

Zalecenia do pracy z dzieckiem w domu w wieku szkolnym. Instrukcja dla rodzica lub opiekuna osoby z autyzmem

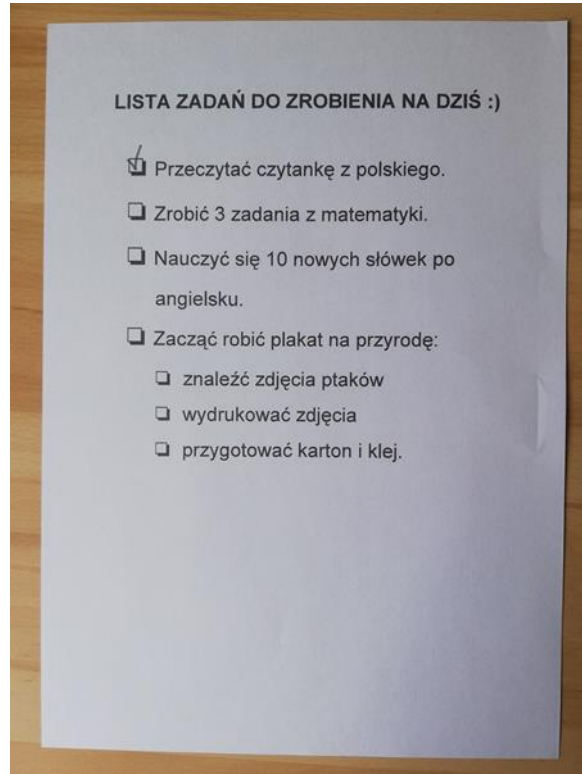
Materiał zawiera 4 strony

Drogi Rodzicu, Opiekunie, zastanawiasz się, jak pomóc swojemu dziecku lepiej uczyć się w przestrzeni domowej? Twoje dziecko ma trudności z koncentracją uwagi na zadaniach szkolnych? Szukasz sposobów, aby zachęcić dziecko do nauki? Zależy Ci, aby ten czas był atrakcyjny i dobrze wykorzystany? Oto kilka wskazówek, które warto zastosować, aby zwiększyć efektywność nauki w domu:

1. przed rozpoczęciem nauki należy **przygotować miejsce** - posprzątać biurko, wyłączyć telewizor, schować atrakcyjne przedmioty/zabawki, zamknąć okno i drzwi, wyprowadzić psa z pokoju, wyciszyć telefon - tak, aby ograniczyć ilość bodźców, które mogłyby rozpraszać uwagę dziecka;



2. warto zrobić tzw. “check listę” czyli **listę zadań do zrobienia** na dany dzień - dziecko może odhaczać lub skreślać zadania (lub etapy zadań), aby wiedziało, ile jeszcze zostało do zrobienia; będzie to też dawało poczucie sukcesu;



3. dobrze jest podzielić pracę na **etapy**; robić częste przerwy; zaplanować, ile zadań musi być zrobionych przed przerwą;
4. przerwy nie powinny być zbyt atrakcyjne; można zrobić razem z dzieckiem listę atrakcyjnych aktywności, które będzie mogło wykonywać w trakcie przerwy, najbardziej atrakcyjne zajęcia zostawiamy na koniec, aby utrzymywać motywację do nauki;
5. przerwa powinna mieć określone zakończenie, które może być wyznaczone przez skończenie aktywności (np. pokolorowanie obrazka) albo sygnał dźwiękowy (np. timer); można również ustalić z dzieckiem czas przerwy, np. 5 minut;
6. w przerwach dobrze jest wykonywać ćwiczenia ruchowe, mogą one być krótkie, ale atrakcyjne dla dziecka;
7. jeśli rodzic zauważa trudności z koncentracją uwagi, to można przerwać zadanie, zrobić krótką przerwę i wrócić do pracy;

8. w dłuższych zadaniach dobrze jest zaznaczyć np. kolorami poszczególne etapy, a w tekstach do przeczytania najważniejsze fragmenty;
9. zawsze należy **chwalić dziecko** za wykonane zadania, ponadto może ono zbierać punkty/ żetony, które następnie wymieni na nagrody; system wzmocnień należy ustalić z dzieckiem przed rozpoczęciem pracy (np. ile musi zebrać żetonów, aby otrzymać nagrodę albo ile wykonać zadań/etapów zadania, by zrobić przerwę);
10. dobrze jest **przeplatać trudne zadania łatwymi**, np. między zadaniami z książką można dać zadanie, aby dziecko znalazło jakieś informacje w internecie bądź obejrzało fragment filmu;
11. **polecenia** powinny być **krótkie**, a po ich wydaniu rodzic powinien upewnić się, czy dziecko dobrze zrozumiało, prosząc je o powtórzenie;
12. warto szukać sposobów na **uatrakcyjnienie nauki**, np. tłumaczyć zagadnienia poprzez rysunki, rebusy, schematy; sposoby muszą być dostosowane do dziecka - jeśli np. nie rozumie ono przenośni, to unikamy ich i wyjaśniamy dosłownie;
13. w przypadku nauki konkretnych pojęć, np. obcojęzycznych słówek albo tabliczki mnożenia, można zrobić **2 pudełka** - jedno podpisać **“do nauczania”**, a drugie **“umiem”**, następnie napisać na kartce kilka słówek/działań matematycznych/wzorów i wrzucić je do pudełka “do nauczania”; na koniec nauki dziecko wkłada je do pudełka “umiem”, a następnego dnia zaczynamy naukę od sprawdzenia zadań z pudełka “umiem” - jeśli dziecko odpowie dobrze, kartka zostaje w pudełku, jeśli nie, wraca do pudełka “do nauki”; stopniowo dokładamy kolejne zadania;





14. lekcje można odrabiać w różnych miejscach w pokoju, np. na dywanie, jeśli tak jest łatwiej dla dziecka, ale należy pamiętać, aby w danym miejscu znajdowały się tylko te przedmioty, które są potrzebne do wykonania konkretnego zadania;
15. należy często przypominać obowiązujące **zasady**, na początku nauki można je spisać, a następnie powiesić w widocznym miejscu;
16. podczas wykonywania zadania unikamy wdawania się w dyskusje;
17. ignorujemy ruchliwość dziecka, jeśli nie przeszkadza ona w wykonaniu zadania;
18. pomaganie to nie podpowiadanie i wyręczanie dziecka - starajmy się pomagać tak, aby dziecko próbowało samodzielnie znaleźć błąd; warto dawać więcej czasu na zastanowienie się;
19. jeśli dziecko ma wykonać zadanie samodzielnie, najlepiej jest sprawdzić je od razu po skończeniu go.

Pomysły, na krótkie przerwy (muszą być dobrane indywidualnie do dziecka):

- ćwiczenia fizyczne (krótkie i częste)
- prośba, żeby dziecko przyniosło sobie i nam coś do picia
- wypicie soku
- przeczytanie fragmentu ulubionej książki/ historyjki
- obejrzenie fragmentu ulubionej bajki
- zrobienie przeglądu piórnika - sprawdzenie, czy są wszystkie przybory
- uporządkowanie kredek w pudełku
- podlanie kwiatków
- zabawa ze zwierzakiem
- rozmowa na ulubiony temat
- krótka zabawa typu: kółko i krzyżyk, zagadki, zgadnij, kim jestem?
- pokolorowanie obrazka
- ułożenie puzzli (Uwaga! Puzzle nie powinny mieć zbyt dużo elementów)

Opracowano na podstawie książki A. Kołakowskiego i A. Pisuli "Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna".