

كيف يصبح المنزل مكاناً مناسباً للتعلم؟

كتبه حفصة جودة | 29 نوفمبر, 2020



مع عودة الإغلاق في الكثير من الدول بسبب الجائحة، أصبحت المدارس حالياً من الطلاب ويبعدوا أن التعليم عبر الإنترنت سيصبح وضعًا طبيعياً لفترة من الوقت، وحتى في الدول التي لم تتخذ قراراً بالإغلاق حتى الآن، فإن الكثير من الأسر قررت أن تدرس هذا العام من المنزل خوفاً على صحة أطفالهم.

تعد الدراسة من المنزل أمراً جديداً على الكثير من الأسر، فمفهوم التعليم المنزلي رغم حضوره القوي ليس واسع الانتشار، لذا يواجه الكثير من الآباء مشكلات جمة عند الدراسة من المنزل، لذا إليكم بعد النصائح التي قد تساعدكم في تجاوز تلك العقبات.

النوم الجيد في المساء

التعليم الجيد يبدأ بالاستيقاظ بنشاط في الصباح، يجب أن يحصل الأطفال على قسط مناسب من النوم في المساء، فالدراسة من المنزل لا تعني أن تتأخر في النوم ويبعد يومنا متأخراً، إن أول خطوة للنجاح في التعلم تقتضي أن يلتزم الأطفال بروتين النوم في المساء كأنهم سيدهبون إلى المدرسة.



لذا يجب أن نحرص على توفير الأجواء المناسبة للنوم ليلاً حتى يتمكن الأطفال من النوم بعمق والاستيقاظ في كامل نشاطهم مما يعكس على صحتهم وتركيزهم وقدراتهم الذهنية.

مساحة محددة للدراسة

حدد مساحة في المنزل مخصصة للدراسة سواء كانت مكتباً أم طاولة وكرسي أم غيرهم، هذا المكان يجب أن يكون بعيداً عن غرفة النوم أو طاولة الطعام، يجعل أن يكون مخصصاً للدراسة والمذاكرة فقط، وبالطبع يجب أن يشعر الطفل بالراحة فيه.

احرص أن يكون مستوى الإضاءة مناسباً وأن يكون المكان بعيداً عن الضوضاء سواء من داخل المنزل أم خارجه، وتأكد من مناسبة حجم الكرسي وطول الطاولة لطول الطفل حتى لا يشعر بالألم بعد فترة من الدراسة.

من الأفضل أن تكون الكتب وأدوات الدراسة وكل ما يحتاجه الطفل على نفس الطاولة أو في مكان قريب منه حتى لا يضطر للتجول كثيراً في المنزل وسط الدراسة.

روتين الدراسة

ربما تعتقد أن الدراسة من المنزل أكثر راحة وأن هناك الكثير من الوقت، لكن في الحقيقة هناك الكثير من المشتتات التي تقلل من فاعلية الوقت وتؤثر على التركيز، لذا لا بد من تحديد جدول زمني للدراسة والمذاكرة لتحقيق أقصى استفادة.

تعد المرونة أهم عنصر في الجدول، من الجيد أن تتمكنوا من تبديل عنصر باخر
أو تأجيل درس ليوم آخر عند حدوث ظرف ما

من الأفضل أن يشترك أطفالك في وضع تلك الخطة، فهذا الأمر يساعدهم على تحمل المسؤولية والشعور بالفخر عند إنجازها، احرصوا على تحديد أوقات مناسبة وليس طويلة للدراسة مع وجود فترات راحة مناسبة بين كل درس وآخر.

تعد المرونة أهم عنصر في الجدول، من الجيد أن تتمكنوا من تبديل عنصر باخر أو تأجيل درس ليوم آخر عند حدوث ظرف ما دون أن تشعروا بانهيار الجدول أو تعطل الدراسة، هذه المرونة تحد من التوتر وشعور الطفل بالإضطراب عند تغيير الجدول.

