5 NEJČASTĚJŠÍCH CHYB PŘI UČENÍ SE CIZÍCH JAZYKŮ

ANEB JAK SE UČIT EFEKTIVNĚ A ZÁBAVNĚ



Objevte nové způsoby efektivního učení, o kterých vám ve škole neřekli. Změňte své nefunkční postupy učení právě teď.

UČÍTE SE ANGLIČTINU NEBO JINÝ CIZÍ JAZYK MNOHO LET?
STÁLE NEJSTE NA POKROČILÉ ÚROVNI?
POTŘEBUJETE SE NAUČIT CIZÍ JAZYK ZA KRÁTKOU DOBU?
CHCETE PODPOŘIT V UČENÍ SVÉ DĚTI?
POTOM JE TATO E-KNIHA PRÁVĚ PRO VÁS!



Také patříte k těm, kteří si přejí mluvit anglicky, německy nebo francouzsky? Je to přirozená touha většiny z nás. **Zbořit překážky v cestování, získat možnost studia nebo práce v zahraničí.** Ne nadarmo se říká: Kolik jazyků umíš, tolikrát jsi člověkem.

Bohužel většina z nás také vůbec neví, jak na to. Jak se jazyk učit a opravdu naučit. Příčinou jsou zastaralé a nezábavné metody učení, které od učení dřív nebo později odradí i ty největší vytrvalce. Motivaci vystřídá frustrace z nedostatečných výsledků a učení je u konce.

Je načase to změnit! **Pojďte s námi zjistit, jak cizí jazyky studovat opravdu účinně.** Získejte skvělé výsledky, díky kterým začnete znovu důvěřovat svým schopnostem a začněte se učit znovu a s chutí.

Co vám přinese tato e-kniha?

V této knize vám vysvětlím, jak dobrovolně sabotujete svůj úspěch při učení a také jak můžete snadno změnit své výsledky při studiu, nejen cizích jazyků. Abyste se mohli stát úspěšnější verzí sebe sama a mohli žít šťastný a naplněný život.

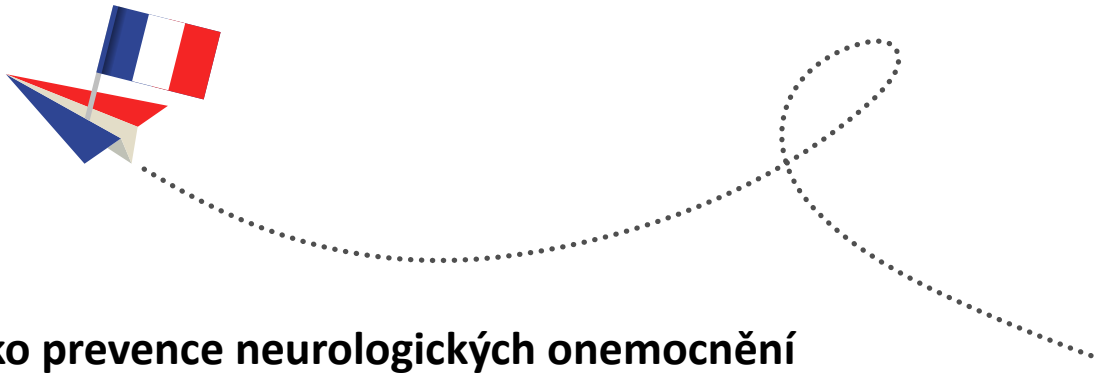
Všechny metody a postupy, o kterých píši v této e-knize, používám každý den na sobě a učím je své studenty. Nejedná se tedy o teoretické poznatky, ale o praxi a zkušenostmi prověřené metody.

Je možné naučit se cizí jazyk za pouhé 3 měsíce?

Jsem učitelkou anglického jazyka a spolutvůrkyní online programu Angličtina eLingo.

Moderní metody učení využívám ve svém životě každý den. V současné době se dvacet minut denně učím francouzštinu, abych dokázala, že **je možné se naučit i náročný cizí jazyk za tři měsíce.** A to i přes skutečnost, že francouzštinu ke svému životu nutně nepotřebuji.

Když o tom tak přemýšlím - potřebuje ji můj mozek. Pokaždé když se totiž naučíte něco nového, váš mozek se změní pozitivním způsobem. **Vytváří se nové nervové spoje.**



Cizí jazyky jako prevence neurologických onemocnění

Učit se novým věcem je nejlepší prevencí proti neurologickým onemocněním a mnoha formám demence, jako je např. **Alzheimer.** Už jen z tohoto důvodu bychom se měli studiu jazyků věnovat.

Mozek je obdivuhodně plastický (mozkové obvody nejsou pevně dané, mozek se mění s každým novým učením) u většiny lidí i ve vyšším věku, a to znamená, že kdokoliv, bez ohledu na věk, má možnost se cizí jazyk naučit.

