

## **Të mësuarit në shtëpi – të mbështesim fëmijët**

Si mund t'i mbështesin prindërit fëmijët e tyre për të mësuar? Disa këshilla:

### **Të krijoni një ambient të mirë për të mësuar. Kjo ndodh...**

- nëse fëmija juaj ka një vend të qetë për të mësuar në një dhomë ku ndihet rehat. Rekomandohet që gjithmonë të bëhen detyrat e shtëpisë në të njëjtin vend.
- në një tavolinë (mundësisht një tavolinë shkrimi, por mund të jetë edhe një tavolinë tjetër) ku fëmija juaj mund të ulet drejt dhe të mos lodhet. Për këtë duhet marrë parasysh:
  - Të qëndruarit ulur me kërrusje, me tendosje pengon frymëmarrjen dhe qarkullimin e gjakut. Për të furnizuar më mirë trurin me oksigjen, duhet të qëndrohet ulur drejt në karrige.
  - Për shpinën është e rëndësishme që lartësia e karriges dhe tavolinës të jetë si duhet. Lartësia e qëndrimit ulur është e mirë nëse bërrylat janë të relaksuar në tavolinë në një kënd 90° me trupin dhe në të njëjtën kohë këmbët janë në dyshe me pa asnjë problem.
- në një hapësirë pune të ndriçuar nga drita natyrale ose një llambë tavoline.

### **Detyrat e shtëpisë mund të bëhen me më shumë përqendrim nëse...**

- nuk ka shpërqendrim (nga të ftuarit, vëllezërit e motrat, kompjuter, televizor, telefonat celularë, lodrat ose kafshët shtëpiake).
- diçka për të pirë (mundësisht ujë) është në dispozicion në tavolinën e mësimit.
- ajri i freskët vjen gjithmonë në dhomë dhe ka një temperaturë të këndshme në dhomë.
- Bëhen pushime gjatë të mësuarit. Fëmijët 8 deri 12-vjeçarë mund të jenë të vëmendshëm mesatarisht 20-25 minuta për çdo detyrë. Pastaj ata duhet të lëvizin për rreth 3-5 minuta.

### **Rregulli gjithashtu ndihmon me të mësuarit. Për këtë fëmija ka nevojë për...**

- një vend të vetin për të gjitha mjetet shkollore (p.sh. raft, komodinë, dollap),
- një furnizim të vogël me lapsa të zinj dhe lapsa me ngjyra, shkopinj ngjites, fletore, etj.
- orarin mësimor të varur dukshëm në tavolinën e detyrave dhe një kopje e tij të mbahet në një dhomë kryesore, p.sh. në kuzhinë,
- një pasqyrë me të gjitha detyrat dhe takimet për javën (= plani javor), i cili është qartësisht i dukshëm. Kjo i lejon fëmijës të kontrollojë çdo detyrë të përfunduar (p.sh. të mësojë për një test).