



SZÜLŐI ÉRTEKEZLET (HAIKU SOROZAT)

A szülő (Az új elvárások sokkja)

Új tanár, új rend,
megint más elvárások:
sokkot kap a fej.



Az osztályfőnök (A nyers valóság)

Nincs alsós tempó,
felsőbe lépnek, félnek,
érnek, más a ritmus itt.



A gyerek (Otthon a szobában)

Megbeszélhetitek,
kamaszfejem úgyis a
saját útját járja.



A KONKLÚZIÓ HÁRMASA

A szülő zárszava

Kész a stratégia,
bár néha elveszünk, de
megoldjuk valahogy.



Az osztályfőnök zárszava

Vad kamasz hullám,
de a makacs gyerek
is szintet lép végül.



A gyerek zárszava

Hiába feszülök,
a közös szülő-ofő projekt
hatni fog rám végül.



FORGATÓKÖNYV ÉS SEGÉDANYAG

Interaktív, empátia-alapú első szülői értekezlet 5. osztályban

Időtartam:
60 perc

I. Alapkonceptió és célkitűzés

Az alsó tagozatból a felsőbe való átlépés az egyik legnagyobb törés és kihívás a gyermekek életében. A cél: a kötelező adminisztratív elemek átadása mellett egy olyan interaktív, érzelmi biztonságot nyújtó szövetséget alakítani a szülő és az osztályfőnök között, amely támogatja a gyermeket a felsős akklimatizációban.

II. Időbeosztás és a találkozó menete (60 perc)

00 – 15 perc



1. Jégtörő: „A falaknak füle van”

Módszer: Kártyahúzás, felolvasás, „Gyerekállítás” – szülői empátia és nyitottság.

15 – 30 perc



2. Kötelező Hivatalos Körök

Módszer: Frontális infoátadás + Reflexió
• KRÉTA, E-napló, szaktanárok, Házi rend, igazolások, hiányzások, tanévrend, jelzések.

30 – 45 perc



3. Mikro-csoportos reflexió

Módszer: 3-4 fős csoportmunka.
„Szülői Túlélőkalauz” – otthoni stratégiák.

45 – 50 perc



4. SZMK Választás és anyagiak

Módszer: Konszenzusos szavazás.
3 fős szülői munkaközösség, osztálypénz.

50 – 60 perc



5. Kérdések, válaszok és Útravaló

Módszer: Nyitott fórum + Zárógondolat.
Egyéni kérdések, záró útravaló kártya átadása.

1. Jégtörő blokk (00 – 15 perc): A gyermekek hangja



Előészület: „Gyerekállítások” kártyák kinyomtatása, szétválasztása. Érkezőkor minden szülő húz egyet vakon.

- 00–05 p: Osztályfőnöki köszönt. „Ma nem a jegyeiről, hanem a gyerekeink lelkéről és a túlélésünkről fogunk beszélni.”
- 05–15 p: 4-5 önkéntes szülő felolvas. Valódi ötödikes félelmek: állandó ellenőrzöttség, magány, testkép, teljesítménykényszer szorongásai.



2. Hivatalos és Kötelező Adminisztratív Blokkok (15 – 30 perc)

- KRÉTA és E-napló: belépés, funkciók. Ne frissítsék óránként a gyerek előtt!
- Hiányzások, igazolások: Házi rend szerinti szabályok, határidejek.
- Felső tagozat elvárásai: ki tanítja, sok szabály, eleinte elveszítheti a fonalat.
- Házi rend: mobiltelefon (Viber-veszélyhelyzet), jelzések, szorgalom, magatartás.
- Testnevelés öltözői szabályzat (testkép és szorongás).
- Tanszoba, tanulás.



3. Mikro-csoportos reflexió: A Túlélőkalauz (30 – 45 perc)

- 3-4 fős szülői csoportok.
- Válasszanak ki 2 problémát (pl. táska, telefonozás), beszéljék át.



4. SZMK Választás és Anyagiak (45 – 50 perc)

- Törvényi kötelezettség: 3 fős szülői képvislet (elnök + tagok).
- Osztálypénz: közös megegyezés (kirándulások, programok).