5

NEJČASTĚJŠÍCH CHYB PŘI UČENÍ SE CIZÍCH JAZYKŮ

Co lidé při učení se cizích jazyků dělají špatně?
Jaké jsou nejrozšířenější mýty o studiu cizích jazyků?
Proč chodit do jazykovky jednou týdně není tou nejlepší cestou pro získání jazykových znalostí?

1

BIFLOVÁNÍ Z UČEBNICE – PROČ NEFUNGUJE?



Neefektivní způsob učení vypadá takto: sednu si k učebnici cizího jazyka a znovu si v duchu čtu, co jsem si četla před deseti minutami. Poznáváte se? Máte výsledky? Pokud používáte tento nejrozšířenější způsob učení, provádíte tzv. biflování a učení vám jde pravděpodobně velmi ztěžka.

"Studenti, kteří opětovně pročítají studijní texty, mohou díky plynulosti čtení nabýt mylného dojmu, že již učební látku umí a budou si ji schopni vybavit. V důsledku toho přeceňují získané znalosti, a proto pak selhávají v testech."

Zdroj: Nauč se to! (Henry L. Roediger III, Mark A. McDaniel, Peter C. Brown)

V čem je největší problém tohoto zastaralého způsobu učení?

Tím **nejdůležitějším smyslem při učení se cizího jazyka je totiž sluch.** Je to logické - lidé, kteří jsou od narození hlušší, mají problém naučit se svůj mateřský jazyk a velké potíže mají také při studiu cizího jazyka. Nenaučí se správně intonovat, mají potíže s výslovností atd. Proto se učí znakovou řeč, kterou vnímají zrakem. Většina studentů cizích jazyků se vlastně učí stejným způsobem - **jako kdyby byli hlušší** – když koukají do učebnice, na místo toho, aby poslouchali a opakovali to, co slyší.

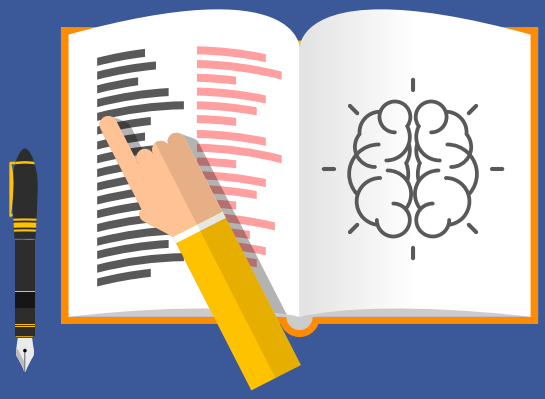
Jak se učí jazyk malé děti?

Nejpřirozenější metoda učení se cizího jazyka využívá sluch. Malé děti se učí tak, že **poslouchají a opakují**. Nenásilně a přitom velmi efektivně. Učení se cizího jazyka z tištěné učebnice je způsob výuky, který patří do 20. století. Je to způsob pomalý a frustrující, který vydrží dlouhodobě a pravidelně provozovat jenom ti největší dříči, kteří mají hodně volného času.

Jsem přesvědčena o tom, že do pár let tištěné učebnice cizích jazyků přestanou existovat, protože je nahradí kvalitní online kurzy.

2

MEMOROVÁNÍ SAMOSTATNÝCH SLOVÍČEK



Další chybou, kterou studenti při učení dělají, je samostatné biflování se slovíček.

Podělím se s vámi o mou osobní zkušenost. Když jsem chodila na gympl, byla jsem přebornicí v biflování německých slovíček. Metodou neustálého "čučení" do učebnice, jsem si nasypala do hlavy tisíce slovíček. Umíte si představit, jak "zábavné" a zdlouhavé to bylo. Stovky hodin času a výsledky nevalné.

Memorování slovíček má mnoho negativ

Z izolovaných slovíček **lze jen pomalu a těžce skládat věty.** A bez vět se jaksi mluvit nedá, to se ví. Každý jazyk má svoji specifickou větnou strukturu, takže pokud se učíte výše uvedeným způsobem a biflujete se samostatně slovíčka bez jejich použití ve větě, nutně musíte při psaní a mluvení dělat chyby. A to nemluvě o tom, že z vás cizí jazyk "leze jako z chlupaté deky."

Věřte mi, je to moje vlastní zkušenost.

Když se biflujete slovíčka zvlášť, používáte tzv. čechizmy a **učíte se cizí jazyk nevhodně.** Máte tendenci skládat slova k sobě tak, jak jste na to zvyklí ze svého rodného jazyka. Používáte věty, které by rodilý mluvčí nikdy neřekl, a kterým z tohoto důvodu často ani nerozumí.

Samostatné biflování se slovíček vede k obrovské frustraci při učení se cizího jazyka.

Kdežto **když se učíte slovíčka ve větách, přirozeně intuitivně vnímáte i gramatiku.** Věty mají význam, takže váš mozek vnímá, v jakém kontextu je může v budoucnu použít.

