

LEGYEN SZABAD A NYÁR!



A GYEREKEK ÉS A DIGITÁLIS VILÁG A VAKÁCIÓ ALATT

Hogyan segíthetsz a gyerekednek, hogy magabiztosan válassza szét az online életét a valótól? Milyen alternatívákat kínálhatsz neki a kütyük mellett? Hogyan tedd izgalmassá számára a könyveket? Egyáltalán, van esélyed?

Ezek a kérdések elsőre talán nyomasztóan hangzanak, főleg így, a nyári vakáció idején, amikor sokkal több a gyerekek szabadideje, hiszen nincs óvoda-iskola. De nem érdemes kétségbeesni, ezekkel a kérdésekkel valamennyi szülő szembesül, ráadásul a digitális világ ugyanúgy része a mi életünknek is.

Viszont abban nagyon is tudsz nekik segíteni, hogy ne nyelje el őket egész nyárra a telefonjuk, és fel tudd venni velük a szemkontaktust egy nyaralás alatt. De mit tehet valójában a szülő, hogyan segíthetsz te lelassulni a gyerekednek?

A digitális világ térnyerése már az előző évtizedekben elkezdődött, de valódi hatásait a mai gyerekek, az úgynevezett Alfa-generáció mindennapjaiban érezhetjük a leginkább. Még ránk, felnőttekre is hatással van, próbáld csak felidézni, mikor volt olyan utoljára, hogy nem tudtad, hova tetted a telefonod... Közös csónakban evezünk, megoldást is együtt kell tehát keresnünk. A mostani gyerekek számára egészen babakortól természetes a mobiltelefon, az internet létezése, digitális bennszülöttként szinte ösztönösen tudják is használni ezeket az eszközöket. A rájuk ömlő temérdek információ, az elképesztően felgyorsult élet azonban negatív hatásokkal is jár amellet, hogy kétségtelenül kinyitja számukra a világot. A koncentráció, az elmélyedés képessége és a memória is megcsínyli ezt a pörgő, szélsébesen áramló információhalmazt.

Könyvek kiadójaként és szülőként mi is nap mint nap tapasztaljuk a bőrünkön, miként tanulják a gyerekek az egyensúlyt a digitális és az offline világ között. Sok szakemberrel beszéltünk az elmúlt időszakban a témáról, és most összeszedtük neked azokat a praktikus információkat, amelyekre mindenképpen szükséged lesz.

MIT TEHETSZ TE?

Tipp 1: Tiltás helyett kínálj a gyerekednek alternatívákat a kütyük helyett. Ha önállóan nem szeretne olvasni, közös élménnyé teheted felolvasással. Ez egy nyaralás, hosszú autótúttal remek kapcsolódási lehetőség, egy jó meseregényen együtt nevelhet az egész család.

Tipp 2: Vezess be telefonmentes időszakokat, amikor a család aktívan együtt lehet. Ilyenkor semmi sem vonja el a figyelmet a beszélgetéstől, remek alkalom egy jó társasozásra vagy sétára is!

Tipp 3: Szabj határokat a digitális időben, mindig tisztázd, mi a célja a digitális eszköz használatának (játék, információszerzés, tanulás, kommunikálás, szórakozás), és ennek fényében állapodjatok meg előre a határokbán. Bármennyire is erőszakoskodik, te vagy a szülő, tartsd meg a kijelölt határt, mert ez neki is biztonságot fog adni. Ha kiborul, maradj mellette, és kínáld fel egy közös programot, olvass és mesélj neki!

A TERMÉSZETBEN TÖLTÖTT IDŐ IS TERÁPIA!

Ez evidenciának tűnik, de immár kutatások is alátámasztják, hogy az erdőjárás vagy a vízparton töltött idő terápiás jellegű. Olyan **belső erőforrásokat** mozgat meg a természet békéje, amire nagy szükségünk van a mindennapok sokszor örült rohanásában. Az, hogy a gyerekek ilyen pörgős világba születtek, nem jelenti azt, hogy ez jó is nekik „néha ki kell szakadni, hogy ők is feltölthessenek, és erre nyáron van a legtöbb lehetőségünk.

