

Módszertani kiadvány

A tanulás tanulás

NTP-INNOV-22-0108

Nem a tudásban van a boldogság,
hanem a tudás megszerzésében!





NTP-INNOV-22-0108 Tanulásmódszertani projekt

„Nem a tudásban van a boldogság, hanem a tudás megszerzésében” címmel, komplex tanulásmódszertani projektet valósítottunk meg általános iskolás tehetségígéretesek valamint tehetséggondozásban jártas tehetségsegítők és szakemberek bevonásával.

Célunk a tanulás tanulásának, a digitális kompetenciáknak és a kreativitásnak komplex fejlesztése volt tanórán kívüli tehetséggondozó program megvalósításával. Új kezdeményezésű, a módszertani megújulást célzó, innovatív intézményi program valósult meg informatikai eszközök bevonásával.

A projekt megvalósítása során három fő területre fókuszáltunk:

- Tanulás tanulását támogató ismeretek elsajátítása tevékenykedtető, játékos formában, informatikai eszközök bevonásával.
- Tanulás tanulását támogató eszközök fejlesztése tanulók és pedagógusok, tehetségsegítő szakemberek, informatikai eszközök bevonásával.
- Játékosításon alapuló értékelési rendszer kidolgozása a projekt számára a motivációs szint növeléséhez, a XXI. századi iskola elvárásaihoz igazodva, a tehetségígéretesek és tehetségsegítők bevonásával.

A projekt számokban

A projektben 12 diák, tizenkét tagú tehetségsegítő team, 1 előadó, 3 önkéntes, valamint szülők vettek részt.

1 db projektorral, szakkönyvekkel, fejlesztő játékokkal technikai alapanyagokkal gyarapodtunk a pályázati forrásoknak köszönhetően.

Az eszközök lehetővé tették az elsajátított módszertani lehetőségek gyakorlati alkalmazását, a dekoráció kialakítását, a dokumentáció összeállítását.

Módszertani útmutató

2022-2023. tanév

Kulcsfogalmak:

- Tehetségazonosítás
- Tehetséggondozás
- Önismeret
- Tanulásmódszertan
- Gondolkodás fejlesztés
- Kooperativitás
- Kreativitás
- Önállóság
- Alkotó tevékenység
- Élményközpontúság



A programról...

- ♦ Pályázati programunk eredményeként a tanulás tanulásának fejlesztése valósult meg tanórán kívüli tehetséggondozó program keretében.
- ♦ Új kezdeményezésű, a módszertani megújulást célzó, innovatív intézményi program valósult meg informatikai eszközök bevonásával.
- ♦ A projekt produktuma egy interaktív kiállítás, mely bemutatja a tanulás folyamatát támogató technikákat, ismereteket.
- ♦ Az informatikai eszközök bevonásával támogattuk az információszerzés és feldolgozás folyamatát, a kooperativitást, a kollaborációt.
- ♦ Szegedi tanulmányút szolgálta az iskolán kívüli tanulási lehetőségekkel történő ismerkedést, a műszaki és természettudományos ismeretek gazdagítását.
- ♦ A komplex fejlesztés önismereti foglalkozásokkal egészült ki.
- ♦ A társas készségek fejlődését a kooperatív munkaszervezés támogatta.
- ♦ Szülőket is megszólítottuk a projekt során, közös délutánra invitálva őket.
- ♦ A különböző évfolyamba járó diákok egymástól is sokat tanultak a csoportos problémamegoldások során.
- ♦ Az elkészített eszközök, segédletek a későbbiekben tanórákon is jól alkalmazhatóak lesznek.
- ♦ A kidolgozott értékelési rendszer, melynek középpontjába a kitűzött célokhoz vezető út értékelése állt, szélesebb körben ismertté vált.
- ♦ A tehetségsegítők közötti információáramlás és tudásmegosztás felélénkölt, sőt az egész tantestületre kiterjedt. A tanulók motiválásához, játékosításhoz, tapasztalati alapú tanulóshoz módszertárunk új elemekkel bővült.

Fejlesztési fókuszok...

- az egyénre jellemző tanulási stílus és stratégia kialakítása
- a tanulási technikák megismerése
- önálló tanulási utak megtalálása
- együttműködésen, páros és csoportmunkán alapuló tanulásszervezés
- a tanulást, ismeretátadást támogató online alkalmazások bevonása
- élményszerzés, gazdagítás
- a kreativitás és motiváció fejlődése, fenntartása
- új technológiák megismerése
- a logikus gondolkodás és problémamegoldó képesség fejlesztése
- értékelési rendszer kidolgozása
- önismeret, önértékelés, kritikai gondolkodás
- információk megszerzésének és feldolgozásának képessége
- team munka online térben, felhőszolgáltatások alkalmazása

Miért ?

Eddigi munkánk során arra a megállapításra jutottunk, hogy a tanulás tanulása nem kap elég hangsúlyt a mindennapokban, sőt, eltűnt a családok tanulást támogató közege is a gyerekek mögül. A kreativitás fejlesztéséhez, a motiváció beindításához, fenntartásához sem a ma alkalmazott tanulási terek, sem az alkalmazott módszerek nem megfelelőek, azért mert a felnövekvő korosztályok igényeinek, szemléletének, pszichés, mentális és fiziológiai sajátosságainak nem felelnek meg. Célunk azon készségek és képességek fejlesztése, amelyek a jövő munkavállalójával szemben támasztott alapvető szükségletek lesznek. Az időgazdálkodás, célorientált tervezés, a csapatmunka képessége, a kreativitás kibontása, a digitális tudás, problémamegoldó képesség, önellenőrzés képessége és szükséglete. Továbbá olyan tanulási környezet megteremtésére törekszünk, ahol fizikai tárgyakat terveznek, alkotnak meg és az ehhez kapcsolódó tudásanyag megszerzése és az alkalmazói tudás kialakulása belső szükségletük lesz. Ennek hatására keresünk új lehetőségeket és megoldásokat, mind módszerek, mind a tanulási környezet szempontjából. A modellezés, tárgykészítés erősíti a tapasztalati úton történő tanulást, az összefüggések, ok-okozati viszonyok felismerését, ami a mélyebb és időben hosszabban tartó tanulást támogatja. A komplex, tantárgyakon keresztülívelő tartalom a gazdagítás lehetőségét nyújtja a tehetségek számára. Az IKT kompetenciák fejlesztését ezért is fontosnak tartjuk, mert ezen a területen autodidakta módon szerzett tapasztalatok téves szemléletet formálhatnak a gyerekeknél. Továbbá az informatika szerteágazó területeiről nem áll össze egységes egész a tanulóknál kialakult kép. A tehetségek kibontakozását ez gátolhatja.

Hogyan ?

A projekt összeállításakor változatos módszerek és munkaformák alkalmazására törekedtünk. Műhelyfoglalkozásainkat hetente, két órás időtartamban tartottuk. Ismeretátadás/ismeretszerzés-gyakorlati alkalmazás-eszközkészítés volt a műhelyekben folyó munka tematikája. Kiemelt szerepet kapott a tevékenykedtetés, a tapasztalati alapú tanulás, a játék, az IKT eszközök nyújtotta lehetőségek kiaknázása. Komplex módon biztosítottuk a tanulási képességeknek, matematikai, logikai és digitális képességeknek a fejlődését, mindezeket kiegészítve az önismeret, kreativitás fejlesztésével. Célunk volt, hogy a tehetségigérekben a program végére kialakuljon az élethosszig tartó tanulásra való felkészülés igénye, motiváltak legyenek saját kreatív ötleteik megvalósításában. Olyan elfogadó légkört teremtettünk ahol az átmeneti kudarcokat tudták a helyükön, a fejlődési folyamat részeként kezelni. Külön foglalkoztunk a stressz és szorongás témakörével, hasznos gyakorlatokat mutattunk a gyerekeknek ezek oldására, kezelésére. Törekedtünk a használható tudás kialakítására, gyakorlatias szemszögből, a diákok érdeklődésén keresztül megkövetítve az új ismereteket a gazdagítás során.

Tanulásmódszertani projekt kiemelt témakörei

Témakör	Altémák
Önismeret I.	Tanulási motiváció Tanulási stílus Érdeklődéstérkép Énfűzet
Önismeret II.	Szorongás Stressz Relaxációs technikák Meditáció
Tanulási környezet	Tanulást támogató környezet az iskolában Tanulást támogató környezet otthon
Tanulás tervezése	Időgazdálkodás Halogatás Időbeosztás tervező
Tanulás feltételei	Hatékony tanulás feltételei, szokások, képességek Figyelem edzése Észlelés Emlékezet
Gondolkodási képességek	Logikus gondolkodás kialakítása Algoritmikus gondolkodás fejlesztése Logikai játékok
Rendszerezés	Gondolattérkép Tanulási táblázat Koncentrikus körös vázlat Memóriavázlat Folyamatábra Időszalag Diagram Szóháló Fa struktúra Tömbösítés
Értékelés	Egyéni értékelési rendszer kialakítása Társas értékelési rendszer kialakítása
Hatásvizsgálat	Hatásvizsgálat szempontrendszerének kialakítása

Elkészült tanulást segítő eszközök ...

- * Kép a képben sorozat
- * Puzzle játékok
- * Keresztrejtvények
- * Énfűzet sablon
- * Önismereti tesztek (motiváció, tanulási stílus online)
- * Értékelő lapok (egyéni)
- * Értékelő lapok (csoportos)
- * Hatásvizsgálat szempontrendszer
- * Gondolattérkép sablonok
- * Tudástérképek
- * Időbeosztás tervező
- * Rendszerezők
- * Játékok az emlékezet fejlesztéséhez
- * Logikai játékok
- * Társasjátékok
- * Robotpályák

Szükséges eszközpark

- | | | |
|-------------------|-----------------|-----------------------|
| •Ceruza | •Kartonlapok | •Nyomtató |
| •Színes ceruza | •Blue tack | •Számítógép |
| •Filctoll készlet | •Olló | •Projektor |
| •Szövegkiemelő | •Ragasztó stift | •Vágógép, laminológép |
| •Ragasztó | •Körző, vonalzó | •Lamináló fólia |
| •Írólap | •Borítékok | •Fejlesztő játékok |
| •Műszaki rajzlap | •Csomagolópapír | •Szakkönyvek |

