

"Nem vagyok különösebben tehetséges, csak szenvedélyesen kíváncsi."

(Albert Einstein)



MTDK JUNIOR KUTATÓ MUNKA

2025/2026

Tartalomjegyzék

Köszöntő.....	- 3 -
Hogyan csináld? – módszertani ajánlás	- 4 -
Ütemezés, fontosabb időpontok.....	- 6 -
Tartalmi ajánlások a dolgozathoz.....	- 7 -
Formai és tartalmi megkötések.....	- 8 -
Kutatásra ajánlott témák.....	- 10 -
Jelentkezési lap (minta).....	- 16 -

Köszöntő

Kedves Diákok!

Érdekel Benneteket egy állatfaj viselkedése? Szívesen vizsgálnátok egy ország földrajzi jellegzetességeit? Utána néznétek különböző országok kulturális szokásainak? Vagy örömmel tanulmányoznátok egy rockbanda dalszövegeit? Esetleg egy fizikai jelenséget szeretnétek megfejteni? Kedvet éreztek egy irodalmi mű idegen nyelven történő bemutatására? *Válasszatok témát tanáraink ajánlataiból, vagy saját érdeklődési területeitekből*, melyről lelkesen olvasnátok, hogy azután saját gondolataitokat is meg tudjátok fogalmazni!

Ez esetben tudományos diákköri munkára (TDK) hívunk Benneteket, melynek keretében mindezt megtehetitek. **Egyéni, vagy csoportos** jelentkezést várunk!

Olvassatok a témához illeszkedő szakirodalmat, kérjétek szaktanáraitok segítségét, majd

- a) 5-10 oldal terjedelemben írjátok le, hogy Ti hogy vélekedtek a témáról. Készíthettek ábrákat, diagramokat, beszúrhattok képeket a számítógépen megszerkesztett szövegbe.
- b) Elfogadunk más típusú alkotást, legyen az kétféle munka, 3D termék, vagy egészen más, egyedi ötlet!

Figyeljétek a szakirodalmak hivatkozásaira, illetve, ha munkátok írásbeli, ügyeljétek a formai követelményekre. Ha szeretnétek szaktanárainktól segítséget kérni, gyertek bátran, *szívesen konzultálunk* Veletek, így formai és tartalmi elvárások terén segítséget kaphattok.

A TDK munka jelentkezéssel kezdődik, mely után kb. 3 hónap áll rendelkezésetekre a téma kidolgozására. Az írásbeli dolgozatokat, illetve egyéb alkotásokat tanáraink értékelik, majd a legjobbakat felkészítő tanáraitokkal együtt szóbeli „védésre” hívjuk egy ünnepélyes TDK konferencia formájában. E rendezvényen születeket, barátaitokat is szeretettel várjuk! Feladatotok, hogy kb. 10 perc terjedelemben ismertessétek munkátokat. (Hogyan készítettétek el a dolgozatokat, mit találtatok érdekesnek a munka során, mit szeretnétek még a témában megtudni, mennyire felelt meg a szakirodalomban olvasott információ az általatok felfedezett gondolatoknak).

Az első három legjobb dolgozatot készítő tanuló és felkészítő tanára elismerésben, jutalomban részesül, dolgozatát az intézményi honlapon közzétesszük, a helyi médiának eljuttatjuk. Azok a tanulók, akik intézményünkbe jelentkeznek a szóbeli felvételi elbeszélgetésen, vagy vizsgán választott témájukról is beszélhetnek.

Ha sikerült felkelteni érdeklődéseteket, forduljatok szaktanáraitokhoz, olvassátok el ajánlásainkat!

Fejtsük meg együtt a nagy titkokat! Számítunk Rátok!

Kaposvár, 2025. október 1.

