

JAK UŁATWIĆ DZIECKU WDROŻENIE SIĘ DO OBOWIĄZKÓW UCZNIĄ?

1. Dziecko najlepiej funkcjonuje w przewidywalnym, uporządkowanym środowisku.
 - Rozkład dnia powinien być stały i uwzględniać, że do sprawnej pracy mózgu potrzeba dziecku niezbędnej ilości tlenu (konieczny jest pobyt na świeżym powietrzu i wietrzenie pokoju).
 - Przebywanie dziecka w hałasie, długie oglądanie telewizji, przesadne korzystanie z komputera niekorzystnie wpływa na układ nerwowy i dostarcza mu nadmiaru bodźców.
 - Nadmiar zajęć pozaszkolnych i atrakcji nagromadzonych w jednym dniu także wpływa niekorzystnie, lepiej zastąpić je zajęciami wyciszającymi – słuchaniem muzyki, rozmową.
 - Istotne znaczenie dla funkcjonowania i sprawności dziecka ma odpowiednia ilość snu-10-12 godz. najlepiej od 20.00 lub 21.00.
2. Skuteczna i efektywna nauka i praca domowa wymaga zapewnienia odpowiednich warunków zewnętrznych i wewnętrznych.
 - Miejsce do nauki powinno być specjalnie do tego celu wyznaczone. Wyposażone tylko w to, co potrzebne do odrabiania lekcji. Należy zadbać, by kąciok do nauki był zawsze uporządkowany i by dziecko za to miejsce czuło się odpowiedzialne. Ważne jest właściwe oświetlenie (źródło światła z lewej strony), temperatura oraz stałe godziny nauki w domu. Wszyscy domownicy powinni szanować miejsce i czas nauki pierwszaka, zapewniając mu spokój.
 - Nieocenione znaczenie dla dziecka ma również uwaga rodziców, którą poświęcają małemu uczniowi. Postawę, która najbardziej przyda się podczas nauki można nazwać „*dyskretnym kibicowaniem*”. Rodzic, jak kibic wykazuje pozytywne nastawienie do dziecka i zadania, które przednim stoi. Zachowuje dystans przy jednoczesnej stałej gotowości do niesienia pomocy w razie potrzeby. Pomoc to naprowadzanie, odwoływanie się do tego, co było, a nie wyręczanie. Asystując w odrabianiu pracy należy trzymać się danego zadania, nie wdawać w rozmowy na inne tematy. Doceniać każdy sukces, nie bagatelizować, ale też nie wyolbrzymiać porażek.

- Ogromną rolę w rozwoju intelektualnym dziecka ma jak najwcześniejszy kontakt z książką. Rozmawianie dziecka w książce to ważne, wspólne zadanie rodziców i szkoły. Dzieci klas nauczania początkowego mogą same czytać książki „łatwe”. Sprawą ambicji i przyjemności dziecka powinno stać się szybkie opanowanie umiejętności czytania. Najlepszą metodą jest dostarczenie mu łatwych i atrakcyjnych książek oraz namawianie do korzystania ze szkolnej biblioteki.
3. Kluczem do radości z uczenia się jest dobra motywacja.
- Podjęcie nauki nie może kojarzyć się dziecku wyłącznie z zamknięciem etapu dzieciństwa i wkroczeniem w okres życia pełnego trudów. Dorośli przez cały czas swą postawą powinni dopingować, dodawać dziecku wiary we własne siły, dostrzegać zaangażowanie i wysiłek, a nie wyłącznie efekty.
 - Gdy przy braku oczekiwanych osiągnięć dziecko zamiast wsparcia i zachęty jest wyłącznie krytykowane, z powodu lęku przed powtórką tych doświadczeń może zablokować aktywną naukę.
 - Znalezienie motywacji w obliczu porażki jest związane z uświadomieniem i uznaniem swoich słabszych punktów i szczerą pełną zrozumienia rozmową na ten temat.
 - Dziecko powinno mieć świadomość, że podejmując naukę robi coś ważnego i dobrego, przede wszystkim dla siebie.
4. Postawa rodzicielska zapewniająca dziecku poczucie bezpieczeństwa wymaga wypośrodkowania między dwoma skrajnościami: nadopiekuńczością, która stanowi przeszkodę w procesie uczenia się samodzielności, a zbyt dużym zaufaniem, które rodzi ryzyko złych wyborów i decyzji wynikających z braku doświadczenia i dojrzałości.
- Rozsądny rodzic interesuje się swoim dzieckiem, bez popadania w panikę, ale nie usypia także swej czujności. Znajduje czas na rozmowę z pociechą, mając świadomość, że sposób myślenia, wnioskowania, widzenia świata czy zależności nim rządzących jest jeszcze u dziecka bardzo niedojrzały.
 - Rozmowa z dzieckiem wymaga cierpliwości dorosłych, nie może być formą „równoległych monologów”, wymienianych przy okazji lub w drodze do szkoły.

