



## TANULÁSTRÉNING

### TANULÁSI EREDMÉNY ALAPÚ TANTÁRGY TEMATIKA

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Képzés neve:</b>     | Általános orvosképzés  |
| <b>Tantárgy címe:</b>   | <b>Tanulástréning – AOK-OMSZV781</b>   |
| <b>Tantárgy típusa:</b> | szabadon választható   |
| <b>Tanév és félév:</b>  | I-III. évfolyam / őszi és tavaszi félév  |
| <b>Tantárgyfelelős:</b> | <b>Dr. habil Molnár Éva Ph.D.</b> – egyetemi docens<br>Magartástudományi Intézet (6722 Szeged, Mars tér 20.)<br>e-mail: molnar.eva@med.u-szeged.hu |
| <b>Tanóra típusa:</b>   | <b>szeminárium</b>   |
| <b>Heti óraszám:</b>    | 2  |
| <b>Kreditérték:</b>     | 2  |
| <b>Értékelés:</b>       | gyakorlati jegy (5)  |
| <b>Előfeltétel:</b>     | -  |

#### Tantárgy célja:

A kurzus célja, hogy az orvostanhallgatók tanulási képességei és stratégiái fejlődjenek; hatékony tanulási szokásokat alakítsanak ki, illetve alkalmazzanak gyakrabban, és ezzel párhuzamosan csökkentsék a nem hatékony tanulási viselkedéseiket kognitív, metakognitív, érzelmi, motivációs és viselkedéses területeken, ami együttesen segíti a vizsgákra való hatékonyabb felkészülést, valamint a lemorzsolódás csökkenését. Az alapozó, előkészítő kurzus további célja, hogy az első-három tanévben felkészítse az orvostanhallgatókat a tanulási erőforrásaik, valamint a számonkéréssel kapcsolatos stressz hatékony kezelésére és jógyakorlatok alkalmazására.

#### Kimeneti követelmények:

##### Tudás

- Érti a tanulás modern értelmezését.
- Ismeri a kurrens tanulási modelleket és az önszabályozás modelljét.
- Ismeri a hatékony és nem hatékony tanulási stratégiákat.
- Ismeri az emocionális, motivációs és megküzdési stratégiákat, és tisztában van ezek hatékonyságával.
- Ismeri a hatékony időgazdálkodás komponenseit és érti ezek összefüggéseit a tanulásra nézve.

##### Képesség

- Képes teljesíthető és megvalósítható tanulási célok kitűzésére, amiket személyes fejlődése figyelembevételével fogalmaz meg.
- Képes tanulási feladatait realisztikusan megtervezni, saját tanulási folyamatát hatékonyan nyomon követni és ellenőrizni.
- Képes hatékony tanulási, emocionális, motivációs és megküzdési stratégiákat választani a feladataihoz, ezeket jól alkalmazni
- Képes csoportos és együttműködő tanulási helyzetben eredményesen részt venni.

##### Attitűd

- Felismeri a szándékos tanulás és a megfelelő stratégiahasználat jelentőségét.
- Fölismeri a saját tanulási viselkedése vizsgálatának, változtatásának a szükségességét.



- Törekszik hatékony önszabályozásra a tanulás során.
- Érdemi hozzájárulásra törekszik csoportfeladatok megoldásakor.

#### **Autonómia – Felelősség**

- Felelősséget vállal a saját fejlődéséért és autonóm módon tud tanulni.

#### **Témakörök:**

- A tanulás fogalma, folyamata, szinterei.
- Hatékony tanulási modellek.
- Az önszabályozás képessége (az önszabályozás folyamatai; célkitűzés, tervezés, monitorozás, önellenőrzés).
- Az önszabályozott tanulás modellje (az önszabályozó folyamatok a tanulásban; hatékony időmenedzsment; személyre szabott tanulási terv).
- A tanulást akadályozó/hátráltató stratégiák (halogatás, perfekcionizmus; önhátráltatás; védekező pesszimizmus).
- Hatékony tanulási stratégiák (kognitív stratégiák – hatékony jegyzetelés, fogalomtérkép; mnemotechnikák – a rögzítés, előhívás megerősítése).
- Emocionális és motivációs stratégiák és alkalmazásuk (megküzdési stratégiák; motivációs stratégiák; negatív érzelmek feloldása a tanulásban; stresszel való megküzdés).
- Csoportos tanulási feladatok kezelése.

#### **Módszerek:**

- Korábbi tanulási szokások feltárása és tudatosítása: saját tanulási esemény megfigyelése, elemzése, értékelése; kérdőíves vizsgálat.
- A hatékony tanulás modelljének megalkotása személyes tapasztalat alapján, összevetése kurrens tanulásmodellekkel.
- Hatékony tanulási technikák, stratégiák tanulása a kognitív, metakognitív, érzelmi, motivációs és viselkedéses területeken konkrét egyéni és csoportos tanulási feladatokon keresztül.
- Tanári modellálás, formatív értékelés.

#### **A tárgy teljesítésének feltételei, vizsga követelményei:**

- Az órák látogatása kötelező. Legfeljebb 3 esetén a mulasztott órák anyagához kapcsolódó feladatokat jelöl ki az oktató a részvétel pótlására. 4 vagy több hiányzás esetén a kurzus nem teljesíthető.
- Óráról órára kiadott, saját tanuláshoz kapcsolódó házi feladat elkészítése (pl. tanulási terv, tanulási cél megfogalmazása, fogalomtérkép-készítés, jegyzetelés, összefoglalás, mnemotechnika, tanulási napló).
- Tanulási projektmunka (a kurzus alatt készített feladatok összegyűjtése és kritikai elemzése a saját fejlődés értékelésével). Formai követelmények: 5-7 oldal, Times New Roman betűtípus, 12-es betűméret, másfeles sorköz.

#### **Értékelés:**

- Aktív részvétel a szemináriumokon
- Házi feladatok és írásbeli projektmunka elkészítése

#### **Kötelező irodalom:**

- D. Molnár, É. (2010). A tanulás értelmezése a 21. században. *Iskolakultúra*, 20(11), 3–20.  
<http://www.iskolakultura.hu/index.php/iskolakultura/article/view/21083>



- Nagy, Z., & D. Molnár, É. (2017). Tanulást hátráltató, nem hatékony stratégiák és korrigálási lehetőségeik. Magyar Pedagógia, 117(4), 347–363.

[http://www.magyarpedagogia.hu/document/Nagy\\_MPed20174.pdf](http://www.magyarpedagogia.hu/document/Nagy_MPed20174.pdf)

**Ajánlott irodalom:**

- D. Molnár, É. (2013): Tudatos fejlődés. Az önszabályozott tanulás elmélete és gyakorlata. Akadémiai Kiadó, Budapest. ISBN 978 963 05 9400 4
- Deli, É. & Buda, M. (2007): Tanulástanítás? Élvezetes tanulás. Budapest: Dinasztia Tankönyvkiadó. ISBN 978 963 657 376 8
- Ginnis, P. (2018): Tanítási és tanulási receptkönyv. Budapest: Alexandria Kiadó. ISBN 978 963 447 175 2
- Grüning, C. (2011): Az eredményes tanulás titka. Hogyan javíthatunk olvasási és tanulási képességeinken? Partvonal, Budapest. ISBN 978 963 9910 71 3
- Metzsig, W. és Schuster, M. (2003): Tanuljunk meg tanulni! Medicina Kiadó, Budapest. ISBN 963 242 797 1
- Oroszlány, P. (2006). Könyv a tanulásról. Budapest: Független Pedagógiai Intézet Tankönyvcentruma. ISBN ISBN 963 8328 73 8