Gyallai Katalin
igazgató

Hogyan csináld? – módszertani ajánlás

A kutatási tevékenység rövid leírása, ütemezése

1. A téged érdeklő tantárgy, tudományterület vagy művészeti ág egy vagy több személyének, alkotásának, jelenségének, esetleg ilyenek kapcsolatának jobb megismerésére irányuló **tevékenység kiválasztása**. Érdekeseek lehetnek a regionális, helyi kultúrtörténeti vonatkozások

2. Témaválasztás:

1. Mi érdekel, vagy mit szeretnél kideríteni a választott témával kapcsolatban?
2. Az elképzelt, a Te várákózásaidat megfogalmazó kutatási eredmények leírása (ez vagy beteljesül, vagy a vizsgálatod cáfolatra vezet, esetleg pontosításra, finomításra szorulnak az előzetes elképzeléseid)

3. Kutatási terv készítése:

1. Tervezd meg, hogy milyen eszközöket, módszereket kívánsz a cél elérése érdekében felhasználni, és készíts egy ütemtervet a módszeres munkádhoz.
2. Ennek része a forráskutatás és elemzés - legyél képben, mit tudnak mások a témával kapcsolatban, mik a fontos tisztázandó kérdések, és vizsgálati módszerek. Te mit teszel hozzá azokhoz, eredményeid alátámasztják-e az előzetes elvárásaid, és végül hogy adod át másoknak a munkád gyümölcsét.

4. Szakirodalmi áttekintés:

1. Könyvtári és internetes kutatás, a témában megjelent cikkek, kiállítások, hang és kép valamint video anyagok után. (Ezek a forrásmunkák segítenek egy előképet kialakítani benned.)
2. A témád szempontjából érdekes és (leg)fontosabb szakirodalmi munkák feldolgozása, ezek kijelölésében számíthatsz tanáraid és/vagy a mi segítségünkre. (Választ ad arra, mit lehet már előzetesen tudni, és mi az, amire még nincs számodra kielégítő, megnyugtató válasz)
3. Jegyzetek, kép és hanganyagok, felmérések készítése, ha ehhez felhasználsz forrásmunkát, annak az elérhetősége (hol lehet utánanézni), és ez már a Te alkotó munkád és termése.

5. Kutatási módszer(ek) kiválasztása (példák):

1. statisztikai adatfeldolgozás (meglévő vagy általad gyűjtött adatokból)
2. kérdőívek, interjúk készítése és elemzése
3. összehasonlító elemzés
4. kísérlet elkészítése, elemzése
5. egyéb, pl. művészeti alkotás elkészítése, elemzése

6. **Anyaggyűjtés**, anyagfeldolgozás, elemzés készítés, ábrák-táblázatok egyéb szemléltetések elkészítése az eredmények hatékony prezentációjához (nem elég okosnak lenned, ezt el kell hitetned másokkal-is)

7. Az eredmények megfogalmazása, összevetése a hipotéziseiddel (mi valósult meg, mi lett más és miért, milyen új kutatási irányok tárultak fel a munkád során, mivel folytatnád szívesen)

8. A dolgozat összeállítása, az előírt követelményeknek megfelelő formai kialakítása

9. Irodalom: Ha a szövegben szerzőnévvel hivatkozol valamely cikke, akkor írd le - a dolgozatod utolsó fejezeteként- annak szakirodalmi adatait (szerző, cím, hivatkozott oldal(ak)). Mellékletek nem számítanak bele a terjedelembé (nagy terjedelmű táblázatok, ábrák, kérdőívek, térképek, stb. sem).

10.A szóbeli előadásod elkészítése:

1. Előadásodhoz vizuális bemutató készítése, és hogy igényes legyen, használj prezentációs számítógépes programot (PowerPoint, Prezi), ehhez kérhetsz tanári segítséget.
2. Poszter bemutató esetén (ilyenkor csak plakátszerű képi anyagban adsz számot a munkád eredményéről) annak elkészítése és kinyomtatása
3. Felkészülés a bírálók által adott kérdések megválaszolására.

11.A dolgozat és a ppt / poszter/ más típusú alkotás módosítása a konferencia észrevételei alapján (erre javaslatot kapsz az előadásod/bemutatód után a bírálóktól)

12.A végleges dolgozatod leadása.

