

Tipy pro domácí výuku

Milí rodiče, tímto krátkým průvodcem bychom vám chtěli nabídnout podporu, pokud zůstáváte s dětmi doma v důsledku karantény, nebo chodíte do zaměstnání.

Možná vám přijde vhod několik tipů, jak spolu s dětmi v tomto čase učení zorganizovat a zvládnout.

Pokud jste s dítětem doma:

- **Rozvrhněte si den**

I když dítě ráno nevstává do školy, je rozumné zachovat strukturu dne, která bude podobná té, na kterou jste běžně zvyklí. Domácí výuku si zpříjemněte, ale dejte ji současně pravidelný režim.

Domluvte se na rozumném čase, v kolik hodin budete vstávat a kdy začnete se školními povinnostmi. Posnídejte spolu, naladte se na práci.

Zejména pro mladší děti jsou velmi užitečné rituály. Nastavte spolu s dítětem např. v mobilu pravidelné upozornění na určitý čas (může to být klidně oblíbená písnička). Tak zajistíte, že dítě k práci zasedne každý den ve stejnou chvíli tak, jako by to bylo ve škole. Tento známý rituál může dítěti školní práci připomenout a pomoci mu s lepší koncentrací.

- **Zorientujte se v úkolech**

Projděte si spolu s dítětem zadání v Edupage, emailu, od vašich učitelů a vyjasněte si možné nejasnosti. Seznam úkolů si buď vytiskněte, nebo vypište na papír. Dítě tak bude mít vše pěkně na očích. Navíc se tak vyhnete tomu, že budete muset v průběhu práce opakovaně hledat v mobilu či počítači zadání.

Jednotlivé předměty a úlohy můžete barevně zvýraznit, dítě se tak bude lépe orientovat. Pro lepší motivaci je také vhodné zvýraznit, označit ty úkoly, které již dítě splnilo.

Podpořte dítě k co největší samostatnosti.

- **Pusťte se do práce**

Poté, co se v úkolech zorientujete, povzbuďte dítě, aby si samo vybralo, čím chce začít. Věřte, bude to mít pozitivní efekt na jeho motivaci a chuť do práce.

Podpořte dítě v samostatnosti, u mladších s vaší dopomocí.

Dejte mu čas, aby se samo zorientovalo v seznamu úloh. Nechejte ho zalistovat učebnicí, sešitem, nespěchejte na něj. Používejte pomůcky, studijní materiály, které dítě zná a umí s nimi pracovat. Ptejte se ho, jak rozumí zadání úkolu.

Povzbuzujte jej také v komunikaci s učitelem a v aktivní práci se zaslánými informacemi. Pokud vaše asistence nebude nezbytně nutná, není třeba, abyste měli vše na starost vy. Současné děti jsou technicky velmi zdatné :-). Buďte mu k dispozici pouze v případě, že je zcela ztracené.

Pokuste se svému dítěti důvěřovat. Zjistíte, že je možná mnohem samostatnější, než se zdá!

- **Odpočíte si a odměňte se**

Odměnu si zasloužíte jistě oba - Vy i vaše dítě! Po splněním úkolu dítě pochvalte. Ptejte se, co bylo lehké, co obtížné. Vyzdvihněte, co se vám na jeho práci líbilo a buďte u toho co

nejvíce konkrétní ("dokážeš se soustředit", "zlomky už fakt umíš", "pěkně píšeš" atp.) Pokud máte doma mladší děti, najděte stará razítka a po splnění úkolu je použijte :-)

Od úkolů si odpočiňte oba. Podpořte dítě, ať se zvedne od stolu, jde se napít, protáhne se, proběhne aj. Délku přestávky však korigujte, aby vám příprava do školy nezabrala celé dopoledne či odpoledne.

Pokud se dítě "ponoří" do plnění úloh, nerušte ho, k přestávkám přistupujte se zdravým rozumem.

