezt mindenképpen érdemes megnézni!!!):**

https://www.youtube.com/watch?v=KbXXkyWlk18&list=RDKbXXkyWlk18&start_radio=1

Vörösmarty Mihály: Szózat

<https://www.youtube.com/watch?v=yLuDmsQeFrw>

Balassi Bálint: Hogy Júliára találá:

<https://www.youtube.com/watch?v=WIUWFBBeQOfU>

József Attila: Tiszta szívvel:

<https://www.youtube.com/watch?v=bikCVRw5wFE>

(FONTOS !!!Ha így tanulsz, azért érdemes megnézni, hogy egyezik-e z együttes által énekelt szöveg a verssel!!!)



b, Verstanulás mozdulatokkal

Verstanuláshoz sok esetben használtam már a jelnyelvet. Nem kell ismerni a konkrét jeleket, mert magunk is alkothatunk olyan mozdulatokat, amiről eszünkbe jut a vers egy-egy sora. (Pl. „ég a napmelegétől a kopár szík sarja” – ehhez a mozdulat lehet olyan, mintha rágyújtana az ember egy képzelt cigarettára.)

De érdemes megnézni pár jelbeszéddel kísért dalt, hogy ötleteket adjon nektek.

<https://www.youtube.com/watch?v=r0cdfCwA-0I>

<https://www.youtube.com/watch?v=knwXL0PKJqE>



c, Verstanulás rappelve.

Például: Csokonay Vitéz Mihály: A reményhez:

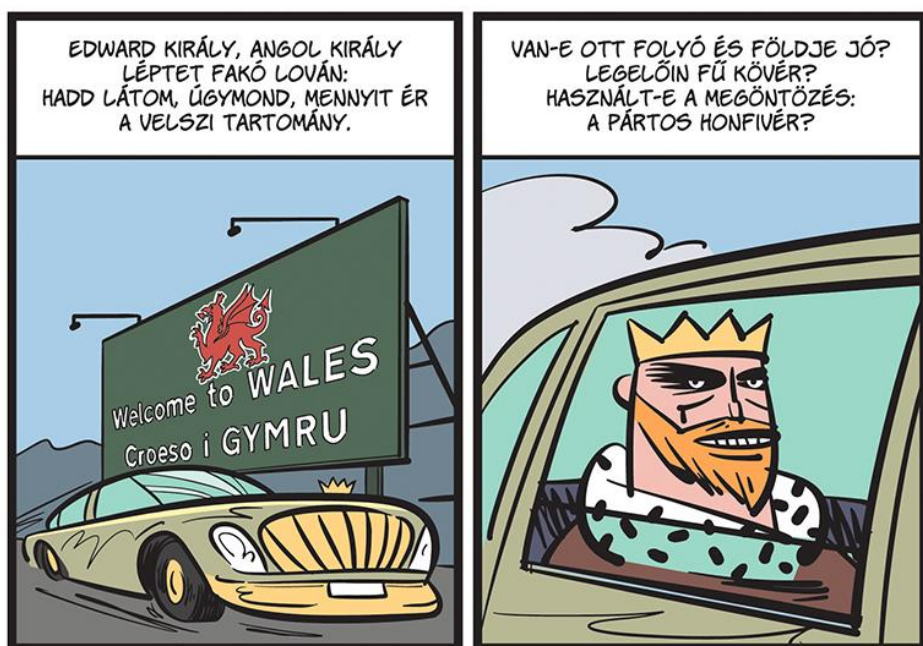
<https://www.youtube.com/watch?v=6HehC9sNiF4>

d, Egy teljes képregényt készíthetsz a versből

Ha erre nincs időd/energiád/tehetséged (mint az emberek 99%-nak) akkor felhasználhatod profi grafikusok munkáit is.

Az [Életben Maradnának](#) egy zseniális kezdeményezés. Öt nagy magyar költő egy-egy híres versét ültette át képregény formába öt magyar grafikus, képregény rajzoló. Nem csak

hogy elképesztő képi világot jelenítenek meg, de szerintem a versek is könnyebben értelmezhetőek a mai, modern embernek. [A walesi bárdok](#) például a mai környezetbe jelenik meg, óriásplakátokkal, rockerekkel és milliomos “nagyemberrel”.



III. Az útvonal módszer – egy ismert útvonalhoz kötjük a megjegyzendő listát. Kiválasztasz egy számodra jól ismert útvonalat, és minden állomáshoz, lényeges pontjához kapsz egy-egy fontos kulcsszót vagy fogalmat a tananyagból.

