

PLAN DNIA

- *STAŁA GODZINA WSTAWANIA
- *AKTYWNY PORANEK (poranna toaleta, śniadanie, przewietrzenie pokoju, przygotowanie miejsca do nauki, pobranie i przejrzenie zleconych przez nauczycieli zadań)
- *STAŁE GODZINY NAUKI

POKONAJ TRUDNOŚCI

Gdy dziecko nie chce się uczyć, spytaj jaką ma trudność, co lubi, a czego nie lubi. Co według dziecka może mu pomóc w nauce. Dzieci doskonale wiedzą czego potrzebują, wystarczy z nimi porozmawiać i zaufać im troszeczkę :) Nigdy nie rozmawiajcie w silnych, negatywnych emocjach- zamiast tego warto zrobić przerwę i ochłoniąć.

MIEJSCE DO NAUKI

- *PORZĄDEK (w zasięgu pozostają tylko książki, zeszyty, przybory i inne materiały potrzebne do nauki)
- *BEZ ROZPRASZACZY (usuwamy gry, zabawki)
- *PRZERWY POMIĘDZY ZADANIAMI (można wtedy się porozciągać, zjeść posiłek lub przekąskę)

ZNAJDŹ SPOSÓB

- *PLANOWANIE (zadania na dzisiaj, jutro, bardziej odległe projekty)
- *NAJPIERW ZADANIA TRUDNIEJSZE, POTEM ŁATWIEJSZE
- *ROBIMY NOTATKI
- *DUŻE NA MAŁE (większe partie materiału dzielimy na mniejsze, po których robimy powtórki)

ODPOCZYNEK

Higiena snu jest kluczowym elementem naszej dziennej aktywności. Dbajmy o to, aby uczniowie nie chodzili późno spać i dwie godziny przed snem nie korzystali z urządzeń elektronicznych

WSPARCIE

Nauka w domu, bez nauczycieli jest dla uczniów ogromnym wyzwaniem. Mogą ćwiczyć swoją samodzielność, budzić w sobie inicjatywę, pomysłowość. Wspierajmy ich odwagę, chwalmy za każdy sukces, to wzmocni ich poczucie wartości. W razie potrzeby należy zachęcić ich do skorzystania z pomocy kolegów, nauczyciela, wychowawcy czy pedagoga i psychologa szkolnego.

RODZICU, PAMIĘTAJ!

Pozytywne nastawienie, mówienie o nauce spokojnie i z opanowaniem wpłynie na efektywność wyników w nauce. Dajmy sobie prawo i czas do odnalezienia się w tej nowej dla nas wszystkich sytuacji. Potraktujmy ją jako wyzwanie, lekcję z której możemy się wiele nauczyć: o nas samych, o relacjach z dziećmi, o szkole...

Iwona Fritz