- **Budte v kontaktu se svými spolužáky**

Umožněte dítěti, aby mohlo být v kontaktu se svými spolužáky. Možností je v dnešním světě mnoho: telefon, WhatsApp, email či například Skype. Dítě tak může zvládat nejen pocit osamělosti, ale může se s vrstevníky poradit v případě, že si nebude vědět rady s učivem. Podpořte své dítě ve sdílení s kamarády, např. si mohou vyměňovat zprávy s tipy, jak si novou látku osvojit nebo si jen povykládat.

- **Vzdělávejte se i jinak**

Dovolte dítěti, aby se občas vzdělávalo také za pomoci televize nebo internetu. Například na ČT2 dopolední učební blok "UčíTelka" pro děti 1. stupně, následně odpolední vzdělávací pořady pro starší děti. Nechte dítě, ať se podívá na dokument související probíranou látkou, využijte možnosti interaktivního procvičování na internetu.

Také můžete využít běžných domácích situací (např. při vaření, na zahradě, procházce). Jistě Vás napadají i jiné možnosti!

- **Když se dítěti nechce**

Začněte úkolem, který je pro dítě známý, snadněji zvládnutelný, který už někdy splnil. Když dítě bude vědět, že úkol zvládne, snáze se pak do práce pustí. Poté postupně přidávejte úkoly další, obtížnější.

Pokud chodíte do práce:

V tomto případě je nutné předem se s dítětem dohodnout, jak bude jeho den probíhat. Situaci můžeme vnímat jako příležitost pro posílení vzájemné důvěry a samostatnosti Vašeho dítěte:

- Domluvte se s dítětem, v kolik hodin bude vstávat a kdy si začne plnit své školní povinnosti. Společně nastavte budík i upozornění, které dítěti připomene, že se má pustit do práce.
- Rozvrhněte čas na plnění povinností i dostatek odpočinku, prostoru pro vlastní zájmy dítěte.
- Nechejte na dítěti, aby si práci zkusilo samo rozplánovat podle návrhu učitele a o své nápady se s Vámi podělilo.
- Povzbudte dítě, aby vám po splnění některého z úkolů zavolalo a pochlubilo se. Oceňte jeho samostatnost a podpořte jej takto na dálku.
- Dovolte dítěti, aby se při nejasnostech spojilo telefonicky s vrstevníky a komunikovalo s nimi. Podpořte ho, že si může s kamarády vyměňovat videa o zvládnuté látce - nápady, jak na ni, tipy, jak si nové učivo zapamatovat atp.

- Zeptejte se dítěte, zda má ono samo nějaké další nápady, vyslechněte je a zvažte. Pokud bude dítě cítit, že jeho názory berete vážně, bude mít větší chuť se s vámi domluvit.

Pokuste se ke školní přípravě přistupovat se zdravým rozumem i nadhledem. Možná aktuálně řešíte péči a zajištění nejzákladnějších potřeb pro své blízké, nemáte tiskárnu nebo pořádné připojení k internetu. Nebojte se však říct o pomoc! Komunikujte s učiteli, případně s lidmi kolem vás, kteří jsou ochotni pomoci.

Pokud byste se potřebovali o něčem poradit, neváhejte nás kontaktovat na emailu: sekulova@czszlin.cz; chadimovai@czszlin.cz

Přejeme Vám i Vaším dětem klidnou mysl, co nejpohodovější domácí prostředí, a těšíme se na viděnou ve škole!

Lic. Růžena Sekulová, školní psycholožka
Mgr. Ivana Chadimová, školní speciální pedagog

Užitečné odkazy pro domácí výuku:

<https://skolakov.eu/>
<https://www.vcelka.cz/>
<https://www.umimematiku.cz/>
<https://www.umimecesky.cz/>
<https://www.umimefakta.cz/>
<https://www.umimeanglicky.cz/>
<https://www.scio.cz/pro-deti-a-rodice/procvicovaci-testy.asp>
<http://ucebnice.online/>
https://www.detsky-web.cz/online_vyukove_materialy
<https://www.vesela-chaloupka.cz/>