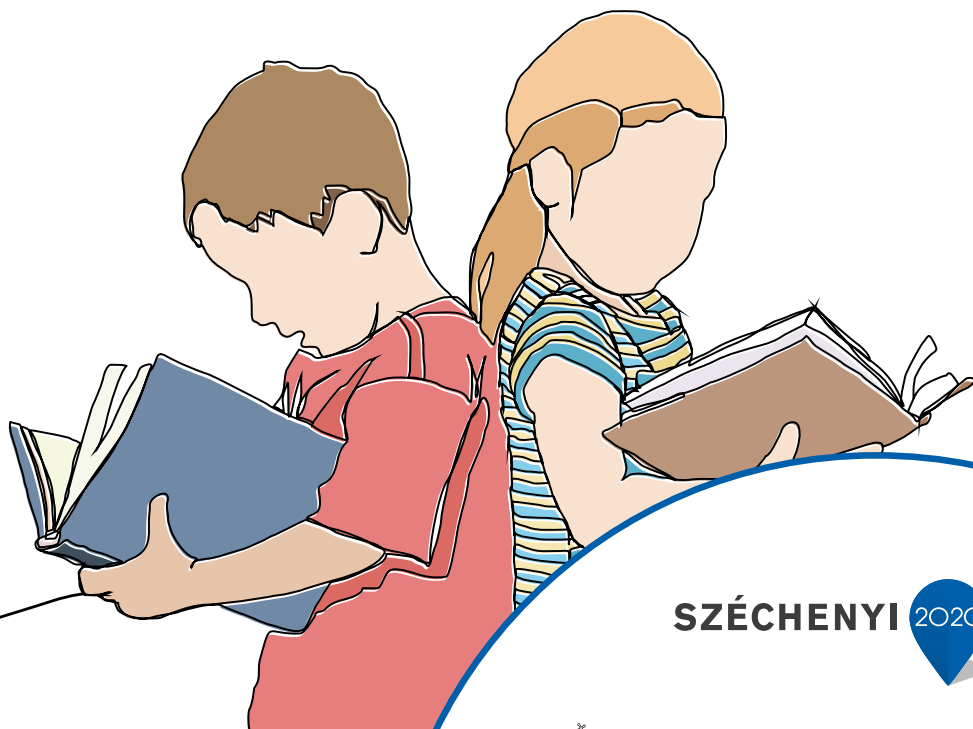


Bencsik Mária Bernadett

TEMATIKA SZÜLŐK SZÁMÁRA

TANULÁSTECHNIKAI TÁMOGATÁS AZ OTTHONI TANULÁSHOZ



SZÉCHENYI 2020

EFOP-3.1.6-16-2017-00026

„HINNED KELL, HOGY A VILÁG TEVELED IS ÉKES”
A KIEMELT FIGYELMET IGÉNYLŐ GYERMEKEK
ÉS TANULÓK MINŐSÉGI ELLÁTÁSA
A SZOLNOKI TANKERÜLETI KÖZPONTBAN



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Készült az
EFOP-3.1.6-16-2017-00026 „*Hinned kell, hogy a világ Teveled is ékes*”
kiemelt figyelmet igénylő gyermekek és tanulók minőségi ellátása
a Szolnoki Tankerületi Központban
projekt keretében.

Projektvezető:
dr. Torda Ágnes

Szakmai vezető:
Szabó Győzőné

Szerző:
Bencsik Mária Bernadett
gyógypedagógus, logopédia szakos tanár-terapeuta, pszichológus

Lektor:
dr. Mező Katalin PhD.
gyógypedagógus

Grafika:
Bencsik Dániel Zoltán és Bencsik Mária Bernadett

ISBN: 978-615-81503-1-6

Kiadó: Szolnoki Tankerületi Központ
Felelős kiadó: Szutorisz-Szügyi Csongor tankerületi igazgató

Nyomdai előkészítés: Flaccus Kiadó Kft.
Nyomdai és kötészeti munkálatok: Fotogruppe Kiadó Kft., Szolnok, 2020
Felelős vezető: Kardos Tamás, ügyvezető

Tartalom

Bevezetés	5
A pedagógiai szakszolgálatokról röviden	7
A tanulási folyamatról	11
Nyugalom, kiegyensúlyozott fizikai állapot	11
A környezet észrevétele, pontos észlelése	13
Az emlékezés, a tudatos felidézés	14
Motiváció	16
Szándékos figyelem	17
Tervezés, gondolkodás	17
Tanulási stílusok és technikák	18
A tanulás ideális otthoni körülményei	20
Mire figyeljünk az iskolában?	24
Összefoglalás	25
Felhasznált irodalom	26



Bevezetés

A tanulási nehézség bármely intelligenciaszint esetén előfordulhat és összefoglalóan leírható, hogy nem gyengeség, nem zavar, hanem átmeneti, több szempontból jól **fejleszthető** probléma (Farkasné, 2006). Ha gyermekünk ezzel néz szembe, az bizony sokszor az egész családra kihat. Szülökként folyamatosan keressük a lehetőséget a támogatásra, a gyermek megerősítésére, időnként tehetetlennek érezzük magunkat egy-egy kudarcnál, aggódunk tanulmányi, majd szakmai előmenetele miatt, de testvérként sem mindig egyszerű a helyzet.