Munkaterv

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszám*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Projekt nyitó foglalkozás	1	projekttel kapcsolatos információk megosztása	csoportos foglalkozás	célok, feladatok, elvárások megfogalmazása	A résztvevők legyenek tájékozottak a projektben betöltött szerepükkel, feladataikkal. A résztvevők fogalmazzák meg az elvárásaikat a projekttel szemben.
Önismereti műhely	1	egymás megismerése, feszültségmentes légkör kialakítás	csoportos foglalkozás	bemutakozás, egymás megismerése, ismerkedő játékok	A tehetségek énképe árnyaltabb legyen. Törekedjenek az egészséges, támogató társas környezet megteremtésére.
Önismereti műhely	2	tanulási jellemzők feltérképezése (érdeklődés térképe, tanulási motiváció, tanulási stílus)	egyéni munka	önismereti tesztek, ego játék	A tehetségek ismerjék meg tanulással összefüggő jellemző személyiségvonásaikat.
Önismereti műhely	2	énfüzet	Egyéni foglalkozás	digitális énfüzet, kreatív írás	A tehetségek merjék szabadjára engedni a képzeletüket. Írásaik középpontjában saját maguk és céljaik álljanak.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszám*	Foglalkozás / tev- kenység témája	Foglalkozás / tev- kenység típusa	Foglalkozás / tev- kenység módszert- na	Elvárt eredmények
Önismereti műhely	2	értékelési rendszer kialakítása (egyéni)	csoportos foglalkozás	ötletbörze, megbeszélés, rendszerezés, kritikai gondolkodás	Minden résztvevő számára legyen világos és egyértelmű a projektben használt értékelés szempontrendszere.
Önismereti műhely	2	értékelési rendszer kialakítása (társas)	csoportos foglalkozás	ötletbörze, megbeszélés, rendszerezés, kritikai gondolkodás	Minden résztvevő számára legyen világos és egyértelmű a projektben használt értékelés szempontrendszere.
Módszertani műhely	2	hatásvizsgálat szempontrendszerének kialakítása	team munka	ötletbörze, megbeszélés, szempontsor összeállítása	Kerüljön meghatározásra a hatásvizsgálat módja.
Módszertani műhely - Motiváció	2	motiváció és siker	csoportos foglalkozás	listázás, beszélgetés, gondolattérkép (cooogle alkalmazás), Dixit kártyák	A résztvevők tekintsék át a korábban kitöltött tanulási motivációs kérdőívük eredményét, reflektáljanak rá. Tudástérkép segítségével gyűjtsék össze és rendszerezék az őket jellemző motiváló hatásokat.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszám*	Foglalkozás / tevé- kenység témája	Foglalkozás / tevé- kenység típusa	Foglalkozás / tevé- kenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani mű- hely - Tanulási stílus	2	tanulási stílus beazono- sítása, ismerkedés az adott stílust támogató tevékenységekkel, mód- szerekkel	egyéni munka, koopera- tív csoportmunka	kiértékelt tesztek, szö- vegfeldolgozás, gondo- lattérkép	A tehetségigéretes le- gyenek tisztában, mely tanulási stílus(ok) jel- lemzik őket. Ismerjenek meg hasznos tanulást támogató módszereket.
Módszertani mű- hely - Tanulási stílus	2	tanulási stílus gyakorla- tok	kooperatív csoportmun- ka	feladatmegoldás, esz- közkészítés	A tehetségigéretes le- gyenek képesek a gya- korlatban is alkalmazni a tanultakat, támogatva saját tanulási folyama- tukat.
Módszertani mű- hely - Időzavarban I.	2	gazdálkodás az idővel, halogatás	csoportos foglalkozás	beszélgetés, drámajáték	A résztvevők formálja- nak őszinte véleményt időgazdálkodásukról, ismerjék fel a hatékon- yságot akadályozó té- nyezőket saját napi rutinjukban.
Módszertani mű- hely - Időzavarban II.	2	időbeosztás tervező készítése	csoportos és egyéni foglalkozás	problémamegoldás, időtervező sablonok	A résztvevők ismerjenek meg hasznos eszközö- ket a napi időbeosztá- suk elkészítéséhez, a hatékonyság növelésé- hez.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszám*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Tanulási környezet I.	2	tanulást támogató környezet megteremtése otthon	csoportos foglalkozás	beszélgetés, kérdőív, szövegfeldolgozás, kooperatív csoportmunka	A tehetségígéretek ismeretei bővüljenek a tanulást támogató környezet kialakításának alapelveivel.
Módszertani műhely - Önálló tanulás tervezése	2	otthoni tanulás tervezésének szintjei	csoportos foglalkozás	tanulástervezés, rendszerezés	A tehetségígéretek értésük a tanulás tervezésének szükségességét. Nyerjenek értelmet gyakorlati példákon keresztül a tanultak.
Módszertani műhely - Tanulási környezet II.	2	tanulást támogató környezet megteremtése az iskolában (kreatív tanulási környezetre fókuszálva)	team munka	ötletbörze, rendszerezés	A projektbe bevont tehetségsegítők közösen dolgozzák ki, milyen változtatások lennének szükségesek az iskolán belül a tehetségek fejlesztését szolgáló kreatív tanulási környezet kialakításához.
Módszertani műhely - Hatékony tanulás	2	hatékony tanulás feltevélei; szokások, képességek.	csoportos foglalkozás	beszélgetés, prezentáció, önismereti kérdőív, jótanácsok ötletbörzeye	A résztvevők ismerjék fel saját tanulási stratégiájuk előnyös és hátrányos elemeit.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óra-száma*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Figyelem edzése I.	2	koncentráció megteremtésének és fenntartásának feltételei, módszerek, játékok (Tapsvisszhang, Stop-lámpa, Rímek, Adoked egy kutyát, Jaj, fáj!, Számolj! stb.)	csoportos foglalkozás	beszélgetés, reflektálás, drámajáték	A tehetségigéretes ismerjék fel az összpontosítás, figyelem, és koncentráció jelentőségét a tanulás folyamatában. Törekedjenek a figyelem tartósságának növelésére. Játékos formában fejlesszék saját képességeiket ezen a téren.
Módszertani műhely - Figyelem edzése II.	2	koncentrációs képességet fejlesztő játékok készítése	csoportos foglalkozás	eszköz készítés	Tervezzenek és a gyakorlatban is alkalmazzanak a figyelem edzésére alkalmas játékokat, eszközöket.
Módszertani műhely - Észlelés I.	2	érzékszervi finomítás (látás, hallás, szaglás, tapintás a drámajáték eszközeivel; részkepesség-fejlesztő gyakorlatok	csoportos foglalkozás	beszélgetés, reflektálás, drámajáték	Aktív részvétel a játékokban, drámajátékban.
Módszertani műhely - Észlelés II.	2	vizuális és auditív észlelés	csoportos foglalkozás	eszköz készítés	Kreatív ötletek kivitelezése fejlesztő játékok készítése során.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszám*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Emlékezet, memória I.	2	Emlékezet, memória. memóriatechnikák: szókincsfejlesztés rajzolás-sal, történetalkotásos technika, memóriafogas, kulcsszó módszer, kreatív jegyzetelés, gondolatterkép,	csoportos foglalkozás	gyakorlat, rendszerezés	Memóriatechnikák megismerése, alkalmazása a gyakorlatok során.
Módszertani műhely - Emlékezet, memória II.	2	számítógépes segédprogramok az emlékezet és memória fejlesztésére	csoportos foglalkozás	eszköz készítés	Aktív részvétel kreatív játékok számítógéppel történő készítésében a memória és emlékezet edzésére.
Módszertani műhely - Logikai készségek I.	2	logikus gondolkodás kialakítása, algoritmikus gondolkodás fejlesztése	csoportos foglalkozás	robotika	Aktív részvétel a foglalkozáson.
Módszertani műhely - Logikai készségek II.	2	logikai játékok	egyéni munka és csoportos foglalkozás	játék készítés	Kreatív ötletek kivitelezése fejlesztő játékok készítése során.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óra-száma*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Rendszerezők I.	2	rendszerző technikák megismerése (gondolattérkép, tanulási táblázat, koncentrikus körös vázlat, memóriavázlat, folyamatábra, időszalag, diagram, szóháló, Fa-struktúra, tömbösítés)	csoportos foglalkozás	megfigyelés, tapasztalatszerzés, tevékenykedtetés, rendszerezés	Minél több, a rendszerzést segítő módszer megismerése, gyakorlati alkalmazása.
Módszertani műhely - Rendszerezők II.	2	rendszerző technikák gyakorlati alkalmazása	csoportos foglalkozás	eszköz készítés	A tehetségígérettek legyenek képesek a gyakorlatban is alkalmazni a megismert rendszerző technikákat.
Módszertani műhely - Gondolkodási képességek I.	2	gondolkodási képességek	egyéni munka és csoportos foglalkozás	tanulási táblázat; kulcsszó módszer	A résztvevők olyan módszereket sajátítanak el, melyek alkalmazása fejleszti a gondolkodási képességeket.
Módszertani műhely - Gondolkodási képességek II.	2	gondolkodási képességek	egyéni munka	koncentrikus körös vázlat	A résztvevők olyan módszereket sajátítanak el, melyek alkalmazása fejleszti a gondolkodási képességeket.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszám*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Gondolkodási képességek II.	2	gondolattérkép mint grafikus rendező	egyéni munka	papír és online gondolattérképek	A résztvevők olyan módszereket sajátítanak el, melyek alkalmazása fejleszti a gondolkodási képességeket.
Önismereti műhely - Mentálhigiénia	2	a szorongás és a stressz. Relaxációs technikák	csoportos foglalkozás	Lazító és feszítő gyakorlatok-drámajáték	A tehetségígéretek törekedjenek a szorongási szint csökkentésére, használják a mindennapokban a megismert stresszoldó technikákat.
Kirándulás	10	Mórahalom - Ezer év parkja múzeumpedagógiai foglalkozás; Szegedi Agorában Informatika Történeti Kiállítás és Látványlabor labor; Szegedi fűvészkert felfedezettő, ismeretterjesztő foglalkozás	tanulmányi kirándulás	múzeumpedagógia, interaktív kiállítás, látványlabor, tapasztalati tanulás	Ismeretek gazdagítása, élményszerzés.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óra-száma*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Gondolkodási képességek II.	2	gondolattérkép mint grafikus rendező	egyéni munka	papír és online gondolattérképek	A résztvevők olyan módszereket sajátítanak el, melyek alkalmazása fejleszti a gondolkodási képességeket.
Önismereti műhely - Mentálhigiénia	2	a szorongás és a stressz. Relaxációs technikák	csoportos foglalkozás	Lazító és feszítő gyakorlatok-drámajáték	A tehetségígéretek törekedjenek a szorongási szint csökkentésére, használják a mindennapokban a megismert stresszoldó technikákat.
Önismereti műhely - Meditáció/Jóga	2	lazító, nyújtó gyakorlatok, meditáció zenei aláfestéssel	csoportos foglalkozás	szorongás, stressz oldása, relaxáció	A tehetségígéretek ismerjenek meg további lehetőségeket, amivel a szorongási szintet csökkenteni tudják.
Kisfilm készítése	4	projektet bemutató 2 perces kisfilm összeállítása	filmkészítés	videó vágás, képszerkesztés, hangfeldolgozás	Motiváló, érdeklődést felkeltő, a folyamatot bemutató anyag készüljön.

Foglalkozás / tevékenység megnevezése	Foglalkozás / tevékenység óraszáma*	Foglalkozás / tevékenység témája	Foglalkozás / tevékenység típusa	Foglalkozás / tevékenység módszertana	Elvárt eredmények
Módszertani műhely - Hatásvizsgálat	2	hatásvizsgálat a korábban kialakított szempontrendszer alapján	egyéni munka	kérdőív, reflexiók	A résztvevők hasznosnak értékelik a projektet.
Módszertani műhely - Projekt értékelése	2	elemzés, értékelés	team munka	fejlesztő értékelés	A projekt megvalósulása az előzetes elvárásokkal összhangban történt, segítette a tanulás tanulásának elsajátítását.
Interaktív kiállítás előkészítése	4	kiállítás anyagának tervezése, berendezése	kooperatív csoportmunka	tevékenykedtetés, kollaboráció	A gyerekek motiváltak, szervezési készségeik fejlődése.
Interaktív kiállítás	2	tudásmegosztás tanulói csoportoknak, tanároknak, szülőknek	Bemutatók tartása az éves foglalkozásokon tanultakról, fejlesztett eszközök kipróbálása.	tájékoztatók, kiállítás	A záró foglalkozás szolgálja a tehetség hasznosulását. Kellő számú érdeklődő (diák, tehetségsegítő, tanár, szülő) vegyen részt az interaktív kiállításon.

Kiegészítések a munkatervhez

- * Minden projektet nyitó és záró foglalkozással indítunk illetve fejezünk be. Ennek célja, hogy felmérjük a résztvevők igényeit, előzetes ismereteiket, közösen ötleteljünk a megvalósítás folyamatáról, illetve kérdőívek, tesztek kitöltésére is sor kerülhet ilyenkor.
- * Két fajta műhelyfoglalkozás típust preferáltunk:
 - * módszertani műhely - tanulásmódszertani ismeretek átadása, kipróbálása, gyakorlati feladathelyzetekben történő alkalmazása céljából
 - * önismereti műhely—tanulói igények jobb megismerése, reális énkép kialakítása, fejlesztő értékelés támogatása céljából
- * Kiegészítő elemként valósult meg:
 - * 1 napos tanulmányi kirándulás—szigorúan tartalmas, tudásszerzést támogató programokkal és egy kis lazító programrészsel
 - * interaktív kiállítás — projekt megismertetése tanuló társakkal, tehetségsegítőkkal, szülőkkel, tehetségígéretek gondozásával kapcsolatos ismeretek megosztása, támogatói kör bővítése céljából
 - * 2 perces kisfilm készítése a projektről—projekt ismertté tétele céljából
- * Mindig hívunk vendég előadót, aki az adott témában elismert szakember. Előadásokkal, tanácsadással segíti a projekt megvalósulásának folyamatát.
- * Produktumot—jelen esetben a tanulási folyamatot segítő eszközöket, segédleteket — mindig elérhetővé tesszük az iskola tanulói, nevelői és külső érdeklődők számára is.
- * A nevelőtestület jelentős számú tagjának bevonása lehetővé teszi, hogy a fejlesztések, innovációk megosztásra kerüljenek közösségünkben, így nem csak a projektben részt vevő gyerekekhez jutnak el a tanulást támogató módszerek, ötletek, lehetőségek.

