



# Školsko dijete- izazovi roditeljstva – podrška učenju

---

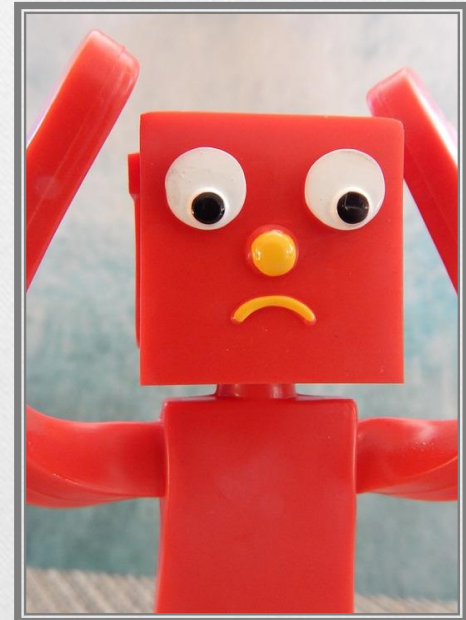
Hana Šiljan Bembić, stručni  
suradnik psiholog

OŠ „Ivo Lola Ribar” Labin,  
travanj 2020.

# Izazovi #ostanidoma

---

- Biti roditelj nikad nije bilo izazovnije nego u današnja vremena...Vjerujem da ste češće nego inače zbunjeni, frustrirani, ljuti, tužni, možda se čak osjećate i nemoćno. **I to je sasvim u redu!** Ovaj period nije lagan ni djeci ni vama. Društvene mreže i portali puni su savjeta kako se suočavati s izazovima u ovom periodu. Smjernice koje ću vam dati u ovoj i idućoj prezentaciji odnose se na ovaj period, ali i na roditeljstvo općenito, jer roditeljstvo ni prije mjesec dana nije bilo lagan zadatak ;)



# Važnost rutine i dobre strukture

---

- Djeci je izuzetno važna **svakodnevna rutina** koja im daje osjećaj predvidivosti i kontrole, a time i **osjećaj sigurnosti** koji je sad izuzetno važan.
- Dogovorite s njima zajednički obiteljski dnevni raspored koji će uključivati **vrijeme za školu** (svakog dana na istom mjestu i u isto vrijeme), **vrijeme za zabavu i druženje**, **vrijeme za obroke**, **vrijeme za kućanske poslove**, **vrijeme za poslovne obaveze** (ako radite od kuće)
- Neka **obavezno i oni sudjeluju u planiranju rasporeda**, u ovom razvojnem periodu (6.-12.god.) im je izuzetno važno da se njihovo mišljenje čuje i uvaži (koliko je to realno moguće)

# Dnevni raspored učenja

---

Pomognite im da **dobro organiziraju svoje školske obaveze** unutar svog vremena za učenje:

- Omogućite im **mirno mjesto** za obavljanje školskih obaveza
- Nek izrade svoj **dnevni planer**, zapišu sve zadatke koje imaju za taj dan i kraj njih označe kad su iste obavili kvačicom, npr.

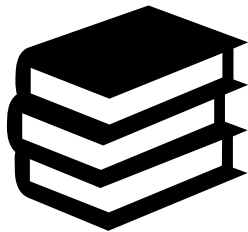
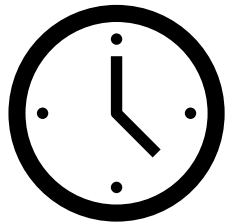
- ✓ Matematika- riješiti zbirku str.56. i 57.

- ✓ Hrvatski jezik – pročitati tekst u čitanki na str.65. i odgovoriti na pitanja u bilježnicu

TZK – vježbati uz video snimku na linku koji je poslala učiteljica

Engleski jezik – riješiti zadatke u Izzi aplikaciji

Priroda i društvo – ponoviti staro i naučiti novo gradivo



# Vrijeme za učenje

- **Rasporedite vrijeme za učenje kroz dan s pauzama:**
  - Gledanje Škole na Trećem
  - Obavljanje zadataka koje je poslala učiteljica
  - Učenje i ponavljanje gradiva
  - Čitanje lektire
- Pokušajte **poticati samostalnost i rasporediti obaveze** ovisno o tome koji dio mogu obaviti sami bez vaše podrške (pa to mogu obavljati dok vi obavljate poslovne obaveze) i na dio za koji im je potrebna vaša podrška; neka preuzmu odgovornost za obavljanje svojih školskih obaveza
- **Kad krene ispitivanje i ocjenjivanje, pružite im podršku** ako se boje i pokažu nesigurnost, pomognite im da otkriju svoje strategije učenja kako bi lakše naučili neko gradivo



## Pohvale, nagrade, ocjene



- 
- Nagradite ih za **trud koji ulažu** u obavljanje svojih školskih obaveza, pohvalite ih i recite im koliko ste ponosni na njih
  - Nagrada neka bude **duže vrijeme za igru, neka zajednička aktivnost, pohvala, zagrljaj,...**
  - Ako odabirete materijalnu nagradu naglasite da je ona za trud i zalaganje, nemojte nagrađivati ocjenu i dajte je nakon nekog većeg postignuća i uloženog truda
  - Ovo je razvojni period u kojem se jako uspoređuju s drugima i pitaju se jesu li dobri u tome što rade, razvojni zadatak im je upravo postizanje marljivosti, **zato je važno da se upravo ta marljivost prepoznaje i nagrađuje**