Segítségek:

Szakmai beszélgetéseket szervezünk a kutató munkáról, az esszéírás és a szóbeli előadás rejtelseiről, mely segítséget nyújthat munkád elkészítésében. A beszélgetések előre meghirdetett időpontban a Kaposvári Munkácsy Mihály Gimnáziumban lesznek. Mindezekre szeretettel várunk!

Ütemezés, fontosabb időpontok

MTDK JUNIOR ütemezés, fontosabb időpontok

Jelentkezés, témamegjelölés: **2025. október 21.**

Jelentkezés módja: **jelentkezési lap** letöltése a www.mmg.edu.hu/mtdk/mtdk_junior.html helyről, kitöltése, és elküldése a következő e-mail címre: mtdk@munkacsykaposvar.hu

A kutatás megtervezése és lefolytatása: **2025.október 23. – 2026. január 16.**

Írásbeli dolgozat beadása: beküldés elektronikusan az mtdk@munkacsykaposvar.hu email címre **pdf formátumban**, valamint egy példányban nyomtatott formában **2026. január 16-ig**

Dolgozatok értékelése: **2026. január 30.**

Értesítés a szóbeli fordulóra jutásról: **2026. február 4.**

MTDK Konferencia időpontja: **2026. február 25.**

Kutatási publikációk megjelentetése a weben: **2026. március 13.**

Tartalmi ajánlások a dolgozathoz

A kutatási eredményedet közlő dolgozatod terjedelme maximum 10-12 ezer karakter legyen (szóközökkel együtt), és az ábrákkal, irodalomjegyzékkel együtt se lépje túl a 12 oldalt.

Szerkezeti felépítése az alábbi tartalmi szerkezetben szokásos:

I.

Cím -Egy, maximum két sorban tömör, de figyelemfelkeltő legyen

Szerző(k):

- azaz TE/TI, aki(k) elvégezte/végezték a kutatást
- a szerző(k) iskolája, osztálya és külön sorban a mentortanár neve lábjegyzetben, *pl. Kaposvári Munkácsy Mihály Gimnázium, 7.a. osztály, mentortanár: Dr. Bölcs Elme*

Abstract (összefoglaló) a problémafelvetés, a kutatási cél és a legfontosabb eredményeid rövid leírása maximum 15 sorban.

II.

1. Bevezetés

- problémafelvetés
- szakirodalmi áttekintés
- a kutatási cél, hipotézis (a te feltevésed megfogalmazása a kutatandó, vizsgálandó témával kapcsolatban)

2. Módszer

- milyen módszerekkel dolgoztak mások
- milyen módszert választottál Te
- az elvégzett kutatómunka leírása

3. Eredmények

- a legterjedelmesebb rész, esetleg további alfejezetekre tagolható
- a kutatásaid által hozott eredmények tételes részletezése
- táblázatok, grafikonok, ábrák helye

4. Összegzés

- legfontosabb eredményeid kiemelése
- sikerült-e a hipotézis (feltevés) igazolása vagy nem (Az utóbbi is eredmény!)
- következtetések megfogalmazása
- további kutatási irányok felvetése

5. Irodalom

- a szövegben szerzőnévvel hivatkozott cikkek szakirodalmi adatai
- minimum 3 hivatkozás

6. Mellékletek

- nem számít bele a terjedelembé
- nagy terjedelmű táblázatok, ábrák, kérdőívek, térképek, stb.

Formai és tartalmi megkötések

A dolgozat szövegszerkesztővel készül

Oldalbeállítás:

A4 lap, margó 2,5 cm, oldalszámozás lap alján, az első oldalon nincs oldalszám.