Téma:	Projekttel kapcsolatos információk megosztása
Célok, feladatok:	Célok kitűzése, feladatok elosztása, elvárások megfogalmazása
Módszerek:	Team munka
Eszközök:	Projekt munkaterve, költségterve; pályázati útmutató, szakmai anyagok, ismertető
Elvárt eredmények	A bevont szakemberek ismerjék meg a projekt forgatókönyvét. A résztvevők legyenek tájékozottak a projektben betöltött szerepükkel, feladataikkal. A résztvevők fogalmazzák meg az elvárásaikat a projekttel szemben.
Foglalkozás menete:	1) Szervezési feladatok 2) Program összetevőinek ismertetése a) önismereti műhelyek b) módszertani műhelyek c) kiegészítő tevékenységek – kisfilm készítés – tanulmányi kirándulás – interaktív kiállítás 3) Javaslattétel tanulók bevonására 4) Teamek alakulása, részfeladatok kiosztása 5) Dokumentációval kapcsolatos tájékoztatás 6) Költségvetés, eszközbeszerzések 7) Reflexiók összegyűjtése

Téma:	Önismeret
Célok, feladatok:	Az önismereti foglalkozások egyik célja, hogy a csoport tagjai jobban megismerjék egymást, és ezáltal a feszültség csökkenjen. Másik célja a tanulással kapcsolatos önismeret fejlesztése. Tanulási stílus, motiváció beazonosítása, érdeklődés feltérképezése. A játékokat, tevékenységeket ennek megfelelően választottuk ki.
Módszerek:	Online kérdőívek, érdeklődés térkép, játék, magyarázat, beszélgetés.
Eszközök:	számítógép, projektor, kérdőív, képek
Elvárt eredmények	A tehetségek önismerete fejlődik, megismerve a személyiségvonásaikat, amelyek a tanulási folyamatot befolyásolják

Foglalkozások menete:

1. foglalkozás: Önismereti játékok

1. A keresztneveket mondjuk körben ülve, ismétli mindenki
2. Kedvenc felsőm
3. Kiegészítő játék párban
4. Állatokat ábrázoló képek

Az első játék egy memóriajáték volt, amikor körben ülnek a résztvevők. A vezető-től jobbra ülő bemutatkozik keresztnévvel. A szomszédja megismétli az előző nevet, majd a sajátját mondja. A mellette ülő így már a sajátjával együtt három nevet mond, a következő négyet és így tovább. A vezető marad utolsónak, neki kell a legtöbb nevet memorizálnia.

Kértük a gyerekeket, hogy a kedvenc felsőjükbe jöjjenek a foglalkozásra. Egyenként elmondták, hogy miért ezt a ruhadarabot választották, miért áll közel a szívükhöz. Többségük azzal indokolta, hogy családtagtól kapta, illetve valamilyen emlék fűződik hozzá.

2. foglalkozás: Tanulási jellemzők feltérképezése

1. EGO játék—társ és önismeret
2. Koncentráció fejlesztő játékok
3. Érdeklődés térképe
4. Motivációs kérdőív

Az EGO játék lényege, hogy kártyákat kell húzniuk a játékosoknak egyesével, a rajta lévő kérdéssel kapcsolatban különböző válaszlehetőségek vannak, melyek közül egyet kell kiválasztani, amit a leginkább jellemzőnek tart magával kapcsolatban.

A koncentráció fejlesztése olyan mozgásos játékokkal történt, amelyekben a diákoknak specifikus mozgásokat kell elvégezniük, például ugrás, egyensúlyozás vagy szem - kéz koordinációt igénylő tevékenységek, amelyek segítenek a koncentráció és a figyelem fejlesztésében.

Az érdeklődés térképeket online felület segítségével készíthetjük el. A játék értékeli a tanuló által elkészített kártyaelosztásokat és megjeleníti a tanuló érdeklődésének térképét, melyet aztán sikerrel használhatunk fel a tehetséggondozó projektek során a feladatok kijelölésekor, munkaformák megválasztásakor. Az eredmény digitális formában készül el, ajánlásokat ad a fejlesztési lehetőségekre.

A teszt itt érhető el: <http://erdeklodesterkepe.tehetseg.hu/>

A bevont gyerekek az online felület segítségével készítették el a érdeklődés-térképüket, majd értelmezték azt és megfogalmazták, mivel értenek egyet és mivel nem.

A bevont tehetségígéretetek saját email címükre is elküldték a kapott értékeléseket.

A motivációs kérdőív a következő két oldalon tekinthető meg. A kiértékeléshez a <http://www.jgyph.hu/mentorhalo/tananyag/> oldalon a Tanulók és tanulócsoporthoz megismerése link alatt találhatunk leírást.

Motivációs kérdőív

1. Szívesen beszélgetek a szüleimmel arról, hogy mi történt az iskolában.
2. A legtöbb tanár minden diákkal, mindig igazságos.
3. Nekem fontosabb, hogy barátságos legyek a társaimmal, mint hogy versengjek velük.
4. Ha valamilyen tevékenységbe belemerülök, a szüleim nem zavarnak meg.
5. Sokszor annyira megragad, amit az iskolában tanulunk, hogy majd később is foglalkozni akarok vele.
6. Az iskola unalmas. (-)
7. Önmagam előtt is nagyon szégyellem, ha nem jól teljesítek az iskolában.
8. Nekem nagyon fontos, hogy a tanáraim tudják, bennem bízhatnak.
9. A büntetés az iskolában mindig igazságtalan. (-)
10. A felnőttek túl sokat követelnek a fiataloktól, s nagyon kevés segítséget adnak cserébe.
11. Nagyon jól esik nekem, hogy érzem, a szüleim boldogok, ha jól teljesítek az iskolában.
12. Rossz érzés lenne, ha csalódást okoznék a tanáromnak.
13. Örülök, ha segíthetek társaimnak az iskolai munkában.
14. Nem szeretem, ha egyedül kell a feladataimon dolgozni. (-)
15. Az utolsó percig szoktam halogatni a házi feladat elkészítését. (-)
16. A legtöbb óra unalmas. (-)
17. Inkább bevallom, ha elkövettem valamit, mint hogy elleplezni próbáljam.
18. Ha hagynák a tanárok, hogy mindenki azt csináljon az iskolában, amit akar, jobban tetszene az iskola. (-)
19. Jobb, ha kijavíttatják a hibáimat, mint ha elnézik azokat.
20. A tanáraim akkor sem elégedettek azzal, amit csinálok, ha nagyon igyekszem.
21. A szüleimet nem érdekli igazán, hogy mi történik velem az iskolában. (-)
22. Nagyon kevés az olyan tanár, akiért lelkesedni tudnék. (-)
23. Jó érzés, ha a társaim láthatják, hogy jól dolgozom.
24. Nem lehet a gyerekektől elvárni, hogy maguktól jó ötleteik támadjanak. (-)
25. Az iskolában sok olyat tanulunk, aminek az életben hasznát vesszük.
26. Szabadidőm nagy részében olyan dolgokra igyekszem rájönni magamtól, amik érdekelnek.
27. Ha megbíznak valamivel, azt mindig igyekszem olyan jól elvégezni, ahogy csak tudom.
28. Az iskolai szabályok általában helyesek, ésszerűek, mindig igyekszem betartani azokat.
29. Ha valami rosszat tettem, mindig kész vagyok vállalni a következményeket.
30. Nehezemre esik elviselni azt a nyomást, amit a tanárok gyakorolnak rám.

31. Szüleim segítségére, biztatására mindig számíthatok az iskolai munkámmal kapcsolatban is.
32. A legtöbb tanár nem veszi azt a fáradságot, hogy igazán jól elmagyarázza a dolgokat. (-)
33. Nem érdekel, hogy mások mit gondolnak rólam. (-)
34. Szüleim mindig fontosnak tartják a véleményemet.
35. Amit az iskolában tanulunk, annak valójában nemigen vehetem hasznát. (-)
36. Felélénkít, ha új dolgok tanulásába fogunk.
37. Mindig találok kifogást, ha nincs kész a házi feladatom. (-)
38. Ha nehéz az iskolai munka, általában abbahagyom az erőfeszítést. (-)
39. Valahogy mindig mentségeket kell keresnem. (-)
40. A szüleim túl sokat követelnek, s túl nagy nyomást gyakorolnak rám.
41. A felnőttek nem igazán igyekeznek megérteni a fiatalok érzéseit. (-)
42. Gyakran a tanár hibás abban, hogy az ember bajba kerül az iskolában. (-)
43. Úgy veszem észre, a többieknek elég nehéz jól kijönni velem. (-)
44. Jobban szeretem, ha magamnak kell rájönnöm, hogyan kell valamit megcsinálni.
45. Ha a feladat nehéz, hamar elvesztem az érdeklődésemet. (-)
46. Nagyon sok órát kifejezetten izgalmasnak, nagyon érdekesnek tartok.
47. Ha valamiben számíthatnak rám, mindig el is végzem.
48. Mindig nagyon igyekszem teljesíteni azt, amire megkérnek az iskolában.
49. Mindig kész vagyok vállalni a felelősséget azért, amit tettem, bármilyen következménnyel számolhatok.
50. A szüleim teljesen irreális követelményeket támasztanak az iskolai teljesítménnyel kapcsolatban.
51. Ha jól teljesítek az iskolában, a szüleim mindig kimutatják, hogy elégedettek velem.
52. A legtöbb tanár minden tanulónak igyekszik annyit segíteni, amennyit csak tud.
53. Ebben az iskolában jó viszony van a gyerekek között."
54. Túl sok mindennel kapcsolatban várják el azt, hogy magam jöjjek rá, magam oldjam meg. (-)
55. Nem bánom, ha nagyon keményen kell dolgoznom, ha közben fontos dolgokat tanulhatok meg.
56. Az iskolai munkát érdekesítőnek tartom.
57. Mindig igyekszem megfelelni a szüleim bizalmának.
58. Csak a gyenge emberek szeretik a szabályokat, a rendet. (-)
59. A lelkiismeretfurdalás még a szigorú büntetésnél is kínosabb.
60. A felnőttek mindig túl sokat várnak el a fiataloktól.

Forrás: http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/Tanulk_s_tanulcsoportok_megismerse_-_kiemelt_figyelmet_ignyl_tanulk_iskolai_motivci.html

3. foglalkozás: Önismeret, kreativitás

1. Névtanulós játék
2. Becenév és tulajdonságok
3. Tulajdonságlista
4. Rajzolás csapatban, emlékezetből
5. Ki vagyok én?

A tanulók körben állnak, egy játékos kezében van egy babzsák. Ő elmondja a saját nevét és egy pozitív tulajdonságát. Dobja valakinek a babzsákot, aki szintén elmondja a nevét és egy pozitív tulajdonságát. Végig megy a kör úgy, hogy mindenki sorra kerüljön. Ha végigért, akkor a játék úgy folytatódik, hogy valaki dobja egy társának a zsákot. Az elkapó tanulónak a dobó nevét és tulajdonságát kell elmondani.

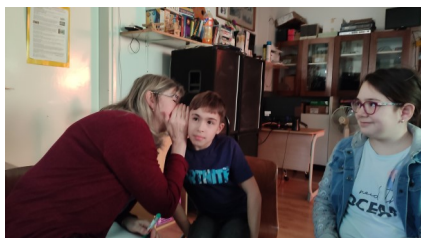
A beceneves játéknál a gyerekeknek a becenevük kezdőbetűivel kell írni magukról pozitív tulajdonságokat.

