

W tym trudnym czasie dzieci szczególnie potrzebują codziennej motywacji do działania i mierzenia się trudnościami. Podpowiadamy Państwu co możecie zrobić żeby ułatwić Waszym dzieciom codzienną naukę w domu.

- Ustalmy z dziećmi stałe godziny, w których będą pracować.
- Zaplanujmy wspólnie z dzieckiem kolejność wykonywania zadań (pamiętajmy, aby zaczynać od zadań/przedmiotów sprawiających najwięcej trudności).
- Dopasujmy tempo pracy i częstotliwość przerw do możliwości dziecka.
- Szukajmy „pozytywnego celu” – pokażmy dziecku, że wiedza jest użyteczna, spróbujmy wspólnie odpowiedzieć na pytanie „gdzie ta wiedza może się przydać”.
- Zachęcajmy dziecko do samodzielnego kontrolowania swojej pracy w myśl zasady „pomagajmy, ale nie wyręczajmy”.
- Spróbujmy przemycić zabawę do nauki np. naukę ułamków doskonale jest zastąpić prezentacją ułamków na klockach lego, w warunkach domowych możemy przeprowadzić niejedną eksperyment naukowy z dziedziny fizyki czy biologii.
- Szukajcie wspólnie najlepszych dla dziecka technik zapamiętywania materiału (mapy myśli, fiszki, kolorowe wykresy).
- Starajmy się jak najrzadziej używać języka kontroli „musisz”, „powinieneś”, „nie wolno”, zamiast tego używajmy języka osobistego: „chcę żebyś/ nie chcę”.
- Gdy stosujemy nakazy/zakaz/limity starajmy się, aby były one poprzedzone racjonalnym wyjaśnieniem.
- Doceniajmy nawet najmniejsze osiągnięcia, chwalmy za postępy i wytrwałość.
- Stosując pochwały, wzmacniamy motywację wewnętrzną dziecka (zamiast pochwał odnoszących się do osoby „jaki jesteś mądry” chwalmy włożony wysiłek, zaangażowanie, wykonaną pracę „widzę, że przyłożyłeś się do wykonania tego zadania”).
- Gdy nasze dziecko doświadcza trudności lub jest zniechęcone udzielmy mu wsparcia, nazywajmy wspólnie uczucia, których doświadcza i razem szukajmy rozwiązania problemu.

**Pamiętajmy!**

Zachowajmy zimną krew, gdy dziecko buntuje się i odwleka moment rozpoczęcia pracy. Najlepiej unikać otwartej konfrontacji, odczekać aż emocje opadną, po czym wyjaśnić istotę obowiązku szkolnego oraz odwołać się do ustalonych zasad. Najważniejsze jest nasze wsparcie oraz docenianie postępów i sukcesów dziecka.