5. Kérdések, válaszok és Útravaló (50 – 60 perc)

- Nyitott fórum. Egyéni kérdések. Záró útravaló kártya átadása.

♥ Nem csak egy értekezlet – hanem egy közös kezdete valaminek. ♥



Szülői értekezlet 5.osztály, felsőbe lépés

Újszerű gyakorlati ajánlás

Ma osztályfőnökként az agyam már szeptember elsején jár. Akkor lesz a legelső felsős szülői értekezletem az új ötödikes szülőkkel Itthon ülök a kávémmel, és büszkén nézek rá az asztalomra heverő anyagokra: végre teljesen kész az új szemléletű szülői értekezlet forgatókönyve. Nem akarok unalmas, száraz és ijesztő követelmény-listákat diktálni, magam is szülőként untam. Programfüzetet úgyis adunk, Krétában ,csoportokban mindig az aktuális teendőkről nyújtunk értesítést. Tudom, mi vár ránk, ezért idén mindent másképp csinállok. Készítettem egy belépő Jégtörő: „A falaknak füle van” feladatot. „Gyerekállítás” feldolgozása a szülőkkel közösen új módja a szülői értekezlet zárt iskolaszagú megnyitásának. Ebből esetleg közösen láthatjuk ,hogy a gyerekekben, mi zajlik a felsőbe lépéskor. A szülőknek pedig összeraktam egy egyedi „Túlélő füzetet”, ami segít nekik átvészeln az előttünk álló időszakot. Miközben ezeket a kártyákat rendezgetem, rájövök, hogy ez a harc nem kétszereplős. Ott van a háttérben a11-12 dacos, épp kamaszodni kezdő ötödikes is. Ez a furcsa, hármas dinamika ihletett meg így augusztus közepén. 5-7-5: 7+5=12 ötödikes. Ki kellett írnom magamból ezt a haiku-sorozatot, mielőtt elkezdődik a hivatalos tanévkezdési hajszája:

SZÜLŐI ÉRTEKEZLET

(HAIKU SOROZAT)

A szülő (Az új elvárások sokkja)

Új tanár, új rend,
megint más elvárások:
sokkot kap a fej.

Az osztályfőnök (A nyers valóság)

Nincs alsós tempó,
felsőbe lépnek, félnek, érnek,
más a ritmus itt.

A gyerek (Otthon a szobában)

Megbeszélhetitek,
kamaszfejem úgyis a
saját útját járja.

A KONKLÚZIÓ HÁRMASA

A szülő zárszava

Kész a stratégia,
bár néha elveszünk, de
megoldjuk valahogy

Az osztályfőnök zárszava

Vad kamasz hullám,
de a makacs gyerek
is szintet lép végül.

A gyerek zárszava

Hiába feszülök,
a közös szülő-ofő projekt
hatni fog rám végül.

FORGATÓKÖNYV ÉS SEGÉDANYAG

Interaktív, empátia-alapú első szülői értekezlet 5. osztályban

Időtartam: 60 perc |

I. Alapkonceptió és célkitűzés

Az alsó tagozatból a felsőbe való átlépés az egyik legnagyobb törés és kihívás a gyermekek életében. Ez a forgatókönyv szakít a hagyományos, száraz adatközlő szülői értekezletek mintájával. Célja, hogy a kötelező adminisztratív elemek (KRÉTA, Házirend, igazolások) hiánytalan átadása mellett egy olyan interaktív, érzelmi biztonságot nyújtó szövetséget alakítson ki a szülő és az osztályfőnök között, amely támogatja a gyermeket a felsős akklimatizációban.

II. Időbeosztás és a találkozó menete (60 perc)

00 – 15 perc 1. Jégtörő: „A falaknak füle van” Módszer: Véletlenszerű kártyahúzás és felolvasás „Gyerekállítás” feldolgozása, szülői empátia és nyitottság felébresztése.