A tulajdonságlista során minden tanuló egy borítékban kap kis kártyákat, melyeken pozitív és negatív tulajdonságok vannak. A feladat első részében szét kell válogatni a kártyákat pozitív és negatív tulajdonságok szerint, így alkotnak két oszlopot. Ezt követően mindenki kap egy lapot és arra felragasztja a rá jellemző tulajdonságokat szintén pozitív és negatív csoportosításban.

A rajzolás játék során alkossunk 4-5 fős csapatokat. Egy ember lesz a „rajzoló”. A csapattól távol (vagy nem túl messze, de valamivel letakarva) elhelyezünk egy képet. A rajzot a csapatok nem láthatják. A csapatokból egyszerre egy játékos menjen oda az alkotáshoz, nézze meg, majd visszatérve a többiekhez, beszámolója alapján a csapat rajzolója megpróbálja lerajzolni a képet. (a képet 30 másodpercig lehet nézni, a rajzoló 1 percre rajzolhat) Azután a következő játékos mehet a képhez, megfigyelései, elmondása alapján további részletekkel bővíti a csapat rajza. Mindenki csak egy alkalommal mehet ki megnézni a képet. A játék végén hasonlítások össze az eredeti alkotást a csapatával.

Önismereti műhelyek

A gyerekek egy fénymásolt lapot kapnak. A feladatuk az, hogy megadott, illetve általuk kitalált szempontok alapján készítsenek magukról egy „én – térképet”.



4. foglalkozás: Egyéni munka értékelése

1. Agytorna
2. Tanulási stílus feltérképezése
3. Egyéni értékelés lehetséges szempontjainak áttekintése

Egyensúlygyakorlatok, séta közben különböző számolási, szókincsfejlesztési vagy memóriagyakorlatokat végzünk.)

A tanulási stílus felmérését egy ppt segítségével és egy ehhez szorosan kapcsolódó, papír alapú válaszlap segítségével oldjuk meg. Látott, hallott szövegeket és képeket kell a tanulónak memorizálniuk és egy-egy könnyebb matematikai példa megoldása után minél több dologra visszaemlékezniük. A kapott eredmény után kirajzolódik, hogy mire milyen tanulási stílus(ok) jellemző(ek).

A tanulók különböző fogalmakat kapnak, amelyeken mind-mind az egyéni értékeléssel kapcsolatos kifejezések vannak. Az ő feladatuk az, hogy ezeket különböző kategóriákba csoportosítsák, mint például: (Feladattudat, Aktivitás, Nehézségek kezelése, Időbeosztás, Eredményesség, Motiváció). Majd a kialakult kategóriákat közösen megbeszéljük és arra kérjük a gyerekeket, hogy értékeljék önmagukat egy-egy iskolai tevékenységük alapján.



5. foglalkozás: Társas munka értékelése

1. Csoportalkotás—érdeklődési körök alapján
2. Videó az egészséges táplálkozásról
3. Csoportban végzett munka értékelése
4. A társas értékelési szempontok kialakítása fontossági sorrendben

A csoportalkotás játékok kiváló módot nyújthatnak a diákok közötti együttműködés, kommunikáció és kreativitás fejlesztésére.

A csoportszervezéshez a tanulók érdeklődési körét vesszük alapul. Arra kérjük a gyerekeket, hogy meséljenek magukról egymásnak, majd használják fel a kapott információkat a csoportok összeállításához.

A tanulók egy videót nézhetnek meg az egészséges életmódról, majd azt a feladatot kapják, hogy a kialakult csoportokban dolgozzák fel a hallottakat és mutassák be a többieknek, hogy mik azok a pontok, információk, amelyeket fontosnak tartanak a témával kapcsolatban.

Ezen kívül, szintén csoportban, a videóval kapcsolatban kérdéseket kapnak, amelyeket meg kell válaszolniuk a hallottak és látottak alapján.

A gyerekek részére összeállítottunk egy papír alapú értékelési szempontsört, amelyet felhasználva értékelik az előzetes feladat során végzett munkájukat. Az állítások vonatkoznak mind az egyéni, mind pedig a társaik értékelésére. Az értékelés eredményeit megosztják egymással.

Az előző kérdőív állításait felhasználva arra kérjük a gyerekeket, hogy tegyék sorrendbe a megismert állításokat az alapján, hogy mennyire fontosnak tartják azokat egy értékelés során. Ezután az elkészült listát kiegészíthetik saját ötleteikkel is.

Értékelési mátrix

Önértékelés (egyéni munka)

	alap szint	közép szint	középhaladó szint	haladó szint
Feladattudat	Gyakran figyelmeztetni kellett arra, hogy mi lenne a feladatom.	Néha figyelmeztetni kellett arra, hogy mi lenne a feladatom.	Mindig a feladataimmal foglalkoztam.	A saját feladataim elvégzése után segitettem másoknak.
Aktivitás	Gyakran kellett biztatni a feladatok megoldása során, hogy ne adjam fel.	Gyakran kellett figyelmeztetni, hogy kövessem az utasításokat és a javasolt munkamódszereket.	Önállóan oldottam meg a feladataimat, követtem az utasításokat, javasolt módszereket.	Érdeklődéssel oldottam meg a feladataimat, követtem az utasításokat, javasolt módszereket, saját ötleteimet is belevittem a megoldásokba.
Nehézségek kezelése	Ha nehézségbe ütköztem, nem kértem segítséget, inkább abbahagytam a feladatot.	Ha nehézségbe ütköztem, rögtön segítséget kértem, hogy tovább tudjak haladni.	Ha nehézségbe ütköztem, először magam próbáltam megoldást találni rá, s csak ez után kértem mástól segítséget.	Általában saját magam megoldást találtam a nehézségekre.
Időbeosztás	Rendszerint befejezetlenek maradtak a feladataim.	A többiekénél több időre volt szükségem a feladatok befejezéséhez.	A megadott idő alatt végeztem a feladatok megoldásával.	A megadott idő alatt végeztem a feladatok megoldásával, a maradék időt is hasznosan töltöttem el.
Eredményesség	Gyakran nem készítettem el a feladataimat, vagy az eredmény nem volt megfelelő.	A feladataim eredménye javításokra szorult.	A feladataim egészen jól sikerültek, de még nem voltak tökéletesek.	Precízen hajtottam végre a feladataimat.
Tanulási motiváció	Nincs semmi céloom a tanulással.	Csak azt tanulom, ami érdekel.	Csak azt tanulom, amit feltétlenül szükséges.	Határozott céljaim vannak és a legjobb tudásom szerint tanulok.

Értékelési mátrix

Önértékelés (páros vagy csoportmunka))

	alap szint	közép szint	középhaladó szint	haladó szint
Páros munkavégzés	Nem vagyok hajlandó párban dolgozni	Csak a nekem tetsző párral vagyok hajlandó dolgozni.	Bárkivel együtt tudok dolgozni, általában én irányítom a munkát.	Páros munka során bárkivel együtt tudok dolgozni, megosztjuk a feladatokat, segítjük egymást.
Részvétel csoportmunkában	Nem veszek részt a csoportmunkában.	Háttérbe húzódva veszek részt a csoportmunkában.	Aktívan veszek részt a csoport munkájában.	Irányítással jobban tud a csoport haladni.
Munkamegosztás	Gyakran nem tudtam, mi a feladatom a csoportban.	Néha nem csináltam meg a nekem kiosztott feladatokat.	Általában elvégeztem a rám osztott feladatokat.	Mindig elvégeztem a rám osztott feladatokat
Kreativitás	Nem voltak egyéni ötleteim.	Az általam felhozott ötletek másoknak is eszébe jutottak.	Voltak olyan ötleteim, amelyek másoknak nem jutottak eszébe.	Sok egyedi ötlettel segítettem a csoport munkáját.
Véleményalkotás	Egyáltalán nem osztom meg a véleményemet másokkal.	Ritkán osztom meg a véleményemet másokkal.	Általában megosztom a véleményemet másokkal.	Mindig megosztom a véleményemet másokkal, ha kikéri az.
Vitakészség	Vita esetén gyakran összeveszem a társaimmal.	Vita esetén meghallgatom a többiek véleményét, de kitartok az álláspontom mellett.	Vita esetén meghallgatom a többiekét és igyekszem érvekkel alátámasztani a saját véleményemet.	Vita esetén egyetértésre törekszem, jól tudom a vitás helyzeteket kezelni.
Segítségnyújtás	Nem nyújtottam segítséget másoknak.	Csak akkor nyújtottam segítséget a társamnak, ha a tanár megkért rá.	Ha a társam kért, akkor segítettem neki.	Felismerem, ha valaki segítségre szorult és kérés nélkül segítséget nyújtottam.

Hatásvizsgálat

A következőkben állításokat olvashatsz, amelyekről el kell döntened, hogy mennyire igazak rád. 1-4-ig jelöld válaszaidat „X”-szel, ahol a 4-es jelenti azt, hogy teljes mértékben igaz rád az állítás.

	1	2	3	4
1. Ismerek hasznos tanulást támogató módszereket.				
2. Képes vagyok a gyakorlatban is alkalmazni a tanult módszereket.				
3. Jobban be tudom osztani a saját időmet, amikor tanulok				
4. Megismertem hasznos eszközöket a napi időbeosztásom elkészítéséhez.				
5. Tudatosabban alakítom ki a saját tanulási környezetemet.				
6. Fontosnak tartom a tanulás tervezésének szükségességét				
7. A tanulnivaló mennyiségétől és fajtájától függően meg tudom tervezni a tanulási környezetemet.				
8. Jobban tudok koncentrálni a tanulás folyamata során.				
9. Ismerek memóriafejlesztő technikákat.				
10. Alkalmazom ezeket a memóriafejlesztő technikákat.				
11. Ismerek rendszerezést segítő módszereket.				
12. Alkalmazom a rendszerezést segítő módszereket.				
13. Ismerek gondolkodást fejlesztő módszereket.				
14. Alkalmazok gondolkodást fejlesztő módszereket.				
15. Ismerek stresszoldó technikákat.				
16. Alkalmazok stresszoldó technikákat.				

6. foglalkozás: A szorongás és a stressz. Relaxációs technikák.

1. Iskolai szorongás kérdőív kitöltése.
2. Szorongás és stresszoldó technikák
3. A dühös polip—relaxációs videó
4. Mandala készítés

ISKOLAI SZORONGÁS KÉRDŐÍV

NÉV, DÁTUM:

EGÉSZÍTSD KI:

Az iskolában attól félek a legjobban,
hogy.....

JELÖLD X-SZEL, AMI IGAZI!

félek, hogy a többiek kinevetnek

EZEK NYUGTATNAK MEG:

félek feletés, dolgozatírás előtt

1

sokszor hideg, nyirkos a kezem

2

sokszor nem kapok levegőt

3

sokszor hevesen dobog a szívem

4

gyakran fáj a fejem vagy a hasam

5

nehezen alszom el, rosszul alszok

6

félek, hogy rossz jegyet kapok

MIÓTA FÉLEK?

.....

MILYEN GYAKRAN ÉRZEM?

RITKÁN NÉHA GYAKRAN SZINTE MINDIG

MENNYIRE FÉLEK?

KICSIT NAGYON RETTENTESEN



Önismereti műhelyek

Relaxáció jelentésének megfogalmazása. A relaxáció hasznosságának fontossága.

Relaxáció tippek:

- Légzéskontroll
- Izomfeszítés-izomlazítás
- Belső kép megjelenítése
- Szimbolikus rajz, mandala

A video meghallgatása közben átélt érzések megfogalmazása.

A gyerekek elmondják, hogy milyen érzéseket keltettek bennük a halottak. Hogyan érezték közben magukat. Mennyire sikerült átérezniük, illetve végrehajtaniuk a hallottakat. Milyen tapasztalatokat sikerült szerezniük a szorongásoldó gyakorlat végzése közben.

Mandala színező kiválasztása: több mintából választhatják ki a tanulók a számukra legmegfelelőbbet.

Kezdés:

- Színes ceruza előkészítése.
- Csendes, nyugodt légkör megteremtése, kényelmes testhelyzet.
- Színezés elindítása. A belső körből kifelé haladás. Ösztönös színválasztás.

