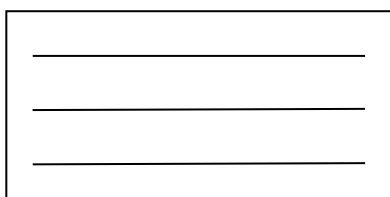


Multitasking - segíti vagy hátráltatja az ütemezett feladatok elvégzését?**Melléklet**

1. **Bevezetés:** A tanár felméri, hogy a diákok mit tudnak a multitaskingról, és megkérdezi, hogy szerintük ez a munkamódszer segít-e időt megtakarítani. A diákok példákat adnak olyan helyzetekre, amelyekben egyszerre több feladatot végeznek. A tanár bemutat egy másik koncepciót, amely jobban illusztrálja az agy működését, miközben egyszerre több feladatot végez.

2. **Multitasking tesztek végrehajtása**

1. feladat. A diákok 3 vízszintes vonalat rajzolnak a papírra egy téglalapban.



A gyakorlat első része az, hogy a lehető legrövidebb idő alatt írjuk le azokat a betűket, amelyek a következő szavakat alkotják: "A kapcsolási feladat tolvaj", majd a következő sorba a számokat 1-től 27-ig. A tanár bekapcsolja a stopperórát és 35 másodpercet mér.

Az egésznek így kell kinéznie:

A s w i t c h t a s k i n g egy tolvaj

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27

Ezután a diákok ugyanazt a szöveget és ugyanazokat a számokat írják, de felváltva, azaz s, 1, w, 2, i, 3 stb. A tanár ismét stopperrel méri az időt. Ezúttal a diákoknak 60 másodpercük van a feladat elvégzésére.

60 másodperc elteltével ellenőrizzük, hogy kinek sikerült elvégeznie a feladatot a megadott időn belül. Tapasztalták-e a diákok a váltásnak 3 mellékhatását?

A feladatok közötti váltás három mellékhatása:

- Időpocsékolás
- A hibák megsokszorozódása
- Növekvő stressz

Bővebben az alábbi link alatt:

<https://www.youtube.com/watch?v=5eQyf1rx2HA>

(Próbálja ki a multitasking gyakorlat mítoszát! | A Multitask Test frissített verziója)

2. **feladat.** A diákokat arra kérjük, hogy számoljanak meg két különböző szimbólumot, amelyek egyszerre jelennek meg a képernyőn: kék köröket és piros kereszteket. Minden szimbólumot külön számolunk.

3. feladat. A diákok két egymást átfedő felvételt hallgatnak. Ezután megoldanak egy tesztet, hogy lássák, mire emlékeznek mindkét hallott szövegből.

<https://www.youtube.com/watch?v=z-8JdsNWZiM>

(Át tudod adni ezt a multitasking tesztet? | A figyelem pszichológiája)

Megbeszéljük az eredményeket.

4. feladat. A diákok filmen nézik a golyókat, és megszámozzák azokat, amelyek visszapattannak a körbe. A film után ellenőrizzük az eredményeket. Megkérdezzük, hogy észrevett-e valaki valami szokatlant a videóban. Valószínűleg a diákok hiányolták a dinoszauruszt, a kör alakjának változását és a "mosolygó labdát".

<https://www.youtube.com/watch?v=tMiyzuO1qMs>

(Mit tesz a multitasking az agyaddal | BBC ötletek)

(Megmutathatjuk a tanulóknak egy videó részletét, amely elmagyarázza, miért veszélyes vezetés közben telefonon beszélni, még kézibeszélővel is.)

3. Összefoglalás: A tanár a diákokkal együtt listát készít a kapcsolófeladat mellékhatásairól:

- Hibák
- Dekoncentráció
- Időpocsékolás - az agynak időre van szüksége ahhoz, hogy újra összpontosítson egy feladatra.
- A részletekre való figyelem hiánya
- Alacsonyabb hatékonyság - a feladatok végrehajtása több időt vesz igénybe, mintha egyenként végeznénk el őket; a feladatok végrehajtásának minősége rosszabb
- Stressz
- Fáradtság

Biztassuk a tanulókat, hogy próbáljanak egyszerre csak egy feladatra összpontosítani, és szüntessék meg a zavaró tényezőket.