

# Jak pomóc dzieciom w nauce domowej?

## Wskazówki dla rodziców



### RODZIELSKA MASKA TLENOWA

- W pierwszej kolejności zadбай 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!
- Pamiętaj Nie musisz uczyć się sam z dzieckiem! Skorzystaj z pomocy nauczycieli i wolontariuszy

### BHP PRACY ON-LINE

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



### BEZPIECZEŃSTWO W SIECI:

- Ustal z dzieckiem zasady korzystania z internetu
- Udostępniaj dziecku jedynie pozytywne i bezpieczne treści
- Rozmawiaj z dzieckiem o jego doświadczeniach w sieci
- Skonfiguruj ustawienia bezpieczeństwa w urządzeniu
- Zainstaluj program do kontroli rodzicielskiej
- Więcej na [dzieckowsieci.pl](http://dzieckowsieci.pl)  
Znajdziesz tam listę programów kontroli rodzicielskiej, aplikacji i inne przydatne rozwiązania

### ZAPLANUJ NAUKĘ!

Dobra organizacja to połowa sukcesu!

- 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



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

## NAJLEPSZE SPOSOBY NA EFEKTYWNE UCZENIE :

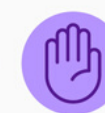
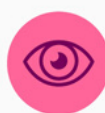


### CO SPRZYJA NAUCE?

- Dobre nastawienie
- Ruch
- Odpoczynek, relaksująca przerwa po wysiłku umysłowym
- Systematyczność - 30 min. codziennie działają więcej, niż kilka godzin raz w tygodniu
- Wyobraźnia: Bądź kreatywnym rodzicem, Pokaż dziecku, że nauka może być świetną zabawą, angażującą całą 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 nie lubiane.
- Przeplatanie dziedzin nauki
- Tworzenie map myśli
- Wykorzystanie mnemotechnik
- Więcej na: [www.jaksieuczyc.pl](http://www.jaksieuczyc.pl) ,



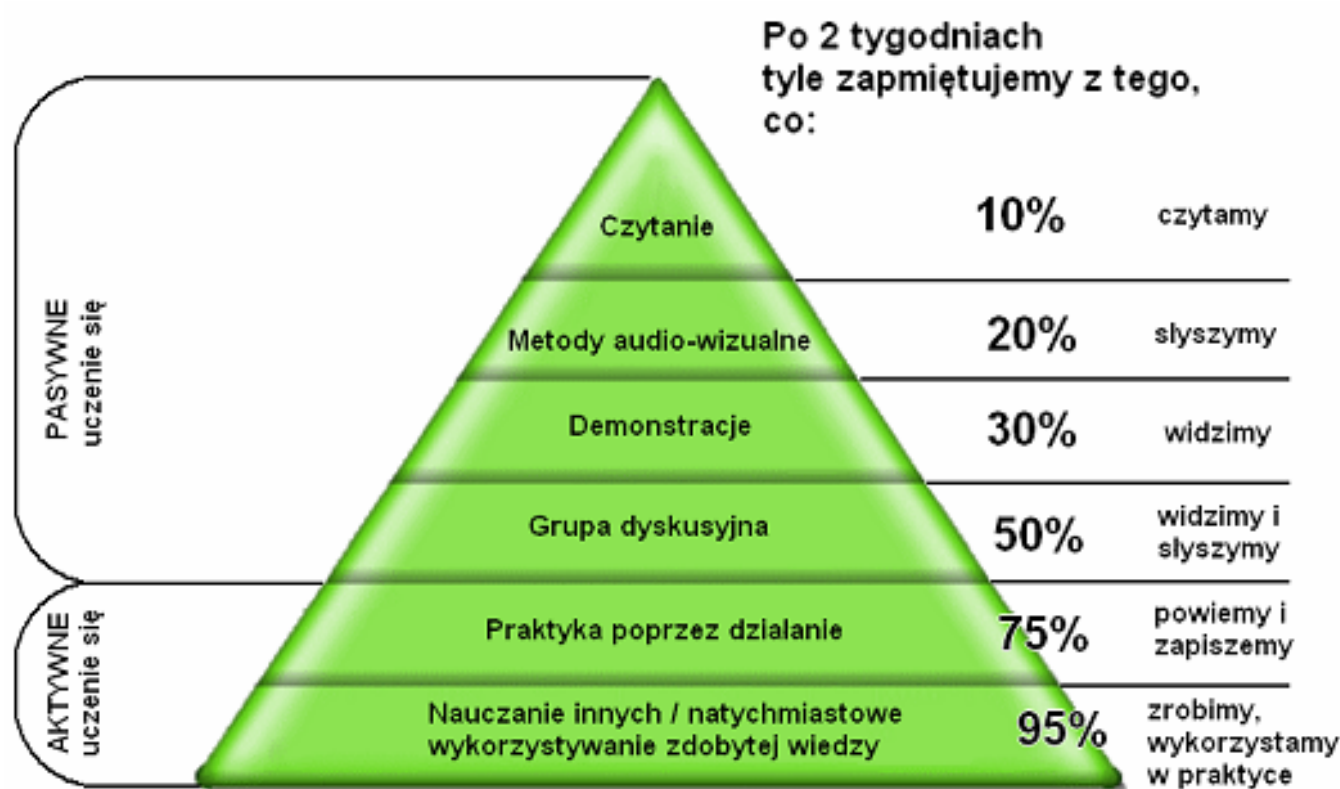
### ZMYSŁY NA START

Niezależnie czy jesteśmy wzrokowcami, słuchowcami, czy kinestetykami, gdy połączymy kanały sensoryczne:

**Wzrok+słuch+dziaanie = 90% sukcesu!**

!

### UCZMY DZIECI JAK SIĘ UCZYĆ, A NIE TYLKO CZEGO



TRÓJKĄT EFEKTYWNEGO UCZENIA SIĘ EDGARA DALE'A

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!