

Hajdú Indira beszámolója

Az NKE Óbudai Árpád Gimnázium Erasmus+ akkreditációs pályázata keretében vettem részt Helsinkiben, Finnországban 2026. augusztusában egy egyhetes tanártovábbképző kurzuson, melynek címe: Managing Digital Distractions: Strategies for Students and Teachers.



A kurzust, azért választottam, mert egyrészt a digitális kompetencia fejlesztése, mint kiemelt témakör fontos az iskolai oktatásban a jövő generációja számára, de ezzel együtt meg kell tanulnunk jól használni az internetet és a digitális eszközöket. Ezt csak megfelelő tájékoztatással, gyakorlati módszerekkel és a napi rutinok megváltoztatásával érhetjük el. Így a kurzuson keresztül holisztikus megközelítésben tudom majd a diákokat oktatni, nevelni. A neurológia fontos alapot ad ezekhez a technikákhoz és gyakorlatokhoz, Megmutatja, hogyan működik az agyunk a koncentráció, a memória és a szokásépítés terén, amelyek mind fontos elemei a hatékony tanulás elősegítésének.





A tanfolyam során mélyebb ismereteket és technikákat sajátítottam el a digitális zavaró tényezők és a figyelem-menedzsment kezelésére.

Rengeteg új ötletet, gyakorlati tippet kaptam, amelyek segítik a diákjaim figyelem-menedzsment-képességének erősítését, ezáltal növelve digitális jólétüket a digitális zavaró tényezők korában.

A kurzus során interaktív formában, például kvízek és csoportmunkák segítségével mélyítették el tudásunkat a témában. Emellett a tantermi hasznosítás érdekében olyan oktatási anyagokat és módszereket mutattak be, amelyeket saját iskolámban is tudok alkalmazni.

Ezeket a technikákat kipróbálhattuk és megtanultuk, hogy az iskolában, a tanórákon vagy a tanórákon kívül, hogyan tudjuk alkalmazni.

A tanfolyam számos területen fejlesztette tudásomat és az iskolai munkámat gazdagítva újabb módszerekkel facilitált.