

עוזי גולן טל-פקס - 0 777 000 222 Uzi Golan Tel-fax
טלפון נייד 054 333 2222 mobile phone
דואר אלקטרוני golanuzi@orange.net.il e-mail -
<https://sites.google.com/site/englishteacheruzigolan>

כיצד לשפר את אוצר המילים WORD POWER- VOCABULARY

לא סתם קוראים לאוצר המילים – "אוצר" יש לו ערך כה חשוב כמו ל"אוצר".
באנגלית קוראים לאוצר המילים גם : WORD POWER .
כמות מילים גדולה נותנת אכן "כוח" לשפה.
העשרת אוצר המילים הוא רק פן אחד של השפה, כדי לשלוט בשפה בכללותה יש ללמוד את כללי הדקדוק של השפה בנוסף לאוצר מילים עשיר.
אם נעשה אנלוגיה לתחום כל כך מרכזי בחינוך – אוכל :
כדי להכין מתכון אנחנו חייבים רכיבים (אוצר מילים) והוראות (הכללים של השפה) כדי שנצליח להכין את המאכל באופן הטוב ביותר.
אם אין לנו את שני הפרמטרים הללו לא נצליח במשימה .

כיצד ניתן לשנן ולזכור פירוש (ואיות) מילים באנגלית?

הקדמה

נושא הזיכרון הוא נושא שתמיד העסיק את כולנו ועדיין מעסיק אותנו במיוחד בימים אילו כאשר האוכלוסיה המבוגרת במאה ה 21 סובלת יותר ויותר ממחלת הדימנציה (שיכחה) .
הצעירים שביננו שאליהם מכוון מאמר זה, לא סובלים מדימנציה, אבל יש תלמידים שיש להם סימפטומים שמזכירים את הבעיה הזו.
כולנו נולדנו שונים עם גנים שונים, לחלק מאיתנו יש זיכרון טוב יותר ולחלק פחות טוב .
את "מטען הגנים" שירשנו מההורים לא ניתן לשנות .
נתקלתי בתלמידים מחוננים שהטבע בירך אותם בגנים טובים והם יכולים לזכור דף מילים של 10-15 מילים בפחות מ 30 שניות, אבל זה היוצא מהכלל ומאמר זה לא מיועד אליהם .

מה שכן ניתן לעשות זה לעבוד עם הכלים שיש לנו ולשפר את יכולת הזיכרון עם היכולות והגנים שיש לנו בקצת יותר עבודה ורצון .

אז מה עושים ?

1. **שינה** – כולנו חייבים לישון-ולישון היטב . שינה טובה לא רק שמשפרת את הבריאות, היא גם משפרת את הזיכרון ואת יכולת הלמידה שלנו.
ילדים ומתבגרים צריכים לישון 9-10 שעות בלילה, שינה רציפה ואיכותית .
ללכת לישון כמה שיותר מוקדם !

2. **תזונה** – כולנו חייבים לאכול – אוכל טוב ובריא.
תזונה בריאה ונכונה כמו שינה טובה, לא רק שמשפרת את הבריאות, היא גם מחזקת את הזכרון ואת יכולת הלמידה .לא מומלץ ללמוד על בטן ריקה .
בלי "דלק", המוח, במקום "לעבד" את מה שאנחנו מנסים ללמוד, הוא "יאבד" את החומר.

הערה : חוסר שינה ותזונה לא נכונה גורמים לכולנו עייפות, עצבנות וחוסר מנוחה שמקשה עלינו עוד יותר להתרכז.

3. **רפואי** – אם לא חשים בטוב מכול סיבה שהיא : חוסר גבוה, חוסר שינה, ועוד אז פשוט להתייעץ עם רופא ו/ או לנוח, עד שנרגיש יותר טוב .
אין שום תועלת ללמוד כאשר אנחנו לא במיטבנו, רק תסבלו יותר וממילא לא תפנימו את רוב מה שתנסו ללמוד.

