

Jak motywować i wspierać dziecko do systematycznego uczenia się poza szkołą? Jak zorganizować warunki do nauki w domu?

Drogi Rodzicu, w procesie uczenia się motywacja odgrywa dużą rolę, jest siłą pobudzającą do zdobywania wiedzy i nowych umiejętności. Jak wesprzeć dziecko w nauce w zaciszu domowym? Jak nauczyć systematyczności i pomóc w pokonywaniu trudności? Oto kilka praktycznych wskazówek.

Krok 1. Wspólnie zaplanujcie dzień.

- Ustal z dzieckiem pewien rytm dnia. Bez twojej pomocy dziecko szybko się zniechęci, gdyż nie poradzi sobie z organizacją czasu. Zwróć uwagę na racjonalny podział czasu, którego największą część należy przeznaczyć na naukę i odrabianie lekcji, następną na zajęcia gospodarcze i wreszcie na inne zajęcia dowolne, związane z zainteresowaniami dziecka.
- Postaraj się, by dziecko rozwiązywało zadania w dniu, w którym zostały zadane.

Krok 2. Zadbaj o porządek i brak rozpraszaczy.

- Dziecko powinno mieć w domu stałe miejsce do nauki – najlepiej, jeżeli będzie to własny pokój i własne biurko. Jeżeli w domu jest kilkoro dzieci do jednego biurka, należy ustalić godziny pracy.
- Na czas nauki i odrabiania zadań wyłącz telewizor i muzykę. Uważaj również, by samemu nie rozpraszać dziecka np. dopytując je, co będzie jadło na kolację.
- Zadbajcie o porządek na biurku. Pamiętaj również, by biurko było dostosowane do wzrostu dziecka. Zbyt niskie będzie wywoływało garbienie, a stąd już krótka droga do wad postawy oraz spadku koncentracji – przez ograniczone krążenie.
- Światło powinno padać od strony lewej lub z prawej, w zależności od tego, czy dziecko jest prawo czy leworęczne.
- Coraz więcej dzieci korzysta ze smartfonów i telefonów komórkowych. Jeśli Twoja pociecha również go posiada, niech na czas nauki wyłączy dźwięk, a sam telefon odłoży gdzieś dalej. Dzięki temu nie będzie kusiła go chęć sprawdzenia Facebooka czy odpisania na smsa.

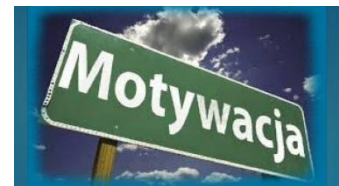
Krok 3. Naucz dziecko robić przerwy.

- Gdy widzisz pojawiające się u dziecka zniechęcenie lub frustrację, zróbcie krótką przerwę. Od najmłodszych lat ucz dziecko przeplatać naukę aktywnym odpoczynkiem. Pamiętaj, że proces utrwalenia wiedzy oraz analizy postawionych przed mózgiem problemów zachodzi w momencie odprężenia.
- Pamiętaj, że długość sesji nauki powinna zależeć od wieku dziecka. Nie powinny one jednak nigdy przekroczyć 45 minut.

Krok 4. Zadbaj o zdrowie i kondycję swojego dziecka.

- Nie zapomnij o diecie dla umysłu i zdrowych przekąskach. Ciężki obiad z pewnością nie służy nauce, za to garść bakalii czy sałatka warzywna będzie doskonałą przekąską przed nauką oraz w przerwie pomiędzy zadaniami.
- Przed nauką przewietrz pokój, a jeśli pogoda na to pozwala, pozostaw otwarte okno. Dotlenienie mózgu jest kluczowe w pracy umysłowej, a poza tym, jak pokazują badania, niższa temperatura sprzyja koncentracji.
- Zadbaj o długość i jakość snu dziecka. Pamiętaj, że dziecko potrzebuje większej ilości snu niż osoba dorosła.