- Rozmowa z dzieckiem w atmosferze zaufania i szczerości daje dziecku poczucie, że jego problemy są ważne, a ono samo rozumiane, pomaga mu nazywać uczucia, opisywać i oceniać sytuacje, uczy spojrzenia z perspektywy innej osoby, a także umiejętności słuchania.
5. Podjęcie nauki w szkole jest swoistym wyzwaniem dla każdego dziecka, bo wymaga adaptacji w nowych warunkach.
- W zespole klasowym spotykają się różne dzieci i te nieśmiałe i przebojowe - każde z nich może napotykać na problemy adaptacyjne. Ważne, by rozmawiać z dzieckiem, poświęcić uwagę jego problemom, przyznać mu prawo także do uczuć negatywnych: lęku, żalu czy złości i wspólnie poszukiwać sposobów ich rozładowania i unikania.
 - Należy pamiętać, że dzieci bardzo emocjonalnie podchodzą do swych relacji z rówieśnikami, ale przeżycia te są równie intensywne, co krótkotrwałe.
 - Rodzice swą postawą mogą wspomagać dojrzałość społeczną dziecka. Najlepiej w rozmowach o własnych i cudzych dzieciach unikać porównań do innych - to budzi zazdrość i rywalizację, a zachęcać do współpracy, pomagania sobie, szukania wspólnych zainteresowań.
 - Warto wyrabiać w dziecku nawyk mówienia dobrze o innych, by uczyć dostrzegania w kolegach ich zalet, dobrych stron. Znajomość zasad „*fair play*”, umiejętność przyjęcia sprawiedliwej przegranej oraz zachowania się w obliczu porażki kogoś innego, to również atuty dobrego kolegi.
 - W ocenie sytuacji konfliktowych, które będą się zdarzać warto zawsze trzymać się konkretów, unikać uogólnień, przyklejania łątek. Także zdolność postawienia się na czyimś miejscu znacznie ułatwia dziecku znalezienie rozwiązania czy zrozumienie sytuacji.
6. Dziecko uważnie obserwuje jaką postawę mają rodzice wobec szkoły, chłonie ich opinie i reakcje. Na tej podstawie buduje swój własny stosunek do nauki, klasy oraz nauczycieli. Widząc szacunek do wychowawcy samo uczy się szacunku.
- Bardziej emocjonalne komentarze, różnice w ocenie sytuacji lepiej odkładać na czas, gdy dziecko nie jest ich świadkiem. Mały uczeń jest pośrednikiem w

relacjach szkoła-dom, codziennie relacjonuje w szkole o tym, co dzieje się w domu i na odwrót.

- Otwarty i stały kontakt ze szkołą pozwala na maksymalne wspieranie dziecka pod warunkiem, że wzajemne kontakty opierają się na obustronnej postawie otwartości i zaufania.
 - Rzetelna ocena dziecka daje rodzicom wyobrażenie o jego postępach i możliwościach oraz zaangażowaniu. Z kolei szczere dzielenie się wiedzą nt. swojego dziecka pozwala nauczycielowi wybierać najefektywniejsze metody, a także indywidualizować postępowanie.
 - Tylko wspólne poszukiwanie rozwiązań i prawdziwy sojusz wychowawczy rodziców i nauczycieli jest podstawą dobrego funkcjonowania dziecka w szkole.
7. W budowaniu poprawnych relacji szkoła-dom i przyjaznej atmosfery wokół dziecka istotne znaczenie ma stały kontakt ze szkołą.
- Codzienne korzystanie z e-dziennika ważnych wydarzeniach w życiu klasy i szkoły. W e-dzienniku znajdziecie Państwo wiadomości, ogłoszenia oraz terminarz różnych szkolnych wydarzeń. Jest to również podstawowe narzędzie do przekazania rodzicom ważnych informacji od pielęgniarki szkolnej, sekretariatu i dyrekcji szkoły. Jednocześnie głównie tą drogą, oprócz poczty elektronicznej i telefonu, rodzice przekazują wychowawcy informacje zwrotne dotyczące dziecka. Jest źródłem kluczowych informacji: o postępach dziecka, o ocenach, o