4. **קשב וריכוז** – למרבה הצער, זו בעיה שסובלים ממנה רוב התלמידים הצעירים בימינו. מניסיוני כמורה לאנגלית, נוכחתי לדעת שאם תלמיד לא מרוכז, איכות השיעור נפגמת משמעותית. כול הצדדיים סובלים: התלמיד בראש וראשונה, המורים וההורים. כול הנוגעים בדבר רוצים לראות התקדמות ואם זה לא קורה, אז יש הרגשת כשלון.

5. **כדורי ריטלין או כול תרופה או מרפא אחר** – אם התלמיד ישן היטב, אוכל היטב ואין לו בעיות רפואיות ועדיין סובל מבעית קשב וריכוז אז הרפואה המציאה פתרון "כימיי" שברוב המקרים עובד כמעט ללא תופעות לוואי. יש הורים שמתנגדים לכדורים, אני מכבד כול החלטה של הורה. שוב, מניסיוני נוכחתי לדעת שהריטלין ודומיו, הם "פתרון קסמים" שעובד עבור מרבית התלמידים, אני ממליץ לתת לילד את התרופה, כול עוד אין תופעות לוואי שליליות. גם אם התלמיד חווה הרגשה לא נעימה או זה לא מוצא חן בעיניו יש לשקול תועלת מול נזק ולהגיע להחלטה משותפת של ההורים והתלמיד אם ליטול את הכדור או לא.

6. **תנאים וסביבה** –

- ללמוד בחלק זמן של היום שבהם אתם במיטבכם, לא להילחץ בזמן לפני או אחרי שלומדים, כי אז מאבדים ריכוז.
- ללמוד במקום בו טמפרטורת החדר והתאורה מתאימה לכם.
- לוודא שאין רעשים חיצוניים מתוך הדירה או מחוץ לדירה, לסגור חלון או דלת אם זה יעזור לכם להתרכז.

7. **טכניקות זיכרון** – יש כמה טכניקות שונות כדי להתמודד עם שינון המילים. כפי שציינתי לעיל, כול תלמיד יבחר את הדרך שהיא הכי קלה והכי "מהנה" בשבילו כדי להעשיר את אוצר המילים.

חשוב לזכור: מוח האדם לא מסוגל להעמיס על הזיכרון יותר מידי אינפורמציה בטווח זמן קצר ולכן מומלץ להתמיד וללמוד באופן קבוע על פני אורך זמן. כמות מידתית של בערך 20-30 מילים בשבוע עם או בלי מורה פרטי ועוד כמות מילים נוספת בבית הספר וממקורות אחרים כמו: מחשב, אינטרנט, סרטים, מוזיקה ועוד. להתמיד ולא להזניח את לימוד השפה האנגלית, לא לשמוח שהמורה הקבועה בחופשת הריון או "חולה לכאורה" ואז "חוגגים" אם אין שיעור. משלמים על זה "בריבית דה ריבית" מאוחר יותר. קשה מאוד להדביק פער קטן או גדול. תפקידם של ההורים להיות "עם היד על הדופק" ולוודא שמערכת החינוך נותנת לילדים שלהם מורה כול הזמן, לא להתבייש להתלונן. ההורים שלכם מממנים את מערכת החינוך.

להלן 7 דרכים או טכניקות לזכור את המילים ולהעשיר את אוצר המילים:

1. **זיכרון חזותי/ וויזואלי photographic memory**

זה הזיכרון "הפופולרי" ביותר בו רובנו משתמשים. אנחנו "מצלמים" את המילה בזיכרון תוך התרכזות במילה למשך שניות ספורות תלוי בקושי המילה. אם הנך חושב שניחנת בכישרון של זיכרון דרך "צילום" המילים תשקיע יותר בדרך הזאת.