15 – 30 perc 2. Kötelező Hivatalos Körök Módszer: Frontális infóátadás + Reflexió
KRÉTA, E-napló, szaktanárok, Házirend kiemelt pontjai, hiányzások igazolása ,tanévrendje, jelzések

30 – 45 perc 3. Mikro-csoportos reflexió

Módszer: 3-4 fős csoportmunka .A „Szülői Túlélőkalauz” megvitatása, otthoni feszültségkezelési stratégiák rögzítése.

45 – 50 perc 4. SZMK Választás és anyagiak

Módszer: Konszenzusos szavazás .A kötelező 3 fős Szülői Munkaközösség megválasztása, osztálypénz rögzítése.

50 – 60 perc 5. Kérdések, válaszok és Útravaló Módszer: Nyitott fórum + Zárógondolat

Konkrét egyéni kérdések megválaszolása ,a záró útravaló kártya átadása.

1. Jégtörő blokk (00 – 15 perc): A gyermekek hangja

Előészület: Kinyomtatni az „Gyerekállítások” kártyákat, szétvágni, és érkezéskor minden szülő húz egyet vakon.

- 00-05 p: Osztályfőnöki köszönt. Hangsúlyozza: „Ma nem a jegyekről, hanem a gyerekeink lelkéről és a túlélésünkről fogunk beszélni.”
- 05-15 p: Meg kell kérni 4-5 önkéntes szülőt, majd a többieket is hogy olvassák fel a náluk lévő kártyát. Az osztályfőnök röviden fűzze hozzá: ezek valódi ötödikes félelmek, az állandó ellenőrzöttség, a magány, a testkép és a teljesítménykényszer szorongásai.

2. Hivatalos és Kötelező Adminisztratív Blokkok (15 – 30 perc)

- KRÉTA és E-napló használat: Bemutatni belépést és funkciókat. Kérje meg a szülőket, hogy ne frissítsék óránként a KRÉTÁ-t a gyerek előtt, mert ez gyomorgörcsöt okoz.
- Hiányzások és igazolások rendje: Ismertetni Házirend szerint szülői napok és az orvosi igazolások leadásának szigorú határidejét, főbb szabályokat.
- A felső tagozat elvárásai: Ismertetni, melyik tárgyat ki tanítja. Rámutatni, hogy a sokféle szabály miatt a gyermek eleinte elveszítheti a fonalat.
- Házirend kiemelt pontjai: Mobiltelefonok napközbeni elzárása / leadása (Viber-veszélyhelyzet kezelése). Jelzések. szorgalom, magatartás

Testnevelés öltözői szabályzat (testkép és szorongás).

Tanszoba, tanulás

3. Mikro-csoportos reflexió: A Túlélőkalauz (30 – 45 perc)

- Kialakítani 3-4 fős szülői mikro-csoportokat. Odadni nekik a „Szülői Túlélőkalauz” pontjait.
- Megkérni a csoportokat, hogy válasszanak ki 2 pontot, ami náluk otthon a leginkább problémát okoz (pl. a táska elpakolása vagy a telefonozás). ezeket beszéljék át

4. SZMK Választás és Anyagiak (45 – 50 perc)

- SZMK megválasztása: Törvényi kötelezettség az osztály szintű szülői képviselő (elnök és tagok) megválasztása. Osztálypénz: Közös megegyezés az osztálypénz havi összegéről (kirándulásokra, programokra).

5. Kérdések, Válaszok és Útravaló (50 – 60 perc)

- Nyitott fórum: Általános kérdések megválaszolása. Egyéni ügyekben fogadóóra felajánlása.
- Zárás / Útravaló: Megkérni a szülőket ,hogy a legutolsó szív alakú kártyát vigyék haza, tegyék ki a hűtőre, és ma este ezzel a mondattal köszöntsék a gyermeket.

