

КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ СПРАВЛЯТЬСЯ С ДОМАШНИМ ЗАДАНИЕМ

Домашнее задание – одна из составляющих школьной жизни. Хорошо, если ребенок сам может организовать себя и не просит помощи взрослого. Однако это – большая редкость. Как помочь ребенку научиться учиться, легко справляться с домашним заданием?

1 шаг - организация рабочего места

Оборудуйте для ученика удобное рабочее место, с учетом его роста. Места должно хватать, чтобы он мог расположить на столе все необходимое. Ноги не должны болтаться. Вся стопа должна стоять на полу. Можно использовать подставку. Следите, чтобы источник света находился по центру стола или чуть левее. Ребенку должно быть комфортно при выполнении домашнего задания.

2 шаг - отдых после школы

Начинать выполнение домашнего задания необходимо после отдыха, лучше – прогулки. Дайте ему отвлечься от учебного процесса, поиграть, подвигаться. Просмотр телевизора – не отдых !

На сытый желудок даже сложное задание не кажется таким страшным. Накормите чадо обедом.

3 шаг - создание рабочей обстановки

Следите за тем, чтобы никакие внешние факторы не отвлекали ребенка от учебников. Создайте рабочую атмосферу. Выключите телевизор, радио, уберите из поля зрения игрушки.

4 шаг - планируем работу

Прежде всего, выполняя домашнее задание, ребенок учится самоорганизации, самоконтролю. А значит начинать надо с дневника. Необходимо научить ребенка пользоваться дневником систематически. Основная роль принадлежит в этом именно родителям. Многим знакома картина, когда ребенок приходит домой и не знает, что же было задано на дом. Приходится звонить одноклассникам. Узнав задание, ребенок начинает его выполнять, а вот запись в дневник не делается. Ребенок обязательно должен под контролем родителей запись сделать.

Почему так трудно научить ребенка пользоваться дневником? В дневнике отмечается весь негатив школьной жизни: не очень хорошие оценки, а получить всегда хочется хорошую; замечания, а не очень хочется, чтобы родители знали об этом; домашнее задание должно быть записано, а выполнять его совсем не хочется; расписание, которое сразу напоминает о том, что надо идти в школу, что до каникул еще далеко.

ВЕДЕНИЕ ДНЕВНИКА.

ПРАВИЛА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ.

№ 1. Не всегда стоит ругать ребенка за плохие оценки.

№ 2 . Начинать выполнение домашнего задания необходимо с просмотра дневника. Если не все задания записаны, необходимо записи восстановить.

№3. Необходимо дать понять ребенку, что дневник – не враг, а друг.

ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ. В школьной жизни всякое бывает. Всем трудно, когда учатся. Плохая оценка констатирует факт, что пока ты этому не научился, но мы вместе справимся. У тебя не очень хорошо получается осваивать математику (литературу и т.п.), но ты отлично умеешь вышивать (рисовать...).

№4. Контролируйте заполнение дневника на неделю вперед. Подписывать дневник в каждую среду.

ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ. Некоторые предметы бывают не каждый день. Иногда задание дается на следующую неделю. Некоторые дети просто теряются, не знают, куда записать, долго ориентируются и не успевают. Если меняется расписание, пусть ребенок сам сделает пометки карандашом, заранее нацелит себя, куда надо записать задание.

№5 Приучайте ребенка к аккуратности. Дневник – документ. Вести его надо аккуратно.

ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ. Прежде всего, необходимо посмотреть весь объем и уровень сложности. Расписание уроков лучше сверять с расписанием посещаемых кружков и семейным досугом. Иногда можно что-то сделать накануне, а в тот день, когда уроков задается меньше (например, такие предметы, которые бывают 1 – 3 раза в неделю). Оценивая объем и уровень сложности, ребенок планирует свою деятельность. Необходимо подобрать вместе с ребенком все, что необходимо для работы по выбранной теме. Начните подготовку домашнего задания с наиболее трудных и объёмных предметов. Родители, наблюдая за работоспособностью и утомляемостью ребенка, могут сами выбрать оптимальный вариант. Чаще всего это точные науки – математика, русский язык, иностранный язык. Потом переходите к более легким и интересным. Стихи учите вместе, так будет веселей и интересней. Некоторым детям целесообразнее начинать выполнение заданий с самых легких. Таким образом, у ребят оказывается выполненными большее количество задач и упражнений, что порождает чувство удовлетворенности.

