

CSAK TUDNÁM, HOGYAN CSINÁLJAM!

Tanulás felsőfokon

FELKÉSZÜLÉS A VIZSGÁKRA, SZÓBELI ÉS ÍRÁSBELI VIZSGÁK

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.

Felkészülés a vizsgákra

1. Tisztítsd meg a naptáradat! → lehető legtöbb idő tanulásra

3. Alakítsd ki a stratégiádat!

- Mi a tanulnivaló? – fogalmak sorrendbe
- Hogyan készülj?
 - ✓ Előadások diáinak átnézése
 - ✓ Jegyzetelés / jegyzetek átnézése
 - ✓ Ajánlott cikkek elolvasása
 - ✓ Összefoglalók készítése
 - ✓ Fogalmak átbeszélése másokkal
 - ✓ Videók megnézése
 - ✓ Gyakorlás korábbi vizsgakérdések megválaszolásával

2. Tájékozódj a vizsga jellegéről!

- Vizsgatájékoztató (időtartam, segédeszközök, kérdések típusa)
- Tananyag legfontosabb részei
- Már levizsgázott diákok tapasztalatai

4. Készíts tervet!



Időterv készítése

- *reális tanulási önismeret:*
 - Mekkora anyagmennyiség / nap?
 - Hányszor kell ismételnem?
 - Mennyire vagyok jó az adott tárgyban?
- *Előismeret a megtanulandó anyagról:*
 - Nehéz vagy könnyű?
 - Megvan minden szükséges anyagom: tételek, előadásjegyzetek, könyvek?
 - Boldogulok magamban / szükségem lesz tanulótársakra?
- *A felkészülési idő kb. 10%-át ne táblázzuk be!*
 - Vésztartalék – váratlan, előre nem látható események, csúszások

Makroszintű terv

HÉT	HÓNAP	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
1.	Dec.	¹⁴ Gyógy.Kém tanulás	¹⁵ Gyógy.Kém tanulás	¹⁶ Gyógy.Kém tanulás	¹⁷ Gyógy.Kém tanulás	¹⁸ Gyógy.Kém VIZSGA	¹⁹ F.gnózia tanulás	²⁰ F.gnózia tanulás
2.	Dec.	²¹ F.gnózia tanulás	²² F.gnózia tanulás	²³ F.gnózia VIZSGA	24	25	26	²⁷ Gy.technol. tanulás
3.	Jan.	²⁸ Gy.technol. tanulás	²⁹ Gy.technol. tanulás	³⁰ Gy.technol. tanulás	31	1	² Gy.technol. tanulás	³ Gy.technol. tanulás
4.	Jan.	⁴ Gy.technol. VIZSGA	5	6	7	8	9	10
5.	Jan.	11	12	13	14	15	16	17
6.	Jan.	18	19	20	21	22	23	24
7.	Jan.	25	26	27	28	29	30	31

When you realize how close exams are



Mikroszintű terv

NAP	A HÉT NAPJA	TANULNIVALÓ
1.	Kedd	Tankönyv 1-3. fejezet
2.	Szerda	Tankönyv 4-5. fejezet
3.	Csütörtök	Tankönyv 6-8. fejezet
4.	Péntek	Tankönyv 9-12. fejezet
5.	Szombat	Jegyzetek átnézése
6.	Vasárnap	Jegyzetek átnézése
7.	Hétfő	Ismétlés
8.	kedd	VIZSGA

Felkészülés a vizsgákra

5. Tanulj!

- ✓Több részletben nézd át az anyagot!
több napra elosztva
- ✓Ellenőrizd magad!
Feladatsorok megoldókulcsa
→ mi sikerül
→ mivel kell még többet foglalkoznod
- ✓Fejleszd a feladatmegoldó készségedet!
Mitől jó egy válasz a vizsgán?
Mennyi idő áll rendelkezésre?
- ✓Teszteld a tudásodat!
előadásdiák, jegyzetek – ne csak átolvasd!



