



4

## Rozwinięcie tematu

Osoby, którym trudniej się uczyć –  
jak możemy im pomóc?

### JAKIE STRATEGIE MOGĄ POMÓC UCZNIOM W NAUCE?

#### 1. Techniki pamięciowe

- **Mnemotechniki** – rymowanki, akronimy, skojarzenia.
- **Mapy myśli** – graficzne przedstawienie informacji.

#### 2. Organizacja czasu i zadań

- **Listy kontrolne** – odhaczanie wykonanych zadań.
- **Planery i kalendarze** – zapisywanie terminów i planowanie nauki.

#### 3. Ćwiczenia poprawiające koncentrację

- **Krótkie przerwy** między zadaniami.
- **Ćwiczenia relaksacyjne** – głębokie oddychanie, rozciąganie.

#### 4. Samodzielne monitorowanie postępów

- **Ustalanie celów** krótko- i długoterminowych.
- **Refleksja nad własną nauką** – co działa, a co wymaga zmiany.

### PODSUMOWANIE

Osoby, którym trudniej się uczyć, mogą osiągać sukcesy edukacyjne i rozwijać swoje talenty, jeśli otrzymają odpowiednie wsparcie i zrozumienie. Kluczowe jest:

- **Indywidualne podejście** – dostosowanie metod nauczania do potrzeb ucznia.
- **Współpraca** – zaangażowanie nauczycieli, rodziców, specjalistów i rówieśników.
- **Budowanie pozytywnej samooceny** – docenianie wysiłku i zachęcanie do dalszego rozwoju.
- **Tworzenie sprzyjającego środowiska** – zarówno w szkole, jak i w domu.

**Pamiętajmy**, że każdy uczeń jest inny i ma swoje unikalne zdolności oraz potencjał. Poprzez empatię, cierpliwość i wsparcie możemy pomóc osobom z trudnościami w nauce pokonać przeszkody i cieszyć się z osiągniętych sukcesów.