7. foglalkozás: Meditáció, stresszkezelés

1. Beszélgetés a stresszről, a düh és harag érzéséről, beszélgetés az érzelmekről, a szorongásról

2. Nyugi, Guido!*- Stresszkezelő mese meghallgatása.

3. Stresszkezelő technikák kipróbálása

- * hasi légzés
- * lufi fújás
- * progresszív izomrelaxáció
- * firkálás
- * színezés + éneklés

4. Mandala készítés

5. Stresszoldó torna

* Letölthető munkafüzet: <https://sulinyugi.hu/letoltheto-anyagok>

Beszélgetésindító kérdések

Mit éreznek amikor stresszesek? Milyenek, amikor dühösek?

Hogyan tudnak megnyugodni? Le tudják-e nyugtatni saját magukat? Szoktak-e dühösek, haragosak lenni? Milyen érzelmek vannak, amiket nehéz kontrollálni? Mit tesznek, hogy az érzelmeiket irányítani tudják?

Tanácsok, ötletek megvitatása, amelyekből fűrtábrát készítünk közösen.

A mesében szereplő konkrét gyakorlatok instrukciói

1. hasi légzés (ismételjük 3-5x):

- o mély belégzés, miközben megemelkedik a has, majd hosszan fújjuk ki a levegőt
 - a kilégzés legyen hosszabb, mint a belégzés
 - a belégzés 2-4 másodperc legyen
 - a kilégzés 4-6 másodperc legyen
- o állítsuk le, ha túl gyorsan, erőltetetten veszi a levegőt, majd próbáljuk újra, ha egyenletessé vált a lélegzete – legyen lehetőség a gyakorlásra
- o amire pozitívan hat ez a gyakorlat: a hosszú kilégzés tudatos használata az agynak „nyugi parancsot ad”; egy konkrét dologra koncentrálok, fókuszálok, eltávolodást biztosít az adott megterhelő helyzettől, miközben egy olyan eszközt ad a kezembe, amit kontrollálni tudok

2. lufi fújás az imagináció eszközével:

- o képzelj el, hogy minden egyes hosszú kilégzésnél egy lufit fújsz egyre nagyobbra és nagyobbra, miközben a feszültséget is kifújod a testedből
- o a gyakorlat után megkérhetjük, hogy mondja el minél részletesebben, hogy pl. hova repíti őt a lufi, milyen volt neki a repülés, írja le minél részletgazdagabban a lufit (pl. szín, anyag, nagyság stb.)
- o kérdés közben kerüljük az eldöntendő kérdéseket
- o amire pozitívan hat ez a technika: gondolatban elengedni képi, képzeleti eszközökkel a feszültséget

3. progresszív izomrelaxáció (ismételjük 3-5x):

- o izmok megfeszítése – ellazítása, végig mehetünk a különböző testrészeinken, ha a gyerek is nyitott erre (pl. arc, váll, hát, karok-kezek, has, lábak stb.)
- o játsszátok el közösen, mutasd meg neki, hogyan is kell, próbálgassátok többször
- o amire pozitívan hat ez a gyakorlat: izomlazítás a tudat segítségével - a lazításra való rátanulás, az izomfeszítés-lazítás közötti különbség kipróbálása, annak megtanulása, hogy hogyan tudja a stresszhelyzetekben megfeszült izmait tudatosan ellazítani, amivel a saját megnyugtatósért is sokat tud tenni

4. firkálás:

- o bármilyen rajz- / íróeszköz (toll, ceruza, zsírkréta, filctollstb.) használható
- o egy vagy több szín használata is rendben van
- o plusz lapot is adhatunk neki, ha nagyon belejön a firkálásba, és utána bármit csinálhat a lappal (kiszakadásig fírka, szét-tépés stb.), a lényeg, hogy jöjjön ki a feszültség (erre hat pozitívan ez a gyakorlat)
- o amire pozitívan hat ez a gyakorlat: a feszültség kiadása, levezetése kézen keresztül

5. színezés + éneklés:

- o minél színesebb, minél egyedibb lesz a kép, annál jobb
- o dal: amire pozitívan hat ez a gyakorlat: szájon keresztül feszültséglevezetés, a félelemközpont „kiiktatása” - félni és énekelni nem lehet egyszerre; megnyugtató és élvezetes közös élmény szülővel, rokonnal, önkéntessel, barátokkal, iskolatársakkal

Téma:	Tanulást segítő módszerek, technikák megismertetése a gyerekekkel
Célok, feladatok:	Minél több olyan módszer bemutatása, megismertetése a tehetségígéretekkel, amelyek a tanulás folyamatát megkönnyítik, eredményesebbé teszik.
Módszerek:	
Eszközök:	Feladatlapok, segédletek, sablonok, IKT eszközök, játékok
Elvárt eredmények	A megismert módszerek alkalmazása az otthoni és iskolai tanulás során.

Foglalkozások menete:**1. Motiváció és siker**

- ◆ Dixit kártyák
- ◆ Brainstorming—Téged mi motivál a tanulásban?
- ◆ Tanulási motivációs kérdőívek eredményeinek értelmezése
- ◆ Tudástérkép készítése egy választott tanulási célról
- ◆ Tanulásmódszertani kisfilmek megtekintése
- ◆ Motiváció és szokások kérdőív kitöltése

Kártya választás, amely a tanuláshoz köthető. Választás indoklása.

Padlet alkalmazást használtuk a projekt során az ötletek, gondolatok összegyűjtéséhez.

Egyéni tudástérképek készítése egy kitűzött tanulási céllal kapcsolatosan.

Coggle tudástérkép rajzoló program használata.

Youtube csatornán számos oktató videó lelhető fel tanulásmódszertan témában. Ezek közül a halogatás és időgazdálkodás témában néztük meg két gondolatindító videót.

Módszertani műhelyek

Tanulmányozd alaposan az alábbi tanulásra, tanulási szokásokra vonatkozó megállapításokat, és írd be azt a megfelelő számjegyet, amely rád nézve leginkább igaz.

Soha nem igaz: 1, Ritkán igaz: 2, Gyakran igaz: 3, Rendszerint igaz: 4, Mindig igaz: 5

1. Érdekel a tanulás	
2. Az órák érdekesek	
3. Unatkozom a tanítási órákon	
4. Figyelem a tanár magyarázatát	
5. Ha valamit nem értek, megkérdem	
6. A tanulnivaló nagy részét megtanulom az órán	
7. Feleléskor izgulok	
8. Az órákon sokat jelentkezem	
9. Tudom a kérdésekre vonatkozó válaszokat	
10. Szeretek iskolába járni	
11. Jól érzem magam az iskolában	
12. Ha nem értek valamit, megkérdem a társaimtól	
13. Tőlem is kérnek segítséget az osztálytársaim	
14. Tanulás közben sokszor vannak kudarcaim	
15. Jól érzem magam a tanítási órákon	
16. A tanáraink szeretnek	
17. A tankönyveim érdekesek	
18. Értem a tankönyvek szövegét	
19. Csak azért tanulok, mert muszáj	
20. A jövőm érdekében tanulok	
21. Azért tanulok, hogy örömet szerezzek a szüleimnek	
22. Hazatérés után rögtön tanulok	
23. Otthon is van kitől segítséget kérnem, ha nem értek valamit	
24. Egyedül tanulok	
25. Tanulás közben szoktam szünetet tartani	
26. Tanulás előtt rendet rakok az íróasztalomon	
27. Csöndben tudok tanulni	
28. Nem zavar a zaj	
29. A következő napra tanulok	
30. Mindent megtanulok, amit aznap feladtak	
31. Az írásbeli feladatokkal kezdem a tanulást	
32. A legnehezebb tantárggyal kezdem a tanulást	
33. Tanulás után felmondok a leckét	
34. Csak azt tanulom meg, amit értek	
35. A verseket több napon keresztül tanulom	
36. Vannak tanulási segédeszközeim (lexikon, szótárak, stb.)	
37. Tanulás előtt átgondolom a feladataimat	
38. Este pakolok be a táskámba	
39. Szeretek az iskolámat	



2. Tanulási stílus

- ◆ Stílus, mint fogalom
- ◆ Tanulási stílus kérdőív kitöltése
- ◆ Tanulási stílusok szerepének megtapasztalása
- ◆ Kérdőív kitöltése

Bevezető beszélgetés a stílus szó jelentéséről. A beszélgetés során a tanulási stílus jelentését is érdemes tisztázni.

Forgószínpad szerűen a gyerekek csoportokba szerveződve ismerkednek a három fő tanulási stílussal.

1. Téma feldolgozása a VIZUÁLIS ÉSZLELÉS segítségével

A gyerekek színes, állatokkal kapcsolatos képeket kapnak, melyek puzzle szerűen szét vannak vágva. A csoport feladata, hogy rakják ki a képeket. A képek a témához kapcsolódnak, a rajtuk látható információkat meg kell jegyezni.

2. Téma feldolgozása az AUDITÍV ÉSZLELÉS segítségével

A gyerekek végig hallgatnak egy állattartással kapcsolatos szöveget. A hallott információkat meg kell jegyezni. (jegyzetelni nem szabad)

3. Téma feldolgozása tevékenységbe ágyazva

Dramajáték: a csoport az alábbi feladatot kapja

Kedves Gyerekek!

Játszátok el az alábbi szituációt! Osszátok szét a szerepeket!

Egy három fős család (apa, anya, gyerek) egy parkban sétál. Van egy kutyájuk, akit pórázon vezetnek. A parkban sok ember van. Apa úgy dönt, hogy leveszi a pórázt a kutyáról. Így sétálnak tovább. A kutyus jókedvűen szaladgál, a gyerek labdát dobál neki. A kutyus egy váratlan pillanatban odaszalad egy idegen házaspárhoz és a 4 év körüli kisfiukhoz, felugrik a kisfiúra (játszani szeretne) és a kisfiú elesik, majd nagyon sírni kezd. A család sietve szalad a kutya után. A síró kisgyerek apukája mérgesen kiabál a gazdival, felelősségre vonja őket, hogy a kutya miért nincs pórázon, anyuka a gyereket nyugtatgatja. A gazdi elnézést kér, pórásra teszi a kutyát és vigasztalja a kisfiút. A fiúcska megnyugszik, a végén még a kutyust meg is simogatja.

Szereplők: anya, apa, gyerek, kutya, idegen anyuka és apuka, kisgyerek

Miután mindhárom csapat mind a három feladatot megoldotta egy teszt kitöltésével ellenőrzi megszerzett tudását.

Módszertani műhelyek

3. Időgazdálkodás

Az alábbi kérdésekre keressük a választ:

Miért fontos a jó időbeosztás? Van-e olyan köztetek, aki mindig elkésik? Mivel megy el az ideje? Milyen gondot okozhat a rossz időbeosztás? Hogyan változtathatunk a hozzáállásunkon?

