

**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**

### **Zasady organizacji nauki w domu**

#### **1. Zapewnienie dziecku stałego miejsca do pracy – kącika nauki,**

- Najlepiej gdyby było to miejsce z własnym biurkiem i krzesłem przystosowanym do wzrostu dziecka.
- Zanim dziecko zasiądzie do zeszytów, warto zadbać, by nic go nie rozpraszało, należy : wyłączyć telewizor, radio, zamknąć drzwi do pokoju, sprawdzić czy nie dochodzą z innych pomieszczeń np. odgłosy świetnie bawiącego się rodzeństwa. Im mniej będzie dookoła rozpraszających bodźców, tym lepiej. W pomieszczeniu w którym dziecko się uczy powinna panować CISZA.
- Ważne jest też by światło padało z lewej strony gdy dziecko jest praworęczne a z prawej gdy dziecko jest leworęczne.
- Oświetlenie elektryczne nie może być zbyt słabe, nie może też być zbyt jaskrawe.
- Na biurku powinien panować porządek, znajdować się na nim powinny tylko rzeczy aktualnie potrzebne do odrobienia pracy domowej.
- W pokoju nie może być duszno ani zbyt gorąco, optymalna temperatura to ok. 20 – 21 stopni Celsjusza.

**2. Określenie najlepiej w formie pisemnej - ramowego planu dnia/dziennego rozkładu zajęć domowych ucznia.** Szkolne i domowe obowiązki ucznia wymagają starannego uporządkowania, mają tu być ściśle uwzględnione pory odpoczynku i okresy nauki z zastrzeżeniem konsekwentnego ich przestrzegania.

**3. Zapewnienie stałego dostępu do komputera** lub przenośnych urządzeń elektronicznych, gdzie uczeń pod kontrolą rodzica będzie codziennie pobierał

wytyczne do pracy w domu zgodnie z obowiązującym szkolnym planem zajęć.

**3. Opracowywanie i przyswajanie nowych zagadnień** z poszczególnych przedmiotów według zaleceń nauczycieli.

**5. Kontrolowanie przez rodziców efektów pracy dziecka** ( odpytywanie, sprawdzanie notatek, analizowanie treści opracowanych zadań). Rodzic w tym czasie powinien czuwać nad prawidłowym przebiegiem pracy swego dziecka.

**6. Włączanie się rodziców do pomocy dziecku w nauce.** Jeżeli pojawiają się problemy ze zrozumieniem przez dziecko nowych treści, należy tak pokierować jego myśleniem, aby naprowadzić na prawidłową drogę, udzielić wskazówek. Nie należy podawać gotowych rozwiązań. Rodzicu, bądź gotowy do pomocy, jeśli dziecko cię potrzebuje. Nie naciskaj jednak, jeśli o to nie prosi. Czasem lepiej je zostawić, by rozwiązało problem samo. Ważne, by dziecko miało poczucie, że może liczyć na wspierających je dorosłych i w razie potrzeby poświęcą mu oni 100 % swojej uwagi. Na atmosferę do nauki wpływa nastawienie rodziców do szkoły i edukacji. Im bardziej rodzice wspierają dziecko w nauce, tym lepsza jest atmosfera do uczenia się.

**7. W przypadku trudności z zrozumieniem tematu,** zadania należy skontaktować się z nauczycielem przedmiotu zgodnie z określonymi przez szkołę zasadami w celu uzyskania dodatkowych wskazówek.

**8. Stosowanie przerw podczas nauki.** Nie należy się spodziewać, że dziecko będzie odrabiać pracę domową dwie godziny bez przerwy. Gdy się zmęczy nauką, jego koncentracja osłabnie co powoduje gorsze i mniej trwałe przyswajanie wiadomości. Dlatego najlepiej jest, by robiło w czasie uczenia krótkie 10-15-minutowe przerwy np. na zrobienie herbaty czy inną mało absorbującą aktywność – nie może to być nic od czego będzie je trudno oderwać (np. Zabawa). Dziecko powinno zakończyć rozpoczętą pracę lub dojść do jakiegoś punktu i wtedy może zrobić sobie przerwę. Przerwy pozwalają na uporządkowanie przeczytanych informacji i powiązanie ich w logiczną całość.

**9. Ustalenie konsekwentnego systemu nagród** za wywiązywanie się z obowiązku nauki

Nagrodą dla dziecka może być np. atrakcyjny sposób spędzenia czasu z rodzicami:

- gry w planszówki, karty, warcaby, szachy,
- wspólne czytanie książek, bajek, komiksów,
- wspólne oglądanie ciekawych programów, gotowanie
- rozwijanie hobby - majsterkowanie, prace plastyczne, czy gra na instrumencie, wspólne spacerowanie - ale tam, gdzie nie ma ludzi!

