

Учене у дома - подкрепа за децата

Как родителите могат да подпомагат децата си при учене? Ето няколко съвета:

Създайте добра атмосфера за учене. Такава е налице ...

- когато Вашето дете има спокойно работно място в помещение, в което се чувства добре. Препоръчва се, домашните работи да се правят винаги на същото място.
- на маса (за предпочитане бюро, но може да бъде и друга маса), където детето може да седи изправено и не се изморява. При това да се съблюдава:
 - Прегърбената, напрегната седяща позиция затруднява дишането и кръвообращението. За да се осигури по-добро снабдяване на мозъка с кислород, трябва да се седи изправено на стола.
 - За гърба е важно столът и масата да са с подходяща височина. Височината на сядане е добра, когато лактите са отпуснати върху масата под ъгъл 90° спрямо тялото и в същото време стъпалата безпроблемно се опират на пода.
- на работно място, осветено от естествена светлина или настолна лампа.

Домашната работа може да бъде свършена с по-голяма концентрация, когато...

- няма разсейващи фактори (гости, братя и сестри, компютър, телевизор, мобилен телефон, играчки или домашни любимци).
- на работното място да има нещо за пиене (за предпочитане вода).
- свежият въздух навлиза отново и отново в стаята и в нея цари приятна температура.
- Спазват се почивките за учене. Децата на възраст от 8 до 12 години могат да внимават средно за 20-25 минути в даден момент. След това трябва около 3-5 минути да се движат.

Също редът помага при ученето. За тази цел детето се нуждае от ...

- отделно място за всички училищни пособия (напр. рафт, скрин, шкаф),
- малък запас от моливи и цветни моливи, лепила, тетрадки и др,
- графика на учебните часове на ясно видимо място на работното място, както и копие от него в централно помещение, напр. в кухнята,
- преглед с всички задачи и дати за седмицата (= седмичен график), който е ясно видим. Това позволява на детето да отбелязва всяка изпълнена задача (напр. учене за тест).