



**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 22 IM. JANA STEFANA DWORAKA
W RUDZIE ŚLĄSKIEJ**

JAK ZORGANIZOWAĆ DZIECIOM WARUNKI DO NAUKI W DOMU?

Drodzy rodzice i opiekunowie,

Wasze dzieci potrzebują Waszej pomocy i wsparcia, aby właściwie spożytkować czas, jaki obecnie spędzają w domu. Każde dziecko chce się rozwijać, być dobre i osiągać sukcesy – a to wymaga pewnego wysiłku i systematyczności.

1. Zorganizujcie czas na naukę

Zapewnij dziecku w miarę możliwości stałe godziny do codziennej nauki. Pamiętaj, że między 09:00-12:00 mózg dziecka i nastolatka jest najbardziej wydajny. Warto dzień wcześniej wspólnie z dzieckiem przygotować listę zadań na kolejny dzień. Czas nauki powinien być również określony tak, aby dziecko wiedziało, że po skończonej nauce przyjdzie czas na odpoczynek i zabawę.

2. Przygotujcie miejsce do nauki

Miejsce do nauki powinno być wydzieloną i uprzątniętą przestrzenią. Przed rozpoczęciem zdalnej nauki upewnij się, że w otoczeniu dziecka nie znajdują się żadne dodatkowe rozpraszacze.

3. Pamiętajcie o przerwach

Przerwy w nauce są niezwykle istotne aby trzymać efektywność i koncentrację. Warto wypróbować technikę "Pomodoro":

- 25 minut koncentracji, 5 minut przerwy
- powtarzaj ten cykl trzy razy, następnie 20 minut przerwy
- po 20 minutach przerwy, zakończcie 25 minutami nauki

4. Pomagaj, ale nie wyręczaj

Pomagaj dziecku w nauce kiedy Cię o to poprosi, ale nie wyręczaj go. Zamiast podawać gotowe odpowiedzi, staraj się nakierować dziecko na rozwiązanie zadania. Warto pamiętać, że wyręczanie dzieci wzmaga przemęczenie i frustrację rodzica, a dziecku nie przynosi wymiernych efektów.



SZKOŁA PODSTAWOWA NR 22 IM. JANA STEFANA DWORAKA
W RUDZIE ŚLĄSKIEJ

JAK MOTYWOWAĆ I WSPIERAĆ DZIECI W SYSTEMATYCZNEJ NAUCE POZA SZKOŁĄ?

1. Wykorzystuj kreatywne metody

Spróbuj pokazać dziecku kreatywne metody uczenia się np.: podkreślanie kolorowymi flamastrami, tworzenie ramek, map myśli, skojarzeń rymowanek, fiszek itp. (w internecie znajdziesz wiele metod ułatwiających efektywną naukę).

2. Nadzoruj

Kontroluj postępy dziecka. Sprawdzaj czego się nauczyło poprzez zadawanie pytań do wykonanego zadania. Odpytywanie można zmienić w ciekawą formę wspólnego spędzania czasu.

3. Doceniaj

Do nauki motywuje pozytywna ocena efektów własnej pracy. Podkreślaj nawet najmniejsze osiągnięcia dziecka, a oczekiwania dostosuj do jego możliwości. Unikaj krytykowania dziecka oraz porównywania go np. z rodzeństwem czy rówieśnikami. Warto doceniać nie tylko końcowy efekt pracy, ale również wysiłek jaki dziecko wkłada w proces uczenia się.

5. Przedstawiaj korzyści

Przedstawiaj dziecku korzyści płynące z nauki, tłumacz w jaki sposób może wykorzystać zdobytą wiedzę w przyszłości oraz w codziennym życiu, np. dziecko które nauczyło się obliczać pole prostokąta poproś o obliczenie wykładziny jaką w najbliższym czasie być może zakupisz do pokoju. Podkreśl, że nauka i praca wykonana zdalnie, przyniesie dziecku korzyści i efekty po powrocie do szkoły.

6. Podkreślaj postępy

Uwidaczniaj sukcesy dziecka. Możesz zawiesić na lodówce kartkę zatytułowaną "Co już wiem" i codziennie po skończonej nauce zapisujcie tam nawet najmniejsze sukcesy, np. jeśli dziecko uczyli się historii, zapiszecie tam daty, które dziecko zapamiętało, nawet jeśli miałyby to być tylko dwie daty. Z każdym dniem lista będzie się zapełniać.