Если кроме учебника есть тетради на печатной основе, в них работали в школе, а дома по ним задания нет, стоит посмотреть, что и как ребенок делал в школе.

РАБОТАЕМ ПО ПИСЬМЕННОЙ ИНСТРУКЦИИ

Часто родители сами читают задание и говорят, что же надо делать. Ребенок должен сам прочитать задание вслух и объяснить, что же надо делать. Если инструкция к упражнению большая, многоступенчатая (надо выполнить несколько заданий), и

ребенок не может сразу ее запомнить, выполнять задание можно по этапам. Но ребенок сам должен читать задание к каждому этапу и пояснять, что он будет делать.

Нужен ли черновик? Да, часто он необходим. Но записи в черновике должны быть минимальными. Нет смысла писать упражнение по русскому языку в черновик, делать все разборы, а потом переписывать в тетрадь. Ребенок утомляется, а качество работы снижается. Кроме того исправления в работе покажут учителю, где ребёнок пока испытывает затруднения.

следим за временем

Обязательно делайте 10-ти минутный перерыв между заданиями по разным предметам. Не заставляйте сидеть за учебниками более 30 минут без перерыва. Старайтесь максимально сократить время выполнения уроков. Выполнение всех уроков в идеале не должно превышать 2-х часов. После выполнения уроков должно оставаться время на отдых, на прогулку.

А если что-то не получается ?

Как правило, домашнее задание значительно проще или аналогично материалу классной работы. Домашнее задание – закрепление навыков. Не каждый сразу усваивает материал. Если у ребенка не получается какое-то из заданий, то никогда не отказывайте ему в помощи. Если после объяснения, вы видите перед собой большие и полные непонимания глаза, переключите ребенка на другое упражнение, а к этому вернитесь немного позже.

Помните: объяснить – не сделать за ребёнка! Подсказывать нет смысла.

Каковы причины неспособности школьника справиться с заданием дома?

- Он мог просто не понять новый материал, и поэтому был не в состоянии выполнить домашнее задание.
- Возможно, у ребенка уже сформировалось чувство беспомощности. В этом случае, если он будет долго сидеть над заданием, велика вероятность, что оно будет выполнено родителями.
- У ребенка могут быть серьезные проблемы с обучением в целом, например, по причине несформированности необходимых учебных умений и навыков.
- Ученик не в состоянии справиться с большим объемом задания.

проверка

Письменную работу сам ребенок должен проверить, и только потом родители, если были допущены ошибки, могут указать на недостатки. Если в вашей семье ребенок делает домашнее задание самостоятельно, а вы только проверяете его приходя с работы, то не встречайте малыша словами: "Сделал ли ты уроки?". Поговорите со своим ребенком на разные темы, попросите рассказать как его дела, самочувствие. Пусть он почувствует, что для вас важнее он сам, а не домашнее задание.

Как правило, родители в первую очередь обращают внимание на ошибки своих детей. Взрослым стоит взять за правило отмечать, как хорошо школьник выполнил те

задания, которые сделаны без ошибок. А относительно заданий, в которых допущена ошибка, казать ребенку: «Я думаю, что если ты еще раз проверишь этот пример, то у тебя может получиться другой ответ». Это поможет ученику вернуться к заданию без отвращения и чувства бессилия.

Многие дети очень волнуются, боясь принести в школу задания, выполненные с ошибками. Поэтому важно, чтобы родители регулярно проверяли работу. Такое поведение взрослых порождает у ребенка ощущение завершенности работы, а также формирует чувство безопасности и уверенности, что задания выполнены без ошибок. Эту уверенность школьник принесет с собой в класс, а значит, будет чувствовать себя спокойнее, когда станет выполнять классную работу.

Существует мнение, что если ребенок допустил ошибки, он должен переписывать до тех пор, пока ошибок не будет. Это – глубокое заблуждение. Прежде всего, всю работу надо разобрать, подготовить ребенка к работе, нацелить на то, что сделать надо сразу и как можно лучше.

До какого возраста надо помогать ребенку?

Пока не сформируются навыки самоконтроля, самоорганизации. На первых порах Вам придется постоянно сидеть рядом. Через некоторое время давайте возможность то или иное задание частично выполнить самостоятельно. Увеличивайте самостоятельность.

