

Jak zorganizować dzieciom warunki do nauki w domu, jak motywować i wspierać dzieci do systematycznego uczenia się poza szkołą oraz jak zadbać o bezpieczeństwo w sieci

Szanowni Rodzice!

Wszyscy znaleźliśmy się w sytuacji, która wymaga podejmowania nowych działań, ale przede wszystkim ze względów bezpieczeństwa nas wszystkich dostosowania się do zaleceń służb. Dlatego pozostajemy w domu zgodnie z akcją **#ZostańwDomu**. Nie jest to jednak czas ferii. Nauka Państwa dzieci będzie odbywała się z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość. Wymaga to przeorganizowania w domowym funkcjonowaniu nie tylko Państwa dzieci – uczniów, ale też wszystkich domowników oraz zrozumienia, współpracy i współdziałania. W związku z tym bardzo ważne jest odpowiednie zorganizowanie dzieciom warunków, aby ten czas był efektywnie wykorzystany zarówno na naukę jak i relaks oraz wypoczynek.

WARUNKI DO NAUKI W DOMU

Tworząc właściwe warunki do nauki w domu należy zwrócić uwagę na kilka istotnych elementów, aby dziecko mogło się skoncentrować na pracy, aby było właściwie zmotywowane i osiągało satysfakcję z właściwie wykonanych zadań. Jeżeli dziecko ma własny pokój, to jest łatwiejsze. Jeżeli jednak dziecko – uczeń korzysta ze wspólnej przestrzeni domowej, to warto wprowadzić pewne reguły, wspólnie ustalone, aby każdy domownik miał możliwość spokojnego korzystania z części „własnej przestrzeni” w określonej porze dnia.

Wskazówki, które mogą być w tym pomocne:

- należy ustalić z dzieckiem w miarę stały plan dnia (pobudka, czas posiłków, czas nauki i czas relaksu i zabawy), który można spisać na arkuszu i wywiesić w widocznym miejscu,
- zadbać o miejsce pracy: czy to będzie biurko czy stół, powinno być właściwie oświetlone i uporządkowane,
- jeżeli jest to możliwe, to dzieci z zaburzeniami koncentracji nie powinny pracować i uczyć się blisko okna,
- pomieszczenie powinno być przewietrzone,
- podczas nauki rzeczy, które nie są niezbędne, a mogą rozpraszać, powinny być z miejsca pracy uprzątnięte,
- telewizor oraz telefon należy podczas pracy wyłączyć,
- czas nauki należy dzielić krótkimi przerwami na relaks, zjedzenie posiłku, np. drugiego śniadania czy krótką gimnastykę,
- przed rozpoczęciem nauki należy w jednym miejscu przygotować zeszyty, podręczniki, ćwiczenia, aby nie trzeba było ich „poszukiwać”, gdy będą potrzebne,
- dziecko powinno mieć w zasięgu ręki niezbędne przybory czy pomoce takie, jak ołówki, kredki, linijki, kalkulator ale też np. słowniki,
- dziecko powinno pracować samodzielnie, korzystając z pomocy tylko w sporadycznych sytuacjach.

Przebieg nauki - wskazówki dla dziecka

- Wyspany i nie głodny, zacznij już – nie odwlekaj.
- Sięgnij po plan lekcji i przejrzyj zadania przysłane przez nauczyciela.
- Przygotuj potrzebne materiały, książki, przybory.

- Ustal kolejność wykonywania zadań. Warto zacząć od zadań najtrudniejszych i przeplatać je łatwiejszymi.
- W trakcie pracy potrzebny jest odpoczynek - po 30 minutach nauki rób sobie krótkie przerwy poświęcone na aktywność fizyczną (bez komputera i telefonu...).

POWODZENIA-DASZ RADE !!! :)

MOTYWOWANIE I WSPIERANIE DZIECI DO SYSTEMATYCZNEGO UCZENIA SIĘ POZA SZKOŁĄ

- **wyznacz wspólnie z dzieckiem cel** - zadaj dziecku pytanie: czego dzisiaj się nauczysz? Jakie zadania zrobisz? Możecie stworzyć plan dnia i odhaczać zdobyte cele,
- **dbaj o zdrowie psychiczne** - kiedy mózg doświadcza silnego stresu czy strachu, jego wydajność drastycznie spada. Dzieci uczą się lepiej, kiedy czują się bezpiecznie, dlatego w tym trudnym czasie zadbaj o zdrowie psychiczne dziecka - proponuj różne sposoby radzenia sobie z nieprzyjemnymi emocjami,
- **zachęcaj do systematycznej pracy** - przyswajanie wiedzy stopniowo i małymi partiami każdego dnia w tygodniu jest skuteczniejsze i łatwiejsze niż nauka tego samego materiału w ciągu jednego dnia,
- **chwal** - chwal za konkretne zachowanie, nazwij je i powiedz, dlaczego to jest ważne. Pochwały dotyczące umiejętności i cech charakteru budują poczucie własnej wartości,
- **nie krytykuj za popełniony błąd** - wskaż błąd i zachęć do szukania innego rozwiązania, to sprawi, że dziecko skutecznie zapamięta prawidłową odpowiedź,
- **zachęcaj do samodzielności** - wspieraj, pomagaj, dawaj wskazówki, ale nie wyręczaj,
- **zachęcaj do stosowania różnego rodzaju technik ułatwiających zapamiętywanie** - notatki wykorzystaniem różnych kolorów, podkreśleń, zabawnych rysunków, bazowanie na skojarzeniach, robienie wykresów, map myśli, wszelkiego rodzaju fiszki i hasła w książkach, na tablicy, ścianie, biurku mogą pomóc dziecku lepiej opanować materiał,
- **podkreślaj sukcesy** - nie tylko te związane z efektem pracy, ale również wysiłkiem, wytrwałością czy systematycznością. Możesz stworzyć dla dziecka kartkę z napisem „Co już umiem”, gdzie codziennie będzie zapisywało, czego nauczyło się danego dnia. Pod koniec tygodnia przeczytaj wspólnie z dzieckiem, ile rzeczy się nauczyło.

