

Рекомендации педагога-психолога родителям для работы над домашними заданиями

Редкий родитель не сталкивается с проблемой приготовления уроков дома. Особенно это волнует родителей, когда ребенок только пошёл в школу, когда учебный стереотип ещё недостаточно сформирован, и мотивация к учебной деятельности находится на низком уровне. В данных условиях организовать выполнение домашнего задания бывает очень трудно. В новых условиях дистанционного обучения, родитель вынужден настаивать, а порой и заставлять заниматься. Подобный негативный опыт вызывает у ребёнка отрицательные эмоции и в дальнейшем приводит к ещё большим трудностям.

Меры по формированию положительного настроя на выполнение домашних заданий.

Как же постараться этого не допустить? Очень важно уже с первых дней ребенка, который перешёл к отдалённой форме обучения, сформировать у него положительное отношение к домашним заданиям. И помочь в этом должен, прежде всего, родитель.

Для формирования у ребёнка положительного настроя и собственно стереотипа к выполнению домашних заданий мы рекомендуем работать в нескольких направлениях:

1. Формирование правильного настроя.
2. С самого начала нужно ребёнку дать понять, что его уроки так же важны, как и самые серьезные дела взрослых; что это его своеобразная работа, как у мамы с папой, которую нужно выполнить; что в школе (на сайте) эту работу будет оценивать учитель.
3. Нельзя показывать ребёнку, что его «работа» может быть отодвинута на второй план по сравнению с другими более важными делами.
4. Очень важно, чтобы при выполнении домашнего задания ребёнок был в хорошем настроении.
5. Если мы видим, что он угрюмый и неулыбчивый, нужно обязательно развеселить его: пошутить, поиграть вместе в весёлую игру, спеть любимую песню. Необходимо найти тот способ, который подойдёт конкретному ребёнку: поднимет ему настроение и при этом не перевозбудит его.

Формирование уверенности в своих силах.

Выполнение домашнего задания предусматривает значительную долю самостоятельной работы учащихся. Учитывая особенности детей, можно говорить о том, что проявление этой самостоятельности бывает затруднено. В связи с этим главная задача родителей — не дать ребёнку почувствовать себя беспомощным перед тем или иным заданием, вовремя оказать ему необходимую помощь. Не следует оставлять ребёнка одного, если нет гарантии, что он сам точно справится с заданием. Ведь только в состоянии покоя и уверенности у юного ученика будет возникать меньше отрицательных эмоций от столь трудной для него учебной деятельности.

Формирование правильной мотивации.

Выполнение домашних заданий не должно использоваться в качестве наказания за проступки, нельзя говорить: «Если ты не перестанешь баловаться, мы будем делать уроки».

«Пока ты не сделаешь уроки, мультики я тебе не включу». Подобные слова не должны использоваться родителями, если они хотят сформировать у ребёнка положительную мотивацию к выполнению домашних заданий. Напротив, нужно преподнести домашнее задание как нечто интересное. Для этого в ходе выполнения задания можно использовать какие-нибудь маленькие сюрпризы, похвалу, которые обязательно вдохновят ребёнка на «подвиги». При этом нужно действовать очень аккуратно, чтобы не получилось, что ребёнок будет что-либо делать только за вознаграждение. Хотя в определённых случаях такой способ, если он является единственно возможным на данном этапе работы, тоже допустим. Похвала имеет очень большое значение! Ребёнка нужно хвалить за любые затраченные усилия, отмечать любые, даже незначительные успехи: «Сегодня эта буква у тебя получается лучше, чем вчера», «Ты сегодня так старался!».

Формирование адекватного восприятия ошибок.

