**Deset praktických tipů a rad, jak motivovat děti při výuce na dálku**

Psychoterapeut Jan Vávra sestavil deset konkrétních tipů, co mohou děti, rodiče i učitelé dělat, aby se během nekonečných hodin strávených u počítače chuť učit se úplně nerozplynula.

**Deset tipů na udržení motivace k učení podle Jana Vávry**

1. Udržujte nastavení, že i online škola je škola a společenský kontakt

Přestože s vypnutou kamerou možná nemusí vadit, že dítě vstalo pět minut před začátkem hodiny a má na sobě pyžamo, zkuste doma nerezignovat na atmosféru, že školní den je školní den. Je tedy dobré vstát včas a vykonat běžné ranní rituály, jako je snídaně, příprava svačiny, čištění zubů, česání či oblékání, zkrátka udržovat řád dne.

1. Pracujte s místem výuky

Učí-li se dítě uprostřed svého pokoje plného hraček, může ho to rozptylovat. Někdy pomůže, pracuje-li na vyčleněném „pracovním“ místě, které mu doma vytvoříte. To by mělo být s učením spojené a nacházet se od rozptylujících podnětů. I počítač, na němž probíhá výuka, či mobil po ruce mohou být velkým pokušením – zejména pro děti, které hůř odolávají rozptýlení. Pro ně je lepší pracovat na zařízení, kde si díky omezující aplikaci nemohou po dobu výuky pustit nic jiného. Mobil může zůstat ve vedlejším pokoji a je používán jen o přestávkách, nebo když je nutný k výuce.

1. Dbejte, aby děti výuku dobře slyšely a nerušily je jiné zvukové signály

Britský psycholog Paddy Ross ve svém nedávném výzkumu zjistil, že děti více reagují na neverbální tón hlasu než na vizuální podněty, u dospělých je to naopak. Pro online výuku z toho vyvozuje, že je důležité dbát na kvalitu audio přenosu a zaujetí hlasem. Doporučují se také sluchátka, která izolují od ostatních zvukových podnětů.

1. Nabízejte pomoc místo restrikce

Pokud zjistíte, že děti neplní úkoly nebo se nepřipojují, lépe je dát jim najevo, že víte, jak je to pro ně náročné, než jim vyčítat lenost a podobně. Pomozte jim najít způsob, jak se lépe soustředit, odolávat jiným způsobům zábavy. Zkuste zjistit, proč se výuce vyhýbají; komunikujte s nimi průběžně o tom, co dělaly, nechte si to i ukázat, zajímejte se, jak dostávají zadané úkoly a jestli je plní. Pokud se ve výuce ztrácejí, hledejte formu, jak jim pomoci, mluvte o tom s učiteli či asistenty. Pokud to časově nezvládáte, zkuste najít někoho, kdo by to mohl dělat.

1. Kontrola formou zájmu

Tam, kde je povinnost, je dobré, když je i přehled a způsob kontroly. Vytvořte si zvyk, že si v průběhu dne či týdne společně projdete, co se ve škole dělalo, jak to dětem šlo, co je baví, co nebaví, nebo nejde. Důležité je zajímat se, ale neptat se: „Už máš všechno hotové?“ Mnohem lepší je: „Co jste dneska měli za předměty? Zajímalo by mě, co tam děláte. Mohl bych se třeba podívat, co po vás chtějí?“

1. Předcházejte sociální izolaci

Z praxe i v mém okolí pozoruji, že častěji se vyhoření a rezignace na učení dostavuje, pokud se člověk začíná cítit osamělý, bez kontaktu, je sám doma a v izolaci se ztrácí. Musíte-li hodně pracovat, zkuste hledat babičky, tetičky, spřátelené rodiny, kde se vaše dítě bude moci učit pravidelně ve dvou s dalším dítětem a kde bude přítomen někdo z dospělých.

1. Nezapomínejte na volno

Pokuste se dělat přestávky bez počítače a mobilu. Snažte se strukturovat den, aby měl řád i zajímavé body, na které se lze těšit. Buďte dětem spojencem i v možnostech trávení volného času. Proberte, co jim chybí, jaké aktivity můžete dělat společně, jak nahradit koníčky, chybějící kamarády. Hledejte možnosti, sdílejte s nimi jejich pocity, snažte se společně vyrazit do přírody či dělat něco zajímavého.

1. Pomozte jim zorganizovat si věci

Poraďte dětem, především těm mladším, kam si mohou ukládat zápisky, jak si co vytisknout či vytvořit desky.

1. Učte děti větrat

Zejména v zimě se může stávat, že děti sedí v malém pokojíku u počítače, a celý den si samy nevyvětrají. Zvýšená koncentrace oxidu uhličitého, který se může v takovém případě hromadit, způsobuje bolesti hlavy, snížené soustředění a pozornost.

10. Co nejvíce posilujte vzájemný kontakt

Poslední, ale možná nejdůležitější bod se týká udržení pozitivního kontaktu a vztahu s dětmi. Nebavte se jen o povinnostech, ale zajímejte se, co můžete dělat společně. Pokud se stanete drábem, který jen hlídá či kritizuje a upozorňuje, co dítěti nejde, budete se jeden druhému vzdalovat, což může být v současné nejisté době velmi stresující pro všechny.

*Dbejte, abyste našli příjemná témata k rozhovoru, dokázali se zaměřit na silné stránky, zahráli si s nimi třeba jejich oblíbenou počítačovou hru nebo si o ní povídali, četli nahlas knížky, vyprávěli vtipy, stavěli z lega, skládali puzzle, hráli hry.*

*Současné nové možnosti scanování mozku ukazují, že děti a rodiče mají schopnost se na mozkové úrovni naladit a zrcadlit. Vědcům se to podařilo změřit u společného stavění puzzle nebo v průběhu příjemných rozhovorů. Při činnostech, které vzájemně naladí, se dozvíme více o prožívání a těžkostech dětí.*

Zdroj: https://ceskapozice.lidovky.cz/tema/dvacet-praktickych-tipu-a-rad-jak-motivovat-deti-pri-vyuce-na-dalku.A210310\_182924\_pozice-tema\_lube?#utm\_source=email&utm\_medium=text&utm\_campaign=lidovky.directmail