

Szanowni Państwo!

Mając na uwadze obecny czas nauki dzieci w domu, by zmotywować je do pracy przesyłamy Państwu poradnik jak zorganizować dzieciom warunki do nauki w domu, jak motywować i wspierać dziecko do systematycznego uczenia się oraz jak zadbać o bezpieczeństwo w sieci.

ORGANIZACJA PRACY

Miejsce pracy dziecka ma duże znaczenie, gdyż jest istotnym warunkiem efektywnej nauki. Warto zadbać o wygodną pozycję przy biurku, systematyczne wietrzenie pokoju oraz ograniczyć dostęp do takich „rozpraszaczy”, jak telewizor czy telefon. Jeżeli nauka odbywa się z wykorzystaniem komputera, powinniśmy zadbać o to, żeby dziecko mogło z niego skorzystać (ustalić czas dla każdego dziecka). W przypadku, gdy w domu uczy się więcej dzieci dobrze jest wprowadzić zasadę, że wszystkie dzieci uczą się w tym samym czasie.

REGUŁY UŁATWIAJĄCE NAUKĘ I PRACĘ:

- Dziecko odrabia lekcje samodzielnie w czasie, który jest dla niego dogodny.
- Oglądanie telewizji czy słuchanie radia jest zabronione podczas odrabiania lekcji.
- Kartki z pracą domową są wkładane do segregatora czy teczki lub wykonywane w zeszyte przedmiotowym.
- Po odrobieniu lekcji wszystkie przybory wracają na swoje miejsce.
- Ustalmy z dzieckiem określony porządek materiałów do nauki poszczególnych przedmiotów.
- Uczyć dziecko przez zabawę, wykorzystywać wiedzę w praktyce, np. słówka z języka obcego do nazywania jedzenia, przeliczanie porcji przy robieniu ciasteczek, ćwiczenia sprawnościowe i palców przy sprzątaniu, lepieniu, wieszaniu prania itp.

ROLA PRZERW W NAUCE

Częste przerwy w nauce są niezmiernie ważne dla podtrzymania odpowiedniej koncentracji. Osoby zdekoncentrowane działają nieefektywnie. W szkole przerwy między lekcjami odbywają się co 45 minut. W tym czasie uczniowie wybiegają z klasy, gdyż jedną z lepszych form wypoczynku jest robienie czegoś przeciwnego niż to, co spowodowało zmęczenie (por.

Rudniański, 1968). Na lekcję wracają z nową energią, chociaż zasadniczo nie zawsze mają poczucie, że przerwa trwała wystarczająco długo. Prof. Ziemowit Włodarski (1996) w zakresie nauki radzi:

- Nie należy uczyć się obszerniejszych materiałów w sposób skomasowany.
- Im dłuższy i trudniejszy jest materiał, tym więcej powinno być seansów uczenia się, rozłożonych w czasie.
- Im trudniejszy jest materiał, tym krótsze powinny być przerwy.
- Im bardziej zwarta jest struktura materiału, tym dłuższe mogą być przerwy.
- Im dłużej trwa uczenie się, tym większa powinna być następująca po nim przerwa (ograniczeniem tego postulatu jest zależność długości przerw od stadium uczenia się).
- W początkowym stadium uczenia się pożądane jest, żeby pierwszy seans był długi, a przerwa po nim krótka (zapamiętywanie); następne seanse uczenia się mogą być krótsze, przerwy dłuższe (utrwalanie).
- W uczeniu się młodszych dzieci pożądane są krótsze seanse i krótsze przerwy.
- Osoby szybciej zapominające powinny stosować krótsze przerwy

„Zdolność zapamiętywania materiału spada po 30 minutach uczenia się” (Tubaj, 2004), dlatego pojedyncze sesje nauki nie powinny być zbyt długie, gdyż umysł potrzebuje wypoczynku. Po 30 minutach nauki wystarczy 5-minutowa przerwa, która przywróci początkowy stan koncentracji, po 2 godzinach nauki wskazana jest przerwa 15-20 minutowa, po 3 godzinach konieczny jest już 60-90 minutowy wypoczynek.