- Tapsvisszhang, találókérdés, mondatkiegészítés
 - a) Ha én egyet tapsolok, akkor ti kettőt.
Ha én kettőt tapsolok, akkor ti egyet.
 - b) „Amennyit elveszel tőle,
annyival több lesz belőle,
minél gyorsabban pereg,
annyival vagy öregebb.”
 - c) Nekem az időről ... jut eszembe.
- Pókhálóábra készítése az időről
- Idővel összefüggő szólások, közmondások értelmezése
 - 1. Az idő néha anya, néha mostoha.
 - 2. Legjobb orvos az idő.
 - 3. „Majd holnap!” – Fejezd be a mondatot!
- Anagramma
Öt magyar szó lesz a megfejtés.
(léc, talis, boszítódás, zomgás, teszün)
- Sorrendiség
Az előző feladat anagrammáinak rendezése a tanulási folyamatra vonatkozóan.
- Videófilm megtekintése—Álmok, célok címmel
A látottak véleményezése, a film üzenetének megbeszélése.
- Rövid videó az időtervezőről
<https://www.youtube.com/watch?v=ZbeWDH7XcdI>
- Ismerkedés az időbeosztás tervezővel
- Pomodoro elv

Módszertani műhelyek

4. Tanulást támogató környezet

- Otthoni tanulási szokások feltérképezése
Hogyan tanulsz? Van saját tanulási rendszered? Milyen tanulási szokásaid vannak? Mikor és hogyan szoktál otthon tanulni? Teszel különbséget a különböző tantárgyak tanulása között?
- Otthoni tanulás alapelvei—kirakós játék
- Hogyan tanulj otthon? - videó
- „Egy kupac paradicsom tollal darabolja a békát.”
- Drámapedagógia—otthoni tanulási környezet reprodukálása kiscsoportokban alapelvek betartásával
- Tudástérkép—Tanulást segítő otthoni technikák összegyűjtése
- Testmozgás szerepe a tanulási folyamatban
- Tanulástervező megismerése, használata

Tanulás tervező

SORREND	IDŐTARTAM		PERC	TANANYAG	ÍRÁSBALI	SZÓBELI
	-TÓL	-IG				

Módszertani műhelyek

5. Hatékony tanulás feltételei

- Beszélgetés indító kérdések:
 - Milyen módszereket alkalmazol a tanulás során? Mi működik számodra a legjobban?
 - Milyen típusú tanulási környezetben érzed magad a legkényelmesebben és a legjobban tudsz koncentrálni?
 - Mi az, amit a legjobban szeretsz a tanulásban, és mi az, amit kevésbé szeretsz?
 - Milyen célokat tűztél ki magadnak a tanulás terén, és hogyan követed nyomon a fejlődésedet?
 - Milyen stratégiákat alkalmazol, ha nehézségekbe ütközöl a tanulás során?
 - Hogyan használod az időt a tanulásra és az otthoni feladatok elvégzésére? Van valamilyen hatékony időbeosztási módszered?
 - Hogyan reagálsz a kihívásokra és az akadályokra a tanulás során?
 - Milyen módon végezed a felkészülést dolgozatokra vagy a felelésekre?
 - Milyen szerepet játszik a motiváció és az érdeklődés a tanulásban számodra?
 - Hogyan használod a tanulási forrásokat és segédeszközöket (könyvek, internet, jegyzetek stb.) a tanulás során?

Ezek a kérdések segíthetnek megérteni a diák tanulási módszereit, preferenciáit és attitűdjét a tanuláshoz.

- Tanácsok a tanuláshoz való viszonyuláshoz
A feltett kérdések és az adott válaszok alapján tanácsokkal láttuk el a gyerekeket a témával kapcsolatban. Arra kértük a gyerekeket, hogy készítsenek egy fontossági sorrendet a megismert tevékenységekből.
- Tanulási stílusok és preferenciák bemutatása
A ppt alapján megismerték a különböző tanulási stílusokat.
- Önismereti kérdőív kitöltése
Számítógép segítségével megoldott feladat, amely segít feltérképezni az egyéni preferenciákat
- Tippek az egyes típusokhoz a tanulási folyamat hatékonyabbá tételéhez
- Tanulási stratégiák bemutatása, felismerése

6. Koncentráció

- Figyelem fejlesztő játékok
- Zanza tv kisfilmje—Figyelemfejlesztés

Gyakorlatok a film alapján:

- visszafelé a hét napjait
- kakukktojás
- puzzle
- labirintus
- Koncentrációs gyakorlatok:
 - Titkosírás
Keresd meg a táblázatban az lap alján szereplő jeleket és karikázd be a mellette lévő betűt! A jeleket olyan sorrendben keresd, mintha szöveget olvasnál (soronként, balról jobbra haladva) . A megtalálás sorrendjében írd be a megfelelő betűt a □-be.
Értelmezd a megfejtésül megkapott közmondást! Hogyan kapcsolódik a tanuláshoz?
 - Ábrák keresése
 - Megadott szavak keresése a szósorból
 - Számok keresése a számsorból
 - Tömörítés
- Szövegalkotás megadott (a témához kapcsolódó) szavakkal
- Mozgásos gyakorlatok—utánzás (tükörkép is)
- Koncentrációs képességet fejlesztő játékok csoportos használata - a gyerekekkel három heterogén csoportot alakítunk ki.
 - Keresztrejtvény:
Feladat célja: az érdeklődés felkeltése egy adott témához: “energia”; A feladat során az energiafogyasztók megismerése, típusainak azonosítása kerül előtérbe.
 - Titkosírás: A gyerekek kódok használatával fejtik meg a rejtvényt, majd a megfejtéssel léphetnek a következő feladatra
 - Képkereső: “a képen karikázzátok be az energiát használó tárgyakat”.
A megoldás révén energiafogyasztókat keresnek és jelölnek be a megadott képen
- Saját játék készítése: “kavicsot a pohárba”
- Különbégkereső játék színes gombokkal.

Módszertani műhelyek

7. A kreatív osztálytermi környezet megteremtésének lehetőségei

A gyerekeket körülvevő környezet is lehet már magában inspiráló. A legtöbb alsós osztályterem ma már ezt a gyakorlatot követi. Színes képzőn a falakon, játszószőnyeg, beszélgető sarok, ablakdíszek, növények veszik körül a nebulókat. A felsős tantermekkel, tisztelet a kivételnek, rendszerint más a helyzet. Mivel az osztályok a legtöbb intézményben vándorolnak, nem nagyon fektetünk energiát az inspiráló környezet kialakítására és sokszor tanulóink sem tartják tiszteletben a teremdíszítésre fordított energiánkat. Hogyan lehet ezen változtatni? Mindenképpen összefogásra van szükség, tanárok, diákok közös tevékenységére, hogy a kialakított környezetet mindenki magáénak érezhesse.

Néhány gondolatindító ötlet az osztálytermek berendezéséhez:

Használjunk színeket! A színek hatással vannak a tanulók kedvére és viselkedésére. Egy barátságos, hívogató környezet inspirálóbb. Figyelemfelkeltésre is használhatjuk, pl. fontos közlendőt vörös háttérrel helyezünk ki, mert ez a szín feltűnést kelt, kiemelkedik a környezetéből. A piros mellett a kék szín gyakorol még nagyobb szerepet az érzelmekre. A zöld és barna szín nyugtató, stresszoldó hatású. A narancs és a sárga élénkítő, jó kedvet sugárzó. A fehér viszonylag semleges szín, nem vált ki extra hatást. A színeknek nagy szerephez juthatnak a jegyzetelés, lényegkiemelés során is.

Alakítsunk ki egy, a gyerekek által is használható **számítógépes munkaállomást**. Ez lehetőséget teremt arra, hogy a foglalkozás bármely részében információkat gyűjthessenek, vagy alkotó tevékenységet folytathassanak, sőt az egyéni fejlesztést is támogathatja.

Jó szolgálatot tehet egy **mini könyvtár** kialakítása is a teremben. Egy falipolcot vagy szekrénypolcot, esetleg nem nyíló ablakrész párkányát is használhatjuk erre a célra. A minikönyvtárba összegyűjtött könyvek szolgálhatják a tanórai és szabadidős tevékenységeket is.

A legtöbb osztályteremben a falakon **poszttereket** látunk. Hasznos, ha olyan tartalmakat hordoznak, amelyeket a mindennapi tanulás során hasznosíthatnak a gyerekek. Éppen ezért akár órai feladat is lehet egy-egy olyan poszter elkészítése, ami az adott tananyaghoz nyújt segítséget, sok képes magyarázattal.

A **tanár-diák sarok** egy olyan zúg, amit mindenkinek tiszteletben kell tartania. Lehetőséget teremt, hogy beszélgetést folytassunk bármelyik tanítványunkkal, egy feladat megoldása során félre hívjuk őt, érdeklődünk elképzeléseiről, nehézségeiről és segítsük a tovább haladást. Vagy akár személyes problémájával is megkezeshet minket. Fontos, hogy minden diákban tudatosuljon, hogy az ott elhangzó dolgok csak a beszélgetésben résztvevőkre tartoznak. Kellemes környezetet teremtsünk erre a célra.

Módszertani műhelyek

- A legtöbb órán mindig adódik olyan alkalom, amikor a szemléltető eszközökön túl színes ceruzára, vonalzóra, ollóra, ragasztóra, jegyzetömbre, stb. lenne szükségünk. Ha teremről teremre vándorlunk, nem viesszük a teljes kisegítő készletet magunkkal. Ezért hasznos lehet, ha minden teremben van egy **eszköz asztal**, amelyen a leggyakrabban szükséges használati tárgyak megtalálhatók. Ide helyezhetjük el a csoportmunkákhoz szükséges előkészített anyagokat is. Az eszköz asztal akkor tölti be szerepét, ha a tanítás-tanulás folyamatának bármely szereplője bátran használhatja az oda kihelyezett segédeszközöket, amikor annak szükségét látja, és utána azt oda vissza is helyezi.
- A gyerekek imádják a meglepetéseket. A **titok-sarok** ezt az igényüket elégítheti ki. Ez lehet egy falíújság állandó területe, egy polcrész, egy különálló asztal, stb. Ide helyezhetünk el olyan szövegeket, feladványokat, fejtörőket, kihívásokat, amelyekkel a tanulók érdeklődését akarjuk felkelteni bizonyos témák iránt. Ha mindig a hét egy adott napján tesszük ki ezeket a titkokat, már várni fogják. Sőt, lehet, hogy egy nap ők is titokkal lepnek meg bennünket.
- A kreativitás fejlesztésének fontos eleme, hogy példák állításával is erősítsük a gyerekekben azt a tudatot, hogy a kreativitás a mindennapi élet elengedhetetlen része, a sikeres és boldog élet támogatója. **Motivációs falíújságunkra** helyezzünk ki érdekes találmányokról, feltalálókról, híres emberekről történeteket, bemutatóva küzdelmeiket és sikereiket egyaránt.
- Előadó pont/meseszék** szerepe mindenki számára ismert. Kommunikációs készségeket fejleszt, lehetőséget ad az önkifejezésre. Eszköze lehet a tanóra eleji ráhangolódásnak vagy az óra végi értékelésnek is.
- A vitakultúra fejlesztéséhez alkalmazhatjuk a **Véleménysarok/vitafal** kialakítását. Ez lehet egy falrész, ahova kihelyezzük a gyerekek alkotásait és azt véleményezni lehet a tanár vagy a gyerekek által meghatározott módon. A padok, székek elrendezésével viták levezetéséhez alkalmas teret is kialakíthatunk, ahol a vitában álló felek egymással szemben helyezkednek el, ezáltal jól látják egymást.
- Ha kötetlenebb beszélgetést tervezünk a gyerekekkel jó hasznát vesszük egy **lazulós szőnyegnek**. Ez a terület játékok, relaxáció helyszíne is lehet.
- Ötlet/kívánság láda** arra szolgál, hogy a gyerekek bármikor javaslatot tehetnek az osztályt bármilyen módon érintő dologgal kapcsolatban. Egy papírra írva, név nélkül bedobhatják a ládába, és hetente egyszer röviden megbeszéljük az azon található ötleteket az osztályfőnökkel is. A gyerekekre nagyon ösztönzően hat, hogy alakítóik lehetnek a saját sorsuknak.
- Padok elrendezése** során próbáljuk elkerülni a szokásos soros, oszlopos elrendezést. Alakítsunk ki páros, csoportos, egyéni munkára alkalmas részterületeket, információszerezésre alkalmas informatikai munkaállomást (asztali géppel, laptop-pal, tablettel, vagy éppen telefonnal). motiváló hatással bírhat.

Módszertani műhelyek

8. Érzékszervi finomítás

- Tapsvisszhang

Ha én egyet tapsolok, akkor te kettőt, ha én kettőt tapsolok, akkor te egyet.

- Budapest-Bukarest

Ha a Budapest szót hallod, maradj állva, ha a Bukarestet, akkor ülj le! Ha eltéveszted a mozdulatot, bemozdulsz, akkor kiesel.

Érzékszerveket bemutató rajzfilm

<https://www.youtube.com/watch?v=FmIK6YDLjCY>

- Játék

– Csukott szemmel koncentrálatok! Sorozatokat fogok kopogni, tapsolni, dobogni, füttyülni. Próbáljátok megjegyezni a kopogások, tapsolások stb. számát! Írjátok le a számsort az elhangzás sorrendjében! (6 kopogás-szünet-4 taps-szünet-4 dobogás-szünet-5 fütty)

– Hangvadászat

Hajtsd le a fejed! Figyeld meg a kívülről jövő hangokat! Írd le, mit hallottál!