Betűnagyság: 12 pontos (cím, fejezet címek: 14 pontos félkövér) Betűtípus: Arial

Sorköz: 1,5 sorköz

Első lapon szerepeljen:

- félkövér betűvel, középre igazítva : "*Munkácsy Tudományos Diákköri Konferencia – 2026.*"
- Szerző(k) neve , osztálya, iskolája (jobb alsó sarok)
- mentortanár(ok): bal alsó sarok

Hivatkozás szakirodalomra a szerző vezetéknévvel és a megjelenés évszámával:

- a szövegbe ágyazva: „... ahogy Einstein (1930) írta ...”
- mondat vagy bekezdés végén (Einstein, 1930)

Irodalomjegyzékben gondolatjelekkel felsorolva:

- EINSTEIN, A. (1930): Cím. Folyóirat neve, évfolyam, szám, pp. oldaltól-oldalig.
- EINSTEIN, A. (1930): Cím. In: Fermi (szerk.) Könyvcím. Kiadó neve, kiadás helye, pp. oldaltól-oldalig.

Kutatásra ajánlott témák

BIOLÓGIA-KÉMIA-FÖLDRAJZ MUNKAKÖZÖSSÉG

- **Egészséges életmód és táplálkozás:** Különböző étrendek hatása a szervezetre, akár saját vagy iskolai felmérések alapján.
- **Komposztálás és talajélet:** fenntartható talajhasználat biológiai alapjai
- **Nobel-díjasok Kaposváron**
- **Természettudósok Kaposváron** (akár élő, vagy előző századok nagy tudósai életútjának, munkásságának bemutatása)
- **Környezetbarát kémia a háztartásban**
- **Érdekes természet** - lakóhelyed környékének egy kiemelkedő természeti jelenségének bemutatása
- **Érdekes természet** - egy időjárási vagy légköri jelenség észlelése, leírása.
- **Érdekes természet** – egy szabadon választott földrajz jelenség modellezése (elméleti és gyakorlati bemutatás, szemléltetés: makett, modell, térkép, társasjáték vagy bármilyen más kiállítható tárgy készítése)

FRANCIA-NÉMET-SPANYOL-OROSZ MUNKAKÖZÖSSÉG

Német nyelv

- **„Több mint kolbász és sör”** – Németország gasztronómiája és annak kulturális háttere
(Gasztronómiai szokások, regionális ételek és azok története)
- **„Schweizer Schokolade und mehr”** – Svájc kulturális különlegességei négy nyelven
(Svájc soknyelvűsége, kulturális identitás és hagyományok)
- **„O’zapft is!”** – A müncheni Oktoberfest és a bajor kultúra világa
(A bajor identitás, népviselet, ünnepek, hatása a turizmusra)
- **„Pop, Punk, Klassik”** – Német nyelvű országok zenei kultúrája és hatása a világra
(Klasszikus zenétől a modern műfajokig – pl. Beethoven, Rammstein, Helene Fischer)
- **„Több, mint mesék”** – A Grimm testvérek hatása a német kultúrára és az oktatásra
(Német népmesék, kultúrtörténet, mese feldolgozások filmben, könyvben)
- **„A nyelv tükrében”** – Mit mesélnek a német dialektusok a helyi kultúráról?
(Plattdeutsch, Bairisch, Schwytzerdütsch stb. – nyelvjárások kulturális jelentősége)
- **„Filmek és identitás”** – Hogyan mutatják be a német nyelvű filmek a saját kultúrájukat?
(Kortárs filmek, pl. Good Bye Lenin, Das Leben der Anderen, Die Welle)

- **„Karácsonyi vásárok és ünnepi hagyományok Németországban”**
(Adventi, karácsonyi, újévi szokások, ünnepi ételek, díszítések)
- **„Sport és nemzeti büszkeség” – A futball kulturális szerepe Németországban**
(Válogatott sikerei, klubfoci, szurkolói kultúra és identitás)
- **„Divat múlt és jelen” – Hagyományos és modern öltözködés a német nyelvű világban**
(Dirndl, Lederhose vs. kortárs dizájnerek – pl. Jil Sander, Hugo Boss)
- **„Fekete-erdő legendái” – Német nyelvű mondák, legendák és azok hatása a kultúrára**
(Kulturális mítoszok, helyi hiedelmek, mesei tájak turisztikai jelentősége)
- **„A bécsi életérzés: A kávéházi kultúrától a császári palotákig”**
(Bécs társadalmi és kulturális sokszínűsége, város híres kávéházi hagyományait és a császári múlt)

