



# TÁMPONTOK A SZÜLŐVEL VALÓ EGYÜTT TANULÁSHOZ

A szülővel való közös tanulás nehéz, megterhelő, néha szinte úgy érezhetjük, lehetetlen feladat. Ezt szeretnénk Önöknek, szülőknek megkönnyíteni néhány ötlet, tanács átadásával és néhány hasznos link összegyűjtésével.

## Az alábbi nehézségek merülhetnek fel ebben a helyzetben:

A szülői munka és a gyermek tanulásában nyújtott segítség összehangolása, a tanulás elkezdése, figyelem fenntartása, izgó-mozgó viselkedés, erőfeszítés kerülése, teendők elfelejtése, tanulási helyzetből eredő feszültségek, konfliktusok, impulzív reakciók,

1. Érdemes kijelölni, keretezni, strukturálni a helyet és az időt! Beszéljük át a napot, a kéréseket, térképezzük fel az igényeket!
2. Jelöljük ki a tanulás helyét, próbáljunk rendezett, letisztult, ingerszegényebb környezetet biztosítani (pl. ne ablak, ajtó mellé)! Ez segít a gyermeknek abban, hogy ne tudjon elkalandozni. Az asztalon csak a legszükségesebb eszközök legyenek.
3. A gyerekeknek sokszor szükségük van arra, hogy a környezetük kívülről rendszerezze azt, amit ők nem tudnak belülről megoldani. Legyen egy táblázatuk, listájuk, emlékeztetőjük, amelyhez visszatérhetnek, ha elvesznek teendők között.
4. Fél 9-9 körül érdemes a tanulást elkezdeni. (Ha van lehetőségünk, kérjük meg a pedagógusokat, hogy még előző nap este küldjék át a másnapi teendőket, így jobban tervezhető lesz a nap.)
5. Kisebb gyerekeknél fussunk át a feladatokon együtt, nézzük meg, hogy mit is kell csinálni, majd hagyjuk a gyermeket önállóan dolgozni. Természetesen, ha elakad, számíthat a segítségünkre, de ne oldjuk meg helyette a feladatot! Ha a tanító átnézésre kéri az anyagot, akkor küldjük el úgy, ahogy a gyermek megoldotta, hiszen a tanító így kap hiteles képet a gyermek tudásáról, így fogja látja, hogy éppen hol tart, mivel van nehézsége.
6. A tanulási időbe iktassunk be megadott időközönként rövid szüneteket, mozgást, életkortól, gyermek temperamentumától függően 30-60 percenként!
7. Jó, ha fizikai aktivitás tagolja, vagy esetleg kíséri a tanulást (trambulín, fitball labda, nyugilabda, tánc, egyszerű gyakorlatok)
8. Akiknél szükséges lehet, a tanulási motivációt tartsuk fenn jutalmazással!
9. Használjunk szemléltetést, rajzot, eszközöket! (pl. táblázat, témaspecifikus filmrészlet bemutatása, egyszerű kísérlet elvégzése, idegen nyelvű filmek megnézése)
10. Legyen lehetősége beleszólni a gyermeknek a tanulás menetébe: pl. szabadon válassza meg a tantárgyak tanulási sorrendjét.
11. Adjunk rendszeres visszajelzést! (inkább tájékoztató és biztató jelleggel tegyük ezt, mint fegyelmeként)

