

CSAK TUDNÁM, HOGYAN CSINÁLJAM!

Tanulás felsőfokon

TANULÁSI TECHNIKÁK

Olvasás

A kurzus az **EFOP-3.4.3.-16-2016-00005** azonosítószámú, „**Korszerű egyetem a modern városban: Értékközpontúság, nyitottság és befogadó szemlélet egy 21. századi felsőoktatási modellben**” című projekt támogatásával valósul meg.

Ki a jó olvasó? Ki tud jól olvasni?

- Szeret olvasni
- Olvasás közben felhasználja addigi ismereteit
- Kérdéseket tesz fel
- Következtet, összefoglal
- Belátja, mit értett meg, mit nem
- Különböző szövegeket képes a céltól függően, a leghatékonyabb olvasási technikát és módokat választva és alkalmazva, elolvasni, megérteni

Olvasási hibák, problémák

1. Hangos olvasás (vokalizáció):

- nem elég hatékony
- lassítja az olvasás sebességét (olvasás motorikus sebessége többszöröse a beszédnek)
- lehet hangtalan ajakmozgás is (nem is tudunk erről a szokásunkról)
- Leszokás – technikák (pl. papírszelet ajkak közt)

2. Szubvokalizáció (gondolatban mondjuk ki a szerzővel az egyes szavakat):

- Olvasmány szavaihoz kötődünk (nem a mögöttük rejlő információ tartalmát)
- Fékezi a gondolatok, a lényeg megragadását
- Nem tudatos, sokan tagadják is → leküzdése sem könnyű
- Leküzdése: tudatos gyakorlás kell
 - ✓ Egy elolvasott szakasz után saját szavainkkal összefoglaljuk az olvasott gondolatokat
 - ✓ Állást foglalunk
 - ✓ Olvasottakat grafikusan ábrázoljuk

Olvasási hibák, problémák

3. Szöveg ujjunkkal kísérése):

- Igen lassú, szavankénti olvasás tünete
- Meggátolja, hogy a szem szükség esetén egyszerre fogjon át akár egy egész írott oldalt

4. Szavak egyenkénti olvasása

- Egymás után olvasva a szavakat, nehéz felfogni a mondatok értelmét
- Egyenként megértik a szavakat, de nem tudják értelmezni egy mondatrész vagy mondat jelentését, üzenetét
- Az olvasás folyamata alatti haladás-megállás váltakozása nem megfelelő

Olvasás folyamata

Haladás/Mozgás (szakkád):

- A szem ugráló mozgásokkal halad előre a sorokon
- A sor végén a következő sor elejére ugrik
- Nem folyamatosan mozog, néha megáll
- Mozgások (szakkádok) gyorsak – nem érzékeljük

Megállás/Szünet (fixáció):

- $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{5}$ percig tart – amíg a látómezőbe eső betűsort azonosítjuk, felismerjük
- Minden fixáció alatt: balra kb. 4 karakter, jobbra kb. 10 karakterből emelünk ki információkat
- (írásrendszertől függ: héber, arab: balra több karakter)
- Gyorsabban haladunk a szövegben:
 - ✓ ha egy fixáció során minél hosszabb betűsort látunk és fogunk fel – a szem egyszerre egész szócsoportokat fog át, melynek értelmét az agy egyszerre ragadja meg
 - ✓ ha a fixációk minél gyorsabban követik egymást

Olvasási hibák, problémák

5. Regresszió:

- Már olvasott szóra, mondatra vagy egész bekezdésre visszatérés
- Szemünk gépiesen siklik tovább, szemmozgást nem követi szellemi tevékenység
- Oka: rossz szokás, beidegződés, koncentráció hiánya
- Kiküszöbölése: pl. takarjuk a már elolvasott szöveget; ellenőrizzük magunkat (bekezdésenként megállunk, visszaidézzük az olvasottak lényegét)

6. Sorváltáskor „keresgélés”:

- Rosszul olvasók egyik tünete: szemmozdulat túl rövid, vagy túl hosszú (alá vagy fölé lőnek), korrekciós szemmozgással találják meg a sor elejét
- Jó olvasók: egyetlen szemmozdulattal váltanak egyik sor végéről a másik sor elejére

Olvasási hibák, problémák

7. Azonos sebesség minden olvasmányfajtnál:

- Sebesség függ az olvasmány fajtájától és az olvasó szándékától
- Lassú olvasás nem biztosítéka a jobb megértésnek, sőt:
- Olvasás gyorsasága egyenes arányban a felfogás mértékével

6. Sok ismeretlen szó

- Könnyen orvosolható: szókincsét kell fejlesztenie

Olvasási módok, technikák

Olvasási célok:

- élményszerzés
- információszerzés
- tudásszerzés

Szöveg terjedelme:

- Internetes honlap megtekintése
- Szakcikk átfutása
- Krimi elolvasása
- Tudományos könyvek elolvasása

Olvasási módok, technikák

- Rövid szövegek feldolgozása:
 - Elegendő egyszer elolvasni
 - Rövid távú memóriánk nagy határfokú – egész szöveget egyszerre tudjuk szemlélni
- Hosszabb anyagok:
 - Többször kell elolvasnunk
- Olvasási stratégia:
 - akkor hatékony, ha tudjuk:
 - mi a célunk a szöveg elolvasásával,
 - mit akarunk megtudni,
 - milyen mélységű ismereteket akarunk szerezni,
 - fentiek tisztázása után határozzuk meg az olvasás módját.

A hatékony szövegértő olvasásnak befolyásoló tényezője, hogy az olvasó az általa ismert olvasási módok, technikák közül mit választ az aktuális olvasási célhoz.