A tanulási teljesítménnyel kapcsolatos kudarcok miatt előfordulhatnak viselkedési problémák is az érintett gyermekeknél (Balogh, 2002).

Jellemző lehet a lassabb előrehaladás képessége, hiányosságok a tanulási alapkészségek terén, nehezebb az elvonatkoztatás a gondolkodásban, illetve kialakulatlan a tanulási stratégia (Tóth, 2008). A személyre szabott, komplex fejlesztési menetrend a leghatékonyabb ilyen esetben, amely együttműködést igényel a szülők, a gyermek és a pedagógus részéről.

Fontos a nehézségek, jelzések **korai felismerése**, hiszen minél hamarabb kap irányított segítséget a gyermek, annál valószínűbb, hogy többet fog tudni saját képességeiről. Jobban tudja ő maga kezelni a helyzetet, amely végül stabilitást, **biztonságot** ad majd az ismeretelsajátítás labirintusában. Felesleges aggodalmak kerülhetőek el, amely kihat a gyermek lelki és hosszabb távon a testi egészségére is. Könnyebben boldogul később **az önálló életvezetésben** - bármilyen távolinak tűnik is ez.



Ha később kerül felismerésre egy probléma, lényeges a nevelőkkel, oktatókkal való **együttműködés**. Ha speciális szakember segítségére van szükség, akkor megnyugtató, hogy van helyben is kialakult intézményi rendszere a megsegítésnek és tanácsadásnak.



A védőnői, az óvodai kötelező **szűrővizsgálatok** célja az, hogy már korán segítse a családokat bármilyen felmerülő kérdés megválaszolásában, a megfelelő nevelési-felnevelési, esetleg fejlesztési **irányvonal közös megkeresésében**.

Az olyan problémák kezelésére, amelyek az iskolai élet megkezdésekor kerülnek csak felszínre, ma már minden járásban vannak elérhető szakemberek. E problémák megoldását a **megyei pedagógiai szakszolgálatok tagintézményi és telephelyi rendszerben** látják el. A nevelési és oktatási intézmények pedagógusai szükség esetén segítenek elérni ezeket az ingyenes és hozzáférhető tanácsadásokat, ellátásokat. De fontos kiemelni, hogy szülőként egyénileg is megkereshetik az illetékes pedagógiai szakszolgálat intézményeit a gyermekeikkel.

Internetes **honlapon** tájékozódva juthatnak az információkhoz és elérhetőségekhez a szülők és partnerek:

Honlap: www.jnszmpsz.hu



A pedagógiai szakszolgálatokról röviden



1. ábra: www.jnszmpsz.hu

A **pedagógiai szakszolgálati intézmények a működésüket meghatározó 15/2013. (II. 26.) EMMI rendelet** alapján jelenleg 9 tevékenységi területen nyújtanak szolgáltatást, amelyek a következők:

- korai fejlesztés, gondozás és tanácsadás,



- konduktív pedagógiai ellátás,
- szakértői bizottsági tevékenység,



- nevelési tanácsadás,
- logopédiai ellátás,



- gyógytestnevelés,
- iskola- és óvodapszichológiai tevékenység,
- kiemelten tehetséges gyermekek és tanulók azonosítása, gondozása,
- továbbtanulási, pályaválasztási tanácsadás.



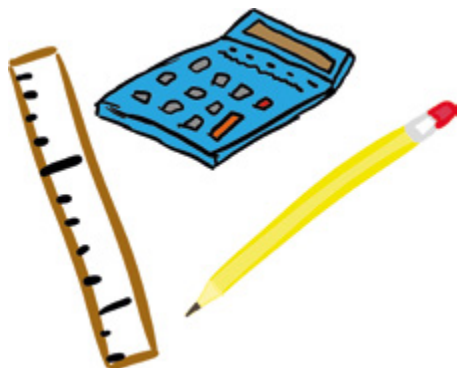
A helyi ellátásban, **Mezőtúr Járásban** minden tevékenységi terület szakemberei elérhetőek. A különböző ellátások igénybevétele szülői, illetve intézményi kérésre is történhet a www.jnszmps.hu honlapon megtalálható, letölthető és egyszerűen kitölthető **kérelem** benyújtásával. A tagintézményben a kérelemhez segítséget személyes, illetve telefonos megkeresés útján is kaphatnak az igénylők.

A szakszolgálati tevékenységi területek között a tanulási nehézségekkel kapcsolatos segítségnyújtás **komplex folyamat**. Egyéni állapotmegismerésen és személyre szabott, team-munkában végzett véleményalkotáson alapszik.

A **kérelem** beérkezését követően **egyéni időpontokban** történik a kapcsolatfelvétel, a vizsgálat, illetve a tanácsadás. Ezeken az alkalmakon a szülők, a törvényes képviselők minden körülményről, a folyamatról, az eredményről **tájékoztatást** kapnak. Van mód a legelején megbeszélni az egyes szakemberrel az előzményeket, kérdéseket tehet fel a szülő és a gyermek is, feltárhatók az aggodalmak a gyermek előrehaladását illetően. **A fő közös cél** a gyermek számára az egyéni szükségleteihez mérten a lehető legjobb terv, megoldási javaslatok megtalálása. Ha szükség van rá, a vizsgálatvezető más, speciálisan képzett szakember bevonásának lehetőségét is felkínálja majd.

