

NAUKA W DOMU – mini poradnik

1. Pomóż dziecku w ustaleniu planu dnia

Pomóż dziecku w organizacji dnia – dostosujcie dzień do planu zajęć w szkole. Ustalcie godziny na naukę własną i sprawdzanie platform, na których nauczyciele zamieszczają materiały edukacyjne.



2. Zadbaj o przestrzeń dziecka

Zadbaj o to, aby dziecko miało swój własny kącik do nauki, a w nim dobre oświetlenie i porządek na biurku. Wywietrz wcześniej pokój – to wszystko wpływa na koncentrację uwagi. Zadbaj o to, aby na czas nauki dziecko wyciszyło i odłożyło telefon.

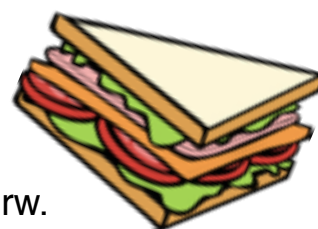
3. Pamiętaj o możliwości konsultacji

Jeśli dziecko ma z czymś trudność, chce się upewnić, czy dobrze rozumie zadanie – może skontaktować się z nauczycielem – każdy nauczyciel codziennie przeznaczają czas na konsultacje z dzieckiem.



4. Pamiętaj o przerwach

Pomiędzy lekcjami, zadaniami niezbędne jest robienie krótkich przerw. Dobrze jest pracować 30 minut i zrobić 10 minutową przerwę. - napij się, zjedz coś, poruszaj się – zrób kilka ćwiczeń gimnastycznych. Taka forma pracy sprzyja większej efektywności!



5. Dbaj o siebie

Nauka i edukacja jest bardzo ważna, ale dbaj też o swój komfort psychiczny. Po skończonej pracy i wykonaniu zaplanowanych zadań, dziecko powinno zrobić coś, co sprawia mu przyjemność.

6. Dbaj o więzi w rodzinie

Istotne jest dbanie o dobre relacje w domu – postarajcie się każdego dnia zrobić coś wspólnie, całą rodziną, np. zagrajcie w grę planszową lub obejrzyjcie film.