TIPP: Ha nagyvárosban is éltek, akkor is van lehetőség a mindennapokban is kikapcsolódni: látogassatok el egy parkba, egyetek egy finom fagyit!

+TIPP: Pont ilyen célból találtuk ki a kalandsétákat! Egy-egy szabad délutánon csodajó közös program lehet: kódfejtés, városnézés, természetjárás: budapestieknek kötelező!

TERMÉSZETESEN MI MÁST MONDHATNÁNK, MINT A KÖNYVEKET!

Amit mi, őket nevelő felnőttek tehetünk, az az, hogy próbálunk segíteni abban, hogy ezt a témérdek rájuk ömlő információt kezelni és szűrni tudják, a számukra hasznos tartalmakat megtalálják. A lelassulásban, a hosszú távú memória, koncentráció képességének fejlesztésében pedig a legnagyobb segítséget a könyvek nyújthatják.

A LEGKISEBBEKNEK



Nagyon fontos, hogy már babakorban természetessé tegyük a gyerekek számára a könyvek jelenlétét. A kicsik agya 1-4 éves korban a legfogékonyabb, ilyenkor még rengeteget tehet a szülő annak érdekében, hogy a mesék, könyvek felé fordítsa a figyelmüket, hiszen minden ingerre nyitottak.

ÍGY VEZESD BE A KISGYEREKED A KÖNYVEK VILÁGÁBA:

- válassz olyan könyvet, amiben sok izgalmas kép van

- ügyelj rá, hogy az életkorának, érdeklődési körének megfelelő könyvecskékkel ismerkedjen
- kezdetben a keménylapos köteteket válaszd, hiszen a könyv nekik még játék
- ne ess kétségbe, ha nem érdeklődik iránta rögtön, légy kitartó!

MESÉK, AMIKHEZ AZONNAL KAPCSOLÓDNI TUDNAK:

Marék Veronika: Boribon-sorozat

Harcos Bálint: Szofi-sorozat

Axel Scheffler: Pipp és Polli-sorozat

Vadadi Adrienn: Pepe a bölcsiben

Kárpáti Tibor: Puszi, nyuszi!

Berg Judit: Maszat- és Sári-sorozatok

Pásztóhy Panka: Pitypang és Lili-sorozat



INTERAKTÍV, JÁTÉKOS MESÉK PICIKNEK:

Jörg Mühle: Kisnyuszi-sorozat

Julia Donaldson: Tölgyerdő meséi-sorozat

Eric Carle-mesék

Tipp: Egy beszélgetős társas, ami az Ország Játéka-díjat is elnyerte, és évek óta mindenki kedvence: Boribon, hogy vagy?

Tipp NEKED: A gyereked számára te vagy a minta. Próbáld te is korlátozni a képernyőidődet, figyeld meg, mikor nyúlsz a telefonodért, de ne ostorozd magad érte, ez egy folyamat!

A TÖKÉLETES KEZDŐSZETT PICIKNEK 25% KEDVEZMÉNNYEL

Szerezd be egy csomagban, 25% kedvezménnyel a leginkább nekik szóló könyveket, és indítsd el őket már most az olvasóvá válás útján!

Kattints ide a csomagért!

OVISOK ÉS A KÖNYVEK

Azok a gyerekek, akik már közösségbe járnak, még több ingerrel találkoznak, egyre szerveesebb része lesz az életüknek a digitális világ. És bár mindenhol azt halljuk, hogy a mai gyerekek már százfelé is tudnak figyelni, a valóság az, hogy az agy nem képes egyszerre két kognitív folyamatot hatékonyan végezni. Kiemelten fontos ennek a korosztálynak, hogy megtanuljanak koncentrálni, elmélyedni egy

adott tevékenységben ahhoz, hogy később kiegyensúlyozott felnőttekké váljanak. Az olvasás kiválóan fejleszti ezt a készséget, nem beszélve arról, hogy mindeközben a fantáziájuk és a szókincsük is fejlődik, bővül.

