

Odrabianie lekcji na „6”



Odrabianie zadań domowych to czynność, która niestety nie wszystkim kojarzy się przyjemnie. Wiele dzieci niechętnie zasiada popołudniami do nauki, czemu nie należy się dziwić, gdyż nasze pociechy swój wolny czas pewnie wolałyby zorganizować na wiele innych sposobów. Co zrobić jednak, gdy dziecko ma zadanie domowe, a popołudnie spędzane w domowym zaciszu zamienia się w pole walki między znudzonym dzieckiem a zirytowanym rodzicem? Warto zastosować sześć praktycznych wskazówek, które pomogą przebrnąć przez odrabianie lekcji nie tylko dzieciom, ale i rodzicom.

1. Przygotowanie się do odrabiania lekcji

Dziecko mające niebawem zasiąść do nauki to dziecko wypoczęte oraz najedzone, a także posiadające świadomość, iż przez najbliższy czas oczekujemy od niego koncentracji. Miejsce powinno być wyciszone, to znaczy, że najlepiej gdyby w pokoju nie było włączonego telewizora lub radia, a przez okno nie docierały dźwięki z zewnątrz, gdyż to bardzo rozprasza uwagę. Zadbajmy o dotlenienie organizmu naszej pociechy i wywietrzmy pomieszczenie przed nauką. Na stole lub biurku powinny znajdować się rzeczy wyłącznie potrzebne do danego zadania (np. zeszyt i długopis). Warto też ograniczyć dziecku dostęp do okna, przez które na przykład może zobaczyć bawiących się rówieśników.

2. Stała pora odrabiania lekcji

Dzieci lubią rutynę i przewidywalność, które gwarantuje im ustalenie planu dnia. Warto określić stałą godzinę i czas odrabiania lekcji, co pomoże dziecku przyzwyczaić się do tej czynności i uznać ją za naturalną i oczywistą. Przedział czasowy przeznaczony na zadania domowe, daje dziecku perspektywę ukończenia pracy. By zmotywować naszą pociechę do sprawniejszej współpracy, warto określić, co może zrobić, kiedy wcześniej odrobi zadanie i przyswoi materiał np. układanie puzzli, granie w gry komputerowe, wyjście na świeże powietrze. Gdy dziecko nie przestrzega umówionej godziny, należy ustalić nagrodę za przyjście na czas (np. wspólna zabawa) oraz konsekwencje za spóźnienia (np. 10 min. spóźnienia oznacza 10 min. mniej przed komputerem).

3. Podział materiału

Niektóre dzieci szybko się zniechęcają, widząc ilość zadań do wykonania. Aby dawać im poczucie, iż przybliżają się do momentu ukończenia pracy, warto podzielić materiał na części np. podział na przedmioty. Wypisujemy, co musimy dzisiaj zrobić, a następnie skreślamy wykonane zadania. Uatrakcyjnimy naukę, wykorzystując kolorowe mazaki.

4. Zaplanowanie przerw

Możliwość skupienia uwagi przez dzieci jest bardzo różna. Niektóre potrafią pilnie pracować jedynie przez 5 minut, inne nie znużą się nauką nawet przez 40 minut. Koncentracja zależna jest od wielu okoliczności (nastroju, poziomu cukru we krwi, stosunku do przedmiotu). Zasadniczo im młodsze dziecko, tym więcej przerw potrzebuje podczas odrabiania lekcji. Warto już na początku określić ilość i długość trwania przerwy oraz zaznaczyć, iż każda dodatkowa przerwa wydłuża czas pracy. Aby uczynić umowę bardziej wiarygodną, warto użyć alarmu i zakomunikować: „Pracujemy jeszcze 10 min., gdy przyjdzie czas na przerwę usłyszysz sygnał”. Dzieciom czas zabawy mija bardzo szybko, tymczasem czas nauki wydłuża się w nieskończoność, dlatego dźwięk alarmu będzie bezdyskusyjnym znakiem, iż czas nauki jeszcze nie upłynął.

5. Pochwała

Pochwała jest najprostszą formą nagrody, która nic nas nie kosztuje, a dla dziecka bardzo wiele znaczy. Nie tylko motywuje pociechę do dalszej pracy, buduje poczucie własnej

wartości, ale po prostu czyni odrabianie lekcji zajęciem przyjemniejszym, bo kształtuje pozytywne relacje między rodzicem a dzieckiem. Dlatego warto ograniczyć krytykę, a wszelkie postępy w nauce i samodzielne próby rozwiązywania zadań nagradzać pochwałą i uśmiechem na twarzy. Duma i zadowolenie rodzica potrafi wynagrodzić każdy wysiłek.

6. Spakowanie tornistra

Ostatni etap odrabiania lekcji to wspólne spakowanie tornistra. Pomoc rodzica początkowo jest niezbędna, ale z czasem nasza pociecha powinna sama przygotowywać rzeczy potrzebne w szkole. W ten sposób zaoszczędzimy sobie i dziecku niepotrzebnego stresu podczas porannego wyjścia do szkoły, a dla naszego dziecka będzie to jasny sygnał, że zakończyliśmy odrabianie lekcji.

Powodzenia!