Выполняя вместе с ребёнком домашнее задание, нужно постараться не делать слишком большой акцент на допускаемых им ошибках. Прежде всего, необходимо отмечать положительные моменты, обращать внимание на то, что сделано правильно. Можно предложить ребёнку поиграть: пусть он станет учителем, сам проверит свою работу и найдёт как можно больше ошибок. Вместе исправить ошибки, ещё раз объяснить ребёнку, как нужно делать задание. После сам ребёнок может «научить» взрослого выполнять задание правильно. Точно так же в игре можно допустить ошибку, показав ребёнку, что взрослые тоже ошибаются. У ребёнка не должно возникнуть отношения к трудностям и ошибкам, как к чему-то непреодолимому. Нужно помочь ему почувствовать, что сначала с помощью взрослого, а потом и самостоятельно он может с ними справиться. Создание условий для выполнения домашних заданий Наряду с формированием положительного отношения к домашним заданиям важно обеспечить определённые условия для работы. К ним можно отнести:

1. Учебное пространство (привычное рабочее место, привычный распорядок дня, привычные места для необходимых принадлежностей). Учебное пространство должно быть не просто удобным в эргономическом плане (правильно подобранная мебель, достаточный уровень освещённости), но и чётко структурированным. Ребёнку нужен лёгкий и быстрый доступ к его учебным принадлежностям. Очень удобно, когда все учебники и рабочие тетради по одному предмету обёрнуты в обложки одинакового цвета, лежат в подписанной или обозначенной картинкой-символом папке. Письменные принадлежности, ножницы, линейки, ластик, циркуль аккуратно лежат в пенале. Если это необходимо, место в пенале тоже можно подписать. Ученик должен самостоятельно ориентироваться, понимать, по каким предметам у него есть домашнее задание, и знать, как его выполнить. Для этого должны быть таблицы, визуальные схемы-опоры, помогающие ребёнку определить, что и как он будет делать. Такие схемы могут понадобиться при выполнении непосредственно учебных заданий (решение задачи, разбор слова по составу, выделение безударных гласных,

запись примеров в столбик, чтение по ролям, подготовка пересказа и т.д.). Безусловно, взрослым нужно будет посвятить первое время тому, чтобы научить ребёнка пользоваться такими опорами. В дальнейшем он сможет не только с помощью них выполнять задания самостоятельно, но и научиться сам для себя их создавать.

2. Рабочая атмосфера. Во время выполнения домашнего задания необходимо учитывать особенности восприятия у ребёнка. Очень большое значение имеет звуковой фон. Могут быть разные варианты организации: поддерживающий фон или отсутствующий. Если ребёнок нуждается в полной тишине, необходимо её организовать. Этого можно добиться, например, с помощью специальных наушников. В ситуации, когда ребенок, наоборот, постоянно стремится создавать сам разнообразные шумы и отвлекается на любые звуки: тихие, механические, удаленные, так же можно использовать наушники, но уже с любимой музыкой ребёнка или любыми другими записями. Помимо звуковых раздражителей, большое значение для ребёнка могут играть запахи. Один и тот же запах у одного ребёнка может вызвать дискомфорт, а для другого быть сверхзначимым и вызывать повышенный интерес. И в том, и в другом случае следует избегать возникновения этих запахов, чтобы не нарушить рабочую атмосферу.

3. Планирование времени. Школьнику, попавшему в новые условия обучения, бывает очень сложно начать выполнять задания, потому что он не знает, когда сможет закончить. Необходимо, ещё планируя работу над домашним заданием, вводить временные ограничения. До тех пор, пока взрослый хотя бы приблизительно не будет представлять себе, какое время занимает выполнение задания по конкретному предмету, весь процесс нужно поделить на равные интервалы, перемежая их перерывами. Очень важно чётко следовать регламенту. Тогда ребёнок постепенно привыкнет, и процесс переключения с одного задания на другое будет проходить спокойнее. Выбор способов временных ограничений полностью зависит от умения ребёнка ориентироваться по часам. Можно использовать обычные часы, электронные, часы с будильником, таймеры и песочные часы.

