

## **Drodzy Rodzice,**

*Ze względu na obecny nietypowy styl pracy szkoły i nauki Państwa dzieci, chcielibyśmy zaproponować garść porad, jak sobie radzić i wspierać dziecko w tym okresie. Ważnymi tematami jest organizacja przestrzeni/warunków do nauki dziecka w domu, a także motywowanie go do systematycznej nauki poza szkołą. Ponieważ dzieci przebywają obecnie głównie w domu (i bardzo dobrze! 😊), co może prowadzić do zwiększenia ilości czasu spędzanego przed komputerem, warto poruszyć również temat ich bezpieczeństwa w Internecie.*

*Oczywiście do tej pory dzieci odrabiały zadania domowe i uczyły się w domu, ale wydaje się jednak, że podsumować w jakich warunkach nauka jest najefektywniejsza:*

### **JAK ZORGANIZOWAĆ DZIECKU WARUNKI DO NAUKI W DOMU?**

1. Jeśli dziecko ma swój pokój – nie ma problemu, lecz jeśli nie, należy zadbać, by miało swój kącik do nauki, najlepiej z własnym biurkiem i krzesłem przystosowanym do jego wzrostu.
2. Dobrze byłoby, gdyby miejsce pracy miało dostęp do naturalnego światła (okno w pobliżu). Natomiast światło sztuczne nie może być zbyt słabe, ale też zbyt jaskrawe. Ważne jest też, by światło padało z lewej strony gdy dziecko jest praworęczne, a z prawej gdy dziecko jest leworęczne.
3. W pokoju nie może być duszno ani zbyt gorąco. Optymalna temperatura to ok. 20–21°C. Przed nauką oraz podczas przerw warto wywietrzyć pokój.
4. Na biurku powinien panować porządek. Znajdować się na nim powinny tylko rzeczy aktualnie potrzebne do nauki: zeszyty i książki do danego przedmiotu oraz przybory do pisania.
5. **Zanim dziecko zasiądzie do pracy, warto zadbać, by nic go nie rozpraszało: wyłączyć telewizor, radio, zamknąć drzwi do pokoju, sprawdzić czy nie dochodzą do niego dźwięki/hałasy z innych pomieszczeń, np. odgłosy świetnie bawiącego się rodzeństwa. Trzeba dopilnować, aby w zasięgu wzroku nie było żadnych zabawek, telefonu komórkowego ani komputera (chyba, że dziecko używa go – pod Twoją kontrolą Rodzicu! – do nauki). Im mniej będzie dookoła rozpraszających bodźców, tym lepiej. Dla dzieci, które mają trudności z koncentracją jest to ważny krok do sukcesu w nauce.**
6. W pomieszczeniu w którym dziecko się uczy powinna panować CISZA. Gdy dziecko pracuje, nic nie powinno mu przeszkadzać. Zatem niekiedy trzeba dopilnować, by nie robiło tego np. młodsze rodzeństwo.
7. Co jakiś czas warto dyskretnie sprawdzić, czy dziecko rzeczywiście się uczy, zwłaszcza jeśli w jego miejscu pracy stoi komputer lub pod ręką ma telefon komórkowy. Można też przy okazji zapytać, czy nie potrzebuje naszej pomocy.

### **JAK MOTYWOWAĆ DZIECKO DO SYSTEMATYCZNEJ NAUKI POZA SZKOŁĄ?**

1. Po pierwsze, rytm dnia!

Chociaż Państwa dziecko nie chodzi do szkoły, warto zachować rytm dnia. Dobrze byłoby gdyby wstawało o stałej porze (może być trochę później niż do szkoły), jadło śniadanie i siadało do nauki. Dobrym pomysłem jest również, aby dziecko realizowało te przedmioty, z których lekcje miałoby w danym dniu w szkole. Pozwala to na zachowanie nie tylko rytmu dnia, ale i tygodnia. Ponieważ dzieci

przyzwyczajają się do pewnego schematu zajęć, pozytywnym jest kontynuowanie go nawet jeśli lekcje nie są realizowane w szkole. Po południu jest czas na odpoczynek i rozrywkę, a także spędzanie czasu w rodzinnym gronie 😊

## 2. Przerwy!

Podobnie jak jest to w szkole, dziecko nie powinno uczyć się *non stop*. Należy zaplanować 10-15 minutowe przerwy w nauce, np. oddzielające realizację materiału z różnych przedmiotów. Co istotne, przerwy te nie powinny być wykorzystywane na korzystanie z Internetu (ani na komputerze, ani na telefonie komórkowym), ani inne bardzo wciągające czynności, od których trudno będzie dziecko oderwać! Może ono coś zjeść, pobawić się, wykonać kilka ćwiczeń, wyjść na balkon lub do ogródka, może warto pomyśleć również o wspólnym spacerze (pamiętajmy tylko by odbywał się on z dala od skupisk ludzkich!).