A szülők gyakran azt gondolják, hogy „buta” a tanulási nehézséggel küzdő gyermek. Ez tévedés! Arról van szó, hogy valamely területeken **kissé** egyenetlen a képességeinek fejlődése. **Valamelyest** eltér a gyermek fejlődésmenete a tipikushoz képest némely szempontból. Vannak nehézségei a tanulásban, ám ugyanúgy rendelkezik **erősséggel** az élet különböző területein, mint bármely gyermek. Ezek felismerése ugyanolyan jó esélyű és kiemelt szerepű a tanácsadás során.

A család szerepe, támogatása fontos abban, hogy segítse a gyermek előrehaladását, **de nem** olyan módon, hogy **helyette** tanul vagy írja a leckét, és féltőn megoldja minden problémáját, hanem biztosítja a körülményeket, felkészít, figyel az egyéni igényekre. A kezdeti kontroll mellett fokozatosan segíti a gyermeket, a fiatal **az önálló tanulás és életvezetés** képességének kialakításában.



Hogy az elsődleges problémákhoz ne, vagy minél kevesebb járulékos esemény társuljon, lényeges a **kommunikáció**, az együttgondolkodás, együttműködés a nevelőkkel, tanárokkal, szakemberekkel a gyermek előrehaladásának érdekében.

A tanulási folyamatról



A tanulás nem könnyű sem a gyermek, sem a szülő számára, de nem elérhetetlen az, hogy a lehető legtöbbet hozzuk ki magunkból a célok elérése és a biztonságos jövő érdekében. Ez akkor is megfigyelhető, ha nincs tanulási nehézség a háttérben. Ha ez az állapot mégis fennáll, sokkal tudatosabban kell elindulni és haladni az úton. Több támogató figyelemre és kiegészítő ötletre van szüksége a gyermeknek, hogy a kitűzött célig eljusson.

A cél megléte alapvető. Tudnia kell, hogy mit szeretne elérni. Egyszerűen jobb jegyet? Több elismerést, közösen töltött időt vagy több ölelést és mosolyt? Jutalomból átvett könyvet az évfáron? Új biciklit, vagy egy életre tartalmas és biztos fizetést nyújtó szakmát, végzettséget? A szabadidős örömteli, esetleg esti, vagy étkezésekkor lezajló beszélgetésekből ez kiderül. Jó, ha segítünk szülőként ezt megfogalmazni.

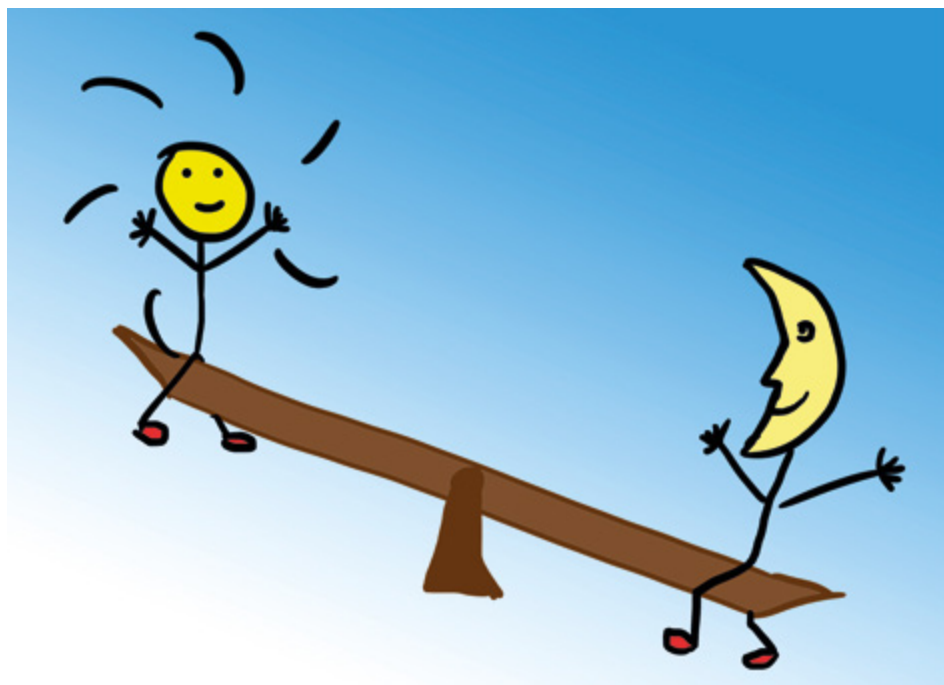
Néhány további lényeges összetevőt nem hagyhatunk figyelmen kívül:

Nyugalom, kiegyensúlyozott fizikai állapot

Ha az iskolai tanulásról beszélünk, vagy akár hozzáfog a gyermek az otthoni tanuláshoz, mindenképpen jó, ha kipihent, nem éhes vagy szomjas, nem nyugtalan vagy bánatos. Segítsük észrevenni ezeket a jeleket és tenni az ellensúlyozás érdekében.