Так, например, если мы выбираем рабочий интервал продолжительностью 15 минут, а длительность перерыва 7 минут, можно установить временные рамки и ориентироваться по обычным часам, или же использовать песочные часы для рабочего интервала на 15 минут и кухонный таймер на 7 минут. Для того чтобы понять, какой интервал подходит ребёнку, нужно внимательно последить, сколько минут он работает наиболее эффективно. Лучше всего рабочий интервал наращивать постепенно и переключаться на перерыв до того, как ребёнок начнёт уставать. Очень важно, чтобы всё время занятий: и рабочие интервалы, и перерывы между ними, проходили в быстром темпе. Причём паузы должны быть весёлыми, с упором на подвижные совместные со взрослым и приятные для ребёнка игры. Тогда они станут эмоционально значимым фоном, который будет мотивировать ребёнка на выполнение домашнего задания. Когда будет понятно, сколько времени нужно ребёнку на выполнение

всего домашнего задания по тому или иному предмету, и когда продолжительность рабочего интервала значительно увеличится, можно будет чётко планировать регламент.

Кроме того, важно понять, с каких заданий лучше начинать. Для этого надо понаблюдать, как ребенок включается в работу и насколько быстро утомляется. Если он начинает работать сразу и без затруднений, но подъём быстро сменяется спадом, лучше начинать с более трудных заданий. Если раскачивается медленно, но эффективность работы постепенно нарастает, можно начать с более легких уроков. Наиболее трудными считаются уроки обучения грамоте, математики, затем чтения и окружающего мира. Хотя эта последовательность может меняться в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка. Так, например, если ученик хорошо владеет арифметическими действиями, но плохо читает, то урок чтения будет являться для него более сложным. Лучше готовить домашние уроки так:

- 1-й урок — урок средней сложности,
- 2—3-й уроки — уроки максимальной сложности,
- 4-й урок — более лёгкий.

В ходе выполнения домашних заданий необходимо делать перерыв, во время которого с ребёнком полезно провести физкультурную паузу. Длительность таких физкультминуток должна составлять в среднем 5—7 минут.

Организовывать их нужно обязательно в игровой форме, можно под музыку. Упражнения должны быть простыми и легко выполнимыми (потягивания, приседания, повороты туловища, движения для мышц ног, рук, прыжки с последующей ходьбой, упражнения на восстановление дыхания).

Выполняются упражнения в небольшом объёме, легко и свободно до первых признаков утомления. В ходе таких разминок можно использовать мяч (простые игры с мячом очень нравятся детям). Правильно проведённая динамическая пауза активизирует ребёнка, помогает ему переключиться от одного задания на другое, лучше сконцентрироваться. Наряду с обычной зарядкой можно использовать пальчиковую гимнастику, дыхательные, глазодвигательные упражнения, логоритмические задания, упражнения из нейродинамической гимнастики, самомассаж т.д.

4. Образец для подражания. Если у ребёнка в школе уже сформировался учебный стереотип, скорее всего, одним из способов поддержки для него является ориентация на одноклассников. Видя, что все достают учебник по математике, ребёнок как минимум начинает открывать свой портфель. Когда весь класс читает сказку по цепочке, ребёнок следит по тексту и ждёт своей очереди. Однако, даже если знаний и умений для выполнения домашнего задания достаточно, мы не всегда можем рассчитывать на то, что способность к самостоятельной организации деятельности будет автоматически реализована дома. Эффективным способом помощи в данной ситуации может являться образец для подражания. Этим образцом может быть один из родителей, братья или сёстры, бабушки или