Doporučuji zejména učit se krátké dialogy, protože ty vás skvěle rozmluví.

3

UČENÍ SE Z FILMŮ V PŮVODNÍM ZNĚNÍ



Mám ráda učení se cizích jazyků z filmů a sama tuto zábavnou metodu používám. Podotýkám však, že **tento způsob není pro každého. Proč?** Pokud jste v cizím jazyce začátečníkem nebo falešným začátečníkem, to množství neznámých frází a slov, které ve filmu uslyšíte, vás bude frustrovat a vaše výsledky nezlepší.

Kdy můžete tuto metodu úspěšně používat?

Pokud již daný cizí jazyk slušně ovládáte, **sledování filmů v cizím jazyce vám pomůže vaše znalosti udržet a dále prohlubovat.** Můžete totiž stavět na základech, které již máte a další slovíčka a fráze budete chápat díky kontextu. Doporučuji si neznámá slovíčka vyhledat a naučit se jejich použití ve větě.

Z vlastní zkušenosti vám mohu potvrdit, že když nějaký cizí jazyk ovládáte, je potřeba, abyste si tyto **znalosti udržovali, třeba právě koukáním na filmy nebo používáním zábavného online programu.** V opačném případě se mozek nepoužívaných znalostí časem zbaví – jednoduše se vám z hlavy vypaří. Stejně jako se to kdysi stalo mně s francouzštinou.

Před patnácti lety jsem jela studovat do Francie v rámci programu Erasmus. Před odjezdem jsem se musela bleskurychle naučit francouzštinu, měla jsem na to jen tři měsíce. Po příjezdu z Francie jsem ale francouzštinu vůbec nepoužívala a to, **co jsem tehdy uměla, se za 15 let nepoužívání jazyka ztratilo.** Kdybych se hned po příjezdu z Francie pravidelně koukala na filmy ve francouzštině, mohla by být situace teď úplně jiná. Nyní jsem ve francouzštině na úrovni falešného začátečníka.

Z toho vyplývá, že znalosti a dovednosti, které jsou pro nás zajímavé, důležité a pravidelně procvičované, nám zůstávají.

Můj manžel Janko získal slušné základy angličtiny na gymplu. Měl skvělou učitelku, která svoji práci milovala. Během studia na vysoké škole zhlédnul stovky filmů v angličtině a přesto, že nikdy nežil v zemi, kde je angličtina domácím jazykem, anglicky mluví velmi dobře. A to také vyvrací mýtus, že musíte vycestovat do zahraničí, abyste se naučili cizí jazyk opravdu dobře.

4

NEPRAVIDELNOST

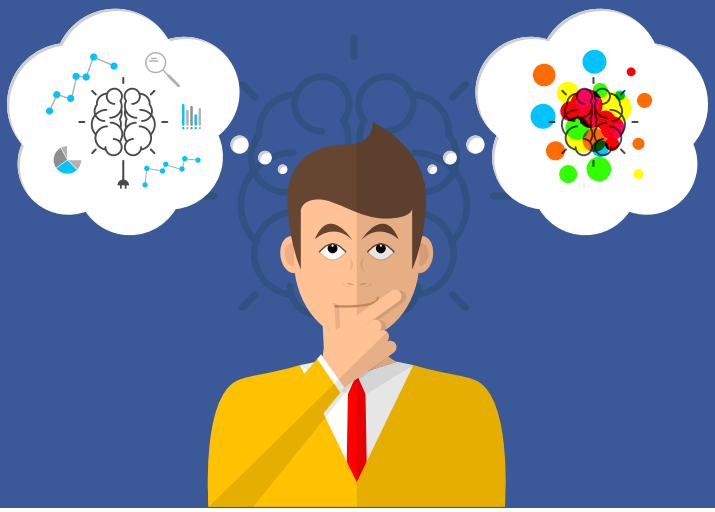


Mnoho lidí sází na různé **jazykové kurzy a lekce v jazykových školách.** Bohužel praxe a zkušenosti mých studentů potvrzují, že je tento způsob učení zdlouhavý a nepřináší požadované výsledky.

Věnovat se učení jednou týdně opravdu nestačí. Náš mozek a paměť fungují na určitých principech, které je potřeba pro úspěšné získání jazykových znalostí respektovat. Tyto principy neobejdeme, ani kdybychom se sebevíce snažili. Naučené věty a slovíčka v nich musíme zafixovat do dlouhodobé paměti, abychom si je byli schopni kdykoli vybavit. Jak na to? Vše se dozvíte v další části této e-knihy.

5

GRAMATIKA BEZ PŘÍKLADŮ POUŽITÍ



Ti nejlepší učitelé cizích jazyků vědí, že existují **dva typy studentů: analytičtí a intuitivní.** První skupina se učí za pomocí své logické a analytické vědomé mysli. Potřebují se učit gramatiku a je pro ně **důležité logicky porozumět tomu, co se učí.** V dnešní době je marketingově líbivé dělat jazykový kurz bez gramatiky. Pravdou je, že určitá skupina studentů, dobře vysvětlenou gramatiku, potřebuje.

