

## **RODZICU:**

- *Zadbaj o miejsce nauki w domu swojego dziecka (biurko, stół do pracy).*
- *Zadbaj o odpowiednią dietę, która wspiera pracę mózgu i całego organizmu twojego dziecka.*
- *Zadbaj o dobrą atmosferę w domu, taką która nie wywołuje u dziecka stresu. Twoje dziecko, nawet jeśli tego nie widać, przeżywa sytuację związaną z wydarzeniami w kraju i na świecie.*
- *Zadbaj o to, żeby Twoje dziecko miało możliwość ruchu uwzględniając bezpieczeństwo i ograniczenia wynikające z zagrożenia epidemiologicznego.*
- *Pomóż dziecku podzielić materiał i zadania z którymi będzie się zmagał samodzielnie w wyznaczonym na naukę czasie.*
- *Czas na naukę jest rano. Po południu jest czas na wypoczynek, rozrywkę i wspólne zajęcia domowe.*
- *Pomóż dziecku organizować samodzielną pracę w domu.*
- *Na bieżąco sprawdzaj informacje od nauczycieli.*
- *Ustal z nauczycielem co należy do Ciebie, jakiego wsparcia oczekuje i jak będziecie współpracować .*
- *Nie odrabiaj za dziecko prac, bo może nabrać złych nawyków.*
- *Pilnuj, żeby dziecko chodziło spać nie później niż o 22.*
- *Unikaj przy dziecku rozmów z innymi dorosłymi na tematy, których jeszcze nie rozumie i mogą je przestraszyć.*
- *Wietrz mieszkanie. Świeże powietrze pomaga uczyć się i odpoczywać.*
- *Staraj się być konsekwentny, dzieci cenią i lubią, gdy Rodzic jest autorytetem.*

- *Przydziel dziecku obowiązki domowe odpowiednie do jego wieku i możliwości, żeby mogło czuć się potrzebne i ważne.*
- *Angażuj dziecko w zadania, które służą całej Rodzinie.*
- *Spraw żeby czuło się ważne, odpowiedzialne i pomocne.*
- *Zadbaj o racjonalny plan dnia. NAUKA- ODPOCZYNEK- OBOWIĄZKI DOMOWE- ROZRYWKI- SEN*
- *Trzymaj się, to doświadczenie może być znaczące dla waszych przyszłych relacji.*