

Материал подготовила Мальцева Е.В.,
и.о. зав. кафедрой педагогики начального
и общего образования, к. п. н., доцент.

Методическая разработка

на тему «Как помочь ребенку хорошо учиться?»

(Электронный ресурс: <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-dlya-roditelei/2012/08/25/roditelskoe-sobranie-kak-pomoch-rebyonku>)

Автор: Сарана Татьяна Анатольевна

Обучение в школе – одно из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в социально-психологическом, так и физиологическом плане. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период, прежде всего потому, что школа с первых же дней ставит перед учеником целый ряд задач, не связанных непосредственно с его опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Чтобы сохранить у ребенка желание учиться, стремление к знаниям, необходимо научить его хорошо учиться.

Все родители мечтают, чтобы их дети хорошо учились. Но некоторые родители считают, что, отдав ребенка в школу, можно облегченно вздохнуть: теперь все проблемы, связанные с обучением, должна решать школа. Конечно же, школа не отказывается от своих обязанностей. Но это дело не только школы, но и родителей. Мы, учителя, объясняем детям приемы работы, а как усвоил ребенок эти приемы, как он их использует и использует ли вообще, остается вне поля зрения учителя. А у родителей есть полная возможность проконтролировать своего ребенка. Они могут оказать ту помощь, которую не может оказать учитель.

Особенное значение в этом случае приобретает сотрудничество родителей и учителя, согласование их действий. Усилия семьи и школы в решении этой проблемы – едины. Помощь детям должна быть эффективной, грамотной и должна идти в трех направлениях. Одним из них является организация домашнего труда школьника.

1. Организация режима дня.

Организация режима дня позволяет ребенку:

- легче справляться с учебной нагрузкой;
- защищает нервную систему от переутомления, т.е. укрепляет здоровье. У 20 % школьников плохое здоровье – причина неуспеваемости. Точный распорядок занятий – это основа любого труда.

Очень важно, чтобы ребенок садился за уроки в один и тот же час. Специальные исследования показали, что фиксированное время занятий вызывает состояние предрасположенности к умственной работе, т.е. вырабатывается установка. При таком настрое ребенку не нужно преодолевать себя, т.е. сводится до нуля мучительный период втягивания в работу. Если нет постоянного времени занятий, то эта установка может не выработаться, и будет формироваться представление, что приготовление уроков дело не обязательное, второстепенное.

Совершенно необходимо, чтобы в режим дня было включено ежедневное чтение книг. Желательно в одно и то же время. Хорошо читающий ученик быстрее развивается, быстрее овладевает навыками грамотного письма, легче справляется с решением любых задач.

Важный вопрос в организации режима дня – это организация досуга. Важно не оставлять ребенка без присмотра, а дать возможность заниматься любимым делом в свободное от учебы время.

Позаботьтесь, чтобы после ужина ребенок не перевозбуждался, не смотрел «страшные фильмы», не играл в шумные игры. Все это отразится на сне, на самочувствии и работоспособности ребенка на следующий день. Хорошо прогуляться перед сном 30 – 40 мин. Если ребенок спит, следите, чтобы громко не звучал телевизор, радио. Погасите свет, говорите тише. Часто родители идут на поводу у детей, мирятся с капризами ребенка: дети участвуют в застольях, ложатся поздно спать. Это недопустимо. Здесь нужно проявить твердость.

2. Организация рабочего места.

Важным является и место выполнения работы. Оно должно быть постоянным. Никто не должен мешать ученику. Рабочее место должно быть достаточно освещено. Стол ставится поближе к окну, чтобы свет падал слева. В вечерние часы включается находящаяся слева на столе лампа, желательно, чтобы у нее был абажур зеленого цвета, так как этот цвет в наименьшей степени утомляет зрение. Во время чтения книгу полезно поместить на подставку с наклоном в 45 градусов. Во время приготовления уроков на столе не должно быть никаких лишних предметов.