Például: Tegyük fel, a mai napi tananyag, amit memorizálnod kellene, az a csincsillák háziállatként való tartásáról szól.

Kiválasztasz egy számodra jól ismert útvonalat! Legyen például a 6-os villamos, mely megállóihoz fogunk kapcsolni egy-egy információt, és elképzeljük az összekapcsolt képeket.

Tehát egy csincsilla, a történetünk főszereplője.



1. **Móricz Zsigmond körtér** - Mi jut eszedbe a körtérről? Vagy a körtéről? Az, hogy gyümölcsöt csak korlátozott mennyiségben adj a csincsilláknak, azt is szárított formában, különben cukorbeteg lesznek.
2. **Budafoki út** - Ehhez is kéne valamit kapcsolni... ha a fokhoz nem is, de a foghoz tudunk: kedvenceid fogának koptatásáról is gondoskodnod kell, mert rágcsáló – ehető faágak tökéletesek erre a célra. (Képzeld el egy rágcsálót 30 centis fogakkal...)
3. **Petőfi híd** ... mi nem kell a csincsilláknak? Híd! Ugyanis ugrálnak, akár helyből egy méter magasra is! De a ketrecbe semmiképpen nem kell hidat tenni a különböző szintek közé, hiszen át tudnak ugrani egyikről a másikra. Itt elképzelheted, hogy a budai oldalról átugrik a kis rágcsáló a pesti oldalra.

4. **Boráros tér** - Még hogy bort adni csincsillának? Csak vizet, és frisset, nyáron hideget és naponta cserélni! Képzeld el, ha bort adná neki, hogy dülöngélne szegény jószág részegen. És még a májának sem tenne jót – ugyanúgy, mint az olajos magvak.
5. **Mester utca** - ha nem jut jobb az eszünkbe, akkor egy mester által készített fa ketrec fémrácsokkal tökéletes otthonául szolgál kedvencünknek.
6. **Corvin negyed** - negyed... ha negyedévente cserélnénk almot, akkor már elég... hmm... szennyezett lenne, így inkább cseréljünk gyakrabban, 1-2 hetente.
7. **Harminckettesek tere** - 32 csincsilla egy rakáson már nem kevés (azért képzeld el, és ezt a pontot is megjegyzed!), ennyit ne tartsunk, viszont egyedül sem szeretnek lenni, mert társas lények. Ha ketten vannak, az már jó.
8. **Rákóczi tér** - hát bizony Rákóczi idejében még országunkba nem tették tiszteletünket ezek a kedves kis állatok. Láttál olyan képet Rákócziról, hogy a vállán ül egy csincsilla? Ha nem, képzeld el! Miért hasznos ez a pont? Mert erről eszedbe juthat, hogy nem őshonos állat – az Andokból származik, ahol a hideghez szokott, így nyáron kánikulában egy hűvös – de lehetőleg huzatmentes – környezetet biztosíts nekik!
9. **Blaha Lujza tér** – igen, kell a csincsilláknak a tér! A ketrecből is ki kell engedni néha, hadd futkosson a szobában. Persze a kábelekhez ne engedd oda, mert elrágja, és megrázza az áram. (Gondolj bele, milyen lenne, ha teljesen fel lenne borzolva a szőre, és világitana, mint ahogy a rajzfilmekben ábrázolják viccesen az áramütést.)
10. **Széna tér** - És így tovább, de most már meg se álljunk a Széna térig, mert már majdnem mindent tudunk a csincsillákról, csak azt nem, hogy szénával is el kell látni őket.
11. **Szell Kálmán tér** - gondolj bele, hogy a szél hogy elfújná ezt a kis állatot, ezért is ne tedd a ketrecet szeles, huzatos helyre! És, itt a vége.

Így a megállókat felsorolva vissza tudsz emlékezni a tanult anyagra.

Lehet, hogy nem pont erre jársz, esetleg nem is vagy budapesti, de más útvonalakkal (gyalog, autóval, vagy a lakásban stb.) és tananyaggal ehhez hasonló történeteket kerekíthetsz.

Használd a képzeletedet!

IV: Történetalkotásos technika

Az információk közötti kapcsolatot teremtünk azokból egy összefüggő történetet írunk.