MESÉK, AMIK LEGALÁBB ANNYIRA SZÓRAKOZTATÓAK, MINT A SZÁMÍTÓGÉP:

Dániel András: Kuflik-sorozat

Harcos Bálint: A boszorkánycica

Czernák Eszter: Sárkányovi-sorozat

Agócs Írisz: Vonalból kimenni ér!



HA BESZÉLGETŐS KÖNYVET KERESEL:

Shona Innes: Ölelj meg!-sorozat

Kiss Judit Ágnes: Babaróka-sorozat

Tipp: Az ovisoknak már nagyon határozott véleményük van arról, milyen téma érdekli őket. Válaszolatok olvasnivalót közösen!

Az offline együtt töltött minőségi időhöz nem csak könyveket, de társasjátékokat is érdemes beszerezni, hiszen ezek is nagyon hatékonyan fejlesztik a gyerekeket, ráadásul észrevétlenül, szórakozás közben. Fontos, hogy az életkorának megfelelő játékokat válassz, hiszen ezek nyújtanak majd neki sikerélményt és kihívást egyaránt.

JÁTÉKOK ÖRÖKMOZGÓKNAK:

- A kuflik és az esőtánc
- Zoknifogócska Szofival



JÁTÉKOK A BESZÉLGETÉS ÖSZTÖNZÉSÉRE:

- Meséljetek, kuflik!
- Maszat-mesekártya

A TÖKÉLETES KEZDŐSZETT ÓVODÁSOKNAK 25% KEDVEZMÉNNYEL

Összeállítottunk egy olyan kis csomagot,
amiben csupa újdonságot találsz!
Izgalmas, tündéri mesék nyárra az ovisodnak és neked.

Kattints ide a csomagért!

AMIKOR ELKEZDŐDIK AZ ISKOLA...

Az iskola egy egészen új dimenziót nyit meg, a digitális világ immár nem csupán a szórakozás, a tanulás terepe is. A koronavírus idején bizonyára te is többször rácsodálkoztál arra, hogy a gyereked milyen magabiztossággal kezeli a különböző felületeket. És bár öröm látni, milyen ügyesek, a sok gép

előtt töltött idővel messzebb kerülnek a valóban megélt pillanatoktól, a tudatos jelenlét gyakorlásától és az igazi szociális kapcsolatoktól.

Fontos, hogy megteremtjük számukra a lehetőségét a megnyugvásnak és a pihenésnek. A közös olvasás, játék az iskolások életében is fontos nyugvópont, akár ő is olvashat fel a család többi tagjának!

FRISS OLVASÓKNAK EZEKET VÁLASZD:

Most én olvasok!-sorozat

Berg Judit: Két kis dínó-sorozat

Kerékyártó István: Márk, aki hatévesen megmentette a világot



HA MÁR MAGABIZTOSAN OLVAS:

Zseblámpás könyvek-sorozat

Interaktív könyvei, amikben ő a főhős!

Berg Judit: Rumini-sorozat



TÁRSASJÁTÉKOK, AMIKET TE IS ÉLVEZNI FOGSZ:

Szabadítsd ki Ruminit!

A herceg nyer



A TÖKÉLETES KEZDŐSZETT KISISKOLÁSOKNAK

25% kedvezménnyel

Elterelnéd a figyelmét a kütyükről?

Ebben a csomagban mindent megtalálsz hozzá.

Kattints ide!

MÁR NEM IS KISISKOLÁS, MÉG NEM IS KAMASZ...

NEKIK IS VANNAK TIPPJEINK!