Всё должно находиться на своих местах. Это и учебники, и тетради, и ручки и т.п. Надо также всегда иметь под рукой стопку бумаги, чтобы не было надобности то и дело вырывать страницы из тетради. Возле стола желательно повесить (на расстоянии вытянутой руки) полку с учебниками, словарями, справочниками и другими необходимыми книгами. Перед глазами — календарь и расписание уроков.

Не рекомендуется для письма использовать тяжелые ручки, так как увеличение ее веса даже на 1г усиливает утомление. Известный специалист по научной организации труда (НОТ). К. Гастев утверждал, что если рабочее место находится в полном порядке, то это уже половина дела. И рабочее место ученика должно быть таким, чтобы одним своим видом оно настраивало на работу, вызывало желание заняться учебным трудом.

Выполнение домашних заданий быстро утомляет, когда работаешь за столом, который не соответствует росту. Принимая позу «согнувшись над столом», мы тем самым затрудняем кровообращение и дыхание, что отрицательно влияет на работу сердца и мозга.

- разница между высотой стола и стула — от 21 до 27 см.
- расстояние от глаз до поверхности стола — 35 см,
- между грудью и столом расстояние должно быть равно ширине ладони.
- ноги должны опираться всей ступней на пол или подножку стола.
- не рекомендуется заменять стул табуреткой, так как сидение без опоры на спину быстро утомляет.

При умственной работе кровообращение в мозгу ускоряется в 8—9 раз. Соответственно возрастает и потребность в насыщении крови кислородом. Поэтому не забудьте за 10 минут до начала занятий проветрить комнату.

Приступать к выполнению домашнего задания лучше всего через один час или полтора часа после возвращения ребенка из школы, чтобы он успел отдохнуть от занятий, но еще не устал и не перевозбудился от домашних развлечений и игр с товарищами. Лучше всего начинать занятия в 16 часов.

Продолжительность работы ребенка по приготовлению домашних заданий должна быть следующей:

в 1 классе - до 1 часа (3/4 часа);
во 2 классе - 1,5 часа (1 час);
в 3 классе - 2 часа (1,5 часа);
в 6 классе - до 2,5 часов (2-2,5 часа);
в 8 классе - 3 часа (2,5 часа).

3. Выработка привычки обязательного выполнения домашнего задания.

У каждого школьника должна быть воспитана привычка к неукоснительному и систематическому приготовлению уроков. Привычка заниматься, и заниматься добросовестно, должна стать второй натурой растущего человечка.

Говоря о привычке, имеется в виду следующее. Как бы ни манила хорошая погода за окном, какая бы интересная передача ни шла по телевизору, какие бы гости не нагрянули, короче говоря, что бы ни случилось, - уроки должны быть сделаны всегда, и сделаны хорошо. Оправдания неприготовленным урокам нет, и не может быть - это необходимо дать понять школьнику с первых же дней занятий.

На первых порах ребёнок скорее жаждет, чтобы ему задали что-нибудь на дом. Это действительно так. Но когда пройдут первые школьные переживания, и жизнь войдёт в привычную колею, трепетное отношение к домашним заданиям сменится более трезвым, и тут выяснится, что далеко не всегда уроки так уж хочется делать. Первое, что здесь может прийти на помощь ребёнку, - это понимание того, что уроки приготовить надо, вот и всё.

Выработка привычки к неукоснительному выполнению домашних заданий должна непременно сопровождаться выработкой подхода к урокам как к важному и серьёзному делу, вызывающему уважительное отношение со стороны взрослых.

Возможно, вам приходилось наблюдать семьи, где мама считает допустимым прервать занятия сына, или дочери. Выясняется, что надо срочно сбежать в магазин, или вынести мусорное ведро, что пора есть – приготовлен обед или ужин. Иной раз и папа предлагает отложить уроки, чтобы вместе посмотреть интересную передачу или фильм по телевизору или сходить в гараж. К сожалению, взрослые не понимают, что своим поведением они воспитывают у школьника отношение к учёбе как к чему-то маловажному, второстепенному делу. В подобных ситуациях маме лучше самой сходить в булочную или лишний раз разогреть еду, чем вырабатывать у ребёнка представление, что уроки стоят на одном из последних мест в иерархии домашних дел и обязанностей.

