

A Füzesabonyi Teleki Blanka Általános Iskola tantestületének ajánlásai a hatékony otthontanuláshoz

Alakítsatok ki napiritunt, ahol helye és ideje van a rátok váró tevékenységeknek!

8.00 - Ébredés

Lehet tovább aludni, mint mikor iskolába jössz, de legyen egy elvárt időpont, amikor felkelsz. Tisztálkodás, reggeli, rendrakás; kis ráhangolódás a napra, lehetőleg nem az interneten.

9.00-11.00 – Tanulás

Legyen egy állandó, nyugodt helyed a lakásban.

Legyen világos, fény balról/jobbról a kéztől függően. Lehetőleg természetes fény vagy semleges.

Kényelmes szék, asztal (ne legyen sok felesleges dolog körülötted).

TV-t kapcsolj ki, telefont halkítsd le. Ha van számítógéped vagy laptopod, azon dolgozz. Készítsd elő a tankönyveidet, egyéb eszközöket.

Nézd meg, milyen feladataid érkeztek a KRÉTÁBAN!

Először a gondolkodtatóbb tantárgyak (matematika, magyar, természettudományos) feladatok kerüljenek elő, utána jöhet többi! Olvass, másolj, tanulj verset, szabályt, majd énekelj, rajzolj, kézműveskedj!

Fél óránként tarts szünetet (10-15 perc): mozogj kicsit, menj ki az udvarra, egyél kis gyümölcsöt, hallgass zenét stb.

12.00-13.00 között — Ebéd - szabadidő - pihenés.

14.00 -15.00 Tanulás folytatása a könnyebb feladatokkal

Projektekhez eszközök elkészítése, verstanulás, zenehallgatás, hangfelvétel és/vagy videófelvétel, lapbook készítése.

15.00 Számvetés

Mit tanultam ma? Megcsináltam a tesztek, beadandókat? Elküldtem? Van kérdésem? Föltettem? Kaptam választ? (Kérdezni a pedagógusok által megadott felületen és időintervallumban lehet!)

Mozogj, sportolj délután is, segíts a házimunkában, tedd rendbe dolgaidat, szobádat! Vedd komolyan a figyelmeztetéseket: ne menj közösségbe, ne menjetek most egymáshoz sem, tartsátok a kapcsolatot telefonon, interneten a barátokkal, osztálytársakkal!

Számolj be szüleidnek, hogy mit végeztél aznap, beszélgetsetek a napotokról!

Töltsétek hasznosan, de vidáman az elkövetkező időszakot! Ehhez kívánunk erőt, kitartást és jó egészséget mindenkinek!

Matináné Semperger Anikó intézményvezető