

Опять.... Уроки.

Или как научить ребенка выполнять домашнее задание быстро и качественно



«Мы во втором классе в обычной школе делаем с ребенком уроки по 6 часов»...

«садимся за уроки и – начинается: я пить хочу, я устал, я ручку уронил»...

«мой может заниматься за уроками чем угодно, только не самими уроками, сижу рядом – пишет, стоит отойти – играет»

«все говорят «умница, но витает в облаках», вот и витаем по два часа над одним предложением»...

Знакомо?

Все чаще в наш центр обращаются за помощью родители, для которых выполнение домашнего задания превратилось во многочасовую пытку. Что происходит? Как помочь себе и ребенку?

Давайте разбираться вместе.

Чтобы ребенок самостоятельно выполнял домашнее задание, **нужно чтобы у него были развиты такие навыки, как умение программировать и контролировать собственную деятельность.** Говоря языком научным, речь такого ребенка должна достичь того уровня, когда она может стать организатором его деятельности. Увы и ах — реальность такова, что этот навык развиваться у современных детей вовсе не торопится. Более того, чаще всего именно мы, родители, по незнанию или по недоразумению, всячески тормозим этот важный и нужный процесс. Впрочем, мы сейчас не об этом.

Для начала необходимо взрослому составу понять, что дело в общем не в ребенке, и потому раздражение, недовольство и тем более обвинения лучше всего оставить где-нибудь по дороге в детскую. А вот новые знания и желание эффективно помочь очень даже стоит прихватить с собой. Если уже на этом месте появилось раздражение на автора — не стесняйтесь, можете вслух высказать все, что думаете о школе, уроках, учителях, психологах и иже с ними. Так нам всем и поделом

Для тех, кто способен продолжать — задачка посложнее. Мы прямо сейчас будем **менять стратегию вашего поведения.** Потому как та, что вы до сих пор использовали, судя по всему, не работает.

Итак, проблема в том, что **ребенок не умеет раскладывать задание на маленькие последовательные действия,** контролировать процесс их выполнения, оценивать полученный результат и исправлять его в случае необходимости. Между тем, это основные составляющие любой успешной, в том числе и учебной, деятельности. Поэтому мы не ждем милости от природы, мы берем на себя те функции, которые ребенок не может проделать самостоятельно: подкрепляем словами, схемами, рисунками, задаем последовательный алгоритм действий. И постепенно, по мере того, как эти подпорки будут становиться ненужными — убираем их и передаем ответственность самому ребенку.

Как научить ребенка выполнять домашнее задание быстро и качественно? Пошаговый алгоритм

Когда вы будете максимально спокойны и полны решимости помогать, скажите ребенку примерно следующее: «Мне очень нравится с тобой играть и общаться, но уроки забирают очень много времени. Меня научили, как их можно делать быстро. Давай сегодня попробуем вместе?»

«Я буду засекают время по часам и еще заведу таймер (время подбираете согласно ситуации, причем время, пока вы готовитесь, убираете со стола, выясняете задание, в этот час не входит). Когда сработает сигнал, мы должны закончить уроки. Если уложимся, тебя будет ждать приз. А пока **приготовь все необходимое для уроков.**» Пока ребенок копается в портфеле, **набросайте небольшую шпаргалку в рисунках — что должно быть на столе:** нужные учебники, тетради, черновик, пара авторучек и карандашей, линейка и т. п. Предложите свериться, все ли он приготовил. Как только необходимость в шпаргалке отпадет,

торжественно со словами «теперь ты это можешь делать сам» расправьтесь с ней. Времени на подобные сборы будет уходить с каждым днем все меньше, а затем подготовка и вовсе перейдет в автоматизмы: сажусь за уроки — на столе должно быть только необходимое для самих уроков.

Иногда родители упрощают этот пункт, рассуждая следующим образом, мол, это же очевидно — сели за уроки, нужно все необходимое достать из портфеля. Это для вас — очевидно. И пока вы экспериментируете, те дети, у которых есть четкое руководство к действию в виде незамысловатой шпаргалки, быстро и весело оттачивают навык. А вы можете подсчитать сколько времени потрачено на то, чтобы порыться в портфеле в поисках забытой линейки. Это я к тому, что мы с вами вырабатываем те действия, которые ребенок со временем сможет выполнять самостоятельно быстро и просто. Вы же не планируете делать это за него до окончания школы, верно?

Важный нюанс.

Есть детишки, которые **«забывают» записать задание в школе**. Очень ведь соблазнительно: не записал и вроде как их нет — этих ненавистных заданий. Так вот, если в ваши планы не входит еще один час потратить на ожидание, пока ребенок обзвонит одноклассников, позаботьтесь об этом заранее. Например вот так: у меня грандиозные планы на вечер, от тебя требуется записать все, что сегодня зададут на дом.

