

Nauka w domu

*"Tego się trzeba przede wszystkim strzec,
aby nie znienawidził nauki ten,
kto jej jeszcze nie może pokochać".*

Kwintylian

1. Warunki, które powinno spełniać miejsce do nauki:

- Najlepiej gdy dziecko ma swoje **biurko lub stół**. Jeżeli jest to niemożliwe, to powinno wiedzieć gdzie codziennie może mieć swoje miejsce do pracy, w którym nikt nie będzie mu przeszkadzać.

- **Krzesło** powinno być przystosowane do wzrostu dziecka. Niewygodna pozycja przy pisaniu czy czytaniu może spowodować skrzywienie kręgosłupa i wpływa niekorzystnie na samopoczucie dziecka, które szybciej się męczy, jest znużone i zniecierpliwione. Dziecko powinno mieć takiej wysokości krzesło, by swobodnie, bez unoszenia ramion do góry, mogło położyć przedramiona na blacie. Obie ręce powinny leżeć na blacie. Nogi dziecka nie powinny zwisać z krzesła, ale koniecznie powinny być oparte o podłogę lub o odpowiedniej wysokości podnózek . Dziecko opierając nogi o podłogę stabilizuje postawę. Mniej męczy się przy siedzeniu i w efekcie lekcje odrabia szybciej i ładniej pisze.

- Miejsce do pracy powinno mieć odpowiednie **oświetlenie**. Najlepiej, gdy jest to mała lampka mająca światło na takiej wysokości, aby nie świeciło prosto w oczy, ale oświetlało książkę lub zeszyt. Światło powinno padać tak, aby w trakcie pisania ręka nie zacięniała zeszytu – światło ma zawsze padać z lewej strony. Lampa stołowa nie powinna mieć ani jaskrawego, ani zbyt słabego światła, ponieważ nieodpowiednie oświetlenie psuje wzrok.

- Na biurku czy stole, gdzie dziecko się uczy powinien być **przybornik** z ołówkami, kredkami, gumką, temperówką, klejem, nożyczkami.

- Nad biurkiem albo w pobliżu miejsca, gdzie dziecko się uczy powinien znajdować się **plan lekcji** z miejscem na małe **karteczki** do zapisywania ważnych rzeczy.
- Konieczny jest **regał lub półka** na podręczniki, zeszyty, pomoce i lektury.
- W przypadku dzieci młodszych, w trakcie uczenia może im towarzyszyć przyjaciel – ulubiona maskotka. (Można się mu poskarżyć na zmęczenie, na trudność, a w końcu oznajmić: *Na dziś to koniec!*).
- Pomieszczenie powinno być **często wietrzone**.

2. Trudna sztuka odrabiania lekcji.

Rodzice powinni zwrócić uwagę na racjonalny podział czasu, którego największą część należy przeznaczyć na odrabianie lekcji i naukę, następną na zajęcia domowe i wreszcie na inne zajęcia dowolne, związane z zainteresowaniami dziecka. Oczywiście bardzo ważny jest czas, który uczeń powinien poświęcić wypoczynkowi po pracy w szkole.

Od początku nauki szkolnej podstawową zasadą jest **wyrobienie w dziecku przekonania, że odrabianie lekcji jest jego sprawą, a nie sprawą rodziców:**

- to ono ma starać się pamiętać, co ma zadane do domu
- to ono sprawdza, co ma każdego dnia do zrobienia
- to ono samodzielnie odrabia lekcje
- to ono ma pakować tornister na następny dzień

➤ Dziecko spędza w szkole po kilka godzin dziennie, powinno więc po przyjsciu do domu odpocząć 1 – 2 godziny. W **okres odpoczynku** wliczamy obiad, deser w postaci owoców, a po posiłku – zabawę. Na razie nie ma komputera ani telewizji, dziecko bawi się zabawkami – przez wykonywanie różnych czynności odpoczywa się najlepiej, wskazane są zabawy na świeżym powietrzu. Komputer jest bardzo przydatną do nauki zdobyczą techniki. Jednak niekontrolowana zabawa dzieci komputerem może mieć wręcz przeciwny skutek - uniemożliwić myślenie na poziomie abstrakcyjnym, może być „złodziejem czasu”, gdyż dziecko, zajęte ciekawą grą, nie zdąży odrobić zadania domowego, przeczytać lektury. To samo dotyczy częstego oglądania telewizji, gdyż odciąga to dziecko od samodzielnego myślenia, zniechęca do wysiłku umysłowego, powoduje zniechęcenie do czekających obowiązków szkolnych.