Правильно поступают те родители, которые с начала школьного обучения дают ребёнку понять, что по своей важности уроки находятся на одном уровне с самыми серьёзными делами, которыми заняты взрослые. Школьник чувствует это прекрасно.

4. Атмосфера домашних занятий.

Прежде всего, занятия дома должны быть лишены школьной напряженности, ребенок может встать и подвигаться, как ему хочется. Дома родители не ставят оценок. Безоценочность рождает атмосферу свободы, спокойствия, творчества, безопасности, в которой можно учиться в ситуации поддержки и веры в успех, а не стресса. Еще один плюс: домашние занятия могут организовываться с учетом индивидуальных способностей работоспособности ребенка. Для некоторых детей характерна так называемая эпизодическая работоспособность, при которой ребенок может удерживать внимание на учебных задачах всего 7-10 минут, а затем отвлекается, давая своей нервной системе перерыв для восстановления. Пятиминутный перерыв для отдыха – и школьник готов продолжать заниматься. В школе нет возможности предусматривать подобные перерывы для каждого ученика, а дома родители для собственного ребенка могут организовать индивидуальный режим, учитывающий пики и спады его работоспособности. Особенно полезен индивидуальный подход к гиперактивным или слишком тревожным детям.

5. *Приучение детей к самостоятельности* также является одним из основных направлений оказания эффективной помощи школьнику со стороны родителей. Во всем, что касается учебы детей, родители склонны впадать в две крайности. Одна из них – чрезмерная опека, при которой несчастный ученик даже букву не смеет написать без разрешения взрослых, а вторая – полное отсутствие не только помощи, но даже и контроля над успеваемостью ребенка. Мол, меня тоже никто не проверял, и ничего – выучился!

Как сохранить «правильный баланс»?

В начальной школе детям необходима помощь взрослых в организации времени выполнения заданий, поскольку в этом возрасте навык планирования у ребят еще недостаточно развит. Но постепенно ребенку будет требоваться все меньше времени для организации занятий. Поэтому прямое участие родителей в выполнении уроков можно будет заменить только присутствием. В этом случае родители могут ограничиться контролем качества выполнения заданий. Неизменными остаются лишь интерес и внимание к жизни школьника, умение радоваться его успехам, а при первом появлении трудностей в учебе или общении вы, конечно, должны помочь ему.

Но часто этим помощь не исчерпывается. Многие дети могут выполнять домашнее задание только в присутствии родителей, педагогов или вместе с ними.

Когда взрослым приходится довольно много своего времени тратить на домашние задания детей, то рано или поздно возникает вопрос: «Когда же, наконец, мой ребенок будет делать уроки сам?»

Вопрос этот важен не только с точки зрения заботы о времени взрослых, но и потому, что навык самостоятельной деятельности необходим как для успешного обучения в школе, так и в жизни вообще. Когда мы говорим, что школьник умеет самостоятельно выполнять домашние задания, то речь идет о целом комплексе навыков. Это означает, что ребенок должен уметь:

- сориентироваться в объеме заданий, которые ему предстоит выполнить;
- спланировать порядок действий: что он будет делать сначала, что потом и т. д.;
- распределить время (представить, сколько приблизительно времени займет то или иное задание);
- понять, какая задача стоит перед ним при выполнении конкретного задания;
- применить необходимые навыки и знания для выполнения той или иной задачи;
- представить себе алгоритм действий, которые помогут ему в случае затруднения.

На характер приготовления домашнего задания так же влияет эмоциональное состояние ребенка. Психологи доказали, что более половины детей, выполняя задания самостоятельно, испытывают тревогу: одни – потому, что слишком эмоциональны, другие – потому, что не уверены в своих знаниях, третьи – потому, что боятся быть неуспешными.

Самостоятельность редко появляется сама по себе. Как это ни парадоксально, самостоятельность детей – это результат ряда последовательных действий взрослых, а особенно родителей.

Какое участие родителей будет способствовать формированию самостоятельности в выполнении детьми домашних заданий?

