

# **TANULÁSMÓDSZERTAN**

**Helyi tanterv**

**2019**

### **Javasolt időkeret:**

Évi összes óraszám: 37 óra

Heti óraszám: 1 óra

### **Taneszköz:**

Oroszlány Péter: *Könyv a tanulásról. Tanulási képességet fejlesztő tréning 12-16 éveseknek.*  
AKG Kiadó, Budapest, 2000.

### **Mire való az iskola? (1. epocha)**

1. A tanulás mesterség!
2. Egy napom: mikor és hogyan tanultam eddig? Tanulási szokásaim, tanuláshoz való viszonyom (kérdőív kitöltése)
3. Tanuláshoz szükséges belső állapot, Tanuláshoz szükséges külső körülmények
4. Tanácsok a tanuláshoz. Tanulást segítő módszerek

### **A tanulás belső feltételei (2. epocha)**

5. Önismeret, önbizalom
6. Tanulási motiváció vizsgálata

### **A koncentráció (3. epocha)**

7. Figyelj csak! Nézz és láss!
8. Koncentrációs gyakorlatok
9. Ábrándozás és tanulás
10. Koncentrációs gyakorlatok
11. Hibajavítás
12. Tanulás stílus kérdőív kitöltésem kiértékelése
13. Emlékezési típusok

### **Beszédművelés (4. epocha)**

14. Beszédtechnikai gyakorlatok
15. A szókincsről teszt kitöltése
16. Felelet, témaismeret, kiselőadás
17. Szókincsfejlesztő gyakorlatok
18. Idegen szavak
19. Milyen a jó kiselőadás?
20. Jó tanácsok a kiselőadások készítéséhez
21. Kiselőadások készítése, előadása
22. A bevésés szellemi segítői
23. Kiemelés, kulcsszavak
24. Vázlatkészítés
25. Jegyzetelés
26. Gondolati térkép
27. Gondolati térkép
28. Idegen nyelvek tanulása

### **Kifejező olvasás (5. epocha)**

29. Olvasás és beszéd
30. Tréningezzünk!
31. Készülj a felolvasásra!
32. Blattoló olvasás
33. Saját szöveg írása, felolvasása
34. Élőbeszéd gyakorlása
35. Önértékelés: tanulási módszerek
36. Összefoglalás
37. Célkitűzések