

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

Zachęcamy do przeczytania poniższego tekstu i sprawdzenia czy robimy wszystko tak jak należy, czy może warto coś zmienić.

**Jak stworzyć dziecku idealne warunki do nauki?**

Dobro naszego dziecka jest dla nas najważniejsze. Należy wspierać i mówić dziecku, że jest dobre, że może, że potrafi.

Podczas pracy ważne jest, by stworzyć dziecku dobre warunki do nauki w domu. Dobrze jest nauczyć dziecko pracy w odpowiednim rytmie. Dziecko musi uczyć się systematyczności, dlatego przyzwyczajaj je, że lekcje należy odrabiać regularnie i codziennie. My - dorośli musimy w sobie wyrobić nawyk sprawdzania co dziecko ma zadane każdego dnia. Ważne, by dziecko miało poczucie, że jest przy nim wspierający je dorosły i w razie potrzeby poświęci mu 100 % swojej uwagi.

Wskazane jest wspólne ustalenie też planu na weekend. W jaki dzień dziecko odrabia lekcje – czy jest to sobota przed południem czy inny dzień.

**Odpowiednie warunki do nauki naszego dziecka:**

1. Zanim zasiądzie do zeszytów, warto zadbać, by nic go nie rozpraszało: wyłączyć telewizor, radio, zamknąć drzwi do pokoju. Należy sprawdzić, czy nie dochodzą z innych pomieszczeń np. odgłosy świetnie bawiącego się rodzeństwa. W pobliżu nie powinno być np. komputera (w sytuacji zdalnego nauczania jest on niezbędny), czy ulubionej zabawki. Im mniej będzie dookoła rozpraszających bodźców, tym lepiej. Pamiętaj w pomieszczeniu, w którym dziecko się uczy powinna panować CISZA.
2. Zadбай by dziecko miało swój kącik do nauki, najlepiej z własnym biurkiem i krzesłem przystosowanym do wzrostu dziecka.
3. Ważne jest też, by światło padało z lewej strony gdy dziecko jest praworęczne a z prawej gdy dziecko jest leworęczne.
4. Oświetlenie elektryczne nie może być zbyt słabe, nie może też być zbyt jaskrawe.

5. Na biurku powinien panować porządek, znajdować się na nim powinny tylko rzeczy aktualnie potrzebne do odrobienia pracy domowej.

6. W pokoju nie może być duszno ani zbyt gorąco, optymalna temperatura to ok. 20 – 21 stopni Celsjusza.

7. Nie spodziewaj się, że dziecko będzie odrabiać pracę domową dwie godziny bez przerwy. Gdy się zmęczy nauką, jego koncentracja osłabnie. Dlatego najlepiej jest, by robiło w czasie uczenia krótkie 10 - 15 minutowe przerwy np. na zrobienie herbaty czy inną mało absorbującą aktywność. **Pamiętaj!** - nie może to być nic od czego będzie je trudno oderwać. Dzieci osiągają dojrzałość szkolną (a co za tym idzie umiejętność koncentracji) w różnym czasie.

8. Jeśli dziecko odrabia pracę domową, nie przeszkadzaj mu. Nie pozwól też, by robiło to rodzzeństwo.

9. Na atmosferę do nauki wpływa ilość książek w domu oraz nastawienie rodziców do szkoły i edukacji. Im bardziej wspierasz dziecko w nauce, tym lepsza jest atmosfera do uczenia się.

10. Bądź gotowy do pomocy, jeśli dziecko cię potrzebuje. Nie naciskaj jednak, jeśli o to nie prosi. Czasem lepiej je zostawić, by rozwiązało problem samo. Nie jest jednak dobrze, jak dziecko ma poczucie, że jest ze swoimi szkolnymi problemami samo.