# Ah te petice!

5  
5 5

- Ako nagrađujete samo kad dobiju peticu, početak će učiti za peticu i očekivati materijalne nagrade za te petice. I ne samo to, početak će **mjeriti svoju vrijednost brojem dobivenih petica**, i svaka ocjena koja nije petica bit će za njih njihov osobni poraz i znak manje vrijednosti, što vodi **do smanjenog samopoštovanja, straha od neuspjeha, perfekcionizma i velike ispitne anksioznosti**, pogotovo u višim razredima, ali i dalje u životu
- Ako **nagrađujete uloženi trud bez obzira na ocjenu**, cijenit će sebe i razvijati radne navike, bit će motivirani za daljnji rad „iznutra” a ne „izvana”; tada će uspjeh i dobra ocjena (koja nije samo petica!) biti realno mjerilo njihove vrijednosti, truda, zalaganja,...
- Ocjene s razlogom postoje od 1 do 5, **dozvolite im da iskuse neuspjeh** kako bi bili motivirani da ulože trud i rad da postignu uspjeh

# A što kad ne rade?

---

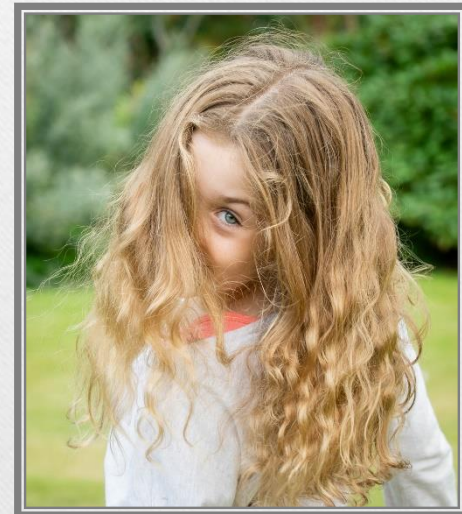
- Ako ne obavljaju svoje obaveze, neka slijede **prirodne negativne posljedice** toga koje ćete unaprijed s njima dogovoriti (oduzimanje neke privilegije koje su to tada imali) npr. ako nisu obavili školske zadatke u dogovoreno vrijeme taj dan ne mogu igrati omiljenu igru na mobitelu ili gledati omiljeni crtić,... Ako jesu, mogu to raditi (pozitivna posljedica)
- **Nemojte ih nikad fizički kažnjavati ili ih kažnjavati tako da ih zakidate za svoju ljubav i pažnju ili jednog dana zakidate za odlaske na treninge**



# Vrijeme za zabavu i druženje

---

- Djeci je **potrebno puno igre, zabave i kretanja**
- Ukoliko ste u mogućnosti (imate dvorište, kuću, živite kraj šume i sl.) **potičite ih da borave na zraku, skaču, trče, voze bicikl,...**
- Alternativa – **razne fizičke aktivnosti u zatvorenom** (istezanje, skakanje, borbe jastucima, hrvanje s odraslim članovima obitelji, ples,...)
- **Izbjegavajte predug boravak djece pred TV i na mobitelu**, što je posebno teško u ovo vrijeme, ali je važno ograničiti period pred ekranima

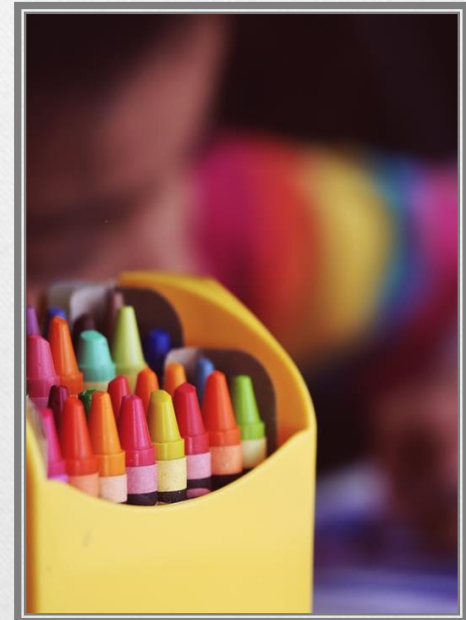


# Vrijeme za zabavu i druženje

---

Još neke aktivnosti koje mogu raditi sami ili zajedno s vama:

- **Kreativne aktivnosti** : crtanje, slikanje, oblikovanje gline ili plastelina, pjevanje, pisanje, gluma,...
- Nek im bude dosadno jer se **iz dosade rađa kreativnost!!**
- **Zajedno još možete:** igrati razne društvene igre, kuhati, obavljati kućanske obaveze (pohvalite ih kad pomažu, bit će ponosni i učite ih da i oni preuzmu svoj dio obaveza u kući)



# Vrijeme za zabavu i druženje

- Isprobajte neku od **55 ideja za obiteljske aktivnosti koje povezuju i grade psihološku otpornost**, zaista su zabavne, kreativne i zanimljive. Izradila ih je kolegica Tea Brezinščak, psihologinja iz Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba. Šaljem ih u privitku 😊



# Korištena literatura

---

- Berk, L.E. (2008.) Psihologija cjeloživotnog razvoja. Jastrebarsko: Naklada Slap
- Buljan Flander, G. i sur. (2018.). Znanost i umjetnost odgoja: Praktični priručnik o suvremenom odgoju za roditelje i odgojitelje. Bestovje: Geromar d.o.o.