Spanyol nyelv

- **„Fiesta és hagyományok: A spanyol kultúra színes világa”**
(A spanyol kultúra ünnepei, mint a La Tomatina, a flamenco és a híres spanyol fesztiválok)
- **„Don Quijote és a spanyol irodalom öröksége”**
(A spanyol irodalom története, a legfontosabb írók és a klasszikus művek hatása)
- **„A spanyol konyha titkai: Az ízek világa a hagyományoktól a modern éttermekig”**
(Spanyol gasztronómiai különlegességek, mint a paella, tapas, churros, valamint a mediterrán étrend)
- **„Bárhol, bármit! A spanyol nyelv és kultúra globális hatása”**
(A spanyol nyelv elterjedtsége és annak hatása más országokra, kulturális interakciók, spanyol nyelvterületek közötti különbségek)
- **„Cumbia, Salsa, Flamenco: A latin ritmusok hatása a világ zenéjére”**
(A spanyol nyelvű országok zenei öröksége és annak globális elterjedése, a latin ritmusok kultúrája)
- **„Művészet és történelem: A spanyol aranykor mesterei”**
(A spanyol művészeti aranykor, híres festők, mint Velázquez és Goya, és a művészetek történelmi szerepe Spanyolországban)
- **„Pikasso, Gaudí és Dalí: A spanyol művészet legnagyobb alakjai”**
(A spanyol művészet 20. századi forradalma és a legismertebb spanyol művészek hatása a világra)
- **„Futball és nemzeti büszkeség: Hogyan formálja a spanyol foci a nemzeti identitást?”**
(A futball szerepe a spanyol kultúrában és társadalomban, a La Liga hatása, valamint a világbajnok válogatott sikerének kulturális jelentősége)

- **„Spanyolország titkai: A színes városok és az Andalúzia varázsa”**
(Andalúzia kulturális öröksége, az arab hatások, a művészetek és építészet)
- **„Eltűnt birodalmak: A közép- és dél-amerikai civilizációk öröksége”**
(A maják, aztékok és inkák titkai: hogyan formálták e nagy birodalmak a mai kultúrákat?)
- **„A bika, a tradíció és a küzdelem: A bikaviadal története és kulturális szerepe”**
(A bikaviadatok mestersége, hagyományai és hatása a spanyol kultúrára és világszerte)

Orosz nyelv

- **„Szamovárok, mesék és matrjoskák – Az orosz népi kultúra világa”**
(A hagyományos orosz tárgykultúra, szimbólumok és népszokások bemutatása)
- **„A hóország költői: Az orosz irodalom óriásai Puskintól Paszternákig”**
(Az orosz irodalom fejlődése, híres írók és művek hatása a világra)
- **„Balett és balalajka – Az orosz művészet öröksége”**
(A klasszikus orosz balett, népzene, hangszerek, színház és a kulturális identitás)
- **„A borscs illata és a pelmenyi titka – Utazás az orosz konyha világába”**
(Hagyományos ételek, étkezési szokások, kulturális jelentőség – akár interjúval vagy receptkutatással is)
- **„Téli mesék földje – Oroszország ünnepei és vallási hagyományai”**
(Karácsony, Újév, pravoszláv húsvét, maslenica és más ünnepek története, rítusai)
- **„Szibéria titkai – A kultúrák találkozása Oroszország keleti határán”**
(Őshonos népek kultúrája, vallásai, nyelvei – pl. jakutok, tuvák, evenkik)
- **„A vörös tér árnyékában – A szovjet kultúra öröksége ma”**
(Film, propaganda, építészet, divat és az emberek mindennapi élete a Szovjetunióban)
- **„Mesék hóban és jégen – Orosz animációk és népmesék világa”**
(A klasszikus orosz mesék, rajzfilmek, és a gyerekek kultúrájában betöltött szerepük)
- **„Metro, matroska, modernitás – Moszkva és Szentpétervár mint kulturális központok”**
(A két nagyváros kulturális élete, múzeumok, színházak, kortárs művészet és fiatalok világa)