Ha általában rendszeres a napirendje, figyelünk rá, meghallgatjuk a mondanivalóját, megtanítjuk figyelni az elegendő és egészséges folyadékmennyiség és táplálék bevitelére, időben lefekszik, de jut idő a kikapcsolódásra is, akkor az alapok már megvannak ahhoz, hogy könnyebben alkalmazkodjon a mindennapok teendőihez. Mert bizony alkalmazkodni és betartani a kereteket lényeges a saját határok megismeréséhez.



A környezet észrevétele, pontos észlelése

Ha figyelünk a gyerekre, könnyebben felfedezhetjük, hogy az érzékszervei megfelelően működnek-e. Ha problémát észlelünk, forduljunk a gyermekorvoshoz, aki megnyugtat, vagy szükség esetén továbbirányít a megfelelő szakemberhez.

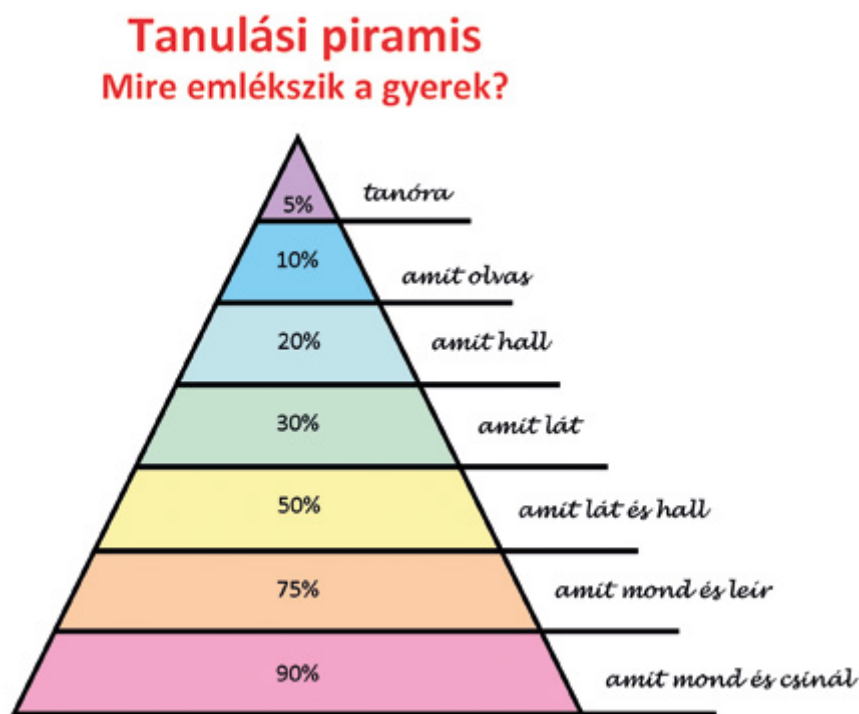
Ettől függetlenül tanítsuk meg gyermekünket **észrevenni a környezet jellegzetességeit**, változásait a szűkebb és tágabb életterében a hangok, a látnivaló, a szagok, az ízek, a tapintásos, a mozgásos érzetek tekintetében. Meghallhatja például különböző zenei stílusok különbségeit, észreveheti a környezet, a természet változásait a színekben, helyzetekben. A zöldségek, gyümölcsök és egyéb ételek ízeinek, illatának jellegzetességeit. Megtanulja azt is ezáltal, hogy mi az, ami romlott, veszélyes, kerülendő az egészségre nézve. Megtapasztalja milyen kellemes vagy kevésbé jóleső élményekhez juthat a tapintás során, illetve hogy a mozgás öröme milyen felszabadító, lazító lehet.

Önmagával kapcsolatban számtalan megismeréshez juthat ezen érzékek összehangolásával, mint például valamilyen zene művelése, hangszer megszólaltatása, „uralása”, vagy a tánc öröme, esetleg a rajzolás, festés általi további önkifejezés. A már emlegetett saját határok minél jobb ismerete, önmaga irányításának képessége nagyban segítheti a tanulási folyamatok rendezését, kézben tartását is.



Az emlékezés, a tudatos felidézés

A látottak, hallottak visszaidézése látszólag egyszerű, mégis összetett folyamat (Baddeley, 2005). Az pedig, hogy a tapasztaltakból mennyi mindent tudunk előhívni, függ az információ felvételének módjától, körülményeitől is. A következő ábra jól szemlélteti, hogyan javítható tovább a tanulás hatékonysága (2. ábra). Ha nem kizárólag befogadói, hanem **aktív** részesei vagyunk a folyamatnak, az több sikerrel járhat a hatékony tanulás érdekében. Nézzük át a gyermekkel együtt a tanulási piramis szintjeit, próbáljunk példákat találni a saját mindennapjainkból, amikor egyik vagy másik módon és szinten szereztünk ismereteket. Gondoljunk vissza, mikor tudtunk a legtöbb részletre emlékezni?



2. ábra: Tanulási piramis. Forrás: az okoskaland honlap alapján saját szerkesztés (eredeti ábra: <https://okoskaland.webnode.hu/tanulasmodszertan2/>).

