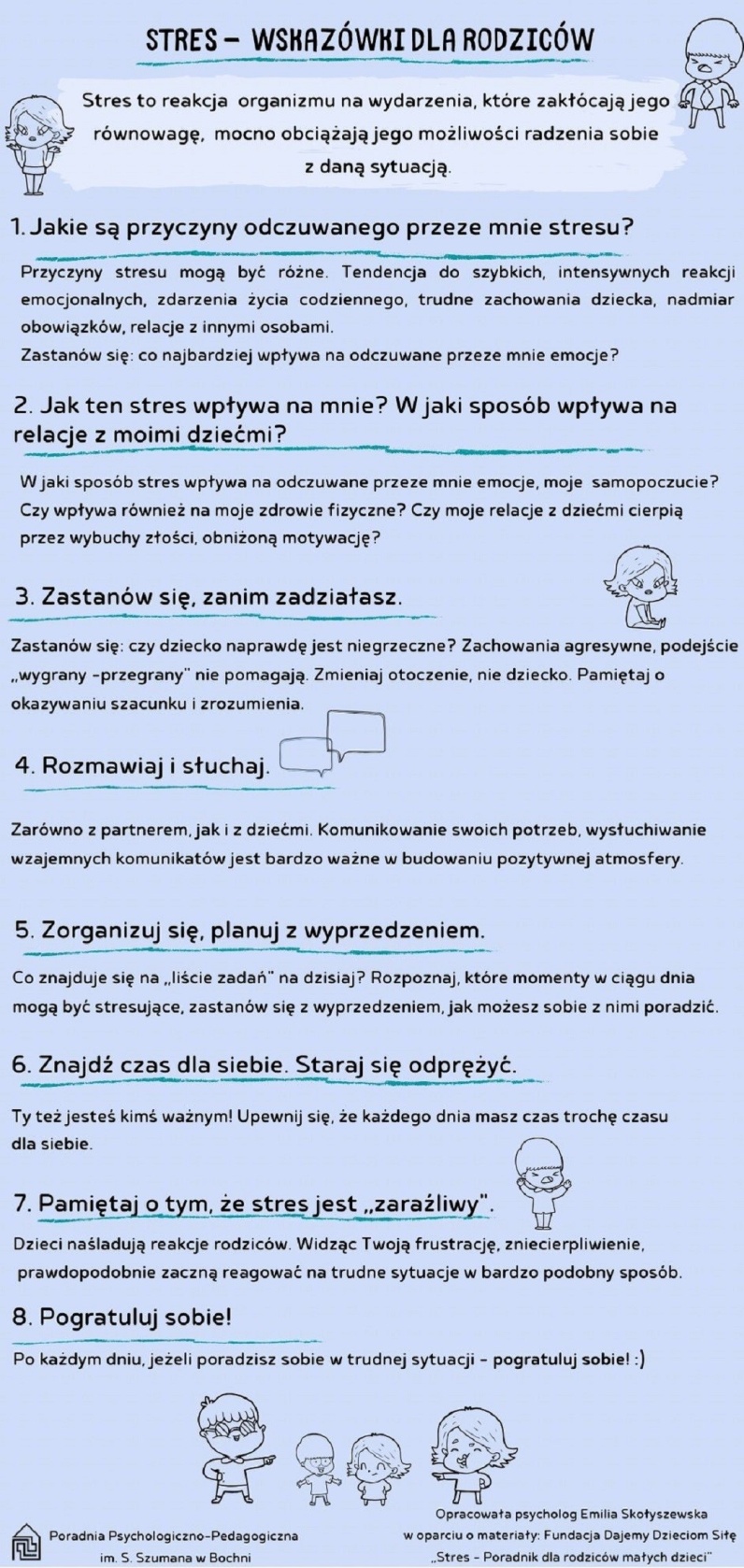
**Jak pomóc dzieciom w nauce domowej** **– wskazówki dla rodziców.**

Drodzy Rodzice zdaję sobie sprawę, ile trudu wkładacie w wychowanie i edukację swoich dzieci, szczególnie teraz kiedy wielu z Was łączy swoją pracę zawodową ze wsparciem dzieci w zdalnej nauce. Dlatego w tym czasie wszystkim jest potrzebna cierpliwość i wyrozumiałość. Ważne, aby dorośli zachowali spokój.

Poniżej znajduje się kilka prostych wskazówek.



Pamiętajmy, że dzieciom też nie jest łatwo i z pewnością chętnie wróciłyby do tradycyjnego sposobu nauki.