Pamiętajmy! Nagroda zwiększa motywację do pracy.

### Jak motywować dziecko do nauki w domu?

Nie wszystkie dzieci chętnie zabierają się do nauki. Wiele zwleka z odrabianiem lekcji, odkłada szkolne obowiązki na później, z niezadowoleniem siada do książek. Rodzice często zastanawiają się, w jaki sposób zachęcić dziecko do nauki?

Każde dziecko jest inne i inne metody będą najlepiej się sprawdzać przy wspieraniu jego motywacji do nauki, ale jest kilka uniwersalnych sposobów.

**1. Dobra organizacja czasu nauki.** Bardzo ważny jest stabilny harmonogram. Najlepiej, aby dziecko odrabiało lekcje o stałej porze, w miejscu, gdzie jest cicho i spokojnie, gdzie może się skoncentrować i nic go nie rozprasza. Przed przystąpieniem do nauki dobrze jest przygotować sobie wszystkie książki i pomoce, tak aby później nie przerywać pracy. Odrabianie lekcji warto rozpocząć od najtrudniejszego zadania, kiedy jest się jeszcze wypoczętym. Wskazane jest również rozdzielanie materiału na krótsze partie, włączanie przerw. Zwłaszcza w przypadku małych dzieci, jest to bardzo ważne. Przeciętne dziecko w klasie I potrafi skupić się na 15 minut, w klasie III na pół godziny. Przerwę trzeba zrobić gdy dziecko zaczyna mieć problemy z koncentracją uwagi, jest zmęczone.

**2. Systematyczność.** Czasem dziecko po prostu nie wie, w jaki sposób zabrać się do pracy. Kiedy trzeba nauczyć się na pamięć wiersza, napisać wypracowanie, zrobić plakat i rozwiązać kilka zadań z matematyki, wówczas naprawdę można się pogubić i zniechęcić. Podpowiedzmy dziecku, co może zrobić, aby wykorzystać

czas przeznaczany na naukę w sposób jak najbardziej efektywny. Przede wszystkim powinno systematycznie odrabiać wszystkie lekcje. Podobnie jest z nauką wiersza bądź czytaniem lektur. Nie warto tego zostawiać na ostatnią chwilę. Uczeń zachęcony do systematyczności, sam szybko zauważy, że przyswajanie wiedzy stopniowo i małymi partiami, zajmuje stosunkowo niewiele czasu i nie wymaga zbyt dużego wysiłku. W systematycznej nauce znaczącą rolę odgrywają również rodzice. Są dla dziecka przykładem i wsparciem, ale powinni je też kontrolować.

**3. Pozytywna ocena rezultatów własnej pracy.** Każdy lubi, gdy jego starania są doceniane. Pamiętajmy więc, aby zauważać nawet niewielkie osiągnięcia dziecka i aby chwalić je nawet za drobne postępy. Nie stawiamy dziecku zbyt wygórowanych wymagań, swoje oczekiwania dostosujemy do jego możliwości. Dzieci różnią się między sobą pod względem zdolności do nauki, więc nie każdy uczeń może mieć same piątki. Warto doceniać nie tylko końcowy efekt pracy (np. w postaci ocen), ale również sam fakt przystąpienia do niej, wysiłek wkładany w proces uczenia się. Jest to szczególnie ważne w przypadku słabszych uczniów, którzy często pomimo dużego nakładu pracy i czasu osiągają nie zawsze zadowalające efekty. Jeśli rodzice będą skupiać uwagę jedynie na niepowodzeniach dziecka, wówczas szybko straci ono chęć do nauki. Najlepszy efekt da pochwała konkretna, wskazująca na pozytywne działanie, a nie pochwała dziecka jako takiego np. „Świetnie obliczyłaś to zadanie z matematyki”, „Znalazłaś bardzo dobrą drogę do rozwiązania tego zadania”, „Fantastycznie narysowałaś to drzewo”, zamiast zdań typu: „Jak zawsze jesteś dobra z matematyki”, czy też „Masz niezłe zdolności plastyczne”. Poza tym od czasu do czasu potrzebna jest też tzw. marchewka, nagroda np. upominek. Nie powinno się natomiast płacić pieniędzmi, dawać jakiegokolwiek upominku za każdą odrobioną pracę domową, gdyż nie są to skuteczne metody na dłuższą metę.

