



## JAK POMÓC DZIECKU W NAUCE?

Samodzielna nauka dziecka w domu, zwana odrabianiem lekcji, stanowi niezwykle ważne ogniwo nauczania i wychowania. Praca domowa ucznia jest kontynuacją nauki szkolnej przygotowującej dziecko do samokształcenia. Odrabianie lekcji ma zazwyczaj charakter utrwalający wiadomości i umiejętności nabyte w szkole. To właśnie w domu dziecko ma możliwość i okazję ponownego przemyślenia, czy rozszerzenia swojej wiedzy na określony podjęty w czasie lekcji temat. Może zastanowić się nad problemami poruszonymi w klasie, porozmawiać z rodzicami, rodzeństwem, rówieśnikami i wyjaśnić wątpliwości, czy też dojść do samodzielnych wniosków.



### TYPOWE BŁĘDY, KTÓRE POPEŁNIAJĄ RODZICE

- **Nadmierna kontrola**

*“Muszę go cały czas pilnować, gdy tylko odejdę – od razu zajmuje się czymś innym, nigdy nie pamięta co jest zadane”.*

Matka dzwoni do nauczycieli i kolegów, pytając o prace domowe. W ten sposób przejmuje całkowitą kontrolę, pozbawia syna odpowiedzialności i motywacji do nauki.

- **Uczenie się za dziecko**

Rodzice niezadowoleni z efektów nauki dziecka, sami biorą się do pracy. Sprawdzają zeszyty, przepisują od nowa fragmenty lub całe prace domowe, piszą za niego wypracowania, czytają lektury. Nawet, gdy zdają sobie sprawę, że w ten sposób krzywdzą dziecko, nie potrafią przestać. Obawiają się, że dziecko samo sobie nie poradzi.

- **Zbyt wysokie wymagania**

*“Moje dziecko jest strasznie nerwowe. Gdy coś mu nie wychodzi, płacze, rzuca zeszytami”.* Matka sprawdza pracę córki i podkreśla na czerwono popełnione błędy. Nie chwali jej za włożony w pracę wysiłek, za ciekawą treść. Koncentrując się na błędach, odbiera dziecku satysfakcję z wykonanej pracy.

- **Niewłaściwe motywowanie**

Rodzice w poczuciu własnej bezradności wobec szkolnych niepowodzeń dzieci próbują wszystkiego, żeby je zachęcić do nauki: moralizują, straszą, zawstydzają, przekupują, wyznaczają kary. Z kolei dzieci nie mając już nic do stracenia podejmują walkę z rodzicami.

- **Brak zainteresowania nauką dziecka**

Rodzice zapracowani i zmęczeni nie mają czasu zajmować się sprawami szkolnymi dziecka. Uważają, że samo powinno dać sobie radę. Nie rozumieją, że dziecko potrzebuje pomocy. Dopiero, gdy dziecko wpada w duże kłopoty lub zaczyna wagarować – zaczynają szukać pomocy.

#### Wnioski dla rodziców i nauczycieli:

- dostrzegaj sukcesy i starania dziecka,
- podkreśl dobre strony,
- wskaż nad czym mogłoby jeszcze popracować,
- zachęcaj do samooceny (“na ile jesteś zadowolony z efektów swojej pracy?”),
- okazuj życzliwe zainteresowanie,
- zamiast wypytywać i kontrolować, słuchaj uważnie i okaż zrozumienie dla jego uczuć,
- zamiast krytykować i oceniać, dodaj mu otuchy,
- zachęć do wyciągnięcia własnych wniosków (“jak myślisz, dlaczego ci nie poszło na tym sprawdzianie?”),
- jeżeli widzisz, że sprawy dziecka idą źle, nie wahaj się powiedzieć mu o tym, co cię martwi i czego od niego oczekujesz,

- jeżeli dotychczas nadmiernie kontrolowałeś swoje dziecko – oddaj mu odpowiedzialność za naukę, gdy dziecko o czymś zapomni, pozwól mu ponieść konsekwencje i zachęć do wyciągnięcia wniosków,
- rozmawiaj z dzieckiem o jego zainteresowaniach, celach i planach.



