

Drogi Nauczycielu,

rodzice oczekują od nas wsparcia i pomysłu na funkcjonowanie z dzieckiem w domu. Dlatego proponujemy, aby przekazać im kilka informacji. Jako konsultanci WCDN proponujemy postawiać na samodzielność uczniów. Przedstawiamy więc działania, które mogą oni wykonywać samodzielnie. Mają już takie kompetencje. Rodzice muszą dać dziecku przestrzeń na ich samodzielność. Wymaga to jednak od rodziców cierpliwości i konsekwencji oraz dania dzieciom czasu na wykonanie zadania.

Jednocześnie przypominamy, że w zakresie kompetencji dzieci szkolnych najgorzej wypadają umiejętności z zakresu samoobsługi.

Zachęcamy do **planowania wspólnie z dzieckiem aktywności**, które podejmie w danym dniu. Planując, warto zadbać o wprowadzenie czasu na codzienne czytanie, pisanie, liczenie, swobodną zabawę oraz czas spędzony z bliskimi. Aby wyznaczyć ten czas, można skorzystać z klepsydry, minutnika lub zegarka. Warto pamiętać, aby umówić się z dzieckiem, że **po aktywności umysłowej musi pojawić się aktywność ruchowa**, np. ćwiczenia oddechowe, rozciąganie. Natomiast co najmniej 2 razy w tygodniu dziecko powinno przebierać się na zajęcia gimnastyczne. Przykłady zajęć ruchowych podpowiadają programy telewizyjne. Zachęcamy do wprowadzenia dla dziecka karty samooceny. Wzór tej karty zamieszczamy na końcu tekstu. (Pamiętajmy, że samoocena ma duże znaczenie w uświadamianiu sobie tego, co się już umie, a czego jeszcze nie, w budowaniu poczucia własnej wartości, poczucia wpływu na swoje uczenie się, a w ocenie osiągnięć edukacyjnych powinna stanowić 50%; pozostałe 50% to ocena kolegów i nauczycieli).

Rodzic może przekazać dziecku informację zwrotną na temat jego funkcjonowania – wywiązania się z realizacji zaplanowanych działań (zawsze pochwała, a jeżeli zachodzi potrzeba, także podpowiedź, co należy zmienić) – to ona będzie motywowała dziecko do wywiązywania się z obowiązków.

Poza umiejętnościami szkolnymi warto ustalić dla dziecka także obowiązki domowe. Podpowiedzią mogą być przedstawione poniżej działania, którym dzieci są w stanie sprostać. Poniższy zakres obowiązków dziecka został przekazany przez psychologa.

Rodzicom warto podpowiedzieć, aby wprowadzając obowiązki, najpierw wyjaśnili dokładnie ich zakres czynności, pokazali sposób ich wykonania, sprawdzili, czy dziecko zrozumiało i dopiero oceniali jakość ich wykonania.

Rozumiejąc znaczenie samodzielności, regularności i samooceny dla rozwoju ucznia, przedkładamy Wam – Koleżanki i Koledzy – propozycje działań, które mogą być pomocne w kształtowaniu tych umiejętności. Składają się na nie:

- ✓ zestawienie obowiązków dziecka w domu w zależności od wieku,
- ✓ karta samooceny ucznia,
- ✓ plan dnia.

Wszędzie słyszymy: zróbmy coś dla innych. Zacznijmy od naszego domu.

ZESTAWIENIE OBOWIĄZKÓW DZIECKA W DOMU

WIEK	DZIAŁANIA
2-3-latki	• Sprzątanie zabawek • Odnoszenie naczyń po posiłku • Wycieranie rozlanego soku • Wkładanie do pralki swoich brudnych ubrań • Wyrzucenie śmieci do kosza
4-5 lat	• Nakrywanie do stołu • Parowanie skarpetek • Wycieranie kurzu • Karmienie psa/kota • Sprzątanie swojego pokoju • Podlewanie kwiatków
6-8 lat	• Przygotowanie posiłku • Sortowanie prania • Odkurzanie • Porządkowanie stołu po posiłku • Sortowanie śmieci • Obsługiwanie zmywarki
9-12 lat	• Samodzielne przygotowanie prostych posiłków • Wynoszenie śmieci • Sprzątanie toalety • Samodzielne sprzątanie swojego pokoju • Kompletne pranie

PRZYKŁAD KARTY SAMOOCENY UCZNIA

Umiejętności szkolne, np.:	Samooocena dzienna	Samooocena tygodniowa
Czytanie	    	  
Pisanie	   	  
Mówienie		  
Liczenie		  
Działalność artystyczna, np. plastyczna, muzyczna		  
Aktywność ruchowa		  
Obserwacja przyrody		
Obowiązki domowe, np.:	Samooocena dzienna	  
Przygotowanie posiłku		  
Sortowanie prania		  
Odkurzenie		  
Porządkowanie stołu po posiłku		  
Segregowanie śmieci		  
Obsługiwanie zmywarki		

Proponowana przez nas *Karta samooceny* ucznia składa się z dwóch części. Pierwsza z nich dotyczy umiejętności szkolnych, druga – obowiązków domowych, czy inaczej rzecz ujmując – czynności wykonywanych na rzecz wszystkich domowników. Dokonując takiego podziału, kierowałyśmy się myślą, że każdy z domowników (nie tylko dziecko) ma prawo dostawać, brać, czerpać, korzystać i powinnoś pomagać, dawać, wykonywać, wyręczać.