– Sűgős játék

Amit hallasz, add tovább!

- Van-e kedvenc illatod? Milyen emléket idéz fel benned?
fűst, rózsa, csokoládé, alma, kipufogógáz, banán, rántott hús

- Nézzük meg a videót! Koncentrálj a színekre! (2:39)
<https://www.youtube.com/watch?v=M23ZGi1IFQU>
Mire emlékszel?

- A szemünk gyakran becsap minket.
Mit látsz a képeken? (kép a képben)

- Képek
Két kép összehasonlítása, különbségek keresése.

- Titkos karmester (körben ülünk)

Módszertani műhelyek

- Auditív és vizuális játékok használata

- Ki vagyok én:

Vicces hangulatú és szófordulatokkal tarkított leírások alapján fogalmak felismerése: pl: konnektor, szarvasmarha. A fogalmakat egymás után kétszer felolvasva mutatjuk be.

- Magyarország megyéinek ismerete:

A feladat alapja: Magyarország feldarabolt, színes vármegye térképe. A kérdések helyes megfejtésével konkrét vármegyék határozhatók meg. A térképen a megfejtésül kapott vármegye megkeresésével és megfordításával egy betűt kapunk. Helyes válaszok esetén fejthető meg a megoldás: "főváros". A megoldást egy kontúrtérképen bábuval kell jelölni.

- Természet a számok tükrében:

A feladat alapja számhármassokkal teleírt lap.

A feladatban a kérdésekre mindig szám a válasz. A kiindulási ponttól a legközelebbi számhármass felé vezető út során a kérdésekre adott helyes válasz segítségével rajzolható ki a megoldás. Megoldás: "vöröskereszt kontúrja".

- Természet a hangok tükrében:

A gyerekeknek kétszer lejátszott hangok alapján kell felismerni, hogy mire gondoltunk. Pl: gólya, vonatfütyty.

Módszertani műhelyek

9. Logikai képességek

- Szövegértésen alapuló játékok megfejtése:

A megadott szöveg (A mobiltelefonok története és fejlődése) többszöri, hangos felolvasása, egyéni feldolgozása.

Előzetesen készített különböző típusú rejtvények közül választhatnak a gyerekek.

A felolvasott szöveg alapján fejthetők meg a rejtvények.

- Rejtvénykészítő programok bemutatása

Szövegértésen alapuló játékok készítése.

A jégkrém és fagyalt története: A szöveg egyéni megismerése és feldolgozása alapján egyéni rejtvények készítése rejtvénykészítő program segítségével.

- A tanulók által készített rejtvények bemutatása

A gyerekek a kivetítőn bemutatják egymásnak és megfejtik az általuk készített rejtvényeket.

- Logikai feladatok megoldása

– Útvesztő: meg kell keresni, hogy a három forma közül melyik az, amelyiken haladva eljutnak a célba.

– Számháromszögek: A szabály felismerésének segítségével megtalálni a hiányzó számokat, majd beírni a kérdőjelek helyére. Mindhárom feladat megoldásához más-más szabály vezet.

– Képrejtvény: logikusan átgondolva meg kell számolniuk, hogy hány négyzetet látnak összesen a megadott képen.

– Sudoku: egyre nehezedő és különböző nehézségű feladványokat kapnak a gyerekek. Az üresen maradt négyzeteket kell kitölteniük a szabálynak megfelelően.

– Útvonalak keresése: a feladat szövegében megadott szempontok alapján kell végrehajtani a feladatot, majd a megbeszéltek szerint kell lejegyezni.

Módszertani műhelyek

- Robot programozás

- A Bee Bot pálya előkészítése. A robot méhecske működésének és a megoldandó feladatnak az ismertetése. A robot méhecske kipróbálása.
- A feladat megoldása, a pálya teljesítése a robot méhecske segítségével

Feladat: Egy előre elkészített pályán kell a robot méhecskét programozva végig vezetni az utasítások betartásával.

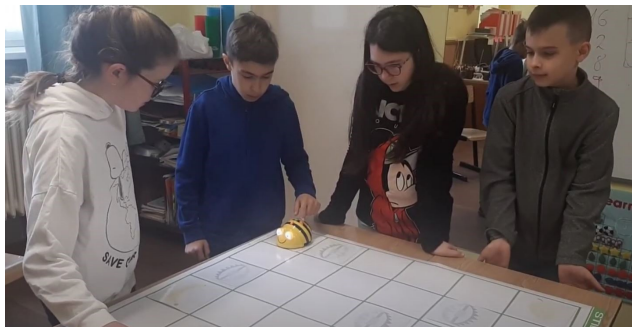
(Megadott elemek összegyűjtése úgy, hogy a tiltott mezőket nem érintheti. Az utolsó elem felvétele után a célba kell vezetni a robot méhecskét.

Cél, a pálya teljesítése a lehető legrövidebb útvonalon.)

Nehézség esetén folyamatos segítségnyújtás a tanulóknak.

- Tapasztalatok elmondása a tanulók által: minden tanuló beszámolt róla, hogy hogyan sikerült a robot programozása, mennyire volt könnyű vagy éppen nehéz számára a feladat.

- Logikai játékok kipróbálása, készítése



Módszertani műhelyek

10. Rendszerezők

- Játékok
 - Sorozatok megállapítása: A tanulók csukott szemmel koncentrálnak. Taps, dobantás, kopogás, füttyülés számainak leírása a feladatuk, az elhangzottak sorrendjében, majd növekvő sorban.
 - Logikai képességfejlesztés: logikai készlet lapjainak szempontok szerinti válogatása.
Nem kicsi és nem zöld. Nem kicsi és nem lyukas. Nem igaz, hogy nem teli.
 - Budapest-Bukarest figyelemfejlesztő játék a test helyzetének változtatásával.
 - Videók megtekintése
 - A hatékony tanulási folyamat lépései 1. rendszerezés 4:33
 - A hatékony tanulási folyamat lépései 2. Feldolgozás 4:43
Látott videók átbeszélése, megvitatása közösen.
 - Gondolattérkép készítésének ismertetése, magyarázata, bemutatása.
 - Gondolattérkép készítése. Fő téma: háziállatok.
Háziállatok témakörben készítsetek gondolattérképet az online szerkesztővel! Válasszátok ki a kedvenc háziállatokat, írjátok fel középre, az lesz a fő témátok!
Kulcsszavak összegyűjtése, amelyek az alágak lehetnek:
 - táplálkozása
 - rendszertani besorolása
 - szaporodása
 - testét fedi
 - életmódja
 - ellátása
- Használjátok az internetet, keressetek képeket, gyűjtsetek információkat, figyelve a megbízhatóságra!
- Elkészült gondolattérképek bemutatása
Közösen megtekintjük az elkészült gondolattérképeket, a tanulók bemutatják a sajátjukat, véleményezik a társaikét.

Módszertani műhelyek

- Rendszerező technikák megtekintése, átbeszélése, elkészítés magyarázata, elkészítési menetének átbeszélése. Adott témában rendszerező ábrák készítése.
 - Fürtábra
 - Pókhálóábra
 - Gondolattérkép
 - Folytonossági láncolat

Memorizálási technikák—tanulási táblázat

Beszélgetés indító kérdések:

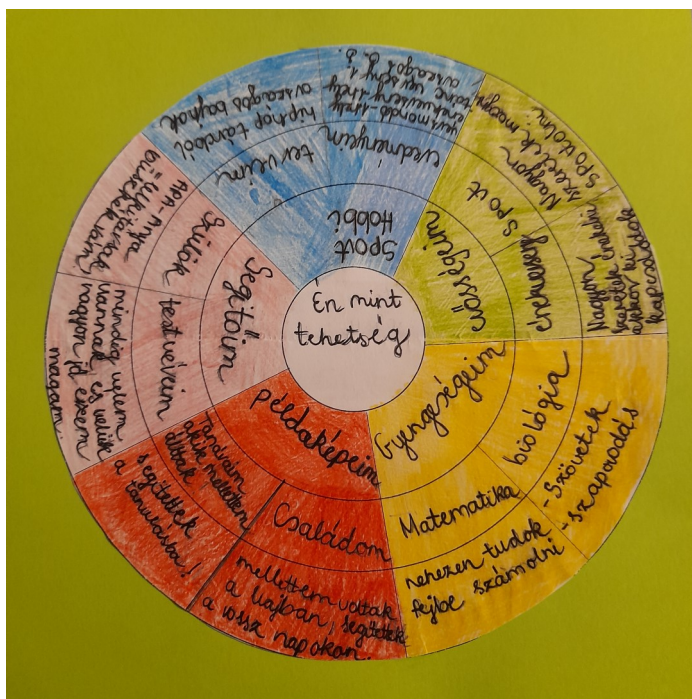
Hogyan szoktátok memorizálni a leckét? Mit jelent az, hogy valaki magol?
Mit kell megtanulni egy-egy leckéből?

- Puzzle
 - Széncinegéről szóló tanulási táblázat összeállítása elemeiből (táblázatos elrendezést vágunk részeire, téglalapokra)
 - Kulcsszavak szerepe
 - A széncinege bemutatása a táblázat alapján.
- A nagy fakopáncs – szövegfeldolgozás tanulási táblázattal
- Mese és monda
 - Wordwall játék—két dolog párhuzamba állításának megtapasztalása
 - Mese és monda tudástérképek tanulmányozása
 - Két vagy több elem összehasonlítása tanulási táblázattal
 - Tanulási táblázat bemutatása, értékelése
- Szabadon választott témában tanulási táblázatok készítése
Elkészült tanulási táblázatok bemutatása
- Foglalkozás értékelése piramis módszerrel

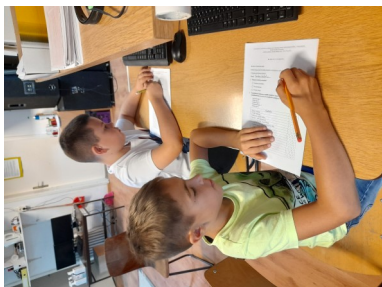
Módszertani műhelyek

Memorizálási technikák: Körös rendező

- Mi jut eszedbe a vakondról?
- Puzzlekirakása, majd kép alapján a vakond jellemzése (kinézete).
- Vakondról szóló szövegből további lényegkiemelés szövegkiemelő használatával (elterjedése, életmódja).
- Vakondról szóló ismertető kisfilm megtekintése - további ismeretek gyűjtése (haszna, védekezés)
- Szókereső játék (vakond jellemzőit tartalmazza)
- Ismerkedés a koncentrikus körös vázlat lényegével (példán keresztül)
- Koncentrikus körös vázlat készítése a vakondról
- Vázlatok bemutatása, értékelése
- Foglalkozás értékelése piramis módszerrel



Módszertani műhelyek



Tanulmányi kirándulás

Helyszín: Szeged—Mórahalom

Utazás: Bérelt busszal

Résztvevők száma: 12 gyerek + 3 felnőtt

Időtartam: 1 nap



Időpont	Programelem	Tudnivaló
7:30 - 9:00	Indulás autóbusszal Szegedre az iskola elől.	Amennyiben gyermeke rosszul szokott lenni a buszos utazáskor, kérjük jelezze, megfelelő gyógyszerrel az indulás előtt lássa el. A buszon enni és inni nem lehet.
9:00 - 11:00	Szent-Györgyi Albert Agóra Interaktív Informatikatörténeti kiállítás tárlatvezetéssel	
11:00 - 13:00	Városnézés, ebéd	Az ebédet ingyenesen kapják a gyerekek, ételallergiát jelezzék felénk, az üdítőt minden résztvevő maga fizeti.
13:00 - 15:00	Szegedi Fűvészkert - Tanulói megfigyelések a Fűvészkertben, Lepkeházban	Korosztálynak megfelelő tartalmak, nevelői felügyelet a 4 fős csoportok mellett.
15:00 - 16:30	Mórahalom, Ezer Év Parkja - Csapatverseny	Korosztálynak megfelelő tartalmak, nevelői felügyelet a 4 fős csoportok mellett.
16:30 - 17:30	Busszal Szegedről haza, az iskola elé.	