С одной стороны важно оставлять ребенка наедине с заданием, для выполнения которых он уже владеет необходимыми навыками, с другой, если ребенок при этом систематически будет сталкиваться с затруднениями, которые не может преодолеть, он начинает воспринимать как непреодолимое препятствие саму ситуацию домашнего задания.

Если вы уже сталкиваетесь с проблемой оттягивания ребенком времени выполнения домашнего задания как можно дольше, вплоть до сна, или если ребенок утаивает часть задания, это значит, что проблема уже существует.

Какая же степень участия родителей в выполнении детьми домашних заданий наиболее оптимальна? Какие наши действия будут способствовать формированию самостоятельности детей? Ответить на эти вопросы поможет правило, сформулированное для родителей Ю.Б. Гиппенрейтер: «Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому».

Во-первых, это вовсе не значит, что ребенок не умеет действовать сам. Видя, что родители готовы постоянно находиться рядом, ребенок сознательно решает ничего не делать самостоятельно. Кое-кто просто перестает работать, как только родитель отходит. В таком случае, 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 станет работать полностью самостоятельно.

Как учитывать особенности нервной системы ребенка при выполнении домашних заданий?

Ученые выделяют два основных типа нервной системы, каждая из которых характеризуется определенными чертами и проявляется в особенностях работоспособности. Так, например, у учащихся обладающих «сильной» нервной системой утомление наступает позже и они постепенно втягиваются в работу, поэтому, если у ребенка нет своих особых предпочтений, при подготовке уроков лучше придерживаться последовательности заданий от легких к трудным.

Учащиеся со «слабой» нервной системой утомляются гораздо быстрее и им необходим специальный отдых после школьных занятий, а также частые перерывы во время подготовки заданий. Такие ребята в большей степени испытывают потребность в полной тишине и уединении для занятий. Последовательность выполнения заданий должна быть от трудных к легким. Для успешного выполнения домашних заданий им так же необходим четкий ритм занятий и создание необходимых условий. Например, после 25 минут занятий следует сделать перерыв на 5—10 минут, во время которого целесообразно выполнить несколько физических упражнений.

Как поддержать чувство успешности ребенка при выполнении домашних заданий

Родитель может поддержать чувство успешности ребенка, если будет правильно реагировать на его успехи и ошибки. 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, сказать ребенку: «Я думаю, что если ты еще раз проверишь этот пример, то у тебя может получиться несколько другой ответ». Это побудит ученика вернуться к заданию без отвращения и чувства бессилия.

Иногда целесообразно проверять домашнее задание по частям, сразу после того, как школьник решил задачу, выполнил упражнение. Для многих детей важно немедленно получить подтверждение, что все сделано без ошибок или как можно быстрее исправить погрешности в работе.

Для того чтобы у ребенка закрепилось позитивное отношение к учебе, огромное значение имеют положительные эмоции, переживаемые в процессе обучения и в том числе при выполнении домашних заданий. Поэтому при подготовке домашних заданий постарайтесь давать ребенку больше позитивной обратной связи, обращайтесь его внимание на то, что у него получается лучше всего, реагируйте эмоционально на его успех. И, наоборот, если ребенок допускает ошибку, укажите на нее спокойным, ровным тоном.

В этой связи, становится очень важным эмоциональное состояние самого родителя. Выполняя с ребенком домашние задания, позаботьтесь о своем эмоциональном настроении: если вы чем-то огорчены или расстроены, дайте себе время отдохнуть, переключиться и только после этого садитесь за уроки.

