

# لأولياء الأمور 11 طريقة فعالة لمساعدة طفلك على المذاكرة والتفوق



الأحد 1 أكتوبر 2023 07:41 م

كثير من الأطفال يجدون صعوبة في التركيز خلال المذاكرة وذلك لأسباب مختلفة، لذا إذا كان طفلك يعاني من ذلك، فهو ليس وحده الذي يعاني من تلك المشكلة، وهو ما يتطلب اتخاذ مجموعة من الخطوات التي تساعد على تجاوزها [ ]  
وقدم موقع prodigygame، "مجموعة من النصائح التي تعمل على الارتقاء بالمستوى الدراسي للطفل على النحو التالي:

## 1. الاستفادة من تكنولوجيا التعلم في المنزل

ساعد طفلك على استخدام التكنولوجيا لدعم مهاراته التعليمية [ ] على سبيل المثال إذا كان يعاني من أداء واجب الرياضيات، يمكنه القيام بلعبة ممتعة مثل (Prodigy Math Game). والتي تتيح له ممارسة مهارات الرياضيات المتوافقة مع المناهج الدراسية، والتخلص في الوقت ذاته من الضغوط، مما يجعلها تبدو وكأنها استراحة دماغية مطلوبة أكثر من كونها واجبات منزلية [ ]

## 2. الابتعاد عن تشتيت الانتباه

لا أحد يستطيع القيام بمهام متعددة بشكل مثالي [ ] هناك حاجة إلى التركيز، مما يتطلب في كثير من الأحيان القضاء على المشتتات [ ] هذا مهم لكل طالب، خاصة إذا كان طفلك واحدًا من العديد من الطلاب المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه [ ] ويزداد التحذير خصوصًا من الهواتف المحمولة [ ] لذا قم بتعيين مكان خارج منطقة الدراسة الخاصة به للاحتفاظ بهاتفه أو جهازه اللوحي أثناء وقت الدراسة [ ] إذا كان بحاجة إلى آلة حاسبة على هاتفه، حاول ضبطه على وضع الطائرة لتعطيل التحديث والنص [ ] الهاتف ليس مصدر الإلهاء الوحيد [ ] فقد يؤدي وجوده بالقرب من التلفزيون أو أشقاء مزعجين إلى صعوبة التركيز [ ] لذا اختر أماكن بعيدة عن مصادر الضوضاء لمساعدته على تركيز الانتباه [ ]

## 3. فترات راحة منتظمة

من المرجح أن يؤدي الجلوس والدراسة لمدة ساعة متواصلة دون أخذ فترات راحة للدماغ إلى نتائج سيئة [ ] لذا تأكد من أن طفلك يأخذ فترات راحة أثناء وقت الدراسة لنشط ذهنه [ ] يستخدم العديد من المحترفين تقنية بومودورو لزيادة الإنتاجية - العمل لمدة 25 دقيقة، ثم أخذ استراحة لمدة خمس دقائق [ ] ويمكن تطبيق الفكرة في الحصول على فترات الراحة الدراسية أيضًا [ ] لكنه بالتأكيد ليس الخيار الوحيد، فهناك خيارات أخرى مثل: -الاسترخاء -المشي -تناول وجبة خفيفة -الحديث إلى الأصدقاء -العمل في مشروع شخصي أو هواية -المهم تحديد موعد للعودة إلى المذاكرة، ثم الرجوع إليه دون تأخير [ ]

## 4. تخصيص مكتب له

يمكن أن تكون طاولة المطبخ مساحة واسعة للأطفال الصغار [ ] لكن عندما ينتقل الطفل إلى الإعدادية والثانوية، فقد يحتاج إلى مكتب يمكنه تخصيصه والاستقرار فيه، في مكان بعيد عن مصادر التشتيت في مناطق المعيشة الرئيسية [ ] اختر مكتبًا كبيرًا بما يكفي للمكتب المدرسية ودفاتر الملاحظات وأجهزة الكمبيوتر الخاصة به [ ] ثم أضف بعض الألوان والشخصية باستخدام اللوح والإكسسوارات من الفلين، لأنه عندما تناسب المساحة المخصصة للمذاكرة أسلوبهم، فمن المرجح أن يستمتعوا باستخدامها [ ]

## 5. جرب بدائل للقراءة

يمكن أن تصبح القراءة من خلال الكتب المدرسية ممتعة! لذا إذا كان طفلك يعاني في الدراسة، جرب طرقًا أخرى، مثل:  
- العمل معًا لتصميم بطاقات تعليمية للمفردات - ابحث عن مقطع فيديو عبر الإنترنت يشرح الموضوع بطريقة جديدة!  
- اطلب منهم رس صورة أو رسم تخطيطي لتوضيح المفاهيم العلمية!  
- ابحث عن كتاب صوتي أو بودكاست مثير للاهتمام حول الموضوع الذي يدرسه!  
- يتعلم الأطفال بطرق مختلفة! ابحث عن الأفضل لطفلك واستخدمه! فقط تأكد من التركيز على المذاكرة وتجنب ما يؤدي إلى تشتيت الانتباه على الإنترنت!