Olyan is előfordulhat, hogy a tanár vagy előadó megtartotta az órát - amely túl bonyolult volt és nem is annyira érdekes-, s a gyermekünk jelen volt ugyan, de nem figyelt.

Mire emlékszik majd, ha egy ilyen óra után, egyéb készülés nélkül próbál felelni vagy megírni egy dolgozatot?

Mennyivel több kérdésre tudta a választ, ha legalább egyszer elolvasta otthon előző nap a korábban tanultakat? Ezáltal a rövidebb ideig tárolt információ szépen lassan már átcsúszik egy tartósabb tárolóba az agyban (Baddeley, 2005).

Vagy akkor hogyan alakult a tanulás, amikor megpróbált a bonyolultsága ellenére szándékosan odafigyelni a tanár mondanivalójára? Több információra emlékezett, ha megnézte a magyarázó táblázatot is közben úgy igazán értően? Vagy más volt akkor az eredmény, amikor követte a térképet, miközben hallgatta az előadó szavait, esetleg figyelte a kísérletet vagy kérdezni is mert és tudott?

Hogyan alakultak a dolgok, ha mindemellett az otthoni egyszeri elolvasás közben kiemelte színes aláhúzással a kulcsszavakat és kifejezéseket, majd átolvasta újra (és még egyszer), azután hangosan próbálta azokat felidézni a saját szavaival kiegészítve?

Ha még arra is volt példa, hogy a tanórán (vagy azon kívüli szakkörön, foglalkozáson) gyakorlatban is lemodellezhetett egy feladatot, megoldhatott egy problémát, önállóan kutakodhatott egy kedvelt választott témában és mindezt megoszthatta a többiekkel, vagy elvégezhetett maga is egy egyszerű kísérletet, akkor meglepő lehet a különbség az eredmény sikerében.

Garantáltan finomabbat főz majd többszöri próbálkozás után az a szakácstanonc, aki felügyelet mellett a gyakorlatokon, vagy otthon is teret kaphat a próbálkozásra. Ügyesebb lesz az a fodrász, akinek az elméleten túl, alkalma van próbálkozni. Ámulva nézhetjük a gyakorló zöldségszobrászokat, akik egyre könnyedebben bánnak az eszközökkel, vagy az egyszerű fajtákat faragó asztalospalántákat a maguk vagy mások örömeére készített darabokkal.

Biztosan jobb szakember lesz abból a fiatal tanulóból, aki maga is tevékenyen részese lehet a vele történő „tanulásnak” nevezett folyamatnak, akár elméleti, akár gyakorlati tudást szeretne megszerezni és hosszabb távon megtartani. A siker élménye megalégedést okoz, megerősíti őt, fenn tartja az érdeklődését a további fejlődéshez. Így azután a várható szakmai siker mellett nagyobb valószínűséggel számíthatunk arra is, hogy kiegyen-

súlyozott, boldog, önálló életvezető lesz belőle, aki örömmel végzi majd a megélhetését fenntartó tevékenységét nap, mint nap.

Motiváció

Amint már említettük, ahhoz hogy a gyermekünk könnyebben, több sikerrel vegye az akadályokat a tanulásban, neki is szándékában kell hogy álljon az energia befektetése. A dicséret minden életkorban jó motiváló erő. Azok a varázsigék, hogy „büszke vagyok rád”, vagy a konkrétabb: „egyre ügyesebben oldod meg a feladataidat”, „sokkal jobban osztod be az idődet”, stb., jól működnek, hogy ne csak pillanatnyi fellángolás legyen a valódi tanulás egy-egy jobb jegy után, hanem tartós örömet lelje benne és igénye legyen a mind jobb produkcióra. Lényeges az érdeklődés felkeltése és fenntartása, az osztálytársak, kortársak véleménye, illetve mintája.

Kisebb korban motiválhatjuk kevésbé közvetlenül, játékosan, több együtt töltött idővel kecsegtetve, később az önállósági törekvések támogatásával, ám lehet ez a motiváció egyszerű belátás eredménye a jövőbeni célok eléréséhez. A közös mindezekben a szülői, családi támogatás, a fontosság érzésének megélése.



Szándékos figyelem

A motivációval is szoros összefüggésben áll a tudatos odafigyelni akarás a saját tevékenységekre. Ha a szándék hiányzik, sokkal nehezebb koncentrálni a feladatainkra. Amint viszont az érdeklődés felkelthető, könnyebb dolga van gyermekünknek. Itt is vissza kell utalnunk a kipihent és kiegyensúlyozott fizikai állapotra. Fáradtan, éhesen, szomjasan, netalán betegen kevésbé sikeres a próbálkozás az odafigyelésre.

Érdekes azt is megfigyelni, hogy a képesség maga megvan-e a spontán odafigyelésre, a kitartó koncentrálásra a teszteken kívüli mindennapokban. Figyeljük meg például, hogy:

- meg tudja-e tervezni és a tervezetten véghezvinni gyermekünk a napját, a feladatait az iskolán kívül,
- végig tud-e ülni egy családi étkezést, követni egy program történéseit,
- össze tudja-e pakolni egyedül a saját holmiját viszonylag rendezetten (táskát, ruhákat a szekrényben, utazáshoz szükséges kellékeket, stb.),
- befejezi-e, amit elkezdett?