Druhá skupina studentů je intuitivní. Učí se pomocí své emoční intuitivní podvědomé mysli. Větné vzorce nasávají jako houba, **gramatiku intuitivně vnímají z vět** a nemají větší potřebu se jí detailněji zabývat (tak se učím já).

Naše Angličtina eLingo je vytvořena pro oba typy studentů. Můžete si vybrat, co chcete studovat. Zda gramatiku s příklady vět na kartičkách, praktické dialogy, nebo se chcete dobře bavit se zábavnými příběhy a vtipy. Pro všechny typy studentů však platí, že při vysvětlování gramatiky musí být uveden dostatečný počet vět jako příklad použití gramatiky. **Učit se gramatiku, bez příkladů použití ve větách, je chybou.**

Klíčem k úspěchu při studiu je umět vyhodnotit, jakým typem studenta jste a podle toho zvolit svůj ideální způsob učení.

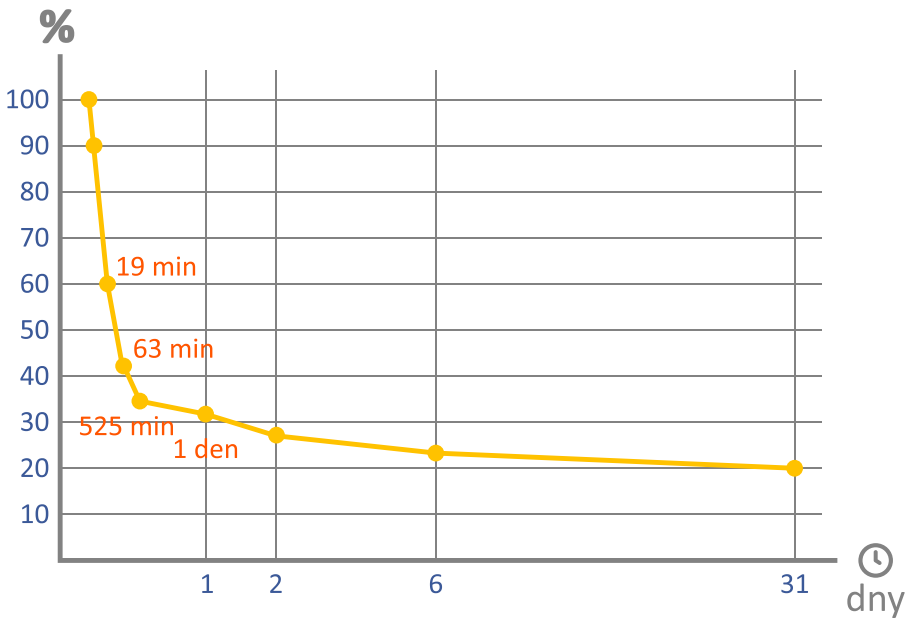
MODERNÍ METODY EFEKTIVNÍHO UČENÍ

V této části e-knihy vás seznámím s metodami učení, které využívají výsledky výzkumů a poznatky vědců. Věřím, že tyto metody brzy vystřídají zastaralé postupy, které jsou nyní bohužel stále využívány ve školách a v kurzech.

ROZKOUSKOVANÉ OPAKOVÁNÍ A IDEÁLNÍ ČASOVÝ PLÁN UČENÍ



Nejznámější a v psychologii nejuznávanější výzkum paměti pochází od doktora Ebbinghause. Možná již znáte křivku zapomínání. Pokud ne, podívejte se na tento obrázek.



Výzkum doktora Ebbinghause říká, že:

Do 24 hodin zapomeneme 70 % toho, co se naučíme.

Abyste zabránili procesu zapomínání, doporučuji vám zopakovat si vše, co jste se naučili, a to po 10 minutách od okamžiku učení.

Jaký je ideální časový plán učení?

Po 20 minutách učení si udělejte 10minutovou přestávku. Nejlepší je věnovat se o přestávce fyzické práci. Toto střídání mentální a fyzické aktivity pomáhá upevnit paměťové stopy v mozku. Až se vrátíte k učení, vzpomínejte na vše, co jste se učili. Tato část učení se nazývá **trénink vybavování.**

Znalosti, které si chceme uchovat do budoucna, je třeba nějakým způsobem posilovat. Pokud vědomě trénujete vybavování informací ze své paměti, posilujete paměťové stopy v mozku a váš mozek je může dále propojovat s dalšími předchozími znalostmi.

Jak se učit tak, aby byly vaše znalosti opravdu trvalé?