## NIĘŚWIADOME POTKNIĘCIA RODZICÓW

Twoje zachowanie	Reakcja dziecka	Jak postąpić
Złościsz się na dziecko za trójkę z klasówki, choć długo się uczyło do sprawdzianu.	Czuje do Ciebie żal i zaczyna bać się szkoły. Ze strachu może zacząć Cię okłamywać.	Powiedz, że liczyłaś na wyższą ocenę. Okaż mu jednak zrozumienie i pomóż w nauce.
Irytuje Cię jego brak ambicji. Wskazujesz dokonania prymusa klasowego i porównujesz je do marnych osiągnięć swojego dziecka.	Nabiera przekonania, że jest nieudacznikiem, traci pewność siebie i pogrąża się w kompleksach.	Zachęcaj je nagrodą; „Gdy dostaniesz szóstkę z historii, pójdziemy razem na film, który chcesz zobaczyć”.
Wciąż przypominasz o nauce, zakazujesz wychodzenia na podwórko, sprawdzasz, czy odrobiło lekcje.	Dziecko jest spięte i zestresowane. Buntuje się i marzy o tym, by jak najszybciej się usamodzielnić.	Przestań gderać – niech poniesie konsekwencje swojego lenistwa i odczuje, że nie są one przyjemne.
Chcesz być w porządku wobec nauczycieli i zakładasz, że zawsze trzeba karać dziecko.	Ma poczucie krzywdy, czuje się niezrozumiane i opuszczone. A może nauczyciel jest zbyt surowy?	Wesprzyj je, przytul i pociesz. Poszukaj prawdziwej przyczyny jego nieodpowiedniego zachowania.

## WŁAŚCIWE ODRABIANIE LEKCJI



### Właściwe przygotowanie

Dla dziecka odrabianie lekcji jest z reguły wielkim problemem i często prowadzi do znacznych konfliktów między nim a rodzicami. Praca domowa uniemożliwia często robienie innych, bardziej atrakcyjnych rzeczy. Koledzy z podwórka nawołują, dzwonią do drzwi; komputer i telewizja kuszą. Jak w takich warunkach dziecko ma się skoncentrować? Inne dzieci siedzą przez pół dnia przy biurku, gapią się przed siebie albo wygłupiają, i nic z tego nie wychodzi. Inne znów regularnie zapominają co było zadane, gdyż uważają, że w ogóle nie było żadnej pracy domowej.

Również i w tym przypadku można dokonać pewnych zmian.

## **Zeszyt prac domowych**

Do dzieci czasami nie dociera, co mają zadane. Dlatego mogą prowadzić zeszyt prac domowych i zapisywać w nim zadane lekcje. Jeżeli dziecko nie daje sobie z tym rady, należy poprosić nauczyciela o sprawdzenie, czy zapisało pracę domową.

## **Warunki pracy**

Dzieci nie powinny odrabiać lekcji w pokoju stołowym, czy w kuchni, gdyż na tej przestrzeni wiele rzeczy zakłóca spokój, a wtedy naprawdę trudno się skoncentrować na pracy. Kiedy po pomieszczeniu, w którym dziecko ma odrabiać lekcje, kręcą się inne osoby, włączone jest radio czy telewizor nie sposób oczekiwać, że zadanie zostanie wykonane właściwie.

Jeśli dziecko odrabia pracę domową w obecności matki, istnieje niebezpieczeństwo, że przy pojawieniu się najmniejszych trudności będzie szukało u niej pomocy. Mama jest zawsze pod ręką i dlatego często nadużywa się jej wsparcia. Dziecko powinno się przede wszystkim nauczyć wytrwałości i przyzwyczać się, że nie wszystko od razu się udaje. Musi nauczyć się dokładania wysiłku, żeby dotrzeć do celu. Nie chodzi tutaj o odmawianie dziecku pomocy, tylko o pomaganie mu taki sposób, żeby wzrastało jego poczucie odpowiedzialności i samodzielność.

Zatem należy się postarać, aby dziecko odrabiało lekcje we własnym pokoju albo w takim pomieszczeniu, gdzie może być samo.

## **Spokojne miejsce do pracy**

- Miejsce pracy powinno być jasne. Nie oznacza to jednak, że biurko koniecznie musi być usytuowane przy samym oknie.
- Biurko i miejsce do siedzenia muszą być dopasowane do wzrostu dziecka.
- Właściwe oświetlenie miejsca pracy - najlepiej, jeśli światło pada z lewej strony stołu czy biurka.
- Miejsce pracy powinno być uporządkowane. Jeśli przed rozpoczęciem pracy trzeba długo szukać zeszytów, powstaje u dziecka stres, jeszcze zanim wzięło się do lekcji.
- Zabawki czy podręczniki, których dziecko nie potrzebuje przy odrabianiu lekcji, powinny być sprzątnięte z biurka.
- Niezbędne przybory szkolne (ołówki, słowniki, kalkulator) powinny zawsze być pod ręką.
- Wskazane jest prowadzenie terminarza, w którym dziecko może zapisać daty klasówek, oddawania prac, wycieczek klasowych, a także prywatnych spotkań.