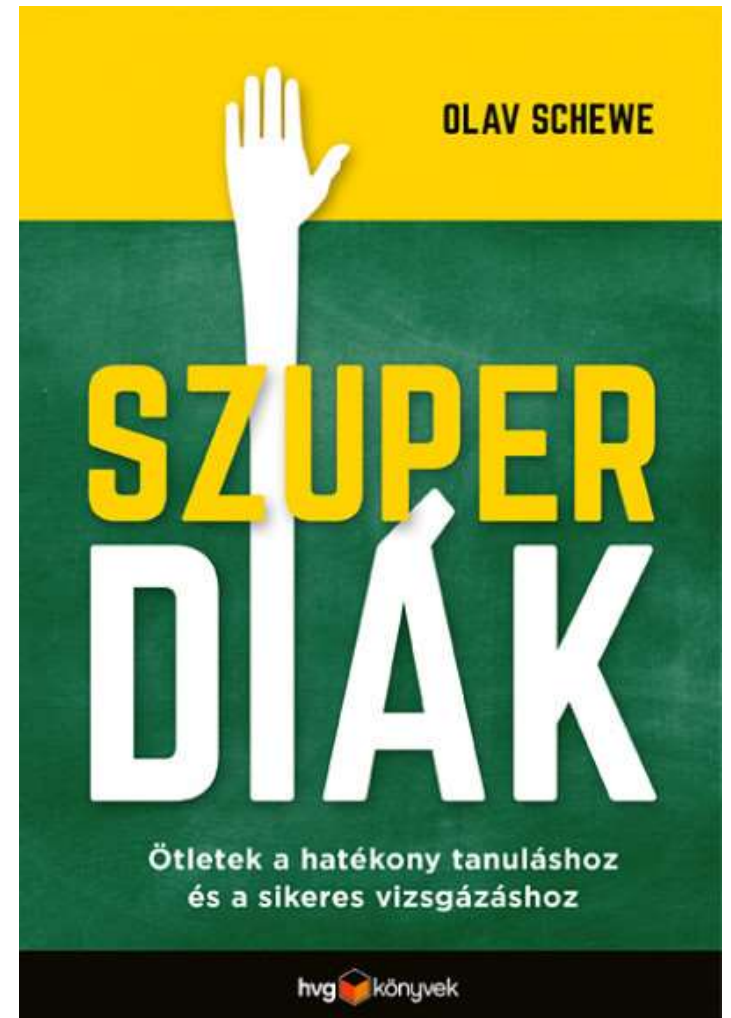
Vizsgára felkészülés/Tanulás több fázisban

- *Előkészítés* (felkészülési *idő* kb. *fele*):
 - anyag tömörítése,
 - lényeg kiemelés,
 - kijegyzetelés,
 - tétel kidolgozás
- *Rögzítés/bevésés fázisa* (tanulásra szánt *idő* kb. *negyede*):
 - ismétlés és rendszerezés
 - Ismeretlen új anyag ne!
 - Fejezetről fejezetre, tételről-tételre haladva ismételjünk,
 - oldjuk meg a feladatokat,
 - válaszoljunk az önellenőrző kérdésekre.
- *Ismétlés* (kb. az *idő 10%-a*):
 - a rögzítési fázisban készített kivonatos anyaggal foglalkozzunk!
 - újra áttekintjük a teljes anyagot,
 - „aha, emlékszem, tudom” élménye \Rightarrow biztonságérzet, önbizalom; vizsgadrukk \downarrow