Gyerekállítás kártyák

| GYEREKÁLLÍTÁS

| „Amikor azt látom, hogy idegesen és szorongva frissíted az e-naplót |a telefonodon, nekem is görcsbe rándul a gyomrom. Úgy érzem, mintha |egy állandó megfigyelő kamera alatt élném az életem.” |

| GYEREKÁLLÍTÁS

| „Ötödikben már ciki sírni a folyosón, ha valami rossz történik, mert a többiek kicsúfolnak. Ezért bent mindent magamba fojtok, és otthon, az ajtód mögött zokogom el magam. Kérlek, olyankor ne szidj meg, csak tarts meg.”

| GYEREKÁLLÍTÁS

| „Néha szándékosan elhagyom a dolgaimat, vagy elfelejtem a leckét, mert annyira túlterheltnek érzem magam. Nem rossz akarok lenni, csak a fejem így jelzi, hogy sok a nyomás, és nem bírom a tempót.” |

| GYEREKÁLLÍTÁS

| „Nagyon bánt, amikor azt mondod a családi ebéden a rokonok előtt, hogy 'bezzeg az öcséd/nővéred milyen ügyes volt ötödikben'. Én nem ők vagyok, én én vagyok, és a saját utamat járom.” |

| GYEREKÁLLÍTÁS

| „Amikor azt mondod, hogy a tanulás az én 'egyetlen munkám', úgy érzem, mintha egy rideg gyárban dolgoznék. Én nem egy gép vagyok, |hanem a te gyereked, akinek játszani, élni és hibázni is kell.”

| GYEREKÁLLÍTÁS

| „Félek a testnevelés órától és az öltözőtől. Mindenki bámulja a másikat, és én nem vagyok elégedett magammal. Kérlek, ne tegyél |megjegyzéseket arra, ha suta vagyok, vagy ha megváltozott a testalkatom.” |

□ GYEREKÁLLÍTÁS

| „Néha azért nem akarok iskolába menni reggel, mert úgy érzem, nincs |
| egyetlen igaz barátom sem az osztályban. A magány a folyosón a legrosszabb érzés a
világon.. Segíts, hogy megtaláljam a helyem!”

| 📱 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Tudom, hogy sokat költesz a különóráimra és a felszerelésekre, és emiatt hálás vagyok. De
a legnagyobb ajándék nekem az lenne, |
| ha vasárnap délután csak leülnél mellém kártyázni vagy filmetnézni, és nem a suliról
beszelnénk.” || 🎯

GYEREKÁLLÍTÁS

| „Amikor a neten vagy a TikTokon látok dolgokat, amiket a többiek |küldenek, sokszor
megijedek vagy összezavarodom. Szeretném elmesélni neked, de félek, hogy ha megteszem,
azonnal elveszed a telefonomat.”

| 🌀 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Felsőben olyan sok tanár van, és mindegyik mást akar tőlem. Néha teljesen elveszítem a
fonalat, hogy kinél mi a szabály. Kérlek, ne |
| kérd számon rajtam a tökéletességet, én is csak most tanulom ezt a rendszert.”

| 🐾 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Néha eljátszom a keményet és a menőt az osztálytársaim előtt, mert |nem akarok lúzernek
tűnni. De amikor hazaérek, újra az a kisfiú |
| / kislány akarok lenni, akit megölelsz és betakarsz este.” |

| 🎯 GYEREKÁLLÍTÁS | „Ha kapsz egy értesítést a tanártól,
hogy rossz voltam az órán, kérlek, először engem hallgass meg, és ne kezdj el
azonnalkiabálni. Lehet, hogy csak igazságtalanság ért, vagy valakimás miatt vittük el a
balhét.”

| ⚓ GYEREKÁLLÍTÁS

| „Amikor azt látom, hogy te is stresszelsz a munkád vagy az élet miatt, én is szorongani
kezdek. Nekem az adja a legnagyobb erőt a |
| suliban, ha tudom, hogy te otthon nyugodt és erős vagy.” |

| 🌱 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Szeretném, ha megengedné, hogy magam válasszam meg a barátaimat, |
| még akkor is, ha neked nem szimpatikusak. Meg kell tanulnom a |
| saját bőrömmön tapasztalni, hogy ki a jó fej és ki nem az.” |

| 💡 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Néha azért nem írom meg a leckét, mert nem látom értelmét a tizenötödik ugyanolyan feladatnak. Olyan jó lenne, ha elmagyaráznád,

| hogy a valódi életben miért lesz hasznos az, amit most tanulok.” |

| 💬 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Nagyon rossz érzés, amikor a fejem felett megbeszéled a többi anyukával a WhatsApp csoportban az én dolgaimat. Úgy érzem, elárulsz, és nincs egy biztos pontom sem, ami csak az enyém.”