Иногда приходится наблюдать, что ребенок просто ничего не делает, если остается один. Ему постоянно необходимо присутствие взрослого. Бесплезное сидение растягивает время выполнения задания, утомляется ребенок еще быстрее. Придется сидеть рядом, пока ему это необходимо. Если родители уже оказались в такой ситуации, не следует немедленно менять установившийся порядок вещей. Надо двигаться постепенно. Несколько дней подряд взрослым целесообразно садиться как можно дальше от ребенка, выполняющего домашнее задание. Постепенно родителям следует увеличивать расстояние между собой и школьником, пока он не начнет работать полностью самостоятельно.

ПРИУЧАЙТЕ РЕБЕНКА К АККУРАТНОСТИ ВО ВСЕМ. Итог выполнения домашнего задания – подготовка портфеля. Ребенок сразу после выполнения домашнего задания должен собрать портфель, проверить, все ли он сделал, подготовить все необходимое к следующему учебному дню.

Не стоит думать, что, помогая ребенку, вы лишаете его самостоятельности.

Самостоятельность формируется постепенно. Не делайте за ребенка, делайте вместе с ним.

Постепенно ребенок научится делать все сам!

РЕБЁНОК И КОМПЬЮТЕР. ДРУЗЬЯ ИЛИ ВРАГИ ?

Совсем недавно детей ругали за то, что они могут часами сидеть перед экраном телевизора и смотреть одну передачу за другой. Сейчас ситуация несколько изменилась — телевизору пришлось потесниться и уступить часть занимаемого им пространства компьютеру. Причём компьютер оказался в значительно более выгодном положении. Он, в отличие от телевизора, лишь отвлекающего ребёнка от приготовления уроков, предоставляет практически неограниченные возможности для решения учебных задач. Это одна из сторон использования новой техники, но появилась и вторая, вызывающая опасение за жизнь и здоровье ребёнка. Ребёнок куда-то «уходит» и возникает страх, что оттуда он не вернётся или вернётся совсем другим. Компьютер из друга превращается во врага. Почему же дети так легко поддаются соблазнам компьютерных игрушек?

Причины возникновения компьютерной зависимости:

- Первая и самая главная — отсутствие навыков самоконтроля у ребёнка. Такой человек не умеет себя контролировать, ограничивать, «тормозить», он делает не думая, не может наметить перспективу, определить результат своего действия.
- Ребёнок не приучен к труду, к умению видеть работу и выполнять её. Такой человек не ощущает потребности трудиться во имя близких, выражая этим свою любовь и заботу о них.
- Ребёнка не приучили к сотрудничеству, он не научен советоваться, а значит слушать и самое главное — слышать советы и рекомендации. Такая «глухота» начинается в подростковом возрасте, и взрослые вдруг оказываются совершенно беспомощными, так как видят перед собой как будто совсем другого ребёнка — непослушного, словно оглохшего, не воспринимающего родителей.
- Ребёнок, лишённый родительского внимания, удовлетворяет потребность в тепле и общении, взаимодействуя с компьютером.
- Взрослеющий ребёнок сталкивается с трудностями, свойственными взрослой жизни. Не умея справиться с ними самостоятельно, не находя поддержки взрослых, он уходит в придуманный «свой мир», в котором для достижения счастья не надо тратить душевные силы.
- Стиль воспитания в семье построен на давлении, указаниях, воспитании введомой личности, которая в результате все равно не умеет подчиняться и слушаться.
- Родители в общении с ребёнком не осознают его взросления, не изменяют стиль общения, не выходят на диалог, согласованные действия.
- Неуверенность в себе ребёнка, низкая самооценка, зависимость от мнения окружающих.
- Замкнутость ребенка. Малообщительный ребёнок, попавший (в силу индивидуальных особенностей или обстоятельств) в коммуникативный вакуум, не принимаемый сверстниками, также подвержен риску компьютерной зависимости.
- Дефицит эмоциональной поддержки со стороны значимых взрослых.
- Сильный рефлекс подражания, уход в нереальность вслед за «застрявшим» товарищем.
- Отсутствие контроля со стороны родителей, бесконтрольность личного времени, неумение самостоятельно организовать свой досуг.