Francia nyelv

- **„Sajtok, sanzonok, sikk – Felfedezőút a francia életstílus világában”**
(Francia gasztronómia, divat, zene és a „joie de vivre” – azaz a francia életöröm)
- **„Eiffel-toronytól a Louvre-ig – Mitől különleges Párizs kultúrája?”**
(A francia főváros mint művészeti és kulturális központ, ikonikus helyek és azok jelentősége)
- **„Crêpe-től croissant-ig – A francia konyha titkai”**
(A francia gasztronómia világhírű fogásai, étkezési szokások és regionális specialitások)

- **„Bonjour Québec! – Kanada francia arca”**
(*Québec tartomány története, kultúrája, nyelvi és identitásbeli sajátosságai*)
- **„Divat és Dior – Franciaország, a stílus hazája”**
(*A francia divattörténet, híres tervezők, Párizs mint divatfőváros*)
- **„Színek, formák, forradalmak – A francia művészet nagyjai”**
(*Impresszionizmus, posztimpresszionizmus, híres festők: Monet, Cézanne, Matisse stb.*)
- **„Zene a Montmartre-ről – A francia szon és popkultúra világa”**
(*Edith Piaf-tól Stromae-ig: a francia nyelvű zene fejlődése és nemzetközi hatása*)
- **„Szabadság, egyenlőség, testvériség – A francia forradalom kulturális öröksége”**
(*A forradalom hatása a kultúrára, művészetre, oktatásra és társadalomra napjainkig*)
- **„Frankofónia világa – Francia nyelvű kultúrák Afrikában”**
(*Pl. Szenegál, Elefántcsontpart, Kamerun: irodalom, zene, hagyományok, nyelvi sokszínűség*)
- **„A croissant túloldalán – Belga és svájci frankofón kultúrák nyomában”**
(*Kisebbs frankofón országok kulturális különlegességei: pl. csokoládé, képregény, nyelvek keveredése*)

ANGOL MUNKAKÖZÖSSÉG

- ***II Erzsébet öröksége***
- ***A Brexit hatása*** a szigetországra vagy a bevándorlásra
- ***Mit jelent a „multikulti” Londonban?***
- ***Szoboszlai, Liverpool és Magyarország*** - hatás és kölcsönhatás

MAGYAR-TÖRTÉNELEM-ÉNEK-RAJZ MUNKAKÖZÖSSÉG

- ***Fotózkodom, tehát vagyok...*** avagy miről árulkodnak a szelfik?
- ***A gyermeki élet képe Nógrádi Gábor regényeiben*** (Választható: Gyerekrablás a Palánk utcában, Pete Pite, Marci öröksége)
- ***Erzsébet királyné (Sziszi) alakja***, személyisége a történelmi munkákban, festészetben, filmművészetben
- ***Történelmi események megjelenítése*** a kötelező olvasmányok cselekményében (Gárdonyi Géza: Egri csillagok, Jókai Mór: A kőszívű ember fiai)
- ***A történelem sodrában – egy szabadon választott 20. századi történelmi esemény bemutatása*** egy résztvevő/ túlélő leszármazottjának szemszögéből
- ***Kivándorlók, emigrálók világhírű magyarok*** (helytörténeti vonatkozás is lehet)