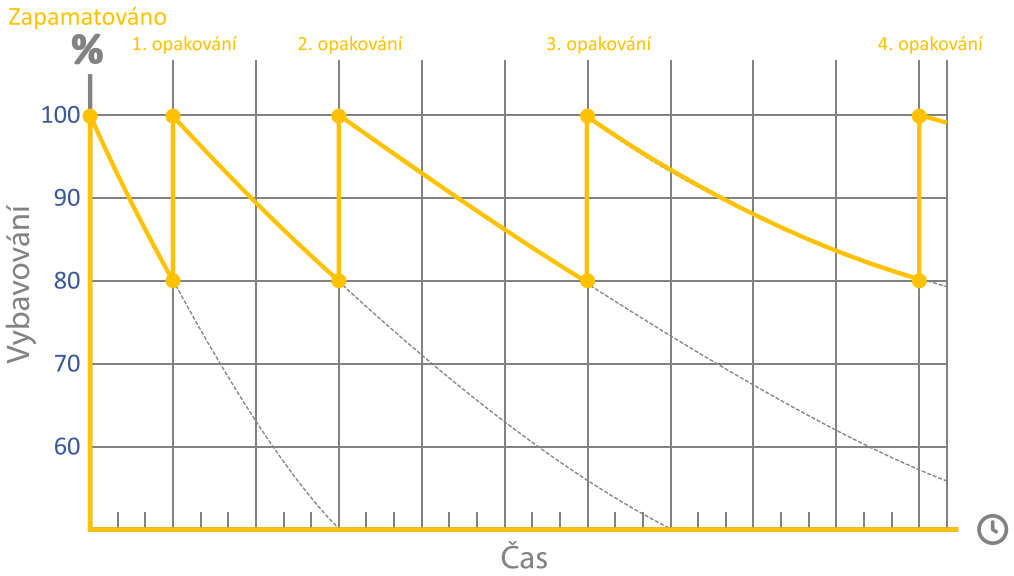
Psychologové, kteří se zabývají učením, radí **nechat paměť trochu „vyblednout“.** Jen tak se můžete něco naučit opravdu trvale. Pomocí postupného rozkouskovaného opakování a posilováním paměťových stop **budete záměrně trénovat vybavování informací z vaší paměti.**

A to je přesně to, co při učení nejvíc potřebujete.

Účinné přesunutí znalostí z krátkodobé do dlouhodobé paměti

Když převádíte novou látku z krátkodobé do dlouhodobé paměti, musíte ji tam nejdříve spolehlivě ukotvit **postupným rozkouskovaným opakováním** – opakováním, které probíhá správným způsobem podle zásad efektivního učení.

První opakování by mělo nastat 10 minut po naučení informace, další by mělo následovat do 24 hodin, potom po týdnu, měsíci a následně po šesti měsících, případně v jiných intervalech v závislosti od typu učiva.



Tímto způsobem si přesunete fráze, jazykové vzorce a věty, které jste se v cizím jazyce naučili, z krátkodobé do dlouhodobé paměti. Tak zůstanou vaše již napořád a vy začnete mluvit automaticky a s lehkostí.

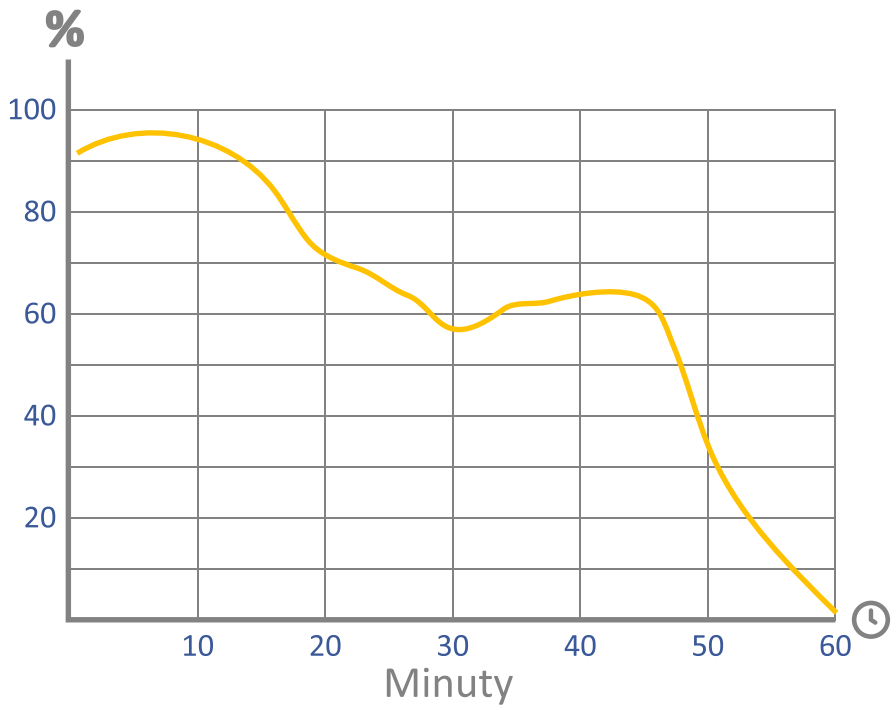
PRINCIP ROZLOŽENÉHO UČENÍ



Další metoda, která pomáhá nejen při učení se cizích jazyků, je tzv. rozložené učení.