## 3. Kontrola...

Niektóre dzieci same będą pilnowały, aby zrealizować cały zadany przez nauczyciela materiał i go powtórzyć. Nie oszukujmy się jednak – większość wymaga kontroli z Państwa strony! Zatem po zakończeniu nauki warto przejrzeć zeszyty czy ćwiczenia dziecka i porównać to, co zrealizowało z wymaganiami nauczyciela. Więcej!, dobrze byłoby porozmawiać z dzieckiem o tym, czego się dziś nauczyło, przepytać ze zrealizowanego materiału albo – jeszcze lepiej – pozwolić dziecku pouczyć nas o tym czego samo się nauczyło. Nie od dziś wiadomo, że aby zapamiętać materiał najlepiej jest wytłumaczyć go komuś innemu! 😊 Dodatkowo formą nagrody dla dziecka jest to, że uczy rodzica czegoś, czego być może wcześniej nie wiedział („Dziękuję, że mi to powiedziałeś/powiedziałaś.”, „To bardzo ciekawe, co mówisz”).

## 4. Houston, mamy problem... potrzebujemy wsparcia!

Nauka bez nauczyciela, którego można poprosić o dodatkowe wyjaśnienie, może być trudna. Obecnie to Państwo – Rodzice jesteście dodatkowymi nauczycielami swoich dzieci. W miarę swoich możliwości, postarajcie się wesprzeć je w przyswajaniu nowej wiedzy. Bądźcie gotowi do pomocy, jeśli dziecko jej potrzebuje. Nie naciskajcie jednak, jeśli o nią nie prosi. Czasem lepiej je zostawić, by rozwiązało problem samodzielnie. Nie jest jednak dobrze, gdy dziecko ma poczucie że zostało samo ze swoimi szkolnymi problemami. Ważne, by miało poczucie, że jest przy nim wspierający je dorosły i w razie potrzeby poświęci mu 100 % swojej uwagi.

## 5. Pochwały? Koniecznie!

Jednym z najlepszych motywatorów w jakiegokolwiek pracy jest **POCHWAŁA!** Czy nam dorosłym nie pracuje się lepiej, kiedy szef nas pochwali za dobrze wykonaną pracę? Dzieci mają tak samo ze swoją pracą – czyli **NAUKĄ**. W związku z tym, zalecamy każdego dnia znaleźć przynajmniej jedną (najlepiej więcej) rzeczy, które dziecko wykonało bardzo dobrze i zwrócić na to swoją i jego uwagę. Warto również doceniać wkładany wysiłek (bez względu na jego skutek). Uwierzcie, chwalenie dziecka, jest jak podlewanie kwiatu – nie trzeba długo czekać, aby rozkwitł! 😊

## 6. Dobry przykład!

Na motywację dziecka do nauki w dużej mierze wpływa nastawienie rodziców do szkoły i edukacji. Im więcej **RODZICE** sami się uczą, czytają, a także im bardziej

wspierają dziecko w nauce, tym lepsza jest atmosfera do uczenia się, i tym chętniej i naturalniej (bez zmuszania) dziecko się uczy. Przykład zawsze idzie z góry! 😊

## JAK ZADBAĆ O BEZPIECZEŃSTWO W SIECI?

Na ten temat naprawdę wiele można znaleźć... w Internecie! W związku z czym my mamy dziś tylko trzy rady:

1. **Rodzicu, rozmawiaj ze swoim dzieckiem o zagrożeniach związanych z korzystaniem z Internetu!** Wytłumacz mu, jak powinno chronić swoją prywatność, że nie każdej osobie poznanej w sieci warto ufać itp.
2. **Ogranicz czas, jaki Twoje dziecko spędza w sieci (przed komputerem lub z telefonem komórkowym w ręce)!** Może warto odkurzyć gry planszowe albo puzzle, a także poszukać ciekawych książek dla dzieci i młodzieży. Jak najwięcej czasu spędzaj na wspólnych aktywnościach z dzieckiem.
3. **Dbaj o swoje relacje z dzieckiem!** To, co najbardziej chroni dzieci i młodzież przed zagrożeniami związanymi z Internetem to... **DOBRA RELACJA Z RODZICAMI!** Warto rozmawiać z dziećmi o ich życiu, marzeniach, smutkach czy lękach. Wtedy w razie trudności (również tych związanych z wirtualnym życiem naszych pociech), dziecko z pewnością powie Ci o nich i poprosi o pomoc.

*Mamy nadzieję, że tych kilka rad, pomoże Państwu – Rodzice naszych uczniów wspierać i rozwijać Wasze dzieci w czasie, w którym my – pracownicy szkoły mamy bardzo ograniczony z nimi kontakt.*

*W razie potrzeby rozmowy, wsparcia, wyjaśnienia... zapraszamy do kontaktowania się z nami 😊*

*mgr Katarzyna Kucharczyk – pedagog: tel. 660 534 685*

*dr Joanna Ossowska – psycholog: Skype – darkioss84*