## 6. تحديد وقت محدد للمذاكرة

معظم الأطفال لا يحددون وقتًا للمذاكرة، اجلس مع طفلك وقم بجدولة هذا الوقت معًا! حدد وقت البدء والانتهاء، وقم بتضمين فترات راحة للمذاكرة! ثم ساعده على الالتزام بجدوله الجديد!  
يمكنك مكافأة الطفل إذا ما أحسن استثمار الوقت المخصص للمذاكرة والتزم به!

## 7. المدح والتشجيع المنتظم

قد يحتاج الطفل من الأب والأم لسماح عبارات المدح، والتشجيع الذي يحتاجون إليه لمواصلة المذاكرة! ويمكن الاحتفال معه عندما يحقق بعض الأمور مثل:  
- حل مسألة صعبة!  
- الالتزام بوقت المذاكرة!  
- الوصول إلى هدف القراءة أو الرياضيات!  
عبر له عن مدى فخرك لما يقوم به طفلك! أصف مفاجأة أو نزهة بين الحين والآخر، حتى يكون متحمسًا لمواصلة المضي قدمًا في المذاكرة!

## 8. إعادة التقييم بشكل منتظم

ربما اتبعت الخطوات السابقة لكن دون جدوى، لذا قد يكون الوقت قد حان للجلوس مرة أخرى وإعادة التخطيط والمناقشة مع طفلك!  
هل ما زال لا يجد الوقت للمذاكرة؟ جرب جدولًا مختلفًا! هل درجات الاختبار لا تتحسن؟ اسأل عن فهمه للمادة، أو إذا كان هناك أي شيء يؤثر على وقت مذاكرته! حل المشكلة معًا وحاول مرة أخرى!  
حتى عندما تسير الأمور بشكل جيد، خذ بعض الوقت لمناقشة مدى فعالية جدول الدراسة والاستراتيجيات! ثم قم بإجراء التغييرات حسب الحاجة! حتى لو نجح شيء ما لأسابيع، فقد يساعد التغيير في بث حياة جديدة في روتين قديم!

## 9. التخطيط المسبق

التخطيط المسبق هو استراتيجية للنجاح في الحياة اليومية! لا يوجد سوى 24 ساعة في اليوم! قم بزيادة هذا الوقت إلى أقصى حد!  
إذا كان الاختبار على سبيل المثال يوم الأحد، شج طفلك على البدء في المراجعة يوم الأربعاء! وقسم المادة إلى أجزاء وخصص لكل جزء يومًا! وهذا يساعده على تجنب التوتر، سواء في المستقبل القريب أو في حياتهم في الكبر!

## 10. أداء التمارين والحصول على قسط كافٍ من النوم

من السهل التغاضي عنها، لكنها مهمة جدًا لنجاح الطلاب! التمارين اليومية تحافظ على نشاط الدماغ! أثناء فترات الراحة من الدراسة، أو قبل جلسات المذاكرة وبعدها، شج طفلك على الخروج! دعه يمارس هوايته في أداء التمارين للحصول على بعض من تلك الطاقة المكبوتة!  
قد تكون ركوب الدراجة لمدة 10 دقائق نافذة للانتقال إلى المرحلة التالية من اليوم! إذا كان انتهى من ممارسة الرياضة، اقترح القيام بنشاط سريع للتأمل أو الهدوء للمساعدة في الانتقال إلى وقت المذاكرة المركز!  
والأفضل من ذلك، يمكنك الدراسة في الهواء الطلق عندما يكون ذلك ممكنًا! سيساعد التعرض لأشعة الشمس طفلك على البقاء نشيطًا أثناء النهار، وإعداد جسمه للنوم ليلاً!  
حاول المحافظة على وقت نوم مبكر ومتسق لطفلك! تأكد من حصوله على قسط كافٍ من النوم!

## 11. استمر في المشاركة والمتابعة

مساعدة طفلك على تعلم ما يجب فعله وما لا يجب فعله في الدراسة، هذه المهارات تتطلب الممارسة!  
قد يكون تطوير عادات المذاكرة الجيدة أمرًا صعبًا، ويحتاج طفلك إلى مساعدتك لتحقيق النجاح!  
هناك طريقة أخرى للمساعدة: استخدم هذا الوقت للمذاكر أيضًا! خذ وقتك في الغوص في الموضوعات التي لطالما أردت أن تتعلمها!  
ادرس جنبًا إلى جنب مع طفلك! اقرأ كتابًا جديدًا أو تعلم لغة أجنبية أو انطلق في أعمال الغد!  
لقراءة الموضوع من مصدره الأصلي ([اضغط هنا](#))