Rozložené učení znamená, že studujeme látku více než jednou, přičemž mezi jednotlivými fázemi ponecháme určitý časový interval. Ideální je proto učit se cizí jazyk (a vlastně cokoliv jiného) **dvacet minut každý den**, a pravidelně opakovat to, co jste se již naučili.

Po dvaceti minutách totiž výrazně klesá pozornost a začíná být zaplněna kapacita krátkodobé vědomé paměti.

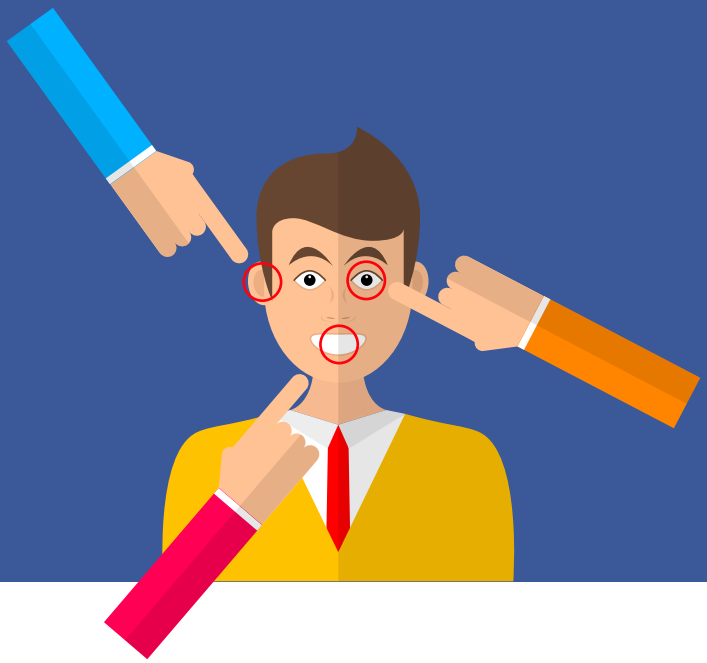


Pokud chodíte do jazykové školy jednou týdně na 90 minut, využijete naplno jen prvních 20 minut a těch zbylých 70 minut bohužel přijde vniveč. Ty jste bohužel zaplatili zbytečně.
Doporučuji svým klientům učit se každý den 20 minut denně z online školení Angličtina eLingo **a chodit do jazykovky maximálně na konverzaci.**

Tato kombinace vám zaručí správné studium a aktivní používání jazyka. Tímto způsobem se učíte, procvičujete a opakujete v pravidelných intervalech, což **zaručuje přesun učiva z krátkodobé do dlouhodobé paměti.**

Jediná metoda, která spolehlivě funguje, je učit se cizí jazyk **20 minut denně.** Je naivní myslet si, že si zajedete na týden na intenzivní jazykový kurz, vrátíte se a budete perfektně ovládat angličtinu.

ZAPOJTE DO UČENÍ VŠECHNY SMYSLY



Jak už jsme si řekli, číst slovíčka a věty z učebnice nestačí. Při učení je důležité vnímat jazyk více směry – **vidět, slyšet, mluvit,** zapamatování podpořit obrázkem. Jen tak si znalosti vštípíte do paměti a snáze si je vybavíte, když je budete potřebovat.

V Angličtině eLingo podporujeme učení se všemi smysly. Sluch je při učení se samozřejmě tím nejdůležitějším smyslem. Když je navíc ozvučená věta spojena s obrázkem, mozek si ji vybaví o to snadněji.