**4. Stosowanie różnego rodzaju technik ułatwiających zapamiętywanie.**

Notatki z wykorzystaniem różnych kolorów, podkreśleń i zabawnych rysunków, bazowanie na skojarzeniach, robienie wykresów, map myśli. Wszelkiego rodzaju fiszki, czyli słowa kluczowe i hasła w książkach, na tablicy, ścianie, biurku.

To wszystko może pomóc dziecku lepiej i bardziej trwale opanować materiał.

**5. Wykorzystywanie wiedzy w praktyce.** Pomóżmy dziecku dostrzec korzyści, jakie może odnieść z posiadanej wiedzy, pokażmy mu, w jaki sposób powiązać ją z codzienną rzeczywistością i jak wykorzystać ją w praktyce np. dziecko uczy się obliczać pole prostokąta, więc zapytajmy je, czy mogłoby policzyć ile metrów wykładziny, parkietu muszą Państwo kupić do danego pokoju. Wówczas dzieci chętniej się uczą i czerpią większą przyjemność z przyswajanej wiedzy. Tutaj wsparcie rodziców oraz dawanie przykładu własnym postępowaniem jest niezastąpione. Już samo okazanie zainteresowania, może działać bardzo wiele. Zachęcajmy dziecko do rozmów, do myślenia, do wyrażania własnych opinii. Rozbudzajmy w nim zainteresowanie otaczającym światem. Pokażmy mu, że nauka naprawdę może być interesująca i przyjemna.

**6. Samodzielność.** Nie wyręczajmy dziecka w odrabianiu lekcji. To bardzo ważne. Kiedy prosi o pomoc, nie podawajmy mu gotowych rozwiązań, ale jedynie na nie naprowadźmy, udzielmy wskazówek, wyjaśnijmy wątpliwości. Zachęćmy ucznia do samodzielności. Samodzielnie rozwiązane zadanie, może dostarczyć dziecku dużej satysfakcji, wzmacnia w nim również poczucie, że jest w stanie poradzić sobie z trudnościami. Jest to szczególnie ważne, ponieważ uczeń posiadający wiarę w swoje siły, nie zraża się niepowodzeniami, a stawiane przed nim zadania, traktuje nie jak uciążliwe obowiązki, ale jak przyjemne wyzwanie, któremu jest w stanie sprostać.

**7. Współpracujmy ze szkołą-** Pamiętajmy, że nauczyciel to sprzymierzeniec w procesie edukacji dziecka.

## **Zachowanie zasad bezpieczeństwa w sieci**

W przypadku konieczności pracy zdalnej, zapewnienie bezpieczeństwa uczniów pozostających w domu spoczywa na ich rodzicach. Są oni także odpowiedzialni za potencjalne szkody, jakie mogą spowodować ich dzieci za pośrednictwem internetu innym osobom.

Poniżej znajdują Państwo wybrane, możliwe zagrożenia, na które należy zwrócić uwagę.

### **TREŚCI ZAGRAŻAJĄCE ROZWOJOWI PSYCHICZNEMU I MORALNEMU UCZNIÓW.**

Podczas przeglądania treści potrzebnych do nauki w wynikach wyszukiwania może pojawić się strona, która nie jest przeznaczona dla dzieci. Również niektóre aplikacje sugerowane użytkownikowi strony są nieodpowiednie dla dziecka.

Warto ustawić w używanych systemach operacyjnych opcje kontroli rodzicielskiej. W miarę możliwości rodzice powinni jednak towarzyszyć dziecku podczas nauki. Jest to szczególnie ważne w przypadku młodszych uczniów.

#### **Blokada rodzicielska - dlaczego warto z niej korzystać:**

- filtruje strony internetowe pod kątem treści nieodpowiednich dla najmłodszych, co jest zadaniem kluczowym; dziecko unika zagrożeń - nie odwiedza stron o treściach, których nie powinno zgłębiać (np. pornograficzne, przemocowe),
- nadzoruje uruchamianie aplikacji - pozwala na weryfikowanie częstotliwości i czasu z nich korzystania,
- blokuje opcje pobierania programów i aplikacji przez dziecko - próba zainstalowania czegoś musi być autoryzowana przez rodzica,
- chroni bezpieczeństwo plików - nic przypadkowo nie zostanie skasowane, uniemożliwia ściąganie zawirusowanego pliku,
- minimalizuje ryzyko sytuacji, kiedy dziecko jest narażane na język

wulgaryzmów, uniemożliwia kontakty dziecka z osobami, z którymi do czynienia mieć nie powinno, pozwala na kontrolę czasu spędzanego w sieci - można skorzystać z opcji konfigurowania limitów czasu korzystania z urządzenia.