Основные правила организации индивидуальной помощи ребенку дома

- Выполняйте домашние задания вместе с ребенком, а не вместо него.
- Постарайтесь убедить ребенка в том, что добросовестное выполнение уроков значительно облегчает выполнение классных заданий, что дома можно выяснить все то, о чем он не смог спросить в школе и без стеснения потренироваться в том, что пока не получается.
- Выполняйте с ребенком только то, что задано в школе. Не стоит перегружать школьника дополнительными заданиями. Помните, что ребенок находится в школе 4-5 часов, а затем его рабочий день продолжается, когда он продолжает делать уроки дома. Жизнь ребенка не должна состоять только из школьных заданий.
- Работайте спокойно, без нервотрѐпки, упреков, порицаний. Постарайтесь каждый раз найти, за что можно похвалить ребенка. При неудаче повторяйте задания, давая аналогичные.
- Никогда не начинайте с трудных заданий, усложняйте задания постепенно. В ходе занятий очень важно подкреплять каждый правильный шаг ребенка, так как уверенность в правильном выполнении помогает.
- Усложняйте задания только тогда, когда успешно выполнены предыдущие. Не спешите получить результат, успех придет, если ребенок будет уверен в себе.
- Если необходимо внести коррективы по ходу работы, делайте это немедленно, так как ребенок может “заучить” ошибку. Но избегайте слов “ты делаешь не так”, “это неправильно”.
- Для того чтобы ваша работа с ребенком была более эффективной, она должна быть систематической, но непродолжительной. Кроме того, необходимо, чтобы эта работа не была нудной, дополнительной, тяжелой нагрузкой, целью которой ребенок не знает и не понимает.

6. Контроль за выполнением домашних заданий.

Это одно из важных направлений в оказании помощи ребенку в процессе обучения со стороны родителей. Контроль должен быть систематическим, а не от случая к случаю и не ограничиваться вопросами:

– какие отметки?

– выполнил ли уроки?

После утвердительного ответа родители занимаются своими делами, не проконтролировав детей.

Некоторые родители не контролируют детей вообще, объясняя это нехваткой времени, занятостью. В результате дети не усваивают материал, работы выполняются небрежно, грязно, пробелы начинают накапливаться, что может привести к интеллектуальной пассивности ребенка. Он не понимает вопросов учителя, ответов товарищей. Ему становится неинтересно на уроке, он не пытается умственно работать, а не желание напрягаться мысленно, перерастает в привычку, т.е. развивается интеллектуальная пассивность. Что приводит ребенка к нежеланию учиться. Поэтому помощь детям должна оказываться своевременно. В противном случае пробелы в знаниях будут накапливаться, а ликвидировать их потом будет просто невозможно. То есть контроль должен быть постоянным, каждодневным, особенно в начальной школе.

Ещё один очень важный момент. Чтобы объективно осуществлять контроль и своевременно оказывать своему ребёнку помощь, нужно чаще встречаться с учителями, посещать родительские собрания. Поверьте, от этого во многом зависят успехи ваших детей.

И ещё несколько советов.

– Как можно больше требовательности к детям и как можно больше уважения. Контроль должен быть ненавязчивым и тактичным.

- Контролируя выполнение домашних заданий, проявляйте терпимость и уважение к личности своего ребенка:
- Не сравнивайте его умения с умениями других детей.
- Не кричите, лучше определите причину отсутствия у ребенка умения выполнить заданное упражнение.
- Поощряйте упорство и проявление характера в достижении цели.
- Требуйте от своего ребенка внимательного прочтения инструкций по выполнению учебных заданий, формулировки вопросов.
- Учите его детальному изучению содержания материалов учебника, его справочных материалов, правил и инструкций.
- Развивайте его внимание и внимательность при выполнении домашних заданий.
- Формируйте привычку доводить начатое дело до конца, даже если придется чем-то жертвовать.
- Хвалите ребенка за своевременно и качественно выполненное домашнее задание.
- Не отмахивайтесь от вопросов ребенка. Этим вы усугубляете проблемы, связанные с подготовкой домашних заданий.
- Для того, чтобы облегчить своему ребенку выполнение домашних заданий, покупайте ему энциклопедии, словари и справочные пособия по различным предметам, справочники на информационных носителях.
- Покупайте своему ребенку логические игры, способствующие формированию усидчивости, терпения и ответственности.
- Чаще играйте с ребенком в развивающие игры, чтобы тренировать его память, внимание и мышление. Разгадывайте кроссворды, головоломки, шарады.
- Помогайте ему стремиться совершенствовать свои способности не только в учебе, но и в других делах.