11. Gdy dziecko odrabia lekcje, dyskretnie sprawdzaj, czy rzeczywiście się uczy.

12. Sprawdzaj czy dziecko odrobiło wszystko co było zadane, sprawdź też czy zadania wykonane są prawidłowo. Miej jednak świadomość, że w życiu każdego rodzica przychodzi czas, że musi pozwolić dziecku podejmować pewne decyzje samodzielnie, a na pewno pozwolić mu samodzielnie się uczyć i ponosić konsekwencje swoich wyborów.

13. Nigdy nie zapominajmy o jeszcze jednym potężnym narzędziu. Pochwała za włożoną pracę, odrobione lekcje skutecznie dodaje dziecku skrzydeł.

### **Jeśli chcesz pomóc dziecku zwiększyć motywację do nauki:**

- podkreślaj znaczenie nauki w życiu człowieka,
- powtarzaj myśl, że nauka jest celem sama w sobie,
- doceniaj pracę i samodzielność,
- dostrzegaj osiągnięcia dziecka,
- pomagaj, ale nie wyręczaj,
- nie krytykuj, nie oceniasz,
- nie wyśmiewaj niepowodzeń, ale wskaż jak można uczyć się na błędach,

- pomagaj w rozwinięciu umiejętności potrzebnych w nauce (czytanie, zapamiętywanie, notowanie, koncentracja uwagi i inne),
- nie stawiaj wymagań wobec dziecka ponad jego możliwości,
- pokazuj praktyczne zastosowania informacji zdobytych w szkole,
- wzbudzaj w dziecku zainteresowania wieloma dziedzinami życia,
- stwórz warunki do poszerzenia wiedzy i doświadczeń dziecka,
- nie wyprzedzaj materiału szkolnego,
- nie przypisuj zbyt dużej wagi ocenom,
- wyrażaj się pozytywnie o szkole i o nauczycielach,
- wspieraj!

### **Pamiętajmy!**

Nawet najlepsze metody i najbardziej usilne próby mogą zawieść, jeśli sami nie będziemy dawali dziecku przykładu własnym postępowaniem. To od nas - dorosłych zależy, czy nauczy się ono systematycznej pracy i obowiązkowości.

### **Jak zachęcić dziecko do nauki - poradnik dla rodzica**

Można dziecko zmusić, żeby siedziało przy biurku, żeby wpatrywało się godzinami w podręcznik czy nawet, żeby odrobiło lekcje, ale do nauki – nigdy.

Maluch czy nastolatek będzie się pilnie uczyć tylko wtedy, gdy będzie mu to sprawiać przyjemność. Jak zatem zachęcić dziecko do nauki?

#### **12 przykazań dla rodzica:**

1. Traktuj naukę dziecka jako rzecz świętą. Nie przerywaj mu, nie wołaj do telefonu, wyłącz wszelkie źródła dźwięku.
2. Zarządź, że wszystkie dzieci uczą się w tym samym czasie. Niech żadne wtedy nie ogląda telewizji i nie gra na komputerze. To podstawowy błąd rodziców pozwolić, by jedno z dzieci się bawiło, gdy drugie się uczy.
3. Pokaż, jak bardzo cenisz rozwijanie pasji. Doceniaj i chwal za wykonanie przez dziecko dodatkowej rzeczy, przeczytania informacji.
4. W wolne dni zachęcaj dziecko do rozszerzania wiedzy. Daj mu okazję, żeby błysnęło w domu tym, czego się nauczyło.
5. Naucz dziecko traktować naukę jak wyzwanie. Pokazuj mu, jak wartościowe jest robienie czegoś, czego jeszcze nigdy się nie robiło, a co wydaje się trudne. Np. piecz ciasta, rozwiąż trudne krzyżówki.

