

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ УЧИТЬСЯ ДОМА

Многие дети с трудом удерживают внимание на учебной деятельности. Они легко отвлекаются на посторонние звуки и событие. Хлопнула дверь, началась реклама по ТВ...

Часто это проявление особенностей возраста и нервной системы ребенка. Но свою роль играет и воспитание навыков волевого поведения у школьника.

Рекомендации родителям

1. Следите за режимом учебы и отдыха

Следует понимать, что детям особенно нужно высыпаться. В это время дети могут тратить много времени на телевизор и гаджеты и забывают о соблюдении режима дня.

Важно начинать приготовление уроков в одно и то же время. Тогда ребенку легче настроиться на работу. Установка вырабатывается и на постоянное рабочее место. Достаточно усесться за привычный стол. Желательно, чтобы это место было только местом для занятий, а не для игр и дополнительного чтения.

Длительность «рабочего цикла» - не больше 30-40 минут, у первоклассников – 15-25. Идеален ритм “*pomodoro*” – 25 минут занятий (у малышей меньше) – 5 минут перерыв. 4 таких цикла – и большой перерыв на 15-30 минут.

Таймер вам в помощь, помогите ребенку привыкнуть к «работе по звонку».

В перерывах между сложными видами работы используйте приемы расслабления или двигательную разрядку.

2. Научите готовиться к учебе.

Все необходимое для работы всегда должно быть у ребенка под рукой. Начиная от ручки, бумаги и до таблиц, схем, словарей и т.п. Научите детей готовиться к «домашним урокам». Сделайте список учебных дел на день. Пусть ребенок добавит прикольные рисунки.

3. Развивайте у вашего школьника навыки самоконтроля и самопроверки выполненной работы.

«Сделал – проверь – потом дай на проверку» - главный «девиз» для таких детей.

Научите ребенка проверять, помогая себе пальцем.

Научите проводить проверку в определенном направлении: слева направо и сверху вниз. И опять палец тут - лучший друг ребенка. Пусть ведет пальчиком. И смотрит только туда, где пальчик. Приветствуйте такие действия.

Научите ребенка при проверке пользоваться непрозрачной линейкой. С ее помощью слово открывается без заглядывания вперед. Ребенок часто не замечает ошибки, если заглядывает вперед и «узнает» слово.

Понаблюдайте, как выполняет ребенок задания. Скорее всего, так: быстренько все написал - и с плеч долой... Первое, чему нужно научить

ребенка, - проверять свою работу. Педагоги уверяют, что на проверку написанного должно тратиться такое же количество времени, как и на выполнение самой работы. Да, это скучно и утомительно, но результат того стоит.

4. Родителям нужно быть внимательными к ребенку

В эти дни Вы сами должны быть внимательным к ребенку, проявлять интерес к его занятиям, жизни. Ведь развитию навыков самостоятельной учебы способствует вовлечение ребенка в любую целенаправленную деятельность. И доброжелательное внимание родителей помогает ребенку войти в деятельность.

5. Используйте метод коротких заданий.

От коротких заданий постепенно переходя к длительным. Например, школьник не может сосредоточить внимание в течение 45 минут. Можно достигнуть большего успеха, если разбить предлагаемую работу на небольшие (но законченные в себе) части, требующие для своего выполнения 10—15 минут каждая.

6. Учите невнимательных детей работе по алгоритму.

Что сначала делаем? "Молодец. А затем? Умница". Помогите ребенку найти "мишень" для внимания. Это поможет ему не отвлекаться. Подскажите, на что смотреть, что искать.

Этот прием помогает также и при обучении невнимательных детей навыкам самообслуживания. Вместо "давай одевайся быстрее" дайте ребенку алгоритм. "Что сначала делаешь? Правильно.

Делай это. А затем?"

7. Используйте похвалу и поощрение в развитии внимания и самоконтроля.

Хвалите в тот момент, когда ребенок ведет себя целеустремленно и внимательно. В противном случае навыки внимательного и волевого поведения не закрепляются, и всегда будет необходим "внешний надзор".

8. Будьте последовательны и терпеливы.

Навыки самоконтроля, управления вниманием вырабатываются длительно. Иногда кажется, что ребенок ничему не учится, "ну вот, опять двадцать пять", но это не так. Капля камень точит, ни одно ваше слово и действие не остается без результата. Просто эти результаты складываются постепенно, "по кирпичику" день за днем.

Удачи вам!