

Πώς να βοηθήσετε το παιδί σας ν' αποστηθίζει εύκολα το μάθημα της Ιστορίας και των Θρησκευτικών



Πολλοί γονείς ρωτούν πώς να βοηθήσουν τα παιδιά τους να αποστηθίσουν τα κείμενα Ιστορίας και Θρησκευτικών που διδάσκονται τα παιδάκια στο Δημοτικό. Η Μαρία Ορφανού, Ψυχολόγος θα μας δώσει κάποιες συμβουλές που βασίζονται σε επιστημονικά ευρήματα πάνω στην ανθρώπινη μνήμη και μάθηση χωρίς να μπω σε θεωρίες. Αυτές οι τεχνικές μπορούν να βοηθήσουν οποιονδήποτε, ανεξαρτήτου ηλικίας και φυσικά, αν έχετε ήδη βρει έναν τρόπο που δουλεύει για εσάς και το παιδί σας δε χρειάζεται να τον αλλάξετε.

Το **πρώτο** βασικό στοιχείο για να διευκολύνετε την μάθηση, που είναι και αρκετά γνωστό, είναι να απομακρύνετε ερεθίσματα που μπορεί να αποσπάσουν τη προσοχή του παιδιού σας. Παιχνίδια στο γραφείο του, τηλεόραση στο χώρο, αδερφάκι που παίζει και μιλάει δίπλα του δεν τον βοηθούν να συγκεντρωθεί. **Δεύτερον**, εγώ συνιστώ πάντα το παιδί να διαβάζει στον ίδιο χώρο έτσι ώστε να συνδέσει το συγκεκριμένο μέρος με το διάβασμα και να μην υπάρχει η αίσθηση του διαφορετικού μέρους στο οποίο είναι βέβαια πιο εύκολο κάτι να του κεντρίσει το ενδιαφέρον. **Τρίτον**, πρέπει κάποιος να είναι όσο πιο ξεκούραστος γίνεται για να καταφέρει να αποστηθίσει πιο εύκολα και πιο γρήγορα τις πληροφορίες που χρειάζεται. Οπότε μην αφήνετε το παιδί να έρχεται από το σχολείο, να τρώει και κατευθείαν να αρχίζει να διαβάζει γιατί ο εγκέφαλος χρειάζεται ξεκούραση από όλες τις πληροφορίες που είχε να απομοιώσει τόσες ώρες και το σώμα βαραίνει από το φαγητό άρα καλό θα ήταν να περιμένετε κάποια ώρα μέχρι να χωνέψει και να ξεκουραστεί νοητικά.

Πιο συγκεκριμένα τώρα, έχει το κείμενο που πρέπει να διαβάσει μπροστά του. Τι κάνετε; Διαβάζει αρχικά την πρώτη παράγραφο μία ή όσες φορές χρειαστεί μέχρι να

μπορεί να σας την πει απ' έξω. Αν ξεχάσει κάτι δεν πειράζει, μπορείτε να του/ της το θυμίσετε εσείς. Μετά βρίσκει (ή βρίσκετε εσείς ή μαζί) την πιο σημαντική λέξη της παραγράφου που θα τον/την βοηθήσει να θυμάται όλο το περιεχόμενο της παραγράφου. Αυτή λέγεται λέξη κλειδί και μπορεί να είναι και 2 λέξεις σε μία παράγραφο. Γράφει την λέξη κλειδί δίπλα στην παράγραφο ή την υπογραμμίζει με μολύβι ή χρωματιστό μαρκαδόρο. Συνεχίζει με το να διαβάσει τη δεύτερη παράγραφο, να σας την πει απ' έξω και να γράψει την λέξη κλειδί.

Όταν τελειώσει με όλο το κείμενο ο στόχος είναι να βρείτε έναν τρόπο έτσι ώστε να θυμάται τις λέξεις κλειδιά. Εδώ υπάρχουν διάφορες τεχνικές. Μπορείτε να φτιάξετε ένα τραγουδάκι με αυτές τις λέξεις ή να τον/την βοηθήσετε να σχηματίσει μία εικόνα στο μυαλό του, μία ιστορία, κάτι αστείο, ένα σχεδιάγραμμα. Εγώ αυτό που κάνω πιο συχνά με το δικό μου παιδί είναι να φτιάξω μία καινούρια λέξη, ακόμα και κάποια που δε βγάζει νόημα, με τα αρχικά των λέξεων κλειδιά. Σιγουρεύομαι ότι από τα αρχικά θυμάται την κάθε λέξη κλειδί κι έτσι ένα ολόκληρο κείμενο έχει συμπυκωθεί σε μία λέξη. Για παράδειγμα έχετε τις λέξεις Ξέρξης, ειρήνη, Μαρδόνιος, Μικρά Ασία. Μπορείτε να φτιάξετε την λέξη Ξεμμ ή ή μία εικόνα όπως ένα ανθρωπάκι με το όνομα Ξέρξης από πάνω, που κρατάει το σήμα της Ειρήνης και δίπλα το δυνατό ανθρωπάκι, ο Μαρδόνιος που κρατάει μία ολόκληρη χώρα μέσα στην οποία γράφει Μικρά Ασία. Ή ένα τραγουδάκι ή ιστοριούλα, κάτι που να είναι αστείο γενικά χωρίς να ξοδέψετε όμως πολύ χρόνο σε αυτό.

Τελευταίο αλλά πολύ σημαντικό είναι να σας πει μετά όλο το κείμενο απ' έξω. Αυτό γίνεται για να σιγουρευτούμε πως οι πληροφορίες πήγαν στην μακρύχρονη μνήμη δηλαδή θα συνεχίσει να τις θυμάται και την επόμενη μέρα. Επίσης, καθώς την ή τον πηγαίνετε το επόμενο πρωί στο σχολείο, μπορεί να σας ξαναπει το κείμενο και να της/του θυμίσετε κάτι που έχει ξεχάσει.

Δε ξέρω αν σας φαίνεται μία χρονοβόρα διαδικασία να τα κάνετε όλα αυτά αλλά πραγματικά μετά από τις πρώτες φορές που μπορεί να σας πάρει να το συνηθίσετε, είναι πιο γρήγορο από το να διαβάζει το παιδί όλο το κείμενο ξανά και ξανά και να ξεχνάει πράγματα όταν σας το λέει και να το ξαναδιαβάζει και να σας το ξαναλέει. Όπως είπα βέβαια αυτές είναι απλά προτεινόμενες τεχνικές που μπορεί να είναι ή να μην είναι αποτελεσματικές για εσάς ή το παιδί σας. Ότι και να κάνετε, κουράγιο σας εύχομαι και σε εσάς και στα μικρά σας.

Πηγή: <http://www.infokids.gr/>

Επεξεργασία άρθρου: Κωνσταντίνα Ντουντούμη