6. Wpajaj mu pogląd, że mądrość to coś, nad czym trzeba pracować. Jeśli uważasz, że ludzie po prostu rodzą się inteligentni albo nie, nie licz na to, że twoje dziecko będzie lubiło się uczyć.
7. Oceniając ludzi zmień kryterium. Na kryterium mądrości. „Zbyszek jest bardzo mądry, prawda? Dużo czyta.” Kładź nacisk na wytrwałość, a nie na efekty. Nie wszyscy muszą mieć piątki.
8. Chwal dziecko za prawdziwy wysiłek i upór.
9. Jak najczęściej mów dziecku o swoich błędach. I o tym, jak bardzo pomogły ci się nauczyć czegoś nowego. Wspominaj je z przyjemnością i mów, że były szansą do pokazania twojej wytrwałości.
10. Nie chwal dziecka za byle co, bo zrozumie, że masz niskie oczekiwania i nie cenisz wysiłku.
11. Podkreślaj sukcesy, zamiast braków. Jeśli dziecko ma ogromne problemy z jednym przedmiotem, zachęć je, by na biurku pojawiła się kartka: „Co już umiem”. Codziennie przed snem zapiszcie na niej to, czego dziś dziecko się nauczyło oraz to, w czym jest kompetentne. Nawet jeśli to będą tylko dwie daty lub cztery słówka. Zwróć uwagę dziecka, jak szybko kartka się zapełniała, o ile stał się mądrzejszy przez kilka dni.
12. Współpracuj z nauczycielami, szkołą.

### **Bezpieczeństwo dzieci w Internecie**

Dzieci są szczególnie narażone na zagrożenia ze strony Internetu. Bardzo ważne jest pilnowanie aktywności dziecka w sieci oraz reagowanie, kiedy zdarzy się coś niepokojącego. Wyjaśnij dziecku, co jest akceptowalne, a czego nie można tolerować. Obecnie coraz młodsze dzieci korzystają z Internetu. Warto wykorzystać możliwości, jakie dają wszelkiego typu blokady rodzicielskie, na przykład przed stronami dla dorosłych. Jakiś czas temu Google zaprezentował YouTube Kids w Polsce – wersja popularnego serwisu stworzona została z myślą o dzieciach – ma ona ustrzec maluchów przed kontaktem z nieodpowiednimi treściami.

Regularnie przypominaj dziecku, aby informowało Cię za każdym razem, kiedy coś w sieci je zaniepokoi – dzięki temu zyskasz możliwość szybkiego zareagowania.

Nie pozwól dziecku na nawiązywanie wirtualnych znajomości – jest to ogromne zagrożenie, szczególnie dla najmłodszych dzieci.

Jednocześnie pamiętaj, że obecność dziecka w sieci jest nieunikniona – Internet wykorzystywany jest między innymi w szkole, dlatego uświadomienie dziecka na temat potencjalnych zagrożeń jest najlepszym rozwiązaniem.

### **10 zasad bezpiecznego korzystania z Internetu:**

1. Korzystaj z oprogramowania antywirusowego.
2. Nie podawaj w sieci danych osobowych, ani haseł, nie wysyłaj swoich zdjęć.
3. Otwieraj wiadomości tylko od znanych osób.
4. Ostrożnie pobieraj pliki z sieci.
5. Unikaj klikania w nieznane linki i załączniki w wiadomościach e-mail.
6. Chron swoje konta na serwisach społecznościowych.
7. Stosuj trudne do odgadnięcia hasła, które są kombinacjami liter i cyfr.
8. Czytaj regulaminy.
9. Sprawdzaj, czy strona, do której się logujesz, ma zabezpieczenia SSL.
10. Pamiętaj, że osoba po drugiej stronie, nie musi być tym, za kogo się podaje!.

### **Przydatne linki:**

<http://www.kopd.pl/>

Komitet Ochrony Praw Dziecka. Kampanie na rzecz dzieci, porady prawne, centrum interwencyjne.

<http://www.dzieckowsieci.pl/>

Kampania społeczna Fundacji Dzieci Niczyje. Naświetla istniejące zagrożenia wśród młodych użytkowników Internetu.

<http://www.szkolabezprzemocy.pl/>

program społeczny "Szkoła bez przemocy".

