

Προτάσεις για γονείς

Πώς βοηθάμε το παιδί μας να οργανώσει τη μελέτη στο σπίτι

- α). Καθιερώνουμε συγκεκριμένη ώρα διαβάσματος κάθε ημέρα. η οποία δεν θα ξεπερνά τις 2 ώρες για τις μεγάλες τάξεις.
- β) Ο χώρος διαβάσματος να είναι ήσυχος χωρίς διασπαστικά ερεθίσματα (τηλεόραση, τηλέφωνο, αδερφάκια κ.ά).
- γ) Το γραφείο να είναι άδειο και να έχει πάνω μόνο το πρόγραμμα μαθημάτων – μολύβι ή στυλό, γόμα και ένα μπλοκ οργάνωσης.
- δ) Ο μαθητής διαβάζει το πρόγραμμα της ημέρας και σημειώνει στο μπλοκ οργάνωσης αριθμημένα τα μαθήματα, με αύξουσα σειρά αρίθμησης, ξεκινώντας από αυτό που τον δυσκολεύει περισσότερο. Για παράδειγμα σημειώνει:
- 1.Ιστορία (εφόσον τον δυσκολεύει πιο πολύ)
 2. Γεωγραφία
 - 3.Γλώσσα
 - 4.Φυσική
 - 5.Μαθηματικά
 - 6.Εικαστικά
- ε) Βάζει με τη σειρά, όλα τα βιβλία και τετράδια που χρησιμοποιούνται στο πρώτο μάθημα (No 1) στο γραφείο έχοντας πρώτο το βιβλίο με τη βασική θεωρία που θα το χρησιμοποιεί συνέχεια.
- στ) Ξεκινά με το βασικό βιβλίο ή τετράδιο και ελέγχει τι εργασίες έχει σε αυτό και τις εκπονεί (πχ. διάβασμα θεωρίας, ασκήσεις κ.ά) και το τοποθετεί σε διπλανή στήλη.
- ζ) Κατά τον ίδιο τρόπο ελέγχει την ύλη και εκπονεί τις εργασίες σε κάθε ένα από τα βιβλία και τετράδια του ίδιου μαθήματος.
- η) Όταν ολοκληρώσει με όλα τα βιβλία –τετράδια του πρώτου μαθήματος σημειώνει ένα τικ (v) στο μπλοκ δίπλα στο πρώτο μάθημα.
- θ) Μαζεύει τα πάντα από το γραφείο του στην τσάντα του εκτός από το μπλοκ οργάνωσης, μολύβι, γόμα.
- ι) Συνεχίζει με το δεύτερο σε δυσκολία μάθημα (No 2) και κάνει ακριβώς το ίδιο (βήματα ε έως θ).
- κ) Με τον ίδιο τρόπο συνεχίζει ώσπου να έχει συμπληρώσει τικ (v) στο μπλοκ οργάνωσης δίπλα σε όλα τα μαθήματα.

Ψυχολόγος

Δημητρίου Χαρά