2. **זיכרון שמיעתי - sound memory**

להגות את המילה נכון בקול רם כך שתאי הזיכרון שבמוח "יקלטו" את המילה דרך מיתרי הקול והאוזניים, רצוי לבטא אותה מילה מספר פעמים כדי "לוודא" שאכן המוח שלנו "אחסן" את המילה בזיכרון. האם חשבתם כיצד תינוקות לומדים שפה? נכון, רק בעזרת השמיעה, הם אינם יכולים לקרוא, לכתוב או לנצל דרכים אחרות שצעירים או מבוגרים יותר כן מסוגלים. על פי רוב הצעירים יותר משתמשים בלמידה דרך שמיעה יותר טוב מהמבוגרים, לכן קל להם יותר ללמוד את השפה האנגלית.

מכאן שהתלמידים הבאים ייעזרו באלמנט "השמיעה" יותר מאחרים :

- a. הקבוצה הגדולה יותר היא של תינוקות או ילדים צעירים מאד. מחקרים סוברים שהמוח שלנו לומד שפות בדרך היעילה ביותר עד גיל 10 לערך (תלוי בכול תלמיד ותלמיד), ולאחר מכן קשה יותר ללמוד דרך שמיעה.
- b. המחוננים שהטבע בירך אותם במוח שמצליח לקלוט שפה בקלות ובאופן "טבעי". לכן אילו יצליחו להשתמש בשמיעה יותר טוב מתלמידים שלומדים דרך קריאה, כתיבה וצילום המילים.
- c. "הדיסלקטים" למיניהם שמתקשים בקריאה או העצלנים שלא אוהבים או לא רוצים להתאמץ. תלמידים אלו "יפתחו מנגנון מפותח" יותר של התרכזות בשמיעה. כנראה שזו תופעה שדומה לבני אדם עיוורים או בעלי חיים שמפתחים חוש שמיעה טוב יותר.

הערות סוגריים : מיתוס שיש לנפץ - למרבה הצער, ללמוד לדבר אנגלית לא ניתן ללמוד משמיעה בלבד, כלומר מלימוד פסיבי. אני מדבר מניסיון עשיר, לא נתקלתי בתלמיד, מחונן ככול שיהיה, שלמד לדבר רק מהקשבה.

איך לומדים לדבר ?

לעבור לגור במדינה בה השפה המדוברת היא אנגלית, כול עוד לא מלאו לך 18 שנים לערך (יש מקרים חריגים של מבוגרים יותר).
אחרי כחצי שנה –שנה, רוב הצעירים יכולים לדבר אנגלית באופן שוטף ורהוט.
על הדרך אפשר גם לספוג את המבטא המקומי.

או לחיות בישראל ואז :

1. ללמוד את כללי הדקדוק באופן מסודר ודידקטי עם מורים טובים לאורך זמן.
2. לצבור אוצר מילים נכבד – 10,000 – 20,000 מילים לפחות עד סיום הלימודים.
3. לתרגל דיבור לאחר שכבר יש את הכלים הדרושים, עם הידע בא הביטחון לדבר, ותוך כדי ניסוי וטעיה "משחררים את הלשון" ולומדים לנהל שיחה שוטפת ולא עילגת.

3. זיכרון חשיפתי או "אסוציאטיבי" – associative memorizing

התלמיד הממוצע לא יזכור מילה בפעם ראשונה שהוא נתקל בה, לכן רצוי להיחשף לשפה כמה שיותר.
בראש וראשונה קריאה וכתיבה באנגלית ובשעות הפנאי: צפייה בטלוויזיה בתוכניות החביבות עליכם, תוך היעזרות בתרגום, האזנה לשירים, שימוש במחשב: משחקי מחשב, אינטרנט, צפייה בסרטים, ביקור בארצות דוברי אנגלית ועוד.
הסיבה לכך שקריאה מרובה של אנגלית בעיקר וכן "חשיפה" לאנגלית מסייעים בהעשרת אוצר המילים היא שמילה זו או אחרת "מקשרת" אתכם לאותו נושא (context) עליו קראתם או נותנת לכם "אסוציאציה" שנותנת למוח שלכם תזכורת ש"מדליקה" לכם את הזיכרון לגבי אותה מילה ואז זוכרים את המילה לאורך זמן.
בוודאי נתקלתם הרבה פעמים במילים ששמעוכם עומדת לכם על "קצה הלשון", אז אם תעבדו על הזיכרון האסוציאטיבי, תחזקו ותשפרו את המילים "המתנדנדות והמנדנדות".