➤ Należy **uprzedzić dziecko, że za chwilę koniec zabawy** – dziecko może z nami negocjować przedłużenie czasu zabawy, ale pamiętajmy by bawiło się nie dłużej niż ok. 10 minut w stosunku do wyznaczonego pierwotnie czasu (koniec zabawy może sygnalizować minutnik lub budzik).

➤ W mieszkaniu powinna panować **spokój i cisza**. Niektórzy rodzice w czasie odrabiania lekcji prowadzą z dzieckiem dialog, odrywając je od nauki, wydając co chwilę różne polecenia do wykonania. Są też tacy, którzy uważają, że dziecko może odrabiać lekcję słuchając radia, oglądając telewizję, lub przebywać w pomieszczeniu, w którym inni to robią. Sytuacja taka sprawia, że dziecko nie potrafi skupić uwagi na słowach. Nie w pełni rozumie treść przeczytanego tekstu, gdyż dla niego ważne są przesuwane się obrazy.

➤ Po odpoczynku dziecko siada przy biurku, przegląda książki i zeszyty ćwiczeń, by przypomnieć sobie, co ma do zrobienia. **Jesteśmy przy nim – rozmawiamy, komentujemy i wspólnie ustalamy kolejność pracy.** Najlepiej zrobić na początku to, co dla dziecka stanowi trudność. Z dzieckiem o niskiej samoocenie zaczynamy z kolei od rzeczy łatwych, potem trudnych, a na końcu średnich. Rozmawiamy o tym, że lekcje odrabia się powoli i starannie – wtedy nie będzie konieczności przepisywania i szybciej będzie można znów zająć się tym, co sprawia przyjemność.

➤ Wytłumaczmy dziecku, że pytania i rozmowy podczas odrabiania lekcji, powinny dotyczyć wyłącznie tematów z lekcjami związanych. Wszystkie inne muszą zostać odłożone na później. Jeśli przewidujemy przerwy w czasie uczenia, wcześniej je z dzieckiem ustalmy. Pamiętajmy, że **narastające zmęczenie zmniejsza koncentrację.** Planujmy więc przerwy, zależnie od tego, ile czasu potrzebuje dziecko na pracę, jaka jest jego wytrzymałość i odporność na zmęczenie. Dziecko powinno **po każdym 45 minutach pracy robić 5-10 minutowe przerwy.**

➤ Dziecko ma przygotować sobie potrzebne przybory i **dalej pracuje samo.** Na początku prawdopodobnie będzie nas wołać, szukając potwierdzenia, że dobrze wszystko robi. Dziecko powinno być pochwalone za każde wykonane zadanie. Nie krytykujemy dziecka, ale wskazujemy z radością każdą literkę lub fragment napisany dobrze! Komentarz typu: *Jeszcze nie wszystko piszesz równo, ale przecież dopiero uczysz się tego, ale każdego dnia będziesz ładniej i szybciej pisać!* – jest dziecku potrzebny.

**Nie piszemy, nie liczymy i nie rysujemy za dziecko!
To ono uczy się uczyć!**

- **Wspólnie sprawdzamy odrobione lekcje.** Zachęcajmy aby dziecko samo spróbowało wyjaśnić, na czym polegał błąd. Pamiętajmy, że dziecko ma prawo popełniać błędy – chwalmy je za to, że błędy zauważa i poprawia.

- **Dziecko samo, pod naszym nadzorem, pakuje tornister.** Razem z dzieckiem bierzemy plan lekcji na następny dzień. Uczymy dziecko porządku i systematyczności. Uczymy je, w jakim porządku powinno wkładać do tornistra potrzebne rzeczy, jak wkładać zeszyty, by nie zwijać zakładek i kartek. Prosimy, by dziecko pakowało każdy przedmiot po kolei, pokazując nam wkładane do tornistra zeszyty i podręczniki. Sprawdzamy zawartość piórnika oraz czy potrzebne są dodatkowe rzeczy. Odkładamy do tornistra odrobione zadania domowe.

Przygotowała
Martyna Ozych
nauczyciel terapii pedagogicznej