Reguły ułatwiające naukę i pracę:

- Dziecko odrabia lekcje samodzielnie.
- Oglądanie telewizji czy słuchanie radia jest zabronione podczas odrabiania lekcji.
- Po odrobieniu lekcji wszystkie przybory wracają na swoje miejsce.
- Po odrobieniu lekcji trzeba zapakować tornister na następny dzień.
- Ustalamy z dzieckiem określony porządek materiałów do nauki poszczególnych przedmiotów.
- Na zakończenie: konsekwentnie przestrzegamy tego, żeby dziecko zaczynało zabawę dopiero po odrobieniu lekcji.

Dziecko nie będzie z własnej inicjatywy wprowadzało w życie i przestrzegało tych reguł. To rodzic musi je do tego dopingować i towarzyszyć mu przez jakiś czas w utrwalaniu tych zasad. Należy unikać przy tym pretensji. Sformułujmy konieczność dokonania zmian jako wspólne przedsięwzięcie ("musimy jeszcze..."). Główny ciężar wdrożenia tych zasad spoczywa jednak zawsze na dziecku. W ten sposób pomagamy dziecku przyswoić sobie pewną dyscyplinę. Nie denerwujmy się, jeśli nasze starania nie spotkają się z entuzjastyczną reakcją. Dla wdrożenia tych reguł potrzebny jest czas (parę miesięcy, rok, a nawet dłużej).

## **Nauka samodzielnej pracy**

Zanim dziecko zacznie odrabiać lekcje, omawiamy z nim, co ma do zrobienia. Niech przejrzy zeszyty i oceni, czy samo da sobie w tym radę i czy będzie miało problemy ze zrozumieniem. Pomagamy mu zrozumieć zadania. Jeśli nie ma już żadnych problemów, dziecko powinno usiąść w swoim pokoju i zacząć odrabiać lekcje. Jeśli pojawią się trudności, dziecko powinno dać sobie z nimi radę samodzielnie, nawet jeśli popełni jakiś błąd. Ważne jest, żeby ten wysiłek podjęło samo. Jeśli dziecko, mimo ustaleń, ciągle prosi o pomoc, narzeka czy płacze, starajmy się nie ulegać. Dodajmy mu odwagi i przypomnijmy o ustaleniach.

Praca domowa służy przede wszystkim pogłębianiu i utrwalaniu przyswajanego w szkole materiału: jeśli rodzic stwierdzi, że dziecko często lub stale ma problemy ze zrozumieniem poleceń, powinien porozmawiać z nauczycielem lub zwrócić się do pedagoga czy psychologa. Zanim przysposobimy dziecko do samodzielnego odrabiania prac domowych,

porozmawiamy o tym z wychowawcą. Powinien być poinformowany o tym zamiarze. Musi wiedzieć, dlaczego praca domowa dziecka czasami jest niepełna czy zawiera błędy. Taka samodzielna praca umacnia odpowiedzialność dziecka, a tym samym rozwija jego zdolność koncentracji i wytrwałość.

Jeśli dziecko robi dużo błędów, albo jego samokontrola jest zbyt mała, wskazana jest kontrola przez rodziców. Po przejrzaniu pracy domowej dziecka, informujemy je, ile zrobiło błędów (nie mów dokładnie, jakie to były błędy). Na początku można dziecku nieco ułatwić znalezienie błędów, zakreślając np. pewien obszar w zeszycie, czy informując, że błędy znajdują się w pierwszej części tekstu czy w pierwszych czterech liniijkach. W zależności od postępów dziecka można dowolnie powiększać wskazywany obszar błędów. Dzięki takiemu postępowaniu przyczyniamy się do wyrobienia poczucia odpowiedzialności i samokontroli u dziecka. Uczy się ono, że na skutek braku skupienia ma więcej do zrobienia i że wszystko musi być wykonane samodzielnie, a nie przez rodziców.