Legyen feladata otthon a tanuláson kívül is, ismerje a szabályokat, tisztában legyen az elvárásokkal, ossza be maga az idejét a teendőkben és a leckeírásban egyaránt, kis szakaszokban. Meglepő majd a szülő számára, hogy erre milyen hamar képes a gyermek, ha figyelmet és kritika helyett megerősítő visszajelzést kap. A kijelölt vagy vállalt feladatokat ne csináljuk meg helyette. Vegyük észre, ha olyat is megcsinál, amely ezen kívül adódik és nem „kötelező”. A keretek be nem tartását szintén vissza kell jeleznünk, esélyt adva a korrekcióra.

Tervezés, gondolkodás

Ha megtervezi a teendőket, rendszerbe szedi a gyermek a tanulnivalóit, átgondolja az összefüggéseket, szükség szerint módosít, az szintén sokat segíthet a tananyag fejben való rendezésében, később a felidézésben. Ez valójában egy összehangolt működtetése az eddig felsoroltaknak (Baddeley, 2005). Ha erre már önállóan is képes, akkor sokat haladt előre a fejlődésben. Ez a pillanat kulcsfontosságú a tanulási önállóság kialakulásában.

Tanulási stílusok és technikák

A tanulás nem mindenkinél egyformán zajlik, hiszen azt is megfigyelhetjük már, hogy nem egyforma módon jegyezzük meg könnyen az információkat. Saját magunkon is észrevehetünk időnként változásokat ebben a tekintetben is. A közös a különböző módozatokban az, hogy kell hozzá a szándék, a rendszeresség és ráfordított idő.

A tanulási stílusokat több szempontból is áttekinthetjük (Lappints, 2002). Van, aki a hallott információkat képes jobban megjegyezni, van olyan, aki a képekben látottakat. Van, aki a tapintási és mozgásos jellegű információ felvételre fogékonyabb, és a gyakorlatban alkalmazottakat általában könnyebben megjegyzi. Abból a szempontból is eltérhet a módozat, hogy alaposan átgondolt, vagy felszínebb, gyorsabb-e a feladatok elvégzése. Némelyeknek az aprólékos, irányított, míg másoknak az átfogó, összetettebb szemlélet válik be. De abban is lehet eltérés, hogy egyénileg vagy társas környezetben fogékonyabbak-e a tanulók.

A stratégia, vagy technika jelenti a terv, a motiváció, a szándék, az észlelés, a feldolgozás, a tárolás és az előhívás rendszerének módját (Balogh, 2006).

Fontosak a **körülmények** a tanulás során, amelyet külön részletezünk a következő fejezetben konkrét tanácsokkal.

Lényeges a **terv**. Legyen beosztva az idő és a nehézségi fok. Készüljenek összefoglaló vázlatok, rajzok, saját készítésű ábrák, egyéb szemléltetők. A módszerek akkor sikeresek, ha aktív az ismétlés. Ez a figyelmes, lényegyet kiemelő, saját szavakkal való kiegészítést, mondatfűzést jelenti, amelyet elgondolkodva próbáljon a gyermek értelmezni maga számára.

Ne csak másoljon, és mechanikusan olvassa újra a tankönyvi szöveget, hanem értelmezze mondatonként, bekezdésenként, emelje ki, húzza alá a fontos szókapcsolatokat. Ne szó szerint tanuljon, ne magoljon, hanem keresse az összefüggéseket. A saját megfogalmazott gondolataira jobban fog emlékezni.

Kiteheti a vázlatokat a falra, készíthet emlékeztető képes, rajzos összefoglalókat. Ezek által szintén aktívan ismételi. Összegyűjtve témakörönként jól jönnek majd a dolgozatok előtti ismétléskor is.

Léteznek okostelefonra ingyenesen letölthető összefoglaló alkalmazások is, amelyek hátránya ugyan, hogy nem maga készíti el az emlékeztetőket a gyermek – így az ismétlés bizonyos lépései kimaradnak-, ám

jól alkalmazható, könnyen elérhető és némelyik interaktív, amely viszont előnyös tulajdonság (Vorderman, 2017).

Sok segítséget, oktatóanyagot, szótárt, stb. találhatnak a diákok az interneten, amelyek nehézségek esetén is növelhetik a motivációt, az eszközhasználat egyensúlyára azonban figyelnünk kell.

A kezdet biztosan időigényes, de egy jól bevált stratégia a gyakorlással fokozatosan automatizálódik és egyre lendületesebb lesz. Szülőként eleinte érdemes támogatni, figyelemmel kísérni a folyamatot, majd egyre inkább önálló tevékenységgé alakítani a tanulási folyamatot.

Az elvégzett munka után jó, ha van valamilyen kicsi **jutalom**, mint például egy darab csoki, Anya finom szelet sütije, vagy jégkrém a fagyasztóból. Persze sokkal egészségesebb, ha kellemes zenehallgatást, egy kör biciklizést, vagy valamilyen játékot választunk egyszer-egyszer az édesség helyett.



