



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa
Polskiego w Czeladzi

JAK EFEKTYWNIENIE ZORGANIZOWAĆ NAUKĘ PODCZAS NAUCZANIA ZDALNEGO

Drodzy Rodzice, Uczniowie

CZYM JEST MOTYWACJA?

MOTYWACJA to stan gotowości do podjęcia działania. Jest on ukierunkowany na rezultaty. Wiąże się z wysokim poziomem energii, koncentracją na działaniu oraz pobudzeniem emocjonalnym.

DZIAŁANIE WEDŁUG WARTOŚCI

Wyjaśnij dziecku, że to, co cenimy w życiu, co jest dla nas ważne, ciekawe, piękne, dobre, to nasze motywatory. Warto, aby przemyślało, co jest dla niego ważne – które działania chce podejmować. Będzie działać chętniej, jeśli to, co robi jest zgodne z jego/jej wartościami.



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa
Polskiego w Czeladzi

Jak motywować dziecko do nauki ?

Czas nauki zdalnej jest czasem trudnym zarówno dla dziecka jak i dla rodzica. Podczas pobytu w domu dziecko ma wiele przyjemniejszych, w jego odczuciu, zajęć niż siedzenie nad książkami. Często rodzice chcą zmotywować dziecko do nauki, ale nie zawsze wiedzą jak.

Po pierwsze, wsparcie. Rodzic nie musi uczyć się tego samego co dziecko, on już szkołę skończył. Rodzic powinien wspierać – motywować do podjęcia wysiłku, do podjęcia próby poradzenia sobie z zadaniem. Wskazać możliwe miejsca poszukiwania wiedzy, wyjaśniać niejasności, słowem: być obok i dopingować.

Po drugie, doceniać. Każde dziecko jest inne i w innym czasie osiąga pewne założone cele. Dlatego tak ważne jest zauważenie nawet najmniejszych osiągnięć i powiedzenie o tym głośno. Wzmacnia to w dziecku poczucie własnej wartości i zwiększa chęć do dalszego podejmowania wyzwania.

Po trzecie, mówienie o dziecku dobrze. Nie oznacza to otoczenie dziecka kloszem. Często dzieci mówią o sobie „jestem głupi”, „do niczego się nie nadaję”. Takie myślenie o sobie ogranicza ich marzenia i możliwości.



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa Polskiego w Czeladzi

Po czwarte, budowanie poczucia własnej wartości. Rolą rodziców jest pomóc wykształcić w dziecku energię i inicjatywę, by znaleźć sposób zrównoważenia swojej słabości. Jest to szczególnie ważne w okresie dojrzewania, bo wówczas często jedynym źródłem poczucia własnej wartości jest akceptacja grupy rówieśniczej. Wiara we własne możliwości może zaprowadzić na sam szczyt, a jej brak powoduje utratę mnóstwa fantastycznych okazji do nauki, zabawy, poznania ciekawych ludzi.

Po piąte, motywuj mądrze. W procesie szkolnego uczenia się motywacja odgrywa dużą rolę. Jest siłą pobudzającą do nauki, zdobywania wiedzy i rozszerzania własnych zainteresowań. Od kar lepsze są nagrody, ale stosowanie ich musi być ostrożne. Złotym środkiem jest drobna nagroda, np. w postaci uznania rodziców, pochwały. Dziecko będzie miało poczucie, że rodzice doceniają jego trud i wysiłek włożony w naukę.

Po szóste, ucz przez zabawę. Nauka nie musi być tylko siedzeniem przy stole i rozwiązywaniem zadań na kartce. Nauka to czynności wykonywana przez każdego człowieka cały czas, w każdej sytuacji. Pokazanie dziecku innej, przyjemniejszej strony nauki, być może przekona je do dalszego wysiłku. Wspólne podsumowanie nowo nabytej wiedzy w formie zabawy pozwoli też na spędzenie czasu w miłej atmosferze.



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa Polskiego w Czeladzi

Po siódme, plan dnia. W naszej codzienności każda czynności ma swój określony czas i miejsce. Rano wstajemy, idziemy do szkoły/ pracy, potem obiad, nauka, zajęcia dodatkowe i tak dalej. W sytuacji nieoczekiwanej zmiany dziecko często się gubi i nie może się odnaleźć. Dlatego tak ważne jest wspólne ustalenie planu dnia: kiedy jest czas na zabawę, a kiedy na naukę. Pozwala to dziecku na odbudowanie poczucia bezpieczeństwa i możliwość zaplanowania podejmowanych działań.

Kluczem do sukcesu jest miłość i akceptacja. Najważniejszą sprawą w zakresie motywowania dzieci do nauki jest ich akceptacja przez rodziców, bez względu na to, co dziecko robi czy jak się zachowuje. Dziecko, które wyrasta w atmosferze akceptacji, poczuciu, że jest kochane i szanowane, łatwiej przyjmie nasz punkt widzenia. Dziecko, który nabierze wiary i pewności siebie, łatwiej pokona problemy i chętniej będzie stawiało czoła przeciwnościom.

Powodzenia !



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa
Polskiego w Czeladzi

Jak zmotywować się/ dziecko do systematycznej nauki poza szkołą ?

