

فصل امتحانات و چند نکته

کم کم به روزهای امتحانات پایان سال تحصیلی نزدیک می شویم و اگر شما هم دانش آموزی در خانه داشته باشید حتماً متوجه تغییرات خاص این روزها شده‌اید.



جام جم آنلاین: کم کم به روزهای امتحانات پایان سال تحصیلی نزدیک می شویم و اگر شما هم دانش آموزی در خانه داشته باشید حتماً متوجه تغییرات خاص این روزها شده‌اید.

البته تصور نکنید شما وظیفه‌ای ندارید و فرزندتان خودش باید مسوولیت درس خواندن و قبولی در امتحانات را بپذیرد، بلکه باید بدانید نقش والدین در این روزها و هفته‌ها بسیار مهم است.

امتحانات پایان سال تحصیلی یکی از اتفاقات مهم زندگی دانش آموزان است که می‌تواند منجر به استرس و اضطراب آنها هم بشود.

به همین دلیل بچه‌های کوچک‌تر به همراهی و کمک پدر و مادرشان خیلی بیشتر از روزهای عادی نیاز دارند تا بتوانند با موفقیت این روزها را سپری کنند.

همچنین راهنمایی‌های بزرگ‌ترها هم در این دوران باعث می‌شود کودک روشی برای درس خواندن خودش انتخاب کند و در آینده هم براساس آن ادامه دهد بنابراین مشخص است والدین باید زمان بیشتری را برای بچه‌ها اختصاص دهند تا آنها بتوانند موفقیت را تجربه کنند.

در این روزها نکات خاصی را باید در نظر داشته باشید:

– هیچ وقت اجازه ندهید بچه‌ها درس خواندن را تا یک روز قبل از امتحان به تعویق بیندازند. چون این کار فقط موجب می‌شود استرس و اضطراب بیشتری داشته باشند.

– خودتان را به کودک تحمیل نکنید؛ بعضی از بچه‌ها به حمایت بیشتری نیاز دارند در حالی که برخی ترجیح می‌دهند تنها درس بخوانند. شما باید فرزندتان را بشناسید و با توجه به روحیات او برایش تصمیم بگیرید.

– همراه با خود کودک برایش یک برنامه زمانی تنظیم کنید تا براساس آن مطالعه را شروع کند و پیش برود.

– به هیچ وجه نگذارید بچه‌ها صبح خیلی زود بیدار شوند یا شب‌ها خیلی دیر بخوابند.

– سعی کنید محیطی آرام و بدون مزاحمت برای درس خواندن کودک فراهم کنید. همچنین فراموش نکنید در این روزها بچه‌ها استرس زیادی دارند و شما نباید با حرف‌هایتان آنها را نگران‌تر کنید.

منبع: school.familyeducation