A tanulás ideális otthoni körülményei

Érdemes figyelni néhány olyan dologra, amelyek jelentősen befolyásolhatják a tanulás folyamatának alakulását, illetve az eredmény hatékonyságát. Ezek a következők:

- Fontos **ráhangelődni** a tanulásra, mert ha jó kedvvel vagy motiváltan fog hozzá a gyermek a mindennapi feladathoz, akkor gyorsabban és eredményesebben tanul. Gondolhat például arra, hogy mit fog csinálni a leckeírás utáni szabadidőben, vagy idézze fel azokat az alkalmakat, amikor jó jegyet kapott egy sikeres felkészülés után.
- Ha valami miatt nyugtalan vagy izgatott, akkor adjunk neki lehetőséget a beszélgetésre, **oldódásra** a tanulás megkezdése előtt.
- Ha fáradt, hagyjuk kicsit **pihenni**, de ha csak kedvetlen, biztassuk esetleg valamilyen **játékos mozgásra**, amellyel elérhető egy kiegyensúlyozott hangulati állapot a tanuláshoz.



- A helyiség, ahol tanul a gyermek, legyen átszellőztetve.
- Figyeljünk arra is, hogy lehetőleg **világos helyen**, oldalról világító természetes fénynél történjen a tanulás. Ha már lámpára is szükség van, annak fénye nem jó, ha túl erős, de mindenképpen elegendőnek kell lennie. Figyelni kell arra is a fény irányát tekintve, hogy **ne árnyékoljon** a gyermek saját magának írás közben.



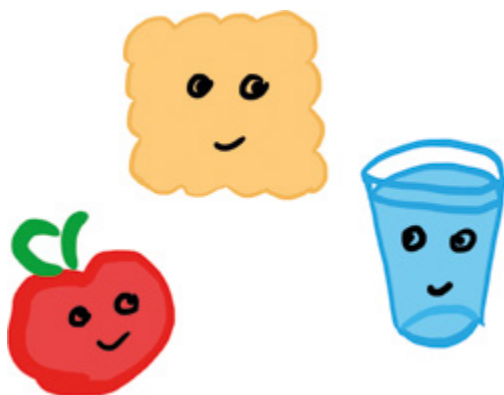
- A tanulásra alkalmas **hely legyen elegendő és stabil**. Például nagyobb asztal és nem túl puha, lehetőleg nem billegő, vagy gurulós szék.
- Legyen **rend** az asztalon, csak azt készítse elő, amire szüksége lesz egy-egy témánál, tantárgynál. Ezeket úgy helyezze el, hogy ne legyen útban az olvasásban való előrehaladásnál és az írásnál, akármelyik kezét is használja erre a gyermek. Tegye el a játékot, telefont vagy az ennivalót az asztalról.



- Lehetőleg **egyenes tartással** üljön, szemének a laptól való távolsága pedig átlagosan **25-30 cm** legyen.
- Jó, ha **csend** van, vagy legalább nincs háttérzaj tanulás közben, ami elvonná a gyerek figyelmét, esetleg fárasztaná a koncentrálásban.



- A **tervezés** egy nagyon fontos része a folyamatnak, hiszen ha ismeri gyermekünk a kereteket, ezen a területen is könnyebben elfogadja, elvégzi a feladatait. Ha segíteni szeretnénk neki, figyeljük meg, beszéljük át, **tudatosítsuk** benne időnként a saját tanulási technikájának **erősségeit**, illetve adjunk ötleteket ahhoz, hogyan alakítsa azt a nehézségek esetén. Például van olyan gyerek, aki rendszeresen másnapra tanul, de vannak, akik számára hatékonyabb a tananyag megőrzése, ha az aznapi vázlatot is átnézik és röviden felidézik az újonnan hallottakat.
- Segítsünk **kiemelni a lényegét**, vázlatot írni, ismételni, de nem helyette, hanem vele, majd rávezetni az önálló tanulás képességének elsajátítására fokozatosan. Motiváljuk eleinte **dicsérettel** az apró eredményeknél is, ami jelentősen előréviszi a teljesítményét.
- Ha végre eljutottunk a könyvekig és a füzetekig, terveztessük meg gyermekünkkel magát a **napi tanulást, leckeírást**:
 - Szedje össze, hány tantárgyból kell felkészülni másnapra.
 - Rendezze sorba saját maga számára a tantárgyakat, témákat nehézségi fokozat szerint.
 - Kezdje egy olyannal, amely érdekli, vagy könnyű, majd folytassa egy nehezzel, utána jöhet ismét egy könnyebb, és így tovább.
 - Tartson rövid pihenőket két tantárgy között, igyon, menjen el mosdóba.



- Egy tantárgy szóbeli és írásbeli részét egy blokkban végezze el egymást követően.
- Figyeljük meg a tantárgyakra külön-külön, majd a teljes tanulásra fordított időt. Hasonlítsuk össze tudatosan időnként a napokat, vonjuk le a következtetéseket és örüljünk vele együtt a hatékonyságnak.





Mire figyeljünk az iskolában?

Az iskolai környezetben, ahol gyermekünknek önállóan kell kialakítania a hatékony tanuláshoz szükséges körülményeket, szintén több tényező segítheti őt a konkrét tananyag megismerésén kívül abban, hogy minél könnyebb legyen számára maga a tanulási folyamat. A pedagógusok segítik őt ebben, de szülőként szintén beszélgessünk vele erről, tudatosítsuk benne ezeknek a körülményeknek a támogató voltát, adjunk ötleteket számára a megvalósításhoz.