الحد من المشتتات

بخلاف البيئة المدرسية، تساعد أجواء المنزل على تشتيت الأطفال وانشغالهم بكثير من الأمور غير الدراسة، هذه الللهيـات تعيق الدراسة واكتساب المعلومات بشكل جيد كما تجعل الدراسة والمذاكرة تستغرق وقتاً طويلاً.

تساعد التكنولوجيا أيضاً في زيادة التشتيت، لذا يجب أن يكون الجهاز المستخدم للدراسة خالياً من أي مواقع للتواصل الاجتماعي أو حظرها على الأقل في وقت الدراسة، مع التأكيد من عدم وجود مشتتات أخرى في مساحة الدراسة كالألعاب للتسلية والتلفاز.

تحدى مع طفلك

أنت الآن كالعلم أمام طفلك، ربما يحضر طفلك دروسه عبر الإنترنـت مع مدرسيـه، لكن العـبـء أصبح أكبر عليك الآن، فلا بد من متابعتـك تلك الدروس والتحـدى مع طـفـلـك عن مـدى فـهـمـه واستـيعـابـه، لـذا أـخـلـقـ له بـيـئـة آـمـنـة يـسـطـعـ أن يـعـبـرـ فـيـهـا عن أفـكارـهـ وـمـخـاـوـفـهـ ويـطـرـحـ أـسـئـلـتـهـ بـكـلـ سـهـولةـ.

امـنـجـ أـطـفـالـكـ الـانتـباـهـ الـكـاملـ عـنـدـ الـحـدـيـثـ معـهـمـ ولاـ تـقـلـلـ مـنـ شـأنـ مـخـاـوـفـهـ وـتـأـكـدـ دـائـمـاـ مـنـ فـهـمـهـ الـجـيدـ وـتـوـاصـلـ مـعـ مـدـرـسـيـهـ بـشـكـلـ دـوـرـيـ لـلـتـحـقـقـ مـنـ اـسـتـقـرـارـ الـوـضـعـ.

العقل السليم في الجسم السليم

وسط هذا الكم من المعلومات والكتب والأقلام، لا ننسى أهمية الطعام الصحي في بناء الجسم والعقل، هناك الكثير من الأطعمة التي تساعد على التركيـز، احرصوا على أن يتناول أطفالكم أطعمة متنوعة وابتعدوا عن الوجبات السريعة والإفراط في تناول السكر فمن شأنـهمـ الحـدـ منـ التـرـكيـزـ وزـيـادـةـ التـخـمـةـ.



يساعد توافر الفواكه وتجهيز بعض الأطعمة الخفيفة الصحية مثل الفطائر المحسوسة على وجود بديل صحي بشكل مستمر يقلل من اتجاه طفلك للحلوي والأطعمة السريعة غير الصحية.

احمِ طفلك

توفر المنصات الرقمية والتعلم عبر الإنترنت فرصة كثيرةً لواصلة التعلم، لكنها سلاح ذو حدين خاصة للأطفال صغار السن، فهذه الأدوات لها مخاطر متزايدة تتعلق بالخصوصية وحماية الطفل.

تحذر مع أطفالك عن استخدام الأدوات الإلكترونية والسلوك المناسب عند استخدامها وعدم الحاجة إلى إرسال صورة أو معلومات شخصية لأي شخص عبر الإنترنت، وضرورة الاستعانة بالوالدين عند مواجهة أي مشكلة إلكترونية.

هناك الكثير من أدوات الرقابة الأبوبية عبر الإنترنت التي تساعدهم في حماية أطفالكم واستخدامهم للأدوات المناسبة لعمرهم والحد من المخاطر، كما يجب أن يعلم الوالدان طريقة تقديم بلاغ إلكتروني للجهات المسؤولة عند وقوع أي مشكلة.

شاركونا الاستعدادات التي اتخذتوها لتوفير بيئة مناسبة للتعلم في منازلكم.

رابط المقال : <https://www.noonpost.com/39052>