Warto mieć na uwadze, w jaki sposób się zwracamy do naszych dzieci. Dzięki temu możemy skutecznie budować pozytywne relacje w rodzinie.

|  |
| --- |
| RZECZY, KTÓRE WARTO MÓWIĆ SWOIM DZIECIOM. |
| 1. Dziękuję, że mi pomogłeś ☺ Świetnie to zrobiłeś. |
| 1. Świetnie sobie poradziłeś. |
| 1. Możesz mi doradzić? Co o tym myślisz? |
| 1. Powinieneś być z siebie dumny. Widać, że bardzo się starałeś. |
| 1. Widziałam jak cierpliwy byłeś podczas zabawy z rodzeństwem. |
| 1. Ależ jesteś wytrwały. Widać, że Ci zależy. |
| 1. Jestem wdzięczna Ci za pomoc. Zapracowałeś na taki efekt. Kawał dobrej roboty! |
| 1. Jesteśmy świetnym zespołem. |
| 1. Świetny pomysł. |
| 1. Ufam Ci, wiem, że dobrze to zrobisz. |
| 1. Dziękuję, że jesteś. Kocham Cię ☺ |

Kształcenie na odległość wymaga wykorzystania nowych technologii, jednak musimy pamiętać, że może powodować to nowe zagrożenia. Długie przebywanie przy komputerze oraz korzystanie z zasobów Internetu może wpływać na aktualne zachowanie, samopoczucie, a także stwarzać sytuacje, w których dziecko ma kontakt z pornografią, treściami prezentującymi przemoc, okrucieństwo, zachowania autodestrukcyjne.

**Wskazówki dla rodziców**

ZAPLANUJ NAUKĘ!

* Planuj z dzieckiem stały czas na naukę, odpoczynek i zabawę. Pamiętaj, że mózg najlepiej pracuje do godz.12.00, gdy jest wypoczęty. Przygotuj wcześniej wszystkie niezbędne przybory i materiały. Pomóż dziecku rozplanować zadania.



BHP PRACY ON-LINE

* Zadbaj o właściwą pozycję dziecka podczas pracy przy komputerze. Zadbaj o świeże powietrze i stałe miejsce do nauki, wyłącz radio i TV, Ogranicz rozpraszacze.



GDY DZIECKO NIE CHCE SIĘ UCZYĆ

* Nie karz – kary to nie jest sposób na motywację. Nagradzaj – stwórz z dzieckiem system motywacyjny. Nagradzaj nie same wyniki, ale przede wszystkim, poświęcony czas i wysiłek. Doceniaj samodzielność, zaangażowanie i chęci. Nie odrabiaj pracy

za dziecko! Pomagaj, bądź w pobliżu gdy tego potrzebuje. Znajdź realne powody (przynajmniej 3), za które możesz pochwiać dziecko – to najlepsza zachęta. Chwalmy konkretne działanie, zachowanie. Po każdym zadaniu, wymagającym wysiłku, zaplanuj razem z dzieckiem odpoczynek i przyjemną aktywność.

DROGI RODZICU

* W pierwszej kolejności zadbaj o siebie! Twój spokój, racjonalne podejście do problemu jest gwarantem dobrego samopoczucia Twojego dziecka! Pomagaj, ale nie wyręczaj! Ustal z dzieckiem nowe zasady na ten wyjątkowy czas. Pamiętaj! Zasady, powtarzalność i granice dają poczucie bezpieczeństwa. Bądź blisko, dawaj wsparcie!

NAJLEPSZE SPOSOBY NA EFEKTYWNE UCZENIE :

CO SPRZYJA NAUCE?

* Dobre nastawienie.
* Ruch.
* Odpoczynek, relaksująca przerwa po wysiłku umysłowym.
* Systematyczność -30 min. Codziennie zdziałają więcej, niż kilka godzin raz

w tygodniu.

* Wyobraźnia: Bądź kreatywnym rodzicem, Pokaż dziecku, że nauka może być świetną zabawą, angażującą cała rodzinę, rówieśników. Aby lepiej przyswoić materiał, można stworzyć grę np. państwa miasta, kalambury, plakat, a nawet piosenkę, Pomysłowe aktywności sprzyjają zapamiętywaniu!

SKUTECZNE TECHNIKI UCZENIA

* Po pierwsze powtarzanie i jeszcze raz powtarzanie.
* Robienie kolorowych notatek, wykresów rysunków i ilustracji.
* Jednokrotne przeczytanie, następnie zrobienie notatki.
* Rozpoczynanie od tego, co najtrudniejsze lub najbardziej nudne nielubiane.
* Przeplatanie dziedzin nauki.
* Tworzenie map myśli.

ZMYSŁY NA START

* Niezależnie czy jesteśmy wzrokowcami, słuchowcami, ,czy kinestetykami, gdy połączymy kanały sensoryczne: Wzrok + słuch + działanie = 90%sukcesu

Pokażmy dzieciom możliwości kreatywnej nauki, odkrywajmy z nimi serwisy naukowe, filmy, gry i edukacyjne aplikacje. Być może dzieci skorzystają przy tej okazji bardziej niż podczas przerabiania kolejnego działu z podręcznika. Budujmy pozytywny obraz szkoły

i uczenia się!