Krok 5. Zadbaj o właściwe podejście i motywację do nauki.



- Dbaj o to, by dziecko nie uczyło się wyłącznie na sprawdziany. Jego przyszła wiedza i umiejętności, oceniane przez pracodawców, będą wynikać z tego, czego się nauczyło i ile zapamiętało, a nie jakie miało oceny. Jeśli w szkole podstawowej będzie uczyło się dla ocen, to podobnie będzie i później.
- Nie rozwiązuj zadań za dziecko. To przynosi korzyść (oszczędność czasu i frustracji) tylko na krótką metę. W dłuższej perspektywie zaległości zaczną się nawarstwiać. Wspieraj, ale nie wyręczaj.
- Zachęcaj dziecko, by robiło więcej niż się od niego wymaga. Jeśli widzisz że „zaskoczyło”, niech rozwiąże jeszcze jeden przykład czy zadanie. Pomoże mu to nie tylko lepiej utrwalić wiedzę, lecz również podniesie jego pewność siebie.

- Oceniaj zachowanie dziecka, a nie je samo. Jeśli nie otrzyma pozytywnej oceny ze sprawdzianu, nie mów, że jest nieukiem. Zamiast tego powiedz, że chciałbyś, by następnym razem bardziej się postarało i wierzysz, że jest w stanie osiągnąć lepsze wyniki.
- Wskazuj dziecku zastosowania zdobywanej przez nie wiedzy. Podsuwaj pomysły, gdzie będzie mogło ją praktycznie wykorzystać. Interesuj się jego postępami.
- Nie porównuj swojego dziecka z rówieśnikami czy starszym rodzeństwem. Każde dziecko jest niepowtarzalne. Każde ma własne talenty, zdolności oraz przedmioty, z którymi miewa problemy.

Krok 6. Zapoznaj dziecko z technikami szybkiej nauki.

- Zachęć dziecko do korzystania z programów edukacyjnych oraz stron internetowych zaproponowanych przez MEN i nauczycieli. Są to doskonałe narzędzia do nauki i szybkich powtórek wiadomości.
- Wzbudź w dziecku ciekawość świata. Kupuj mu książki, przewodniki, czasopisma... Ogólna wiedza oraz znajomość ciekawostek na temat świata będzie jednocześnie doskonałym fundamentem pod dalsze zdobywanie informacji.
- Zachęć dziecko do codziennego korzystania z komunikatorów i poczty elektronicznej w celu stałego kontaktu z nauczycielami i rówieśnikami.
- Dziecko mające lepszą pamięć wzrokową powinno uczyć się z podręcznika lub notatek, pomocne dla niego będą podkreślenia, linie faliste, kolorowe symbole, główne myśli umieszczone w ramkach.
- Dziecko o przewadze pamięci słuchowej zapamiętuje przede wszystkim elementy słuchowe, w domu powinno uczyć się głośno albo słuchać tekstu czytanego przez inną osobę.

- Jeśli dziecko uczy się samo, *odpytuj je*. Niech to nie będzie jednak stresujący test, a raczej wyraz Twojej ciekawości. Zapytaj z troską „Czego ciekawego się dzisiaj nauczyłeś?”, a gdy dziecko zacznie coś opowiadać, zaangażuj się i zadawaj szczegółowsze pytania. Pokaż mu, że jesteś tym zainteresowana!

Krok 7. Zdecyduj, od którego przedmiotu zacząć naukę.

- Wybór uzależniony jest od uzdolnień i zainteresowań dziecka oraz od jego właściwości psychicznych. Dzieci pracujące szybko i energicznie, ale łatwo męczące się, od przedmiotu dla niego najtrudniejszego, na koniec niech zostawi łatwe.
- Dziecko, które ma trudności z zabraniem się do pracy, powinno zaczynać od przedmiotu, który lubi lub zadania łatwego, po to, aby nie zniechęciło się od razu do lekcji.