- 12.** Nyugodtan használjuk a humort: a játékoság, a humorérzék nagyon hasznos lehet a gyermekek figyelmének fenntartására. A tanulás legyen minél játékosabb, változatosabb! A motiváció javíthatja a figyelmi kapacitást is.
- 13.** A stopper az időzítő alkalmazása segíthetnek az önmegfigyelésben. Tanulási idő alatt érdemes lehet elindítani egy stoppert, mert akkor látja az idő haladását is a gyermek. Elsősorban azoknak a gyerekeknek ajánlott, akik hajlamosak „elúszni” időben. Vannak gyerekek, akiket inkább frusztrál az időnyomás, náluk mellőzzük ezt a módszert!
- 14.** Hangsúlyozzuk a sikereket, adjunk pozitív visszajelzéseket. A gyerekek, főleg ebben a nehéz helyzetben fokozottan igényelhetik, hogy biztassák őket. Az apró, pozitív változásokat is vegyük észre!
- 15.** Segítsük néhány tanulási technikával gyermekünket:
- A)** Az íróasztal bal oldalára készítjük ki az összes aznapi anyagot és amikor egy-egy tantárggyal végzett, tegyük át a jobb oldalra, így látjuk, hogy hogyan haladunk (bal kezeseknél ez értelemszerűen fordítva van)
  - B)** Hangsúlyozzuk a FOLYAMATOS tanulás fontosságát: minden nap érdemes átnézni az aznapi anyagot, még ha másnap nincs is olyan óra.
  - C)** A megtanulandó szabályokat vagy idegen szavakat a jelentésükkel együtt írjuk le KÉZZEL és ragasszuk ki a lakás különböző pontjain több helyre (pl. mosdó ajtó, hűtőszekrény ajtaja, monitor széle) így, amikor arra járunk, elolvashatjuk és könnyebben megtanuljuk!
  - D)** A megtanulandó memoritert is osszuk fel napi adagokra, és igyekezzünk tartani saját terveinket! A tervezésnél iktassunk be egy plusz biztonsági napot, ha mégis megcsúsznánk a tanulással!
  - E)** Sajátítsuk el a tanulás 5 lépcsős módszerét:
    - 1.** Fúsd át a megtanulandó anyagot, fotózd le képzeletben!
    - 2.** Tegyél fel kérdéseket magadnak az anyaggal kapcsolatban!
    - 3.** Olvasd át alaposan, emeld ki a lényegét, használhatsz többszínű kihúzó, jelöld meg, hogy ha esetleg nem értesz valamit!
    - 4.** Dolgozd fel az anyagot, vázlat, táblázat, gondolati térkép, ábra formájában!
    - 5.** Mondd fel hangosan a megtanult anyagot: ellenőrizd le a tudásod!
- 16.** Ha szülőként mindketten home office-ban dolgozunk, érdemes felosztani a munka, tanulásban nyújtott segítség és háztartási feladatokat egymás között. Így mindenkinek maradhat ideje mindenre.
- 17.** Ha óvodás korú gyermek is van a családban, fontos vele megbeszélni, hogy a nagyobb testvére otthoni fog tanulni, és a szülőknek pedig otthonról fognak dolgozni, és ilyenkor nem tudnak vele játszani. Ezért lesznek majd olyan időszakok a napban, amikor egyedül kell elfoglalnia magát. Természetesen segítsük abban, hogy adjunk ehhez ötleteket számára. (pl. építsen legóból valamit, vagy színezz stb.)
- 18.** Törekedjünk arra, hogy minden nap, minden gyermekünkkel tudjunk minőségi időt eltölteni.
- 19.** Azért, hogy ne boruljon fel a gyermek napja, s ne vesszen kárba a tervezésbe fektetett energia, vigyázzunk arra, hogy ne tolódjon ki az esti lefekvés ideje, hiszen akkor könnyen felborulhat a gyermek ébrenlét-alvás ciklusa, és nem tud időben reggel felkelni!
- 20.** Hasznos linkek az online oktatáshoz, tanuláshoz!
- a)** Összefoglaló táblázat: [https://docs.google.com/spreadsheets/d/18isUq\\_TSEw-7qZu-RHhFv\\_uOLmPG6UJ14fvzFB2\\_w28/htmlview?fbclid=IwAR3rU0K\\_S2A5G5zDzIbRIB2JjQ5hZ\\_4eCehHInd4WA2vYIjE01Cr3LJqJs4](https://docs.google.com/spreadsheets/d/18isUq_TSEw-7qZu-RHhFv_uOLmPG6UJ14fvzFB2_w28/htmlview?fbclid=IwAR3rU0K_S2A5G5zDzIbRIB2JjQ5hZ_4eCehHInd4WA2vYIjE01Cr3LJqJs4)
  - b)** <http://www.okosdoboz.hu/>
  - c)** <http://www.csibesztura.hu/>
  - d)** <http://www.szulovilag.hu/>