HA RAJONG A REJTÉLYEKÉRT:

Időfutár-sorozat

Wéber Anikó: Cseresznyeliget titka, A platánsor rejtélye

Casey Liall: A nagy csekklopás

Jennifer Chambliss Bertram: Könyvvadászok

Wéber Anikó: Örökszerda

Kristine Asselin és Jen Malone: Kulcs a múltba



HA ÉRDEKLI A TÖRTÉNELEM:

Abszolút Töri-sorozat

Tasnádi István: Helló, Héraklész

Kertész Erzs: A sárkány nyomában



Tipp: Ha nagyon nem akar olvasni a kisiskolásod, akkor próbálkozz az interaktív könyvekkel, ahol ő a főszereplő!

Tipp: Az Őrszem és Káoszkreátor azoknak a gyerekeknek is telitalálat, akik nem tudnak elszakadni a képregényektől!

Tipp: Egy igazi ütőkártya: A Fake! abban segít, hogy a gyerekek az információk tengeréből sikeresen kiszűrjék az álhíreket, csalásokat, összeesküvés-elméleteket. Mindezt szuper viccesen!

Érdeemes elővenni a társasjátékokat kiskamaszokkal is. Egy jó játék mellett, hogy akár órákra elfeledtetni a számítógépet, elgondolkodtat, önálló döntésekre készítet, segít a személyiségfejlődésben. Ez minden életkorban igaz, ez a korosztály azonban épp a legnagyobb változások előtt áll, így nem csak nagyszerű közös program lehet, de az egyéniségük bontogatásának biztonságos terepe is.

TÁRSASJÁTÉKOK:

Éjszaka az állatkertben

Abszolút megvadult betűk

Abszolút elfelejtett szavak

Abszolút képtelen sztorik



NE FELEDKEZZÜNK MEG A KAMASZOKRÓL SEM!

A kamaszok életének olyannyira része a digitális világ, hogy sok szülő reménytelennek érzi a helyzetet. Pedig a kamaszkori rengeteg változás, a sok-sok újdonság, amivel szembesülnek önmaguk megismerése folyamán, nagyon hatékonyan feldolgozható, ha sikerül a megfelelő könyvet kiválasztani a számukra. Az, hogy a kötelező olvasmányok őket már végképp hidegen hagyják, nem meglepő. Olyan könyvekre van szükségük, amik őket érintő problémákat, élethelyzeteket dolgoznak fel.

Tipp: Ne félj a „problémás” könyvektől, a nehéz témáktól! Tudjuk, hogy a kamaszok meglehetősen öntörvényűek, és gyakran nehezen fogadnak el tanácsot. Pont azért született a Vészkijárat-sorozatunk, hogy felhívja a figyelmet azokra a láthatatlan problémákra, amik bárkivel megtörténhetnek, de még mindig sokszor tabutémák.

MIT ADJ A KAMASZOD KEZÉBE, HA KÖNNYED OLVASMÁNYT VÁLASZTANÁL NEKI:

Bakó Liza: Csíííz!

Molnár T. Eszter: Stand-up! – Egy majdnem normális család

HA FANTASY-RAJONGÓ:

Szakács Eszter: Füstmágusok

Rojik Tamás: Szárazság, Árulás

Morshuis Marloes: Radovár árnyai

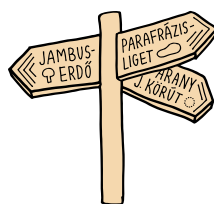
HA A KORTÁRS IRODALOM ÉRDEKLI:

Fenyő D. György: Útikalauz a vershez

szerk. Granca Gergely: Költővel nem járnék

szerk. Péczely Dóra: Tízíg aludni,

szerk. Győri Hanna: Viszek egy szívet



A TÖKÉLETES KEZDŐSZETT KAMASZOKNAK

25% kedvezménnyel

Összeállítottunk egy csomagot, ami garantáltan leköti majd a kamaszod figyelmét, mert itt minden kötet neki és róla szól!

Kattints ide!

FŐ FORRÁSOK:

<https://jogtudo.uni-miskolc.hu/files/7394/MJ2019iss2art6Pongracz.pdf>

<https://www.atlantis-press.com/proceedings/icece-20/125954448>

<https://mosolyalapitvany.hu/hu/blog/a-termeszet-mint-tarsterapeuta/>