Például az öt megjegyzendő kulcsszó legyen most: **víz, autó, fa, toll, asztal**

Ehhez a következő történetet kerekíthetjük:

Kezdjük a **vízzel**, legyen a példánkban egy nagy folyó. **Autónkat** vezetve, elérjük a folyót, a vizet, viszont nem találunk hidat. Messze a távolban mintha felrémlene egy híd alakja, hát elindulunk arrafelé.

Ahogy közeledünk, egyre kevésbé örülünk annak, amit látunk, mert az csak egy **fából** készült rozoga híd. Mivel nincs más ötletünk, nincs mit tenni, megpróbálunk átkelni a fahídon, ami elég döcögős és ingatag. Azért vagyunk ilyen elszántak, mert golyóstollakat szállítunk egy irodába, és a csomagnak időben meg kell érkeznie.



Egy nagyobb döccenőnél azonban szétszóródnak a tollak, nagy részük kiesik az ablakon, és meg sem állnak a folyó fenekéig. A maradék rakománnyal megérkezünk az irodába, ahol már idegesen várnak minket. Az irodavezető az **asztalt** csapkodja mérgében, és láthatod is, hogy az asztalon minden megtalálható, ami egy irodában elengedhetetlen, kivéve a golyóstollat, mert az kifogyott, az új adag pedig már víz alatt van.

Így lehet történetet írni a megjegyzendő szavakhoz.

(Ezt átültetheted olyan információkra, mint például megtanulni a klór főbb jellemzőit – itt a kulcsszavak lehetnek: zöldessárga, fojtó szagú, mérgező, vízben oldódik, fertőtlenít.)



V. Mozaikszó

A megtanulandó lista kezdőbetűiből képzünk egy új szót, és azt jegyezzük meg. Akkor is működik, amikor a szavakat sorrendben kell megjegyeznünk, és akkor is, ha nem fontos a sorrend.

Egy 5 oldalas anyagrészt 15-20 kulcsszó megjegyzésével már nagyjából vissza tudsz mondani. Ha ezekből a kiválasztott kulcsszavakból alkotsz mozaikszavakat, az egy újabb kapaszkodó ahhoz, hogy könnyebben memorizáld az anyagot. Ha húsz kulcsszó van, annak kezdőbetűiből körülbelül 3 szót tudsz alkotni. Ez a három szó megjegyzése és felidézése gyakran már elég ahhoz, hogy folyamatosan tudj beszélni a témáról, mely eredetileg öt oldal volt.

A legjobb az, ha értelmes szót tudsz gyúrni a betűkből. Ha ez nem megy, akkor próbálj több rövidebb szót, vagy egy könnyen kimondható, megjegyezhető, mozaikszót alkotni, mely értelmetlen ugyan, de hangzásában hasonlít egy létező szóra.

Nézzünk példát egy bevásárló listával (itt ugye nem fontos a sorrend) : Tej, kenyér, vaj, paradicsom, olaj, sajt, élesztő, WC-papír. Ebből például a következő három rövid szót alkothatod: SOK VW TÉP, és ehhez társíthatsz egy élő képet: képzel el, amint sok Volkswagen autó „tép” egymás után iszonyatos sebességgel az autópályán...

A mozaikszó egyik változata, hogy ha csak mássalhangzók alkotják a listát, akkor érdemes kibővíteni magánhangzókkal. Vegyük példának a római számokat. 50-től felfelé viszonylag ritkán használatosak, ezért sokan nem jegyzik meg. Az 50, 100, 500, 1000 számokat az L, C, D, M betűk jelölik. Ha ezeket Te is könnyen összekevered, jegyezd meg a LÉC ÁDÁM nevet, és garantáltan eszedbe fog jutni, hogy is jelölik a római számokat 50-től fölfelé!

VI. Akrosztikon

Hasonló, mint a mozaikszó. Mindössze annyi a különbség, hogy itt nem szavakat, hanem mondatokat alkotunk, és a mondat egyes szavainak a kezdőbetűje lesz egyben a memorizálandó szavaink kezdőbetűje. Az 'a, az' határozott névelőket általában nem vesszük figyelembe, azoknak csak kitöltő funkciójuk van.

Például a hét vezérre (Álmos, Előd, Ond, Kond, Tas, Huba, Töhötöm) itt van két változat, melyeket kb. egy percre tartott megírni:

1. Átmegyek Ezen Országba, Ki Tudja, Hol a Török?
2. Árva Elefánt Ormányát Kinyújtva Tömi Hasába a Takarmányt



VII. Asszociáció

Egy új megtanulandó szót kapcsoljunk egy már ismert dologhoz, és alkossunk hozzá képet.