Tanulási nehézségnél általában kihívás a gyermek számára a tartós odafigyelés és koncentráció. Előfordul, hogy fáradékonyabb, mint a többiek. Ahhoz, hogy ez könnyebb legyen, íme néhány ötlet:

- Az iskolai padon is legyen rend, csak a szükséges dolgokat vegye elő a táskából, illetve a padból.
- Kérjük meg, hogy üljön maga alá húzott székkal, közel a padhoz, így stabilabb a testtartás és kevesebb a késztetés a mocorgásra.
- Ha lehet, ne ablak melletti padban üljön, így kevésbé vonódik el a figyelem a kinti történések miatt.
- A tolltartó legyen zárva, csak akkor vegyen íróeszközt a kezébe, ha dolgoznia kell vele.
- A táskában is jobb, ha rend van, a ceruzák kihegyezve, a tollak otthon kipróbálva hasznosabb kiegészítők.
- A tekintetét a tanár arcára irányítsa tudatosan és figyelje azt, amit mond, amit kér.
- Ha mégis elkalandozik a figyelme, bátran jelezze a tanárnak, vagy óra végén kérdezzen a társaitól a kimaradt információról.
- A padtársával ne beszélgessen óra alatt, ha őt zavarja a másik, nyugodtan megkérheti, hogy hagyja figyelni.

Összefoglalás

Az előhívás könnyítése érdekében sokat tehetünk, vagy tehet a gyermekünk a körülmények tudatos irányításával. Ehhez elengedhetetlen, hogy motivált legyen az új ismeretek elsajátítására. Fontos, hogy tisztában legyen általában saját határaival, de észre kell vetetni az erősségeit is! Az apró sikereknek nagy jelentőséget kell tulajdonítani, az esetlegesen előforduló kudarcokat pedig érdemes megbeszélni, értékelni, de nem végzetesnek tekinteni. Nem egyformán vagyunk képesek teljesíteni. Mindenkinek lehet és van saját stílusa, módszere, jellegzetessége a tanulás terén, amellyel el tudja érni, hogy a kevesebb idő alatt minél több lényegeset megjegyezzen. Ha minden személyes tényező adott, akkor segítenek a színek, az ábrák, rajzok, saját vázlatok, a hangos felidézés, esetenként erre alkalmas informatikai eszközök, ám ezeket ki kell próbálni, manipulálni kell velük, beépíteni a saját maga számára kialakított legjobb technikába, mert a párna alá téve ezek sem működnek.

Sokat segítenek a gyermekünket körülvevő nevelők, pedagógusok, fejlesztő- és gyógypedagógusok, pszichológusok, a pedagógiai szakszolgálatoknál is elérhető tanácsadás típusok. De sokkal fontosabb a támogató család és szűkebb környezet, akik állandó és esetenként adódó lehetőségeket tudnak nyújtani önmaga kipróbálására, az önálló életre való biztonságos felkészülési idő során.

Sok sikert és örömet kívánunk mindehhez! Szükség és igény esetén pedig forduljanak hozzánk bizalommal!

Elérhetőségek:

Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Pedagógiai Szakszolgálat **Mezőtúri Tagintézmény**

cím: 5400 Mezőtúr, Petőfi út 6.

telefon: 06-56-351-686

email: mezotur@jnszmpsz.hu

honlap: www.jnszmpsz.hu

Felhasznált irodalom

Baddeley, A. (2005): Az emberi emlékezet. Osiris, Budapest.

Balogh L. (2006): Pedagógiai pszichológia az iskolai gyakorlatban. Urbis Könyvkiadó, Budapest.

Farkasné Kristóf, Zs. (2006): Lehetőségek a tanulási problémák korai felismerésében és megelőzésében. Új Pedagógiai Szemle. 2006/6 98-106. <http://epa.oszk.hu/00000/00035/00104/2006-06-mu-Farkasne-Lehetosegek>. Letöltés ideje: 2018. szeptember 12.

Lappints, Á. (2002): Tanuláspedagógia. A tanulás tanításának alapjai. Comenius, Budapest.

Tanulási piramis. Forrás: az okoskaland honlap alapján saját szerkesztés (eredeti ábra: <https://okoskaland.webnode.hu/tanulasmodszertan2/>) Letöltés ideje: 2018. szeptember 12.

Tóth, L. (2008): Pszichológia a tanításban. Pedellus Tankönyvkiadó Kft. Debrecen.

Vorderman, C. (2017): Segíts a gyerekednek! Tanulási technikák lépcsőről lépésre. A motivációtól a vizsgáláig. HVG kiadó Zrt., Budapest.

Ajánlott irodalom:

Mező, F. (2002, 2011): Tanulás diagnosztika és fejlesztés az IPOO-modell alapján. K+F Stúdió Kft, Debrecen.

Mező F., Mező K., Mező L. (2011): Tanulógép. Tanulásmódszertani javaslatok. K+F Stúdió Kft, Debrecen.



KIADVÁNY SZÜLŐKNEK