<https://www.ore.edu.pl/2015/04/przydatne-linki-4/>

[fundacja.orange.pl/kurs/](http://fundacja.orange.pl/kurs/)

Bezpiecznie Tu i Tam - kurs internetowy dla rodziców

<https://www.saferinternet.pl/pliki/publikacje/kompendium2019.pdf>

<https://www.ore.edu.pl/2015/03/bezpieczenstwo-w-sieci/>

<https://opornografii.pl/category/ochrona-dzieci>

[https://cloud6t.edupage.org/cloud/Zagrozenia\\_w\\_cyberprzestrzeni\\_-\\_pdf.pdf?z%3A2QNpdaxcv2ONBiELwsw8XqSw%2BRB%2FUxKDnw3pf23LJsXKbRIOhb](https://cloud6t.edupage.org/cloud/Zagrozenia_w_cyberprzestrzeni_-_pdf.pdf?z%3A2QNpdaxcv2ONBiELwsw8XqSw%2BRB%2FUxKDnw3pf23LJsXKbRIOhb)

[FkfkWXKcCYyTuC](http://FkfkWXKcCYyTuC)

[kula.gov.pl](http://kula.gov.pl)

Multimedialna strona pozwalająca Waszym dzieciom poznać Polskę, a w szczególności kulturę regionalną. Całość opatrzona komentarzami lektorskimi i animacjami.

<http://www.wiw.pl/geografia/miasta>

Alfabetyczny spis miast polskich. Po wybraniu nazwy miasta na ekranie wyświetla się krótki opis, po kliknięciu - pokaż na mapie można zobaczyć lokalizację miasta na mapie Polski.

<http://dobryrodzic.fdn.pl/>

O wychowaniu/opiece nad dzieckiem, o spędzaniu wolnego czasu, o krzywdzeniu dzieci, o zagrożeniach czyhających w Internecie.

<https://mamrodzine.pl/>

[www.kolorowankidladzieci.pl](http://www.kolorowankidladzieci.pl)

Darmowe kolorowanki dla dzieci oraz labirynty i zadania połącz , czytanki, wierszyki, popularne kolorowanki terapeutyczne.

[www.jigsawplanet.com](http://www.jigsawplanet.com)

Puzzle i układanki online za darmo czyli stwórz, graj, udostępniaj puzzle i układaj je z innymi graczami. Możliwość wykorzystania własnego zdjęcia do układania puzzli.

<http://www.interklasa.pl/>

Polski Portal Edukacyjny zawiera materiały edukacyjne z różnych przedmiotów dla uczniów i nauczycieli.

<http://pisupisu.pl>

Strona zawiera ćwiczenia ułatwiające naukę pisania na klawiaturze, zabawy słowne, w tym rymowanki, ćwiczenia z gramatyki, ortografii, ćwiczenia dotyczące kolorów, kierunków, kształtów, warzyw, owoców, liter i cyfr. Ćwiczenia są dostosowane do wielu poziomów od przedszkola do klasy 5.

<https://wolnelektury.pl/>

Wolne lektury to portal, który powstał z myślą o Was, drodzy uczniowie. W zbiorach Wolnych Lektur znajduje się ponad 4 tys. darmowych utworów, w tym wiele dzieł klasycznych, lektur szkolnych i kilkaset audiobooków. Wszystkie utwory zostały profesjonalnie opracowane i opatrzone przypisami.

Możecie bez żadnych ograniczeń czytać on - line, słuchać audiobooki, pobrać wolne lektury na dowolne urządzenie (PC, tablet, smartfon, odtwarzacz mp3). Pamiętajcie, że liczba tytułów Wolnych Lektur stale rośnie.

<http://www.polona.pl/>

POLONA – Cyfrowa Biblioteka Narodowa. Udostępnia w postaci cyfrowej najważniejsze wydania tekstów literackich i naukowych, dokumenty historyczne, grafikę, fotografie, nuty oraz mapy. Zapewnia dostęp do książek, czasopism, rękopisów w postaci cyfrowej. (X w. do XX w.)

Specjaliści od pomocy psychologiczno-pedagogicznej