Uczeń codziennie dokonuje oceny swojej aktywności w obu obszarach. Może zrobić to za pomocą piktogramów, tych zaproponowanych przez nas – autorów propozycji, przez was – nauczycieli lub opracować własne symboliczne sposoby oceny dla poszczególnych umiejętności, np.:

- czytanie – 

- pisanie – 

- mówienie – 

- itd.

Kiedy uczeń będzie wiedział, że spełnił dane wymaganie? Z karty wynika, że każda umiejętność powinna mieć określony poziom wykonania. Można przyjąć, że z czytania uczeń wywiązał się wtedy, gdy danego dnia czytał pół godziny lub więcej. Jeśli tak się stało, wówczas w *Karcie samooceny*, obok trenowanej umiejętności, w kolumnie *Samoocena dzienna*, rysuje i koloruje odpowiedni symbol – w omawianym przypadku książkę. Jeśli czytał krócej niż pół godziny, tzn. że wykonał zadanie częściowo, więc rysuje książkę, ale koloruje ją tylko w połowie. Natomiast jeśli uczeń nie czytał danego dnia wcale, wówczas nic nie rysuje.

W ostatnim dniu tygodnia uczeń podsumowuje swoją aktywność. Liczy piktogramy dla każdej z umiejętności osobno. Jeśli daną umiejętność trenował w każdym dniu tygodnia, czyli zdobył 5 piktogramów, wówczas w kolumnie *Samoocena tygodniowa* koloruje uśmiechniętą buźkę. Jeśli zgromadził 4 lub 3 piktogramy, wówczas w kolumnie *Samoocena tygodniowa* koloruje buźkę z obojętną miną. Natomiast jeśli uczeń zdobył mniej niż trzy piktogramy, tzn. nie trenował danej umiejętności i koloruje smutną buźkę.

Emotikony niosą dla ucznia, rodzica i nauczyciela określoną informację:

- wskazują na systematyczność ucznia i jego regularny trening, a przez to kształtowanie się nawyku codziennego samodzielnego uczenia się,
- pozwalają sądzić, że systematyczny trening przyczynia się do rozwoju trenowanej umiejętności.

Na skuteczność uczenia się – obok systematyczności, samodzielności i umiejętności w dziedzinie samooceny – wpływa to, kiedy uczenie się ma miejsce, czyli jak kształtuje się rytm dnia ucznia uwzględniający aktywność umysłową, ruchową, czas na odpoczynek czy posiłek.

PRZYKŁADOWY PLAN DNIA

7.00	witamy kolejny dzień
7.05–7.30	gimnastyka – rozruszanie każdej części ciała poprzez wykonywanie po 10 obrotów w jedną i drugą stronę
8.00–8.30	czynności samoobsługowe lub zapis – toaleta poranna
8.30–9.00	przygotowanie śniadania + spożycie posiłku
9.00–9.10	sprzątanie po posiłku
9.10–9.30	planowanie dnia – zapis
9.30–11.30	zaplanowane aktywności szkolne, w tym co ½ godziny aktywności ruchowe je przeplatające (np. można skorzystać z planu zajęć szkolnych)
11.30–12.00	posiłek (np. zupa czy II śniadanie) – przygotowanie i posprzątanie
12.00–12.30	samodzielne czytanie
12.30–14.30	zaplanowane aktywności szkolne, w tym co ½ godziny aktywności ruchowe je przeplatające (np. można skorzystać z planu zajęć szkolnych)
14.30–15.15	wspólne przygotowanie obiadu + spożycie posiłku
15.15–16.45	relaks poobiedni i czas na zabawę
16.45–17.45	czas na rozwijanie pasji i zainteresowań
17.45–18.15	przygotowanie kolacji + spożycie posiłku
18.15–18.25	sprzątanie po posiłku
18.25–18.30	podsumowanie dnia – samoocena
18.30–20.00	zajęcia dowolne
20.00–20.30	toaleta wieczorna
20.30–20.50	czytanie na dobranoc

Warto zaproponować rodzicom uczniów tworzenie w swoich domach **rytuału** wspólnego spożywania posiłków w miłej atmosferze.

Opracowanie: konsultanci WCDN – Danuta Gromek, Jadwiga Iwanowska