***Zadbaj o to, by dziecko pamiętało o przerwach w nauce, oraz by w miarę możliwości przerabiało kolejno po sobie przedmioty jak najmniej podobne do siebie.***

## **KILKA WSKAZÓWEK DLA WSZYSTKICH – JAK SIĘ UCZYĆ?**



### **1. Właściwa pora**

Między 13 a 15 gwałtownie spada koncentracja, dlatego nie odrabiaj lekcji zaraz po powrocie ze szkoły. Co 30-45 minut rób przerwy (lepiej kilka krótkich niż jedną dłuższą) – napij się czegoś, posłuchaj muzyki.

- Skoncentruj się na tym, czego masz się nauczyć. Powiedz sobie wyraźnie: “Teraz będę się uczyć” i wytrwaj w tym postanowieniu.
- Wyznacz sobie nagrodę za punktualne rozpoczęcie i zakończenie pracy.
- Bądź zainteresowany tym, czego się uczysz. Lepiej pamiętamy to, co nas ciekawi.

### **1. Skojarzenia**

Najtrudniejszy materiał możesz łatwiej przyswoić dzięki kojarzeniu wiadomości z obrazami np. z fizyki – pojęcie “ciepłe powietrze jest lżejsze niż zimne” należy powiązać z balonem, który napompowany takim powietrzem leci w górę.

- Ucząc się, staraj się kojarzyć nową wiedzę z wiadomościami już przyswojonymi.
- Szukaj śmiesznych skojarzeń. Ułatwia to zapamiętywanie.
- Podczas nauki nie zapominaj o tworzeniu wierszyków i rymowanek. Są pomocne w zapamiętywaniu wielu szkolnych wiadomości.

### 1. **Bardzo ważne – urozmaicenia**

Nie wolno zbyt długo koncentrować się na jednym temacie. Najlepiej “skakać” po przedmiotach ( np. po matematyce historia, później przyroda).

### 2. **Porządek**

W bałaganie zbyt wiele czasu traci się na szukanie potrzebnych rzeczy.

### 3. **Wszystkimi zmysłami**

Wykorzystuj wszystkie możliwe “kanały” ( wzrok, słuch, dotyk ).

- Ucząc się używaj słuchu, wzroku i ręki – uważnie czytaj, głośno powtarzaj, pisz albo rysuj.
- Ucząc się, wybieraj ważne informacje, rób notatki, podkreślaj najważniejsze fragmenty na kolorowo.

### 4. **Zawsze planowo**

Zapisuj w kalendarzu wszystkie terminy klasówek, referatów, egzaminów itp.

Bardzo ważne jest planowanie nauki: jakie mam jutro lekcje? Co mam zadane z tych przedmiotów? Co jeszcze mam na jutro przygotować?

### 5. **Powtórki**

Powtórz materiał po klasówce. Nie ma lepszego sposobu na ugruntowanie wiedzy.

- Ucz się ze zrozumieniem. Najlepiej powtarzaj przeczytany materiał własnymi słowami.
- Najłatwiej zapamiętujemy początek i koniec jakiegoś materiału, najtrudniej środek.

***UCZ SIĘ SYSTEMATYCZNIE, NIE ODKŁADAJ PRACY.  
CODZIENNE, SYSTEMATYCZNE POWTÓRKI SĄ SKUTECZNIEJSZE  
NIŻ KILKUGODZINNA NAUKA NA DZIEŃ PRZED KLASÓWKĄ.***

### **Prace domowe**

- Na początek łatwe zadania, potem trudniejsze ćwiczenia, na koniec zostawiamy najprostsze prace.
- Dobrze jest powtarzać w domu materiał z lekcji jak najszybciej po ich zakończeniu – warto odrabiać wszystkie lekcje tego samego dnia, którego były one w szkole (aż 80 % zapominamy podczas pierwszych 24 godzin).
- W miarę możliwości należy przerabiać kolejno po sobie przedmioty jak najmniej podobne do siebie, zadania pisemne zaś odrabiać na przemian z ustnymi.
- 

### **BIBLIOGRAFIA:**

- D. Stipek, K. Seal – “Jak nakłonić dziecko do nauki?” Warszawa 2002
- G. W. Green – “Jak pomagać dziecku w nauce”. Warszawa 1997
- A. Faber, E. Mazlish – “Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole”.

Poznań 1996

- B. L. Mc Combs, J. E. Pope – “Uczeń trudny. Jak skłonić go do nauki”. Warszawa 1997
- H. Weyhreter – “Zaburzenia koncentracji u dzieci”. Warszawa 2001
- J. Fulton – “Sprawdź możliwości swojego intelektu”. Warszawa 2001
- “Trudne sytuacje w szkole podstawowej”