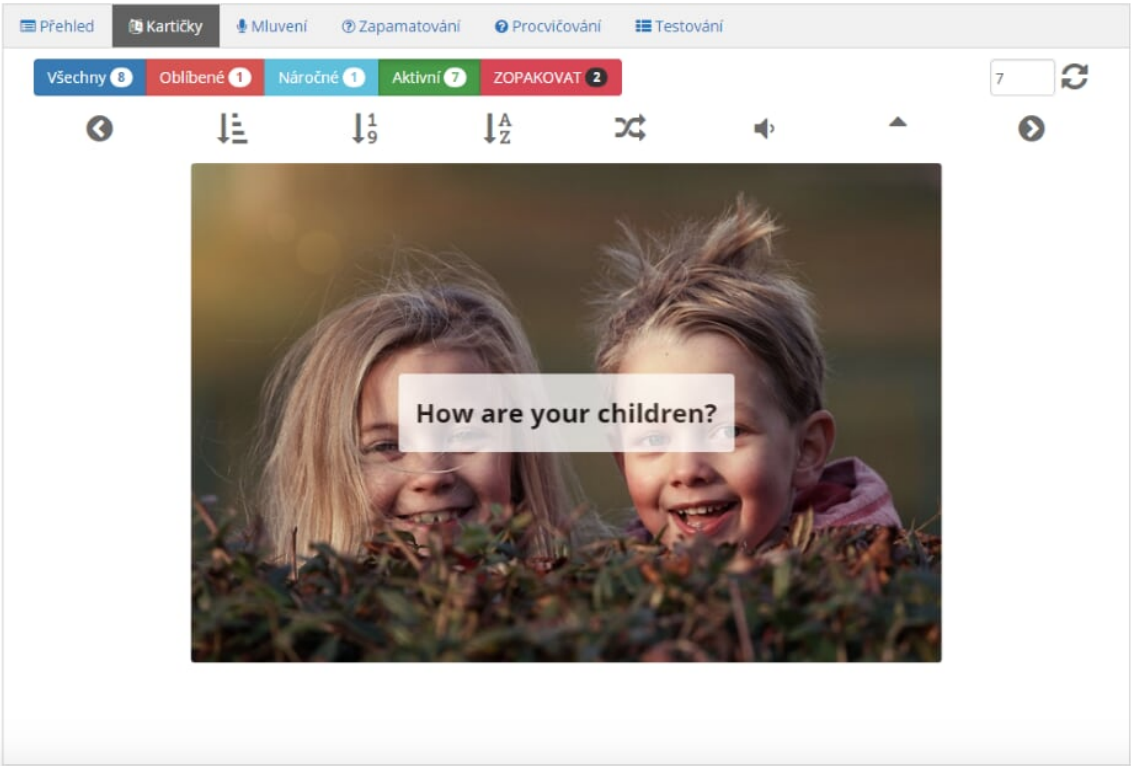
MODERNÍ METODY UČENÍ VYUŽÍVÁ ONLINE KURZ ANGLIČTINA ELINGO

Náš online program je postaven na nejlepších metodách učení, které vycházejí z empirických výzkumů.

Jak funguje online kurz [Angličtina eLingo?]

Kouzlo online kurzu [Angličtina eLingo] **spočívá v ozvučených kartičkách.**

Kartičky obsahují fotku nebo obrázek a anglickou větu společně s českým překladem. Zdůrazňuji – větu, ne pouze slovíčko.



Co je podstatné - **anglickou větu nejen vidíte, ale také slyšíte** v podání rodilého mluvčího. Vašim úkolem je větu nahlas zopakovat. Poté si v duchu nebo nahlas řeknete její význam.

Otočíte kartičku a dostanete okamžitou zpětnou vazbu. Pokud větu z kartičky neumíte, systém vám nabídne, abyste si ji zopakovali znovu. Kartičky procvičujete a opakujete do té doby, než vše bezpečně znáte.

Po 20 minutách učení si dejte na **10 minut přestávku.** Nejlepší je střídat mentální práci s fyzickou (já například střídám učení s úklidem).

PO PŘESTÁVCE PROCVIČOVÁNÍ



Po deseti minutách se vrátíte k **procvičování**, které funguje takto:
Podíváte se na kartičku, zopakujete větu nahlas podle výslovnosti.
Řeknete si nahlas nebo v duchu odpověď (překlad věty na kartičce)
a zobrazíte si odpověď.
e vaše odpověď správná? Označíte kartičku ✓ **Umím to**. Není? Označíte ji ✕ **Příště znovu**. Na konci se vám zobrazí výsledek a pokračujte s kartičkami až do té doby, než si je všechny budete umět správně vybavit. Tento způsob učení je **efektivní, protože vyžaduje úsilí při vybavování informace,** čímž její paměťovou stopu ve vašem mozku posiluje.

Psychologické výzkumy ukázaly, že pokaždé, když se usilovně snažíte vybavit si to, co se právě učíte, posilujete tím zapamatování. Studujete-li znovu něco, na co jste si nedokázali vzpomenout, naučíte se to ve výsledku lépe, než kdybyste si předtím nezkusili vzpomenout. Vybavování látky posiluje její uchování v paměti a vaši schopnost si ji v budoucnu vybavit.

Zdroj: Nauč se to! (Henry L. Roediger III, Mark A. McDaniel, Peter C. Brown)

Nepodporujeme samostatné biflování slovíček, proto **u nás klasický slovníček nenajdete.** Pokud však některé slovíčko přece jen neznáte, stačí jej označit, kliknout na symbol slovníku a překlad se zobrazí.

Ozvučené kartičky napomáhají procesu vybavování. To znamená, že jste nuceni vše, co jste se naučili, doslova lovit v paměti. Tímto způsobem se informace přesunují do dlouhodobé paměti.

Kartičky si můžete také zamíchat a tím o něco zvýšit obtížnost tréninku. Výzkumy totiž dokazují, že když při učení vyvíjíte zvýšené úsilí, kvalita učení bude vyšší.