Чрезмерное увлечение компьютером - индикатор состояния ребёнка, который не находит себя в реальном мире и потому погружается в мир виртуальный. Взрослые не всегда оказываются в состоянии заметить переживания ребенка, происходящие с ним изменения. За внешним благополучием ребёнка могут скрываться серьёзные переживания по поводу собственной несостоятельности и неполноценности. В случае выраженной компьютерной зависимости эти переживания обнажаются и становятся заметными.

Что делать, чтобы ребёнок не стал зависимым от компьютера?

- Познакомьте его с временными нормами (для детей 7-12 лет — 30 минут в день, но не ежедневно; 12-14-летние могут проводить 1 час в день; от 14 до 17 лет — 1,5 часа).

- Контролируйте разнообразную занятость ребёнка (кружки, широкие интересы).
- Приобщайте к домашним обязанностям.
- Культивируйте семейное чтение.
- Ежедневно общайтесь с ребёнком, будьте в курсе возникающих у него проблем, конфликтов.
- Контролируйте круг общения, приглашайте друзей ребёнка в дом.
- Учите правилам общения, расширяйте кругозор ребёнка.
- Научите способам снятия эмоционального напряжения, выхода из стрессовых состояний.
- Осуществляйте цензуру компьютерных игр и программ.
- Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к играм своего детства.
- Не разрешайте выходить в Интернет бесконтрольно.
- Старайтесь не говорить с ребёнком часто об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое отношение к злу, активное противостояние тому, что несёт в себе энергию разрушения, уничтожения, деградации личности.
- Не забывайте, что родители — образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребёнка (с учётом своих норм).
- Проанализируйте, не являетесь ли Вы сами зависимыми? Курение, алкоголь, телевизор? Ваше освобождение — лучший рецепт для профилактики зависимости у Вашего ребёнка.

Надо хорошо понимать те чувства, которые испытывает ребёнок во время увлечённой игры на компьютере. Игра даёт ребёнку те эмоции, которые не всегда даёт ему жизнь. Это широчайший спектр — от положительных эмоций до отрицательных: восторг, удовольствие, увлечённость, досада, гнев, раздражение. И все это можно испытать, не вставая с места. Есть и другой важный аспект: у ребёнка в игре создается иллюзия овладения миром. Проиграв, он может переиграть, вернуться назад, что-то переделать, заново прожить неудавшийся кусок жизни. Это особенно захватывает детей, которые болезненно ощущают свою не успешность. Но в реальной жизни по мановению волшебной палочки проблемы не решаются.

Что делать, если Вы подозреваете у ребёнка компьютерную зависимость?

- Не идите путём насилия, не вводите строгих запретов и ограничений. Не делайте ничего быстро и резко, так как если ребёнок серьёзно «завис», то резкое отлучение его от «компьютерного наркотика» может привести к кардинальным поступкам (самоубийству или его попыткам ухода из дому и пр.).
- Настройтесь спокойно преодолевать болезненное состояние.
- Не действуйте «на авось», пользуйтесь проверенными рецептами с учётом индивидуальной ситуации и личностных особенностей Вашего ребёнка.
- Попробуйте выйти на диалог. Расскажите о пользе и вреде, которые можно получить от компьютера.
- Поговорите о свободе, праве выбора, их границах и ответственности за право принимать решения.
- Установите небольшое ограничение режима пребывания в виртуальном пространстве. Проследите реакцию на новые условия и, самое главное, их выполнение. Проверьте, сложно ли ребёнку выдерживать новые временные рамки.

- В случае если сокращать время постепенно удастся, то идите путём до установления нормы.
- Если ребёнок обещает, но не выполняет, так как его зависимость сильнее его самого, необходимо обратиться к специалисту. Для начала — к психологу. Специалист определит, какова степень зависимого состояния и есть ли у него возможности справиться с проблемой.
- Если психолог порекомендует обратиться к психиатру, значит зависимость приобрела максимальную форму и захватила личность ребёнка, частично изменив его сознание.

Технический прогресс не стоит на месте, и современные дети легко обращаются с новой техникой и также легко эта новая техника затягивает их в свой мир. Задача взрослых не позволить этому виртуальному миру заманить детей и сделать из них бездушных, безвольных, одиноких и равнодушных людей.

Покажите ребёнку всю красоту, привлекательность, загадочность и непредсказуемость окружающего мира.