Például ha a korcsolya szó helyesírásában biztos vagy, de a gólya szóval hadilábon állsz, akkor képzelj el egy korcsolyázó gólyát. Ez a kép elég szokatlan ahhoz, hogy könnyen megjegyezd, és így eszedbe fog jutni, hogy a gólya szót „ly”-nal kell írni.

VIII. Évszámok

Ha egy számot kell megjegyezned, próbáld már ismert számokhoz kapcsolni.

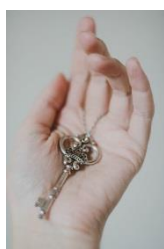
Ha a memorizálandó szám túl hosszú, akkor bontsd előbb részekre, kösd ismerős számokhoz. (Ismerős számok lehetnek: életkor, születésnapok, házsámok, árak, méretek, szerencseszám, autó rendszáma, TAJ szám stb.)

Pl: 1541 – Buda török kézre kerül, az ország 3 részre szakad (Te 15-én születél és a házsámotok a 41.)

1804 – Napóleon császárrá koronázása (18 évesen szeretnél az élet császára lenni, 04 – jó lenne, ha ez a dolgozat 4-est érne, mert az király (császár) lenne!)



IX. Szótanulás a hívószó, vagy kulcsszó módszerrel



Új szavak tanulása esetén egy hozzá kapcsolódó szó segítségével próbáld meg memorizálni!
Például:

folgen – követni

F(ehér) Olga követi a híreket.

rennen – rohanni

Reni rohan hozzám. Akkor elég konkrét kép, ha van Reni nevű ismerősöm, akit elképzelek felém rohanni.

Végezetül néhány jó tanács, amikről már biztosan hallottál, hogy segíti a tanulásodat:

1. Egyszerűen csak figyelj az órákon!
 2. Készíts órai jegyzetet!
 3. Mivel minden vizsga és dolgozat dátumát előre tudod, így célszerű őket egy naptárban vezetni!
 4. A tanulnivalót olvasd át, értsd meg! Húzd alá a lényegét, emeld ki a kulcsszavakat, készíts vázlatot!
 5. Kérdezz a tanártól, ha nem értesz valamit!
 6. Nyugodt környezetben kezdj el tanulni! A legjobb, ha rend is van körülötted.
 7. Szellőztess és legyen elég fény az olvasáshoz!
 8. Kapcsold ki a mobilodat! Ha viszont ragaszkodsz a tanulás melletti zenehallgatáshoz, olyan zenét hallgass, amihez nincs szöveg!
 9. Tisztázd, hogy mi a célod a tanulóssal!
Tovább szeretnél tanulni? Csak le szeretnél érettségizni? Javítani szeretnél egy tantárgyból? Hát akkor ehhez mérten kell nekiállnod a tanulásnak! Írd le egy papírra a céljaidat és tedd ki az íróasztalod fölé, hogy mindig szem előtt legyen!
 10. Tanulj folyamatosan, ne témazáró előtt kelljen mindent pótolni!
 11. Ha lehet, még aznap tanuld meg a leckét, amelyik napon feladták! Így még emlékezni fogsz az anyagra és hamarabb meg is tanulod!
 12. Tarts szünetet a tanulásban, amikor felállhatsz, mozoghatsz!
 13. Pihend ki magad, aludj eleget!
- 13+1** Ez szerintem a legfontosabb! Legyen olyan időtöltésed, amiben örömet leled és feltöltödsz (sport, olvasás, tánc, beszélgetés a barátokkal stb.), de ezek egyike se a számítógéphez vagy a mobilodhoz kössön téged!!!



Források:

<https://szakmablog.hu/tanulasi-modszerek/>

<https://vizsgadrukk.hu/hasznald-a-kepzeletedet-trukkok-az-anyag-konnyebb-felidezeséhez-mnemotechnikak/>

<http://www.ujnemzedek.hu/suli/a-legjobb-tanulasi-tippek-egy-helyen>

https://nlc.hu/egeszseg/20110309/131_tipp_a_sikeres_tanulashoz/

<https://365letszakra.hu/kreativ-memoriafejleszto-feladat/>

<https://weitzterez.hu/barhol-vegezhető-egyszerű-memoriafejlesztő-gyakorlat/>

<https://iqfactory.hu/blog/6-szorakoztató-tipp-tanulashoz/>

<http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/suli/4827/tanulasi-trukkok>

<https://www.mindenmegtanulható.hu/verstanulasi-trukkok/>