| 📖 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Ötödikben már nem akarom, hogy megpuszilj az iskola kapujában a többiek előtt, mert az ciki. De a sulis után, bent a kocsiban vagy otthon, a négy fal között nagyon is vágyom a szeretetedre.” |

| 🏠 GYEREKÁLLÍTÁS

| „Néha dühös vagyok a világra, és a legkisebb dologra is ordítással reagálok. Nem téged akarlak bántani, csak a bennem lévő feszültség olyan nagy, hogy nem tudom másképp kiengedni

| ☐ GYEREKÁLLÍTÁS

| „Amikor kijavítod a hibás házimat, mielőtt bevinném, úgy érzem, nem | bízol bennem. Engedd meg, hogy hibázzak, mert a saját hibáimból sokkal jobban tanulok, mint a te tökéletes megoldásaidból.”

| ❤️ GYEREKÁLLÍTÁS

||

„A legszebb mondat, amit egy nehéz ötödikes nap után mondhatsz nekem, nem az, hogy 'Hányast kaptál?', hanem az, hogy 'Örülök, hogy itthon vagy, hiányoztál.'” |

ÖTÖDIKES SZÜLŐI TÚLÉLŐKALAUZ

(avagy hogyan ne őszülj meg teljesen karácsonyig)

1. A Táská-Anomália

Hagyd, hogy ő pakoljon be. Igen, ott fogja hagyni a matekfüzetét. Igen, kapni fog egy fekete pontot. Nem, a rendőrség nem fog kijönni emiatt. A felejtés az önállóság legfőbb (és legfájdalmasabb) tanítómestere.

2. A CIA-módszer elengedése

A „Mi volt a suliban?” kérdésre a hivatalos ötödikes válasz: „Semmi”. Ne kezd el vallatni, mint egy titkosügynököt. Adj neki egy óra szabadidőt hazaérkezés után, és magától is el fogja mesélni, hogy ki kivel szakított a nagyszünetben.

3. Az „Ötös-Délibáb”

Ha az alsós kitűnő bizonyítvány után becsúszik egy hármás, ne hívd a mentőket. A felső tagozat egy másik galaxis. Az első félév a túlélésről és az akklimatizációról szól, nem a Nobel-díjról.

4. A Flegma-Zombi korszak

Ha a gyereked hirtelen szemforgatással, ajtócsapkodással és mély sóhajtásokkal kommunikál, ne aggódj: nem szállta meg az ördög. Ez csak a kamaszkor előszele. Nem téged utál, csak épp átépítés alatt áll az agya.

5. A „Viber-Veszélyhelyzet”

Az ötödikes drámák 90%-a délután 4 és este 8 között zajlik az osztály WhatsApp vagy Viber csoportjában. Ha jól akarsz a családi békének, este 7 után zárd el a telefont a nukleáris hulladéktárolóba.

6. A „Nem-vagyok-Einstein” mentesség

Ha nem érted a felsős természetismeretet vagy a törtéket, ne ess pánikba. Te már leérettségiztél, neked ezt nem kell újra megcsinálnod. Ha elakad, ne te írd meg helyette a leckét, inkább küldd oda hozzám másnap.

7. A Büszkeség és Balítélet

Ne hasonlítsd a gyereket a szomszéd tökéletes Petikéjéhez, aki állítólag már folyékonyan beszél arabul és szabadidejében hegedül. Petike anyukája valószínűleg hazudik.

8. A konyhai béke szentsége

A vacsoraasztalnál tilos a „Hányast kaptál?” és a „Beírtak?” kezdetű mondatok használata. Az otthon legyen a béke szigete, ahol a gyerek akkor is ehét rántott húst, ha aznap épp romba döntötte a történelem oktatást.