Итак, к выполнению уроков готовы.

Начали: ваша задача руководить действиями ребенка, задавать последовательность и контролировать выполнение.

- Открой дневник и посмотри, что сегодня задали
- С чего хочешь начать: с русского или математики? (ситуация выбора в данном случае очень важна, ребенок должен сам выбрать предмет)
- Открывай учебник, находи упражнение. Внимание, я засекаю время!
- Читай задание. Тебе все понятно? Расскажи мне, пожалуйста, что нужно сделать. Очень важно, чтобы ребенок мог пересказать задание своими словами, не нужно повторять слово в слово текст учебника. То есть он должен действительно понимать, что от него требуется. Если это вызывает сильные затруднения, желательно показать ребенка нейропсихологу, он определит причину подобных затруднений и расскажет, как это можно исправить. А пока можете сами объяснить ребенку, что от него требуется в том или ином задании.

Даже если ребенок понял, что от него требуется, не спешите на первом этапе свернуть выполнение в самостоятельное действие.

Повторяю, вам нужно шаг за шагом передать своему ребенку подробный алгоритм последовательных действий, который в дальнейшем он сможет применить самостоятельно. Чтобы вы четче понимали о чем я говорю, попробуйте разложить на маленькие шажочки тему « как приготовить бутерброд». Скорее всего у вас получится примерно следующее: «нужно взять батон, ножом отрезать от него ломтик, затем достать из холодильника колбасу, отрезать кружочек примерно в один сантиметр толщиной, положить кружочек колбасы на ломтик батона, бутерброд готов». Уловили принцип? Воплощайте!

- Расскажи, что тебе нужно сейчас написать. Хорошо! Пиши.
- Иногда ребенок рассуждает правильно, но начинает писать и, словно, тут же забывает сказанное. Поработайте диктофоном, напомните ребенку то, что он сам сказал. Ваша задача — создать ситуацию успеха, втянуть ребенка в это действие. С каждым последующим разом новая модель поведения будет работать все лучше и лучше. Пока же нужно проявить терпение и желание помочь.
- Договоритесь, что ребенок будет проговаривать каждую букву, которую выводит: например, проговаривай, как пишешь, «собака» — «о» или «а» следующая?
- Обязательно отметьте, сколько времени ушло на первое предложение: Ты справился за 3 минуты. Следующее предложение получится еще быстрее! Молодец!

Дети, как правило, боятся того объема, который им предстоит выполнить. Поэтому за каждым усилием со стороны ребенка, обязательно должно следовать эмоциональное подкрепление с вашей стороны.



Оно не только создает положительный настрой, но и поддерживает оптимальный энергетический тонус ребенка.

- Второе предложение должно занять хотя бы чуть-чуть, но меньше времени, чем первое.

Здесь есть важный нюанс. Дети, которые подолгу просиживают за уроками, вовсе не ленивы и не глупы, как принято думать. Чаще всего, причиной подобных изматывающих многочасовых сидений за уроками, является недостаточная выносливость нервных клеток при нагрузках и длительной работе. Такие детишки быстро устают, их внимание рассеивается, мыслительная деятельность замедляется или снижается. Точно установить причину может детский нейропсихолог.



Но если вы видите, что ребенок начал зевать, ерзать на стуле, ронять авторучку, делать ошибки — сделайте перерыв, приостановите таймер. Обвинять ребенка и делать замечания бесполезно и вредно, лучше «схитрите»: мне нужно срочно сделать важный звонок и мы продолжим, а ты пока выпей водички. Передышка должна быть короткой. Можно растереть ладошки, ушки, потопать ножками и вернуться к выполнению задания, включив таймер.

- В итоге, вся работа должна уложиться в 10-15 минут рабочего времени. Закончили? Хвалим и объявляем минутку

отдыха.

- Можно растереть шейноворотниковую зону, помассировать голову, похлопать в ладоши, попить воды. Главное — не потерять рабочий настрой! Минутка закончилась, нас ждут великие дела, если на первое упражнение ушло всего 15 минут, то за полчаса мы одолеем весь русский!

- Включаем таймер и все сначала: читаем условие вслух, проговариваем и пишем. Иногда детям задают по 2-3 упражнения. Чтобы снять напряжение и страх перед этой «горой», возьмите выполнение одного из упражнений на себя. То есть вы будете объяснять задание своими словами, читать предложение и диктовать по букве. Для сомневающихся и строгих: представьте, что вы таким образом стимулируете аудиальный канал, ведь хорошее восприятие на слух и письмо под диктовку — своеобразная тренировка написания диктантов.

- Покончили с русским? — Ура!!! Устройте перерыв побольше: не менее 10 минут, как перемена в школе. Отдых не включает в себя использование компьютера и тв, чтение книжки, но зато можно попить витаминизированный морс или чашечку сладкого чая, поскакать на большом мяче, повисеть на турнике и даже покидаться специальными мягкими подушками. У вас таких еще нет? — а зря!