DBANIE O BEZPIECZEŃSTWO W SIECI

1. Rozmawiaj z dzieckiem.

Dzieci są szczególnie narażone na zagrożenia ze strony Internetu. Rozmowa i edukacja zawsze są najlepszymi sposobami na uchronienie dziecka przed zagrożeniami czyhającymi w sieci.

W dzisiejszych czasach obecność dziecka w sieci jest nieunikniona, dlatego uświadamianie dziecka na temat potencjalnych zagrożeń jest najlepszym rozwiązaniem.

- wyjaśnij dziecku, co jest akceptowane, a czego nie można tolerować,
- regularnie przypominaj dziecku, aby informowało Cię, kiedy coś w sieci je zaniepokoi,
- przypominaj dziecku, by nie podawało swoich danych osobowych, nie opowiadało o rodzinie,
- naucz dziecko dbania o własny wizerunek. Jeśli publikuje swoje zdjęcia, powinno zadbać o to by widzieli je tylko jego znajomi. Nie należy umieszczać zdjęć, które mogą mu zaszkodzić,
- przypominaj dziecku o tym by traktować innych z szacunkiem i kulturą także w sieci,
- spróbujcie znaleźć strony, które mogą zainteresować Wasze pociechy, a następnie zróbcie listę przyjaznych im stron.

1. Ustal zasady.

Bardzo ważne jest pilnowanie aktywności dziecka w sieci. Warto wprowadzić zasady korzystania z komputera. Zasady te można spisać i powiesić w widocznym miejscu.

- przez ile godzin dziennie dziecko może korzystać z komputera,
- w jakie gry grać,
- które strony odwiedzać,
- jakie informacje wolno mu udostępniać w sieci, a które powinno zachować dla siebie,
- tłumacz dziecku, że zbyt częste korzystanie z Internetu może spowodować uzależnienie od niego.

1. Kontroluj i sprawdzaj zabezpieczenia.

Gdy dziecko ma swój własny komputer, należy sprawdzać jego aplikacje i zabezpieczenia.

- czy są zainstalowane najnowsze aktualizacje,
- czy program antywirusowy działa prawidłowo,
- warto wykorzystać możliwości, jakie dają wszelkiego typu blokady rodzicielskie (np. przed stronami dla dorosłych, pokazujących przemoc),
- twórz bezpieczne, skomplikowane hasła - nie wybieraj tych, które są łatwe do odgadnięcia.
- zwracaj uwagę, czy witryna, z którą chcesz się połączyć, posiada certyfikat SSL - dzięki temu zyskasz pewność, serwer, z którym się łączysz, jest tym właściwym, a IP nie zostało podmienione.

1. Poznaj zachowania dziecka w sieci. Miej komputer na oku.

Niezależnie od tego, czy dziecko korzysta ze wspólnego komputera czy ma własny:

- powinien on znajdować się w miejscu, w którym rodzina przebywa wspólnie w ciągu dnia,
- Rodzice, którzy chcą chronić swoje dzieci przed zagrożeniami płynącymi z sieci, powinni przede wszystkim wspólnie z nimi z niej korzystać,
- jeśli urządzenie dzieli cała rodzina, warto utworzyć dla najmłodszych osobne konto bez uprawnień administratora.

Polecamy strony, gdzie jest bardzo dużo interesujących materiałów dotyczących bezpieczeństwa dzieci i nastolatków w sieci.

<https://dbamomojzasieg.com/>

www.sieciaki.pl

Szanowni Państwo,

Wszyscy obecnie żyjemy w trudnym czasie. Róbmy wszystko, aby dni, które są przed nami były możliwie najlepiej wykorzystane. Prosimy, abyście Państwo zadbali o zdrowie i bezpieczeństwo swoje, swoich dzieci i swoich najbliższych, stosując się do aktualnych zaleceń służb. Wspierajmy się. W razie potrzeby jesteśmy do Państwa dyspozycji.

Joanna Modras-Nowacka - Pedagog szkolny

E-MAIL DO PEDAGOGA: epedagog@interia.pl