A leggyakoribb olvasási módok

1. Átfutás:

- Általános benyomás szerzése.
- Tájékozódás, válogatás esetén szükséges.
 - ✓ *Kulcsszavak, kifejezések megtalálása – keresett információt tartalmazzák.*
 - ✓ *Új információk kiszemezgetése.*

2. Részletes, feltáró, aktív olvasás:

- *szakaszonként, mondatról-mondatra haladva „dolgozzuk fel”, értjük meg és értelmezzük az olvasottakat.*
- A tanulásnál ez az olvasási mód elengedhetetlen.

A leggyakoribb olvasási módok

3. Böngészés:

- A feltáró olvasás és az átfutás keveréke.
- *Szemünk végigfut az oldalakon, itt-ott elkapva egy-egy szót vagy kifejezést.*
- *Amikor valami érdekes vagy fontos információra bukkanunk, azt alaposabban átolvassuk.*
- Hasznos: neten keresgélünk valamilyen témában vagy az ajánlott olvasmányok esetében.

A leggyakoribb olvasási módok

4. **Fürkészés:**

- *Az információ lokalizálására szolgál, hol találjuk meg a szövegben azt a különleges kifejezést, témát, adatot, számot, amire szükségünk van.*
- Pl. vasúti menetrendből a vonatok indulási és érkezési idejét keressük
- a neten valamilyen adatot keresünk.
- Szakirodalom olvasásánál egy-egy résztéma, speciális adatok keresése esetén
- *szelektív olvasás – **skipping***
- Az olvasási sebesség nagyon magas, a figyelem összpontosítása erős.

A leggyakoribb olvasási módok

5. Kiragadás:

- Lényegkeresés, mire irányítja a figyelmet a téma, a szerző.
- Olvasás célja: megtaláljuk a *vezérgondolatot*.
- A tanulás első fázisában, amikor felmérjük az anyagot, érdemes mindig a vezérgondolatot keresni.
- A fő gondolatok keresése: érdemes a bekezdéssel kezdeni
- Tankönyvek: általában a bekezdés egy gondolatra épül.
- A tankönyvek szerzői gyakran nem kulcsmondattal indítanak, hanem egy példával, vagy párhuzammal, csak hogy bevezessék a fő gondolatot.

A leggyakoribb olvasási módok

6. Kritikus olvasás:

- a legnehezebb olvasási mód,
- ez igényli a legtöbb alapismeretet és a legéberebb figyelmet.
- folyamatosan mérlegelünk és vetjük össze az olvasottakat előző ismereteinkkel.
- Pl. adott témáról különböző szerzőktől származó megfogalmazásokat gyűjtünk össze, és ezek alapján saját álláspontot alakítunk ki.
- A kritikus olvasás házi dolgozatok, projektek, tudományos dolgozatok, kutatások előkészítésénél elengedhetetlen!

A leggyakoribb olvasási módok

7. Olvasás a tanulás szándékával

- elsajátítása elengedhetetlen a hatékony tanulás szempontjából
→ *tankönyvből való tanulás*
- mindenki saját egyéni stratégiája függvényében birkózik meg az anyaggal.
 - egyéni képességek
 - Gyakorlat
 - ki hová helyezi a nagyobb hangsúlyt tanulás közben.
- Biztos, megalapozott, mély tudás eléréséhez: kb. 3x olvasás

A leggyakoribb olvasási módok

A mindennapi életben mindegyik olvasási módot alkalmazzuk.

Legfontosabb: az egyes technikákat mindig a helyzeteknek megfelelően alkalmazzuk!

Az olvasási készség fejlesztése

Mentális tényezők fejlesztése

- Figyelemösszpontosítás
- Emlékezet
- Problémamegoldás
- Lényeg megragadás és feltárás
- Összefüggések felismerése
- Rendszeralkotás
- Szókincs terjedelme

Az olvasási készség fejlesztése

A szókincs fejlesztése

- Szegényes szókincs – új ismeretek szerzése nehézségekbe ütközik, nem tudjuk magunkat szabatosan kifejezni
- Szókészletünk korrelál az olvasási képességgel és az IQ-val
- Nagyon művelt felnőtt szókinccse kb. 25000 szó
- Olvasás: ismeretlen szavak – elakad az olvasás, megértést gátolják
- Szegényes szókincs – rontja az olvasás hatékonyságát
- Szókincs fejlesztése – szótárak használata ismeretlen szavak esetén
(pl. értelmező kéziszótár, idegen szavak szótára, szakszótár)

Az olvasási készség fejlesztése

A szókincs fejlesztése

- Szakkönyvek, tankönyvek:
 - idegen szavak, kifejezések jegyzéke
 - Vagy: fejezetek végén szójegyzék – kulcsfogalmak, kifejezések
- Szókártyák: ismeretlen szó/jelentése
- Saját szójegyzék – akár számítógépen – betűrendben keresés
- Szóelemzés – latin eredetű szavak: előtag + szótő + képző – számos kombináció
- Maga az olvasás bővíti a szókincsünket

Az olvasási készség fejlesztése

A vizuális és motorikus tényezők fejlesztése

- Olvasás sebességének növelése – vizuális és motorikus képességek fejlesztése révén
- Kísérletek: vizuális képességeink 1/5-ét sem használjuk ki
- Olvasás sebességét befolyásolják:
 - Betűk, szavak összefüggései – összefüggő, értelmes szavak felfogása, olvasása gyorsabb
 - Észlelés egésztől halad a részletek felé – ha olvasunk, nem a betűket látjuk, hanem a szavakat
 - Egy szó felismerése gyakorlott olvasónál: 200 ms
 - Szavak ismertsége
 - Olvasó érdeklődési körébe tartozó szavak olvasása rövidebb idő