- Математика: открой дневник, посмотри, что задали, открой учебник, приготовь тетрадь и черновик для набросков. Помните о маленьких шажочках? Запускаем таймер.

- Читай задачу вслух. Перескажи условия задачи. Обозначь вопрос, на который нужно ответить. Мы можем сразу ответить на этот вопрос? Что для этого нужно сделать? Что ты будешь делать сначала? Что после? Ребенок должен своими словами рассказать, что и в каком порядке он собирается делать. Хорошо, если вы научите обозначать каждое условие и вопрос в виде кружочков в черновике. Если мысли заблудились, помогите, направьте рассуждения в нужном направлении. Если нужно, нарисуйте схему, разложите условия на подручных средствах, подтолкните к правильному решению.

- Этап оформления решения задачи нередко вызывает споры. Чтобы обойти их, спросите: вы решали подобную задачу в классе? Давай вместе посмотрим и напишем сразу правильно.

- Проверка. Помните, я советовала обозначать условия и вопросы задачи кружочками, вот теперь они нам пригодятся. Проверь, это условие выполнили — хорошо, зачеркивай кружок, а это — отлично, зачеркивай еще один. Что у нас с ответом? Молодец!!! Смотри, ты выполнил задачу за ... минут! Как же ты справился? Устроим минутку отдыха!

- На очереди — примеры. Тот же принцип: ребенок сам себе диктует и записывает, вы следите за правильностью. Хвалите чаще! Видите, что подустал — устраивайте перерывчик, не забывая про рабочий настрой.

- После выполнения всех заданий — перемена. Прохлопайте все тело ладошками или простучите кулачками, дайте печенью.

- Чтение. Не вопрос — справимся!!! Давай так: ты читаешь и пересказываешь этот абзац, а я вот этот. Ты отвечаешь на этот вопрос, а я на этот. Готов? Начали. Таймер — наш друг и помощник на протяжении выполнения всего домашнего задания.

- Окружающий мир. Если ребенок читает очень медленно и часто не понимает о чем, поработайте с первопричиной. Обратитесь к детскому нейропсихологу, он точно выявит отчего и почему так происходит, наметит пути исправления проблемы. А пока читайте сами, ребенок для запоминания может рисовать сопутствующие картиночки. Прочли смысловую часть, спросите — что понял ребенок, помогите сформулировать ответ на вопрос. И конечно же похвалите!

Зафиксируйте время, которое ушло на выполнение всех уроков. Хорошо, если эти показатели вы отметите на листке достижений. Ребенку важно научиться видеть результат своего старания, напряжения. Помните о сюрпризе? Самое время вручить его ребенку со словами: Ты справился! Думаю, завтра результаты будут еще лучше! Я горжусь тобой. Я также советую за пятерку отличных результатов награждать ребенка премией: например, выдавать небольшую сумму карманных денег, или устроить вечер семейной игры, или вместе посмотреть какой-нибудь интересный фильм...

Таким образом, **нужно прокрутить весь алгоритм два-три раза. И только после этого можно начинать планомерное устранение себя в качестве помощника и наблюдателя.** Пусть ребенок расскажет всю смысловую часть своими словами: что надо сделать, как сделать. И вы спокойно можете отлучиться — пойти в другую комнату, на кухню... но дверь открыта, и вы незаметно контролируете: занят ли ребенок делом, не отвлекся ли на свои более важные дела.

Подчеркивать ошибки и промахи не надо!!! Не дело влетать к ребенку в комнату с возмущенным криком «ах, ты опять за старое!» каждые две минуты. Лучше по необходимости подбадривать на расстоянии: прошла минута, ты продвинулся? Какой ты молодец, у тебя уже получается делать примеры без меня!!! Важно добиться эффекта результативности, чтобы у ребенка появилось ощущение, что у него все получается. И поверьте, на данном этапе это очень сильно зависит от вашего терпения и искреннего желания помочь. Хорошее настроение и рабочий ровный настрой — ваш двигатель. Если вы устали, у вас болит голова и накатывает раздражение, а тут еще телефон звонит каждые пять минут — вряд ли это будет способствовать хорошей рабочей атмосфере.

Готовы воплощать новые знания на практике? Я уверена, именно у вас получится!

Вам это неудобно, не хочется заниматься ерундой, вы устали и вообще..... Поздравляю, вы близки со своим ребенком как может быть никогда, потому что Вашему ребенку тоже неудобно, не хочется заниматься ерундой, он устал и вообще.....

Удачи вам и мира в семье!!!

Автор статьи

Деменко Лариса Анатольевна

Нейропсихолог, детский психолог

Педагог-лингвист

psycholognn.ru