## **NIEZWERYFIKOWANE INFORMACJE. CO JEST PRAWDĄ, A CO FAŁSZEM?**

Podczas nauki on-line dziecko może natrafić w internecie na informacje, które wzbudzą w nim niepokój. Ważne jest, aby omówić taką sytuację i wyjaśnić dziecku, że wiele treści zamieszczanych w sieci nie służy informowaniu, a często tylko przykuwaniu uwagi czy zwiększaniu częstotliwości odwiedzin danej strony.

## **REKLAMY**

W sieci pojawia się mnóstwo reklam, które są często profilowane dla konkretnego użytkownika. Rodzice powinni pamiętać o wynikających z tego zagrożeniach.

## **OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH I WIZERUNKU**

Szkoły pracujące na platformie epodreczniki.pl mogą być pewne, że dane osobowe uczniów są bezpieczne. Zarówno uczniowie, jak i nauczyciele powinni mieć świadomość, że nieodpowiedzialne logowanie się do stron komercyjnych, bez przeczytania regulaminu portali, automatyczne wyrażanie zgód na dostęp do zdjęć, filmów, kontaktów, które są w telefonie, może okazać się niebezpieczne.

Ważne jest również, aby podczas zdalnej nauki nie narazić się na nieumyślne złamanie prawa, gdy nieświadomie udostępnimy dane osobowe lub wizerunek kolegów i koleżanek ucznia.

## **UZALEŻNIENIE OD INTERNETU**

Dziecko, korzystając z internetu do nauki i zabawy, nie powinno przekraczać czasu zalecanego na pracę przy komputerze dla danej grupy wiekowej. Może to skutkować zarówno problemami z koncentracją i nauką, ale również ze zdrowiem fizycznym.

## **BEZPIECZEŃSTWO SPRZĘTÓW I DOSTĘPU DO SIECI**

Sprawdzajmy aktualność zabezpieczeń na komputerach i smartfonach dziecka. Istnieją darmowe programy kontroli rodzicielskiej. Każdy system operacyjny daje również możliwość ustawienia pewnych ograniczeń.

## **NIEBEZPIECZNE KONTAKTY**

Dzieci i młodzież, które korzystają z internetu, szczególnie z portali społecznościowych, są narażone na kontakt z osobami mającymi złe intencje, zamierzającymi popełnić przestępstwo. Dlatego też rodzice i nauczyciele powinni szczególnie interesować się, z kim dziecko utrzymuje kontakt oraz informować o wszelkich próbach kontaktu ze strony obcych osób.

## **CYBERPRZEMOC**

O wszelkich formach cyberprzemocy (słownej, nękania, podszywania się pod inne osoby) należy informować odpowiednie organy, zarówno w sytuacji, kiedy ofiarą jest nasze dziecko, jak i wówczas, kiedy jest ono świadkiem takich działań.

## **GRY KOMPUTEROWE I WIDEO**

Dzieci są również narażone na nieodpowiednie treści zawarte w grach. Aby tego uniknąć, warto sprawdzać kategorię wiekową danej gry oraz to, czy nie zawiera np. scen przemocy, hazardu, pornografii. Europejski system klasyfikacji gier PEGI nadaje oznaczenia wieku i treści zawartych w grze. Są one obecne praktycznie na każdej grze dostępnej on-line bądź w sklepie.

Zachęcamy również do zapoznania się z materiałami zamieszczanymi na stronie

<https://ose.gov.pl/pakiety-edukacyjne/materialy-dla-rodzicow-i-opiekunow>



## **10 RAD DLA RODZICÓW DOTYCZĄCYCH BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z INTERNETU PRZEZ DZIECI**

**1.Odkrywaj Internet razem z dzieckiem.** Bądź pierwszą osobą, która zapozna dziecko z Internetem. Odkrywajcie wspólnie jego zasoby. Spróbujcie znaleźć strony, które mogą zainteresować Wasze pociechy, a następnie zróbcie listę przyjaznych im stron (pomocny będzie edukacyjny serwis internetowy – [www.sieciaki.pl](http://www.sieciaki.pl), adresy stron zamieszczone na stronie szkoły w informacjach dotyczących zdalnego nauczania). Jeśli Wasze dziecko sprawniej niż Wy porusza się po Sieci, nie zrażajcie się – poproście, by było Waszym przewodnikiem po wirtualnym świecie.

**2.Naucz dziecko podstawowych zasad bezpieczeństwa w Internecie.** Uczul dziecko na niebezpieczeństwa związane z nawiązywaniem nowych znajomości w Internecie. Podkreśl, że nie można ufać osobom poznanym w Sieci, ani też wierzyć we wszystko co o sobie mówią. Ostrzeż dziecko przed ludźmi, którzy mogą chcieć zrobić im krzywdę. Rozmawiaj z dzieckiem o zagrożeniach czyhających w Internecie i sposobach ich unikania.