טיפ: כאשר אתם לומדים "מילים להכתבה", תרשמו ליד המילה באנגלית "מילת רמז", "מילת אסוציאציה או קישור" ש"תדליק" לכם את הזיכרון לאותה מילה.
למשל: ליד המילה LOOK תכתבו: עיניים.

4. זיכרון ידני – rote learning

דרך הכי פחות שכיחה בקרב הדור הנוכחי, זו טכניקה קשה ומשעממת בו יש לכתוב את המילה כמה פעמים באופן מוטורי לאילו שלא ניחנו בזיכרון חזותי ושמיעתי טוב.
רצוי לעשות זאת מבלי להעתיק את המילה ורצוי גם לכתוב את הפירוש בשפת האם. זו שיטה ישנה שהיו נוהגים לעשות לפני דור או שניים. מסתבר שגם שיטות פרימיטיביות לכאורה יכולות לעזור לאילו שלא התברכו בזיכרון פוטוגרפי או שמיעתי.
מומלץ לא לכתוב את המילה יותר מידי פעמים, כי אז יצא שכרכם בהפסדכם.

5. זכרון בעזרת דקדוק האנגלית - Grammar

לימוד כללי השפה האנגלית, מה שנהוג לכנות – דקדוק, יכול בהחלט לעזור בלמידת מילים חדשות ואיותן. ידיעת חלקי הדיבור (שם-עצם, שם תואר, שם הפועל, תואר הפועל ועוד) ויישומן יכול בהחלט לעזור גם בהעשרת אוצר המילים אז מי שאינו סולד מהדקדוק או מתקשה בו או אפילו למרבה הפלא הוא טוב בזה אז זה עוד דרך לשפר את אוצר המילים : למשל – ממילת השורש – **DECIDE** אפשר ללמוד לא פחות מ-12 מילים נוספות שנגזרות ממנה ואפשר לדעת את פירושן ואיותן תוך יישום כללי הדקדוק :
decider, decisively, decision, decisive, decided ועוד.

6. מורפולוגיה של המילה – word Morphology

מילים חריגות, ארוכות או יוצאות דופן רצוי לחלק להברות תוך כדי יישום כללי הדקדוק, הצלילים והאותיות.
למשל, המילה : **un-for-tu-nate-ly**.
מילים לעיתים מורכבות מ"מילת השורש" שלה כמו בעברית ואליה נוספים : "תחילית" המילה (prefix) ו"סיומת" המילה (suffix), לתוספות אילו יש תפקיד דקדוקי ותוכני שיכול לעזור להבין את משמעות המילה מבחינת התוכן שלה וההיבט הדקדוקי שלה.

7. **דרכים אחרות** – תוכנות מחשב למיניהם כמו quizlet, כרטיסיות מילים, משחקי זיכרון ועוד.

לסיכום –
זכרו את כלל הברזל הפשוט : ככל שתיתקלו במילה מסוימת יותר פעמים, אז הסיכויים טובים שתזכרו את פירוש המילה ואיותה לתמיד.
כל האמצעים מקדשים את המטרה הכה חשובה כדי ללמוד את השפה האנגלית והיא : להעשיר את אוצר המילים. לכן, אתם תבחרו את הדרך המתאימה לכם ביותר.

בהצלחה

עוזי גולן