- e) <http://www.gyakorolj.hu/>
- f) Biológiahoz segítség: *Egyszer volt egy élet* című sorozat:  
[https://www.youtube.com/results?search\\_query=egyszer+volt+egy+%C3%A9let](https://www.youtube.com/results?search_query=egyszer+volt+egy+%C3%A9let)
- g) Történelem tanuláshoz segítség (kisebb gyerekeknek): *Egyszer volt, hol nem volt az ember* című rajzfilmsorozat:  
[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Egyszer+volt+egy+ember](https://www.youtube.com/results?search_query=Egyszer+volt+egy+ember)
- h) <https://quizlet.com/> (angol)
- i) <https://learningapps.org/>
- j) <https://www.raz-kids.com/> (angol)
- k) <https://www.youtube.com/user/videotanas>
- l) Feladatok matematikából:  
[https://www.matika.in/hu/?fbclid=IwAR3ts7\\_m90CtEOJvFe3K\\_racg4lqdj3blQcOjEcXVmN-WQxxW4Vi5M4cEOk](https://www.matika.in/hu/?fbclid=IwAR3ts7_m90CtEOJvFe3K_racg4lqdj3blQcOjEcXVmN-WQxxW4Vi5M4cEOk)
- m) Középiskolásoknak, egyetemistáknak matematika: <https://www.mateking.hu/tantargyak>
- n) Idegen nyelvtanuláshoz: <https://tabelle.hu/hu>
- o) Idegen nyelvtanuláshoz: <https://www.duolingo.com/learn>
- p) Ingyenes tankönyvek: <https://www.mozaweb.hu/>
- q) <https://tudasbazis.sulinet.hu/hu>
- r) Kisebbségek: <https://junior.sulinet.hu/hu>
- s) Nemzeti Köznevelési Portál: <https://www.nkp.hu/>
- t) Magyar Elektronikus Könyvtár: <http://mek.oszk.hu/>
- u) Nemzeti Filmarchívum filmjei: Magyar történelem és irodalom tanuláshoz  
<https://filmarchiv.hu/hu/alapfilmek>
- v) Középiskolásoknak segítség: <https://zanza.tv/>
- w) Izgalmas történelem: Múlt-kor digitális archívuma most ingyenesen elérhető  
[https://m.hvg.hu/tudomany/20200319\\_mult\\_kor\\_digitali\\_most\\_ingyenesen\\_elerhető\\_s\\_archivum\\_ingyenes\\_hozzaferes?fbclid=IwAR3j2ml5GubC2RSQmHaZ1ypdCln\\_bzYJtDPGA2w1XN-F\\_0LpUYMztcyCUdw](https://m.hvg.hu/tudomany/20200319_mult_kor_digitali_most_ingyenesen_elerhető_s_archivum_ingyenes_hozzaferes?fbclid=IwAR3j2ml5GubC2RSQmHaZ1ypdCln_bzYJtDPGA2w1XN-F_0LpUYMztcyCUdw)
- x) Ingyenes letölthető könyvek, kötelező olvasmányok is: <http://konyvespolc.com/>
- y) Kisebbségek segítség: <https://skillo.hu/> Sárosdi Virággal, gyógypedagógus-logopédussal, a Gyereketető kitalálójával.
- z) Az M5 oktatási-kulturális csatorna oktatási tartalmai a Nemzeti Audiovizuális Archívumban  
<https://nava.hu/tematikus/oktatas/>

### **M5 oktatási csatorna műsorrendje:**

**8:00-11:00** 5-8. osztályosoknak szóló műsorok (Biológia, Magyar nyelv és irodalom, történelem, matematika, művészetek és informatika)

**11:00-12:00** Nyelvleckék:

**11:00-11:30** Szólj meg! angol nyelvleckék.

**11:30-12:00** hétfőnként német, keddenként francia, szerdánként olasz, csütörtökönként spanyol, péntekenként orosz nyelvtani feladatok.

**12:00-14:30** Érettségi műsorok

A műsorok elérhetőek lesznek a [www.mediaklikk.hu/digitalisoktatas](http://www.mediaklikk.hu/digitalisoktatas) oldalon is.

Kérjük kísérjék figyelemmel **honlapunkat** ([www.vadaskert.hu](http://www.vadaskert.hu)) és **Facebook oldalunkat**, ahol tájékoztatjuk Önöket minden újabb ellátási lehetőségünkről!

Vadaskert Alapítvány

Vadaskert Kórház és Szakambulancia

[www.vadaskert.hu](http://www.vadaskert.hu)