- **Vállalkozások, cégbirodalmak a történelemben Magyarországon és a nagyvilágban** (helytörténeti vonatkozás is lehet)
- **Mindennapi élet, öltözködés és viselkedéskultúra** egy szabadon választott történelmi korszakban
- **Politikai viccek, karikatúrák** szerepe egy adott történelmi korszakban
- **A hadszervezet, hadiviselés változásainak bemutatása** a történelem során (ókor, középkor és kora újkor, nagy háborúk)
- **Érdekes történelem** – egy szabadon választott történelmi korszak, jelenség modellezése (elméleti és gyakorlati bemutatás, szemléltetés: makett, modell, térkép, társasjáték vagy bármilyen más kiállítható tárgy készítése)
- **Hogyan befolyásolja a klímaváltozás a történelmet?** Birodalmak felemelkedése és eltűnése függ az időjárástól?

MATEMATIKA-FIZIKA-DIGITÁLIS KULTÚRA MUNKAKÖZÖSSÉG

- **Az ókor matematikája**
- **A matematika és a művészetek kapcsolata**
- **A számelmélet érdekességei**
- **Robotok a világűrben**
- **Milyen veszélyekkel járhat a mesterséges intelligencia a mindennapokban?**
- **Jólét mérése**
- **Szegénység mérése**
- **Benzinpiaci vizsgálatok**
- **A pénzügyi tudatosság fontossága a mindennapi pénzügyi döntésekben**
- **A háztartások pénzügyi helyzetének vizsgálata**
- **Zöld pénzek**

Kapcsolatok és szociálpszichológia

1. **A közösségi média hatása az önértékelésre és a társas kapcsolatokra:** Hogyan befolyásolja az Instagram, TikTok vagy Facebook használata a középiskolás diákok énképét és másokkal való összehasonlítását? (Kérdőíves felmérés, interjúk).
2. **A (kortárs) csoportnyomás szerepe a döntéshozatalban:** A baráti kör (és egyéb kortárs csoport, pl. sportcsapat, vallási gyülekezet, klub) mennyire befolyásolja a tanulmányi, szabadidős vagy életmódbeli választásokat?
3. **A pozitív pszichológia alkalmazása a mindennapokban:** Egy intervenciós program (pl. "hála"-írás, tudatos jelenlét gyakorlatok, relaxációs gyakorlatok) hatásának mérése a diákok hangulatára vagy stressz-szintjére.

Tanulás és kognitív pszichológia

4. **A halogatás pszichológiai okai és kezelési lehetőségei középiskolásoknál:** Melyek a leggyakoribb kiváltó tényezők, és milyen önsegítő stratégiákat alkalmaznak/alkalmazhatnak a diákok?
5. **A zene hallgatásának hatása a tanulási teljesítményre:** Összehasonlító kísérlet a háttérzene típusa (pl. klasszikus, pop, vagy a zene hiánya=csend) és az emlékezeti teljesítmény vagy koncentráció között.
6. **A figyelemelterelés és a multitasking jelensége a digitális korban:** Vizsgálat arról, hogy a mobil eszközök használata milyen mértékben rontja a koncentrációt tanulás közben.

Fejlődéslélektan és érzelmek

7. **A vizsgaszorongás megjelenése és kezelése a középiskolában:** A szorongás elmélete, a szorongáscsökkentő technikák (pl. relaxáció, légzőgyakorlatok) hatásosságának áttekintése.
8. **A testkép és a média által közvetített ideálok kapcsolata:** A médiában (filmek, reklámok) megjelenő testideálok és a középiskolás diákok saját testképével való elégedettségének vizsgálata.
9. **A stresszkezelési stratégiák különbségei a nemek között:** Milyen módszereket alkalmaznak leggyakrabban a fiúk és a lányok a mindennapi iskolai vagy magánéleti stressz kezelésére?

- Jelentkezési lap (minta)

Letölthető: www.mmg.edu.hu/mtdk/mtdk_junior.html; címről, visszaküldendő: mtdk@munkacsykaposvar.hu címre

INTÉZMÉNY	TANULÓ				MENTORTANÁR			VÁLASZTOTT TÉMA
	Név	Osztály	Email	Telefon	Név	Email	Telefon	