Időterv készítése

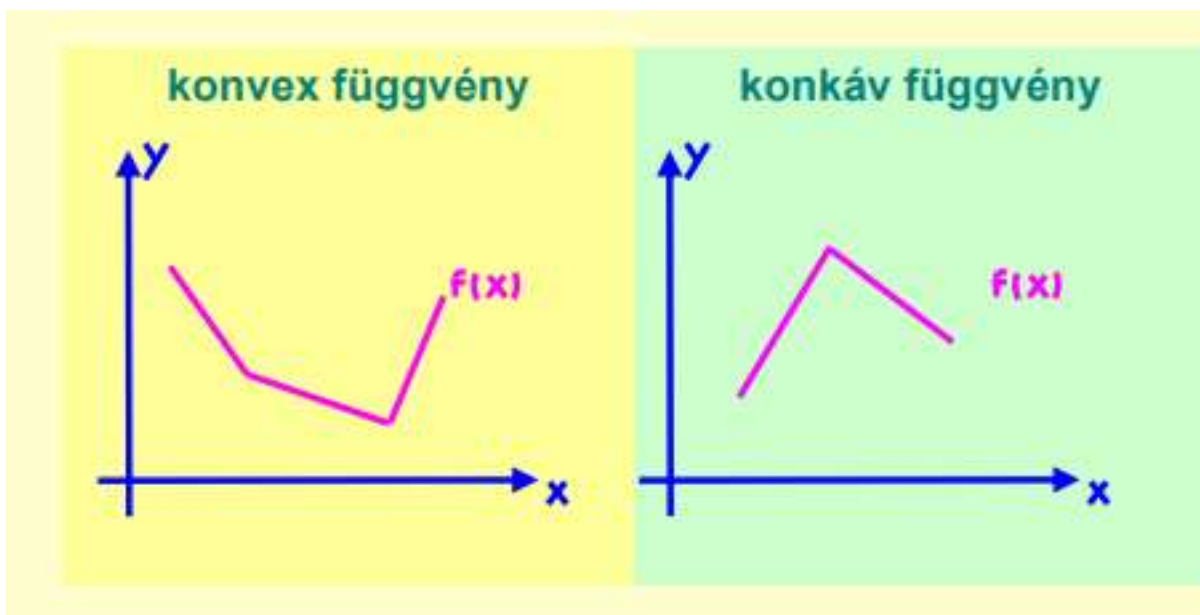
- ✓ Lista a tennivalókról, időbeosztásról – pipáljuk ki, mit végeztünk el!
 - ⇒ jól végzett munka öröme,
 - ⇒ szorongásunk enyhül
 - ⇒ motiváltabbak leszünk a további tanulásra
- ✓ Ha jól megtervezzük a felkészülést ⇒ 6-8 óra tanulás egy nap elegendő lehet.
- ✓ Használjuk ki a reggeli, délelőtti órákat!
- ✓ Hagyjunk elegendő időt a pihenésre, rekreációra!
- ✓ Vizsgaidőszak: fokozott megterhelés ⇒ figyeljünk életvezetésünkre, táplálkozásunkra, pihenésre!
- ✓ *A legjobb terv se ér semmit, ha nem tartjuk be!*

Memóriatechnikák



Asszociáció

KONKÁV



Csoportosítás

Pl. telefonszámok

Melyiket könnyebb megjegyezni?