9. A „Pletyka-Stop”

Ha a gyerek otthon azt meséli, hogy a földrajztanár egy sárkány, aki tüzet okád, kérlek, felezd el a történetet. A gyerekek mesés forgatókönyvírók. Ha valami gyanús, keress meg engem privátban, mielőtt fáklyákkal kivonulnátok az iskolához.

10. A „Bunker-effektus”

Ha a gyerek hazaér, bezárkózik a szobájába, és csak az etetési időben merészkedik elő, ne vedd zokon. Nem téged rekeszt ki, csak az iskolai zaj és a szaktanári elvárások után az agyának szüksége van egy csendes magáncellára az újjáépüléshez.

11. Az aszimmetrikus növekedés rejtélye

Ha a gyereked hirtelen kétszer akkora lábon él, mint múlt hónapban, folyamatosan leveri a poharakat, és úgy mozog, mint egy koordinálatlan kiscsikó, ne szidd meg. Nem béna, csak a végtagjai gyorsabban nőnek, mint ahogy az agya le tudná követni.

12. A füzet-kaméleon jelenség

Ötödikben a füzeteknek és tollaknak lába kél. El fognak tűnni, majd három hét múlva előkerülnek a padtárs táskájából vagy a radiátor mögül. Ne vegyél méregdrága dizájner tolltartót, a sima fa ceruza pontosan ugyanolyan jól el tud veszni.

13. A „Délutáni Lassított Felvétel”

A házi feladat megírása, ami alsóban 20 perc volt, most 3 óráig is eltarthat. Nem azért, mert nehéz, hanem mert egy vonal meghúzása és a rádiózás között a gyerek képes 40 percig bámulni egy porszemet. Lélegezz mélyen, ez a figyelem átrendeződése.

14. A „Tanár néni kedvence” mítosz dőlése

Felsőben nincs egyetlen mindentudó tanító néni, akinek a kegyeit lehet keresni. Sok szaktanár van, sokféle stílussal. Ne akard, hogy mindegyik tanár imádja a gyerekedet; elég, ha kölcsönösen tisztelik egymást.

15. A Testnevelés-Sokk

A heti öt tesi óra és a vándorlás miatt a tornazsák tartalma péntekre egy önálló életre kelt biológiai fegyverre fog hasonlítani. Vezess be kötelező hétvégi fertőtlenítési protokollt otthon, mielőtt a szag átveszi az uralmat a lakás felett.

16. Az e-napló függőség

Ne frissítsd az e-naplót tízpercenként, mint a tőzsdeárfolyamokat. Ha a gyerek kap egy egyest, a rendszer nem fog felrobbanni. Várj estig a beszélgetéssel, a tanár sem szereti, ha azonnal felhívod a jegy beírása utáni pillanatban.

17. A „Titkok Kamrája”

El kell fogadnod, hogy a gyerekednek lesznek olyan titkai (ki tetszik neki, ki a legjobb barátja), amiket már nem oszt meg veled. Ez nem a szeretet hiánya, hanem az önálló magánélet kezdete. Ne nyomozz utána, ha nem muszáj.

18. A Menzás Rejtély

A gyerek otthon esküözni fog, hogy a menzán felszolgált étel ehetetlen, és ő éhen hal. Ennek ellenére a büfében vásárolt három darab chipset és a cukros üdítőt gond nélkül elfogyasztja. Ne ess kétségbe, a kamaszok túlélési ösztöne erősebb, mint hinnéd.

19. A „Ki az a felnőtt itt?” pillanat

Lesznek napok, amikor a gyerek logikusabban és érettebben érvel majd egy családi vitában, mint te magad. Ne fojtsd belé a szót a „mert én azt mondtam” kártyával. Örülj neki: a kritikus gondolkodás az intelligencia jele.

20. A „Rossz szülő vagyok” klub

Ha péntek este úgy érzed, hogy teljesen elbuktál mint szülő, gratulálok, hivatalosan is tagja vagy az Ötödikes Szülők Klubjának! Igyál egy teát (vagy egy pohár bort), lélegezz mélyet: hétfőn újra próbálkozhatasz.