DOBRA ORGANIZACJA CZASU NAUKI

To, co pomaga dziecku zmobilizować się do pracy, to dobra organizacja czasu nauki. Poprzez takie czynniki pomożemy dziecku zabrać się do lekcji:

- odrabianie ich o stałej porze
- w miejscu, gdzie jest cicho i spokojnie, gdzie dziecko może się skoncentrować i nic go nie rozprasza
- przed przystąpieniem do nauki dobrze jest przygotować wszystkie potrzebne pomoce tak aby później nie przerywać pracy

- najlepsze godziny do pracy to godziny poranne

SYSTEMATYCZNOŚĆ

Gdy dziecko nie wie jak zabrać się do nauki podpowiedzmy mu, co może zrobić, aby wykorzystać czas przeznaczony na naukę w sposób jak najbardziej efektywny. Osiągniemy to dzięki:

- rozkładaniu nauki w czasie – wówczas dziecko przekonuje się, że wystarczy każdego dnia opracować jeden czy dwa tematy, aby skutecznie opanować cały materiał.

NIE WYRĘCZAMY W ODRABIANIU LEKCJI

Kiedy dziecko prosi o pomoc, mimo, że to wymaga od nas poświęcenia mu dużo więcej czasu, nie podawajmy mu gotowych rozwiązań, ale jedynie na nie naprowadźmy, udzielmy wskazówek, wyjaśnijmy wątpliwości. Zachęćmy ucznia do samodzielności, samodzielnie rozwiązane zadanie może dostarczyć dziecku dużej satysfakcji, wzmacnia w nim również poczucie, że jest w stanie poradzić sobie z trudnościami.

UCZEŃ POSIADAJĄCY WIARĘ W SWOJE SIŁY NIE ZRAŻA SIĘ NIEPOWODZENIAMI, A STAWIANE PRZED NIM ZADANIA TRAKTYJE NIE JAK UCIAŻLIWE OBOWIĄZKI, ALE JAK PRZYJEMNE WYZWANIE, KTÓREMU JEST W STANIE SPROSTAĆ.

TECHNIKI UŁATWIAJĄCE ZAPAMIĘTYWANIE

W nauce warto stosować różnego rodzaju techniki ułatwiające zapamiętywanie:

- stosowanie akronimów
- notatki z wykorzystaniem różnych kolorów, podkreśleń i rysunków
- nauczanie i odnoszenie się do skojarzeń
- robienie wykresów

To wszystko może pomóc dziecku lepiej i bardziej trwale opanować materiał!

POZYTYWNA OCENA REZULTATÓW WŁASNEJ PRACY

Każdy z nas lubi, gdy jego starania są doceniane:

- pamiętajmy więc, aby zauważać nawet niewielkie osiągnięcia dziecka i aby chwalić je nawet za drobne postępy i nie skupiać się jedynie na niepowodzeniach dziecka
- nie stawiamy dziecku zbyt wygórowanych wymagań, swoje oczekiwania dostosujemy do jego możliwości
- warto doceniać również wysiłek wkładany w proces uczenia się, a nie tylko uzyskanie pozytywnej oceny
- należy chwalić konkretne osiągnięcie czy zachowanie dziecka

NA ZAKOŃCZENIE:

Konsekwentnie przestrzegajmy tego, żeby dziecko realizowało ustalony plan dnia.

BEZPIECZEŃSTWO W SIECI

<https://akademia.nask.pl/pliki/2-jak-zapewnic-dzieciom-bezpieczenstwo-w-interecie-poradnik-dla-rodzicow.pdf>

<https://www.saferinternet.pl/menu/materialy-edukacyjne/materialy-multimedialne/owce-w-sieci.html>

<https://www.saferinternet.pl/materialy-edukacyjne/poradniki-i-broszury/0.html>

<https://www.ore.edu.pl/2015/03/bezpieczenstwo-w-sieci/>

Opracowały:

Marta Piątek – pedagog szkolny

Ilona Jałocha – psycholog szkolny