Zacznij od zaplanowania kilku kroków:

Krok 1: Poranna rutyna

Sposób w jaki rozpoczynamy poranek determinuje resztę dnia. Gdy nie musimy opuszczać mieszkania łatwo nam ulec pokusie spędzenia całego dnia w piżamie leżąc w łóżku lub na kanapie przed telewizorem. Z dużym prawdopodobieństwem skończymy dzień z myślą "Znowu nic nie zrobiłem/łam". Dlatego tak ważne jest utrzymanie stałego rytmu dnia. Czyli wstawanie o ustalonej porze, zjadanie wartościowych posiłków czy utrzymanie codziennej higieny i dbanie o siebie. Wszystkie te działania mają korzystny wpływ na naszą gotowość do działania.

W tak trudnym czasie cenne jest szczególne zadbanie o ćwiczenia fizyczne, czytanie, a także codzienne wyznaczanie celów.

Krok 2: Miejsce do nauki

Wyznaczenie i zorganizowanie odpowiedniego miejsca do nauki to krok do sukcesu. Najprawdopodobniej każdy z nas ma swoje ulubione miejsce w domu - postaraj się je wykorzystać jako przestrzeń do nauki. Nauczanie na odległość daje niepowtarzalną możliwość zdobywania wiedzy w najbardziej komfortowej i inspirującej dla nas przestrzeni. Trudno skoncentrować się gdy otoczenie jest chaotyczne. Warto więc zadbać o to, by stanowisko do nauki było czyste i dobrze zorganizowane. Pod ręką powinny znajdować się wszystkie potrzebne materiały by nie tracić czasu na szukanie ich i rozpraszanie uwagi oraz woda do picia ! Nauka z wykorzystaniem narzędzi audiowizualnych wymaga również dostępu do odpowiednich narzędzi jak komputer, laptop, tablet lub smartfon oraz stałego łącza internetowego. Warto wcześniej uprzedzić pozostałych domowników, że w określonych porach potrzebujemy ciszy i spokoju niezbędnego by skupić się na zaplanowanej pracy



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa
Polskiego w Czeladzi

Krok 3: Wsparcie

Jednym z powodów niskiej motywacji do nauki może być brak możliwości dzielenia się wiedzą z innymi i nauka w samotności. Warto poszukać partnera lub grupy osób, z którymi będziemy mogli pozostawać w stałym kontakcie (np. przez Messengera, telefon czy skype), dzielić się opracowywanym materiałem w formie dyskusji, przemyśleń, wspólnie sprawdzać postępy w nauce i systematyzować zdobytą wiedzę. Rozmowy o tym, co było ważne odpowiedzialność za przygotowanie materiału, wzajemne zadawanie pytań może zwiększyć chęć dalszego pogłębiania wiedzy. Do dyspozycji pozostają również nauczyciele, wychowawcy, pedagog i psycholog szkolny.

Krok 4 : Nagroda

Znacznie łatwiej zmotywować się do działania kiedy na horyzoncie widać czekającą nagrodę. Szczególnie kiedy realizujemy długotrwałe cele jak np. przygotowanie do egzaminów dojrzałości czy ukończenie klasy. To duże wyzwanie, które wymaga zainwestowania wiele czasu i energii. Pomocne jest dzielenie materiału na mniejsze partie, realizacja planu i wspieranie się systemem nagród. Kiedy zrealizujemy główny cel możemy sobie pozwolić na coś ekstra. Nagrodą może być cokolwiek sprawiającego nam przyjemność - kolejny odcinek serialu, nowa książka, zabawa ze zwierzakiem czy spacer po lesie. Pomysłów jest wiele !

Teraz do dzieła ! Trzymamy kciuki !



Szkoła Podstawowa nr 7 im. 1000-lecia Państwa Polskiego w Czeladzi

Miej na uwadze również:

- Zapoznanie się z informacjami przesłanymi przez dyrektora szkoły/ wychowawcę/ nauczycieli poszczególnych przedmiotów na temat sposobów i narzędzi, które będą wykorzystywane do prowadzenia nauczania,
 - zapoznaj się z instrukcjami przekazanymi przez wychowawcę/nauczycieli, jak pobrać materiały do nauki,
 - pamiętaj, że w razie potrzeby możesz napisać sam lub z pomocą rodziców maila do nauczyciela z prośbą o przedłużenie terminu wykonania danego zadania/aktywności,
 - jeśli zajęcia są prowadzone on-line, czyli w czasie rzeczywistym, pamiętaj, aby kilka minut wcześniej zalogować się w odpowiednim miejscu.
- sprawdź, w jaki sposób możesz zadawać nauczycielowi pytania lub uczestniczyć w dyskusji,
 - staraj się maksymalnie wykorzystać czas nauki i nie przedłużaj niepotrzebnie czasu spędzonego przy komputerze,
 - sprawdź termin wyznaczony przez nauczyciela na wykonanie zadania,
 - Jeżeli zdajesz w tym roku egzamin ósmoklasisty, egzamin maturalny lub egzamin zawodowy, skorzystaj z materiałów publikowanych przez Centralną Komisję Egzaminacyjną, w tym z próbnych testów. Pomogą Ci one lepiej przygotować się do egzaminu

Wiedza dotycząca wyżej wymienionych podpunktów sprawi, że poczujesz się pewnie i bezpieczniej, a tym samym wysiłek w włożoną pracę będzie jeszcze efektywniejszy !

Opracowały:
Aleksandra Kościuszko-Koń, Agnieszka Grzelka-Łakomik
psycholog i pedagog szkolny