

KAKO NAUČITI UČITI – POMOZITE SVOM DJETETU



Pitate se zna li Vaše dijete učiti i koliko je njegovo višesatno sjedenje uz knjigu zaista učinkovito?

Katkad već mali savjeti mogu taj posao učiniti lakšim. Donosimo 10 savjeta koje Vašem djetetu mogu olakšati učenje i poboljšati uspjeh u školi:

1. Počnite na vrijeme

Nema koristi o zadaći početi razmišljati tek navečer. U stresu i kroz pritisak zbog vremena ne može se dobro učiti. Zato je najbolje da dijete odmah nakon škole napiše zadaću i nauči što treba.

2. Napravite plan

Zajedno s djetetom napravite plan kako će učiti do testa. Napišite koliko će svaki dan naučiti i koliko mu je vremena potrebno da to postigne. Neposredno dan prije testa ne treba učiti, već samo ponavljati gradivo.

3. Red pomaže

Pospremljeno i uredno radno mjesto će djetetu sigurno olakšati učenje jer će na taj način biti manje dekoncentrirano. Dobro je također da pazi na svoje knjige i bilježnice, drži ih urednima i pospremljenima jer će tako u svakom trenutku lako doći do potrebnog.

4. Promjena pomaže

Pripazite da se dijete satima ne bavi istom temom. Ako se ne može pomaknuti s točke učeći neki predmet, pomoći će možda da tu knjigu zatvori i krene ponavljati nešto treće ili ode na igranje u park. Inače je najbolje započinjati učenje s laganijim i dražim predmetima. Na taj će način dijete imati osjećaj uspjeha i motiviranije je uhvatiti se u koštac sa stvarima koje mu baš i ne idu.

5. Učenje usput

Ako dijete ne može zapamtiti primjerice riječi iz engleskog, pokušajte mu ih približiti usput svaki puta kad prođe pored njih. Za to na ljepljive papiriće napišite primjerice englesku riječ za hladnjak i nalijepite taj papirić na hladnjak ili na zrcalo, papuče, loptu... Pisanje sažetaka pa čak i šalabahtera može biti od velike pomoći da se gradivo zapamti. Takav sažetak se može zalijepiti iznad kreveta pa ga dijete može ponoviti navečer prije spavanja.

6. Pohvala

Kad dijete prijeđe određenu etapu plana i dostigne cilj učenja, pohvalite ga. Time dobiva priznanje da je uspjelo i povezuje školu i učenje s pozitivnim. To će imati puno više koristi nego da stalno gundate da dijete nedovoljno uči.

7. Stanke tijekom učenja

Pobrinite se da dijete svakih 45 minuta napravi stanku od učenja. Bit će dovoljno i pet minuta na svježem zraku ili kratka igra s kućnim ljubimcem da se glava razbistri. Što je dijete manje, to bi razdoblja učenja trebala biti kraća, a stanke dulje. Važno je da se i dovoljno naspava kako bi se naučeno gradivo dobro pohranilo u mozgu.

8. Pratite prirodni ritam djeteta

Učenje nije uvijek jednako učinkovito. Većina ljudi se može koncentrirati prijepodne i poslijepodne, a rano ujutro ili rano poslijepodne je teže postići koncentraciju i sposobnost učenja je slabija. Zato razgovarajte s djetetom kad je najbolje da uči, a kada da koristi stanke.

9. Nagrade za učenje

Nagrade za postignut uspjeh mogu biti dobra motivacija za učenje. Možete dogovoriti lijep izlet, igračku koju si dijete odavno želi ili neki instrument. Kad postigne uspjeh, tada obavezno osigurajte obećano. Katkad je dovoljno da skuhate djetetu njegovo omiljeno jelo što može podići želju i dati mu energiju za učenje.

10. Punog trbuha se teško uči

Zato neposredno poslije ručka ne treba planirati učenje, već se treba odmoriti. Pravilna i zdrava prehrana svakako može pozitivno utjecati na učenje. Znanstvenici su dokazali kako svježe voće, povrće, začinsko bilje, orašasto voće, namirnice od integralnog brašna i riba posebice dobro djeluju na metabolizam tvari u mozgu što pospješuje i funkcije mozga.



Sretno s učenjem!