Tanulmányi kirándulás NTP-INNOV-22-0108 pályázat

A tanév vége felé felkerekedtünk, hogy megtapasztaljuk, milyen lehetőségek kínálóznak az iskolán kívül a tanulásra.

Nagy izgalommal keltünk útra, sajnos szakadó esőben. Később az idő jobbra fordult, csak néha eredt el rövidebb időre az eső. Szerencsére szüleink gondoskodtak rólunk, esernyőkkel a fejünk felett és esőkabátokba burkolódzva közelítettük meg Szegeden első helyszínünket, a Szent-Györgyi Albert Agórát. *Az Agóra a nevét a C-vitamin felfedezőjéről kapta.*

Az Agórában először egy informatika történeti kiállítást tekinthettünk meg. A tárlatvezetőnk nagyon sok érdekességet mesélt a kiállított eszközökről. Kipróbálhattuk a nagyszüleink idejében használt kőkorszaki **vezetékes telefonokat**. Vicces volt, ahogyan ismerkedtünk a használatukkal, először a tárcsázás okozott gondot, majd az, hogy a telefonkagylót hogyan kell tartani telefonálás közben. Láttunk egy tornaterem hosszúságú berendezést, ami **Razdan-3** névre hallgatott. 1955-56-ban fejlesztették ki katonai célokra, és ha kellett a harctérre is kivitték, hogy ott számításokat tudjanak vele végezni. Ezt követően a **szegedi katicabogarat** csodáltuk meg, ez egy egyszerű robot, mellyel a **pavlovi feltételes reflexet** modellezte alkotója. Sajnos működni nem láttuk, mert éppen javították, de a belsejébe bepillanthattunk. Nagy örömmel vettük, hogy **régi számítógépes játékokat** is kipróbálhattunk.

Következő programunk látványlabor látogatás volt, ahol fizikai kísérletek vártak ránk. Lézerfény, ultraibolya és infravörös fény, *Tesla-gömb és kézben kigyulladó fénycsövek, hanggenerálás kézzel, hanghullámok szemléltetése füstgéppel* ... mind-mind újdonság volt számunkra, de az előadó magyarázatai és hogy sok mindent mi is kipróbálhattunk, megtapasztalhattunk, segítették a megértést.

Finom ebéddel várt minket a Tündérműhely, ahol rájöttünk, hogy a rántotthús és sültkrumpli ketchup nélkül is finom.

Rövid pihenés után a szegedi Fűvészkert felé vette a buszunk az irányt. Gyönyörű látványban volt részünk, egyfolytában fényképeztünk, volt, aki majdnem 300 fotót készített a nap folyamán. A parkban *térkép alapján kellett tájékozódunk*, és megadott helyekre eljutnunk. Közben *gyógynövények* neveit rejtő feladványt fejtettünk, képkirakóval ismertük meg a *júdasfát, lepényfát*, szókeresővel *fűszernövények* után kutattunk, hiányos mondatok kiegészítésével ismerkedtünk a Fűvészkert jellemző növény és állatvilágával. Meglátogattuk a lepkeházat is.

Hazafelé az Ezer Év Parkjában *múzeumpedagógiai foglalkozáson* beszélgettünk *Magyarország híres épületeiről*, jellemzőiről, majd kicsinyített *makettjeiket* tekinthettük meg a szabadban. Bónuszként megnézhattuk *Petőfi Sándorról* és koráról szóló kiállítást.

Nagyon jól éreztük magunkat, reméljük jövőre is lehetőségünk lesz hasonló programokon részt venni.

Tanulmányi kirándulás



Közös délután a szülőkkel ...

„A tehetség nagy kincs. A szokásosnál is nagyobb felelősséget jelent egy-egy kiemelkedő képességű gyermek nevelése. A szülőknek hitük mellett szeretetükre, a gyermek igényeinek megértésére és türelemre van szükségük...”

/Gyarmathy Éva/

A projektet záró interaktív kiállítást követően a bevont tehetségígéretek szüleit vártuk egy közös délutáni találkozóra, ahol a tehetségsegítő tanárok és tehetségígéretek közösen tölthessenek el egy hangulatos délutánt.

Több célunk is volt ezzel a délutáni programmal:

- megismertetni a szülőkkel tehetséggondozó tevékenységünk jellemzőit
- bepillantást engedni az intézmény működésébe, tehetséggondozó szakkörök, sportkörök munkájába
- beszámolni az éppen zajló projektről
- lehetőséget kínálni a tehetség hasznosulására
- elősegíteni a szülő-tanár-diák együttműködés erősödését
- kötetlen beszélgetéssel segíteni az információcserét
- élményt nyújtani
- értékelni a projekt megvalósulását
- szponzorok, támogatók körét bővíteni

A délutánt a kiállítás megtekintésével indítottuk, majd kötetlen beszélgetéssel folytattuk, ahol az iránt érdeklődtünk, mit tudnak a projektről a szülők, mit meséltek otthon a gyerekek. Ezt követően a tanulási szokásokat célzó kérdőívet töltötték ki a szülők és a gyerekek is külön-külön, majd a válaszaikat összehasonlíthatták a gyerekeik által adott válaszokkal. Ezekből rögtön kiderült, hogy sok gyermek teljesen másképp látja saját tanulási szokásait, mint azt szülei tették.

Projektünk bemutatásával folytatódott a program. A szülők gyermekeik véletlenszerűen húzott kérdésekre adott válaszaiból ismerhették meg a projektet, a beavatógatás módját, a résztvevő tehetségsegítőket és szerepüket, az alkalmazott módszereket, munkaformákat, a programelemeket, a szegedi tanulmányút eseményeit, a résztvevők véleményét.

Prezentáció formájában közreadtuk projektünk értékelését, majd kép és videó felvételekkel elevenítettük fel az egy tanéves fejlesztő folyamat állomásait. A tartalmas délutánt vendéglátással, beszélgetéssel zártuk.



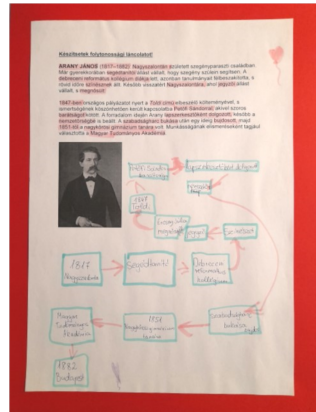
Pillanatképek a kiállításról



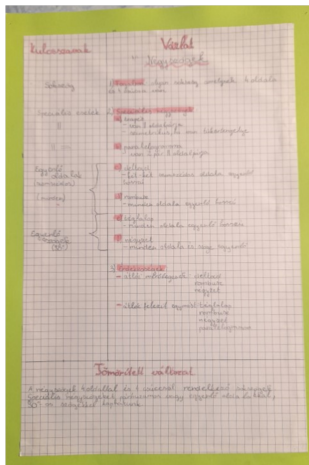
Diákmunkák



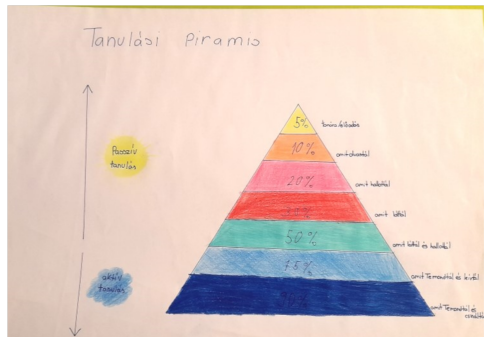
Körös rendező



Folyamatábra



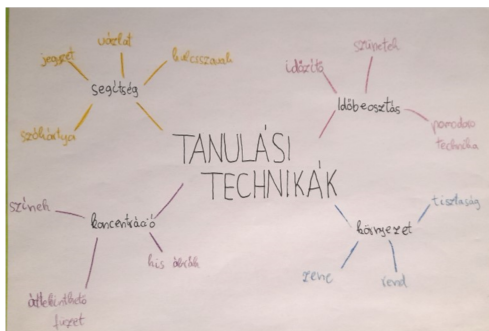
Cornell módszer



Tanulási piramis

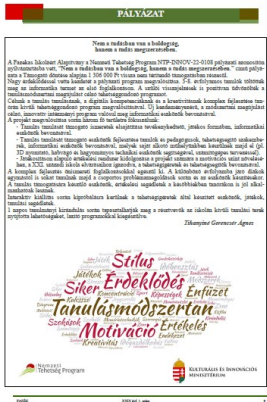


Érdeklődés térkép



Tudástérkép

Nyilvánosság



Fazék-XXIX. évfolyam 1. szám



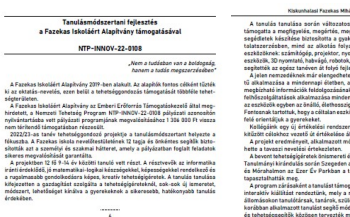
Fazék-XXVIII. évfolyam 2. szám



Fazék-XXVIII. évfolyam 4. szám



Dél Alföldi Info—2023. 06. 06.



Fazék-XXVIII. évfolyam 4. szám



Halas Televízió—Facebook—2022.06.08.

Fazekas évkönyv

„NEM A TUDÁSBAN VAN A BOLDOGSÁG, HANEM A TUDÁS MEGSZERZÉSÉBEN”

Záró értékelés

Értékelés módja: Kérdőív

Kitöltők: a programban részt vett tanulók

A pályázat megvalósításában részt vevő tanulók a program zárásaként egy kérdőív kitöltésével értékelték a projektet. A kérdőív célja az volt, hogy képet kapjunk a program megvalósulásával kapcsolatos elégedettségről. Értékelték önmagukat, az elvárások teljesülését, a tanulásukban beállt változásokat és megfogalmazhatták az esetleges változtatásra irányuló javaslataikat is.

A tanulók **elégedettek voltak** a szervezéssel, a program elemeivel. **Nagy tetszést aratott** a tanulmányi kirándulás, az interaktív kiállítás, a számítógépes feladatok és az érdeklődéstérképük megismerése.

A tanulók úgy ítélték meg, hogy **sokat változott** a tanuláshoz való hozzáállásuk, attitűdjük. **Különösen hasznosnak találják** a stresszoldó, rendszerező, memóriafejlesztő technikák megismerését. A gyerekek megfogalmazták, hogy a **tanult módszerek ismerete még nem elég, azok tudatos alkalmazásában még fejlődniük kell.**

Informatikai ismereteik tanulást segítő lehetőségekkel gyarapodtak. Kezdetben nehezen ment a csoportokban való együttműködés, jobban megismerve egymást, a projekt végére egymást támogató szemléletmód alakult ki.

A tanulók nagy része megfogalmazta, hogy örülne, ha az iskolában több tevékenykedtetés, tapasztalás, illetve tanórán kívüli tevékenység színesítené a tanulás folyamatát a mindennapokban is.

A pályázat megvalósításában részt vett tanulók válogatták ki azokat a módszereket, amelyeket az interaktív kiállításon mindenképpen szerettek volna megosztani tanuló társaikkal.

Fazekas Iskoláért Alapítvány

NTP-INNOV-22-0108

„Nem a tudásban van a
boldogság, hanem a tudás
megszerzésében.”

című pályázat megvalósítása
a
Kiskunhalasi Fazekas Mihály
Általános Iskolában

Telefonszám: 77/521-973

E-mail:

fazekasiksola@t-online.hu

2022-2023. tanév



Tanulásmódszertan

„A 21. század tanulásmódszertana izgalmas lehetőségeket kínál a tanulásra és fejlődésre. A technológia és az interaktív módszerek kombinációja segíthet a diákoknak a kreatív gondolkodás, a problémamegoldás és az együttműködés fejlesztésében.”
/ChatGPT/



KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS
MINISZTERIUM



Nemzeti
Tehetség Program

A Fazekas Iskoláért Alapítvány NTP-INNOV-22-0108

„Nem a tudásban van a boldogság, hanem a tudás megszerzésében”
pályázatának megvalósításához

a Nemzeti Tehetség Program

1 306 000 Ft

támogatást biztosított.

2022

Fazekas Iskoláért Alapítvány

2022-2023. tanév



KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS
MINISZTERIUM



Nemzeti
Tehetség Program