TESTOVÁNÍ VÁS BUDE BAVIT!



Potom, co si kartičky procvičíte, následuje oblíbená fáze - **zábavné testování.**

Empirické výzkumy totiž potvrzují, že když si potom, co ukončíte učení, uděláte test na ověření vašich znalostí, vaše schopnost si tyto informace dlouhodobě pamatovat, bude lepší. **Když se učíte cizí jazyk z učebnice, chybí vám okamžitá zpětná vazba,** kterou v online školení Angličtina eLingo nebo Němčina dLingo dostáváte okamžitě.

TRÉNINK MLUVENÍ S OKAMŽITOU ZPĚTNOU VAZBOU



Velkou výhodou kurzu Angličtina eLingo je trénink mluvení: **Program vyhodnocuje, zda věty říkáte a vyslovujete správně.** Správnou výslovnost odmění motivující pochvalou.

Můžeme zjednodušeně říci, že v naší online škole probíhá učení takto: posloucháte, díváte se, procvičujete, jste aktivní při používání jazyka, učíte se vyslovovat - mluvíte, děláte si zábavné testy a opakujete v pravidelných intervalech, aby se zaručil přesun z krátkodobé do dlouhodobé paměti.

Obtížnost se každým dnem nepatrně zvyšuje. Každý den na vás čeká zábavná krátká lekce plus máte kartičky na opakování.

Náš systém je také plně flexibilní. Studenti se u nás můžou rozhodnout, kde začnou, co se chtějí učit, zda praktické dialogy, gramatiku s příklady vět nebo se jen dobře bavit s vtipy v angličtině. Mohou vyřadit věty, které se učit nechtějí.

Zkušenosti našich studentů vypovídají o tom, že jeden rok je maximální doba, během které se začátečník posune na pokročilou úroveň.

PROČ JSOU NESNÁZE PŘI UČENÍ ŽÁDOUCÍ?



Bohužel většina lidí skončí s učením hned, jakmile narazí na první větší nesnáze a těžkosti. Možná vás šokuji svým prohlášením, že **určité nesnáze jsou při procesu učení prospěšné.** Obtíže, které vyžadují více úsilí a zpomalují objektivní postup v učení – jako je např. postupné rozkouskované učení nebo střídání metod učení, způsobí, že nám učení v daný moment bude připadat méně produktivní, ale bohatě to vykompenzuje skutečnost, že **naučené znalosti budou silnější, přesnější a trvalejší.**

Uvedu konkrétní příklad: když se budete učit slovíčka samostatně, na začátku budete mít mylný pocit, že jste se toho hodně naučili a že postupujete rychle. Naopak je o něco náročnější učit se nová slovíčka ve větách, vyžaduje to o něco více úsilí, ale naučené znalosti jsou nakonec kvalitnější, přesnější a trvalejší. Když se navíc začnete učit slovíčka ve větách v podobě jednoduchých dialogů, **můžete začít mluvit od prvního dne studia.**

Učení cizího jazyka je jako cvičení v posilovně. Když se mu budete věnovat pravidelně a používat ty správné postupy, výsledky se zaručeně dostaví.

ZÁVĚR

Tuto e-knihu jsem chtěla nazvat provokativně: Proč jsou Češi na jazyky hloupí.

Ve skutečnosti si o Češích nemyslím, že jsou hloupí, pouze používají hloupé a zastaralé strategie učení, které vedou k neúspěchům při učení, nízkému sebevědomí a vzniku začarovaného kruhu neefektivního učení.

To, že lidé používají špatné strategie učení, není vůbec jejich vina. Naučili se je ve školách a předávají si je z generace na generaci.

Když jsem vyprávěla Brianovi - rodilému mluvčímu, se kterým zdokonaluji Angličtinu eLingo - o tom, že jsem se za tři měsíce naučila francouzštinu, řekl mi: **„Wow, ty musíš být velmi chytrá.“** Odpověděla jsem mu: "Není to věc chytrosti nebo talentu. Dokáže to každý, kdo to doopravdy dokázat chce, a pokud používá ty správné strategie učení."

To, co se podařilo mně, můžete dokázat i vy, když budete vědět jak. Základní návod pro efektivní učení máte již teď ve svých rukou, a to díky této e-knize.

Pokud se chcete dozvědět více, doporučuji vám tištěnou knihu: Naučte se anglicky[1], která vysvětluje principy učení a fungování našeho mozku podrobně. Strategie v ní uvedené můžete použít pro studium jakýkoliv cizího jazyka nebo jiného předmětu, který si vyberete.

Pokud chcete začít s učením angličtiny hned a využít všechny moderní metody učení naplno, **přihlaste se do našeho online kurzu eLingo**, který vás povede učením krok za krokem. **Díky praktickému učení ve větách můžete začít používat fráze okamžitě.**

Přeji vám mnoho úspěchů při učení!

Vaše Marie Michaličková