6-8-6-8-4-2-4

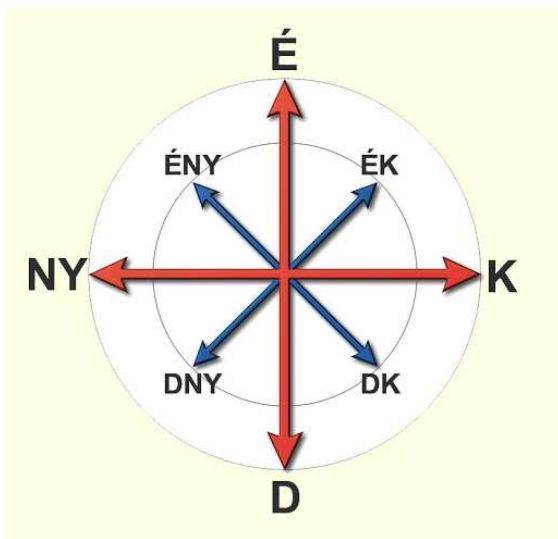
686-8424

Mintázatok

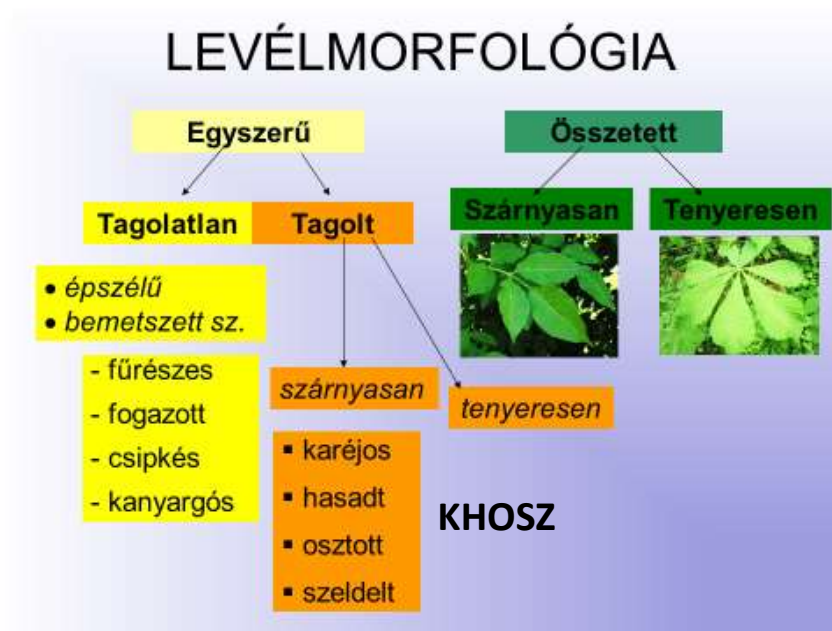
Pl. Mississippi - *minden dupla*

Rímelő sorok

„Előttem van észak,
háтам mögött dél,
balra a nap nyugszik,
jobbra pedig kél.”



Mozaikszavak / Mondatok alkotása



„Íme a szám, a híres, nevezetes pi.”
3,141592

Villámkártyák

KÉPLETEK

a kör
területe

$$T = r^2\pi$$

SZÓTÁR

ISKOLA

SCHOOL

ADATOK

ENSZ

***Egyesült Nemzetek
Szervezete:***

Alapítás: 1945

Székhely: New York

193 tagállam

Vizsgadrukk

Mértéke függ:

- Természetes feszültség feladatmegoldás előtt
 - Énkép, önbizalom
 - Felkészülés mértéke
- ✓ Egészséges mértékű szorongás → kezdő löket, készülésre hangol
- ✓ Kissé megemelkedett izgalmi szint – vizsgán is hasznos:
- a szervezet egészét aktiválja,
 - a teljesítmény javulását eredményezheti.
 - hosszú távú emlékezet – asszociációk
 - asszociáció és kombináció – az előhívási "pályákat" tartják karban
 - gondolkozás - tárolt információk után kutatunk
 - szunnyadó idegsejtek aktivizálódnak,
 - idegcsoportok összekapcsolódnak
 - sikeres előhívás

Szóbeli vizsgák

- Vizsgáztató előzetes megismerése, jó benyomás keltése
- Vizsgán jó megjelenés, fellépés
- Ha választhat, kezdje azzal a tétellel, ami a legjobban megy!
- Építse fel a mondanivalóját!
- Adja elő!
- Túl részletes kidolgozás + felolvasás kerülendő!
- Magabiztosan adja elő, ne keltse bizonytalanság érzetét!
- Ne motyogjon!

Szóbeli vizsgák

- Térjünk ki saját megfigyeléseinkre, tapasztalatainkra!
- Ha a vizsgáztató kérdez
 - Pontosan a kérdésre válaszoljunk!
 - Ha nem érti pontosan, kérdezzen vissza!
 - Ha bizonytalan a válaszban, gondolkodjon hangosan!
 - Ne mondja rögtön, hogy nem tudja a választ!
- Ha a vizsgáztató túl hosszan beszél ...
 - Próbáljon bekapcsolódni monológjába!
 - Mutasson jegyzetére, ahol Ön is leírta ugyanazt!
- Ha a vizsgáztató elkéri vázlatunkat....
 - Legyen jól áttekinthető, logikusan felépített!

Írásbeli vizsgák

- Először nézzük át a feladatlapot!
 - Hány, milyen típusú feladat?
 - Melyik fajsúlyosabb?
 - Hogyan osszuk be az időnket?
- Azt írjuk le először, amit tudunk!
- Egy kérdést se hagyjunk válasz nélkül! (kivéve: pontlevonás rossz válasz esetén)
- Gondosan olvassuk el, értelmezzük az utasításokat!
- Pontozási szabályokat tanulmányozzuk!
- Nézzük át, ellenőrizzük válaszainkat!
- A dolgozat legyen esztétikus (rendezett, áttekinthető, olvasható)!