Warszawa, dnia 19 marca 2020 roku

**INFORMACJA DLA RODZICÓW**

Szanowni Państwo,

Poniżej prezentujemy Państwu opracowane, na podstawie poradników, zasad dydaktyki oraz doświadczeń w pracy, drobne porady w zakresie skutecznej nauki w domu.

Zdajemy sobie sprawę, że spadły na Państwa dodatkowe obowiązki wynikające z zamknięcia szkoły. Mamy nadzieję, że poniższe informacje pomogą Państwu zorganizować optymalne warunki do nauki w domu i motywowania dzieci do samodzielnej pracy.

**1. Warunki pracy**

Przestrzeń, która zapewnia możliwość koncentracji uwagi to własny pokój dziecka lub inne pomieszczenie, gdzie nikt nie będzie zakłócał spokoju przez wyznaczony czas.

Pomieszczenie powinno być jasne, posprzątane i wywietrzone. Wskazane jest usunięcie elementów rozpraszających uwagę (zabawki, gry, telefon komórkowy, radio, telewizor). Biurko i miejsce do siedzenia powinny być dopasowane do wzrostu dziecka. Warto zadbać o właściwą pozycję siedzenia oraz oświetlenie padające z lewej strony.

W sytuacji pracy zdalnej oczywiście konieczny jest dostęp do Internetu, ale powinien on być w miarę możliwości kontrolowany i ograniczony. W tym celu codziennie należy:

* Sprawdzić Librus, gdzie nauczyciele przedmiotowi przesyłają zadania do wykonania.
* Podczas odrabiania lekcji nie ma potrzeby, aby przez cały czas był włączony Internet – zadania mogą być wykonywane w trybie off-line,
* Po zakończeniu wszystkie zadania należy wysłać do poszczególnych nauczycieli (jeśli było to zalecone).

Niezbędne przybory szkolne (ołówki, słowniki, kalkulator) powinny zawsze być pod ręką. Wskazane jest założenie notatnika, w którym dziecko będzie zaznaczało zadania do wykonania i zakończone.

**2. Organizacja nauki**

Bardzo ważne jest dzielenie materiału, którego dziecko ma się uczyć, na mniejsze partie. Być może w tym zakresie dzieci będą potrzebowały Państwa pomocy. Należy zaczynać naukę od sporządzenia planu pracy, przerw i powtórzeń. Rozpoczynamy naukę od łatwiejszych zadań.

Dziecko, podczas nauki w domu powinno dzielić odrabianie lekcji na wyraźne jednostki, tak by uzyskać jak najwięcej zakończonych zadań (wykonane i skreślone z listy zadanie sprawi dziecku satysfakcję, wzbudzi poczucie sukcesu).

Niezbędne będą tu dobrze rozplanowane przerwy, optymalnie, co 30-45 minut. Naukę przedmiotów ścisłych powinno się przeplatać z nauką języka polskiego lub czytaniem. Łatwiejsze treści można przeplatać z trudniejszymi. W terminarzu należałoby wpisać dziecku, co ma do zrobienia w danym dniu, w odpowiedniej kolejności. Powtarzając dany materiał dobrze jest wykorzystywać różne techniki nauki: słuchanie, czytanie, przeglądanie notatek i pisanie (nauka wielokanałowa, angażująca więcej niż jeden zmysł - to na przykład uważne czytanie, głośne powtarzanie, pisanie albo rysowanie, podkreślanie wybranych fragmentów na kolorowo).

**3. Właściwa motywacja**

Dzieci uczą się chętniej, gdy widzą, że dla ich rodziców nauka stanowi pewną wartość. Okazywanie zainteresowania pracą dziecka jest niewątpliwie dodatkowym bodźcem do pogłębiania wiedzy. Tłumaczenie dziecku, że błędy są naturalną częścią procesu nauki jest ważne u tych dzieci, które szybko się poddają. Rodzic nie powinien manifestować nadmiernej surowości wobec ewentualnych trudności. Lepsze wyniki osiąga się poprzez nagradzanie – stosowanie wzmocnień pozytywnych.

Czas efektywnie spędzony przy nauce lub zakończone konkretne zadania to sukces dziecka. Rodzic powinien to dostrzec i nazwać, np.: „byłeś bardzo samodzielny”, „widziałem, że miałeś dużo zadań, świetnie sobie z nimi poradziłeś”, „o, jak szybo uporałeś się z tym zadaniem!”

Pochwała to świetna nagroda. Dodatkowo można umówić się z dzieckiem na bardziej konkretną nagrodę - wspólna gra planszowa, przygotowanie deseru. Dzieci skutecznie motywuje zbieranie punktów, znaczków czy stempli dających korzyść za jakiś wyznaczony czas (kilka dni samodzielnej nauki = codzienna pochwała i zdobyty punkt = nagroda główna). Oczywiście systemy motywacyjne należy dopasować do wieku dziecka, jego potrzeb, zainteresowań, wrażliwości…   
U młodszych dzieci nagroda powinna nastąpić stosunkowo szybko.

**4. Odżywianie i ruch**

Efektywność nauki wzrasta, gdy dziecko właściwie się odżywia (witaminy, mikroelementy, zróżnicowane pożywienie). Należy pamiętać o piciu odpowiedniej ilości wody, ograniczaniu spożywania cukrów prostych i aktywności fizycznej wpływającej na zdrowszy sen.

Źródła:

G. W. Green – „Jak pomagać dziecku w nauce”.

A. Faber, E. Mazlish – „Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole”.

Źródło: <https://www.superego.com.pl/brain-fitness/>