**3. Rozmawiaj z dziećmi o ryzyku umawiania się na spotkania z osobami poznanymi w Sieci.** Dorośli powinni zrozumieć, że dzięki Internetowi dzieci mogą nawiązywać przyjaźnie.

Jednakże spotkanie się z nieznanymi poznanymi w Sieci może okazać się bardzo niebezpieczne. Dzieci muszą mieć świadomość, że mogą spotykać się z nieznanymi wyłącznie po uzyskanej zgodzie rodziców i zawsze w towarzystwie dorosłych lub przyjaciół.

**4. Naucz swoje dziecko ostrożności przy podawaniu swoich prywatnych danych.** Dostęp do wielu stron internetowych przeznaczonych dla najmłodszych wymaga podania prywatnych danych. Ważne jest, aby dziecko wiedziało,

że podając takie informacje, zawsze musi zapytać o zgodę swoich rodziców.

Dziecko powinno zdawać sobie sprawę z niebezpieczeństw, jakie może przynieść podanie swoich danych osobowych. Ustal z nim, żeby nigdy nie podawało przypadkowym osobom swojego imienia, nazwiska, adresu i numeru telefonu.

#### **5. Naucz dziecko krytycznego podejścia do informacji przeczytanych w Sieci.**

Wiele dzieci używa Internetu w celu rozwinięcia swoich zainteresowań i rozszerzenia wiedzy potrzebnej w szkole. Mali internauci powinni być jednak świadomi, że nie wszystkie znalezione w Sieci informacje są wiarygodne. Naucz dziecko, że trzeba weryfikować znalezione w Internecie treści, korzystając z innych dostępnych źródeł (encyklopedie, książki, słowniki).

**6. Bądź wyrozumiały dla swojego dziecka.** Często zdarza się, że dzieci przypadkowo znajdują się na stronach adresowanych do dorosłych. Bywa, że w obawie przed karą, boją się do tego przyznać. Ważne jest, żeby dziecko Ci ufało i mówiło o tego typu sytuacjach; by wiedziało, że zawsze kiedy poczuje się niezręcznie, coś je zawstydzi lub przestraszy, może się do Ciebie zwrócić.

**7. Zgłaszaj nielegalne i szkodliwe treści.** Wszyscy musimy wziąć odpowiedzialność za niewłaściwe czy nielegalne treści w Internecie. Nasze działania w tym względzie pomogą likwidować np. zjawisko pornografii dziecięcej szerzące się przy użyciu stron internetowych, chatów, e-maila itp. Nielegalne treści można zgłaszać na policję lub do współpracującego z nią punktu kontaktowego ds. zwalczania nielegalnych treści w Internecie – Hotline'u ([www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl)). Hotline kooperuje również z operatorami telekomunikacyjnymi i serwisami internetowymi w celu doprowadzenia do usunięcia nielegalnych materiałów z Sieci.

#### **8. Zapoznaj dziecko z NETYKIETĄ - Kodeksem Dobrego Zachowania**

**w Internecie.** Przypominaj dzieciom o zasadach dobrego wychowania. W każdej dziedzinie naszego życia, podobnie więc w Internecie obowiązują takie reguły: powinno się być miłym, używać odpowiedniego słownictwa itp. (zasady Netykiety znajdziesz na stronie [www.sieciaki.pl](http://www.sieciaki.pl)) Twoje dzieci powinny je poznać (nie wolno czytać nie swoich e-maili, kopiować zastrzeżonych materiałów, itp.).

**9. Poznaj sposoby korzystania z Internetu przez Twoje dziecko.** Przyjrzyj się, jak Twoje dziecko korzysta z Internetu, jakie strony lubi oglądać i jak zachowuje się

w Sieci. Staraj się poznać znajomych, z którymi dziecko koresponduje za pośrednictwem Internetu. Ustalcie zasady korzystania z Sieci (wzory Umów Rodzic-Dziecko znajdziesz na stronie [www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl)) oraz sposoby postępowania w razie nietypowych sytuacji.

**10. Pamiętaj, że pozytywne strony Internetu** przeważają nad jego negatywnymi stronami. Internet jest doskonałym źródłem wiedzy, jak również dostarczycielem rozrywki. Pozwól swojemu dziecku w świadomy i bezpieczny sposób w pełni korzystać z oferowanego przez Sieć bogactwa.

Źródła: gov.pl , sieciaki.pl