бабушки и даже любимая игрушка. Необходимо создать игровую ситуацию, в которой в роли ученика, кроме ребёнка, будет выступать кто-то ещё. Для этого у всех «учеников» должны быть одинаковые учебные принадлежности, они должны сидеть рядом друг с другом, а не напротив, выполнять одинаковые задания приблизительно в одинаковом темпе. Со временем эту ситуацию можно усложнить, предоставив ребёнку возможность быть учителем, объяснять задания, проверять их выполнение, следить за поведением, ставить оценку и т.д. Одной из важных задач при выполнении домашних заданий является развитие у ребёнка ресурса самостоятельности. Родители часто жалуются, что ребёнок не выполняет домашнее задание сам, а нуждается в постоянном контроле и помощи. Необходимо учитывать, что способность действовать самостоятельно нужно тренировать как отдельный навык. Самыми главными помощниками в этом деле являются все виды визуальных опор, в том числе расписание, алгоритмы, таблицы, схемы и пр. Ребёнка нужно обучить пользоваться данными видами подсказок. И как только ученик овладеет этими навыками, взрослому необходимо сокращать свою помощь. Когда ребёнок выполняет задание самостоятельно, следует соблюдать три правила: взрослый молчит, не использует жесты и находится вне поля зрения ребёнка. Например, ребёнку нужно списать текст и подчеркнуть красным карандашом гласные буквы. Допустим, что он хорошо декодирует печатный текст в письменный и совсем не умеет выделять гласные буквы. В этом случае с первым пунктом задания он должен справляться совершенно самостоятельно, а для второго пункта необходимо сделать визуальную подсказку в виде таблицы гласных букв с образцом подчёркивания, изображением красного карандаша и линейки. Нужно постараться избегать ситуаций неуспеха, чтобы в опыте ребёнка были только положительные результаты. Следует заранее прогнозировать, при выполнении каких заданий могут возникнуть затруднения, и предоставлять необходимые подсказки. Важно постоянно поощрять самостоятельное выполнение любых, даже простейших, заданий, делая акцент на словах «сам», «совсем сам», «самостоятельно». При этом не нужно забывать, что темп работы должен быть высокий. Поэтому задания, которые ребёнок пока выполняет не самостоятельно, необходимо обеспечивать достаточной помощью для поддержания этого темпа. Чем чаще поощрять ребёнка за самостоятельное выполнение отдельных заданий, тем быстрее у него возникнет желание выполнять самостоятельно всё больший объём. Самостоятельное выполнение домашнего задания включает в себя не только работу над конкретным упражнением, но и такие виды работы как: организация своего рабочего места, определение последовательности выполнения заданий, подбор необходимых учебных принадлежностей, проверка качества выполнения, уборка рабочего места. Зачастую родители предлагают ребёнку проявить самостоятельность, в первую очередь, при непосредственном выполнении учебного задания, придавая этому наибольшую значимость. Однако для расширения ресурса самостоятельности начинать делегировать ответственность необходимо с более простых действий, например, с уборки рабочего места. И по мере того как ребёнок совершенствуется

в выполнении того или иного компонента домашнего задания, нужно доверять ему всё большую и большую часть работы.

Увеличение объёма ответственности предоставляет детям новые возможности и, наоборот, новые возможности влекут за собой увеличение ответственности. Самым большим поощрением для ребёнка будет каждый новый элемент, который ему доверили, а мотивом станет желание получить полную ответственность.

Для того чтобы ребёнок стал более самостоятельным и ответственным, необходимо повысить значимость результата его деятельности. В этом нам может помочь, например, награждение каждого члена семьи за то, чему он научился на этой неделе. Позитивное влияние могут оказать семейные вечера по пятницам или в выходные, на которых ребёнок вместе с другими членами семьи будет награждаться медалями, сертификатами, грамотами, дипломами за каждую освоенную компетенцию, даже самую маленькую. Кроме этого, по мере совершенствования какого бы то ни было навыка, можно ввести награду в виде личного «кубка прогресса». Например, если раньше ребёнок, убирая своё рабочее место, оставлял на столе три предмета, а через какое-то время стал оставлять два, этот факт нужно непременно отметить вручением «медного кубка прогресса». После того как на столе вместо двух предметов останется один, этот кубок «превратится» из «медного» в «серебряный», а со временем в «золотой». И, наконец, когда ребёнок сам легко и быстро начнёт убирать своё рабочее место, он будет торжественно награждён дипломом. При этом все «награды» ребёнка можно размещать на «стене почёта», в «книге личных достижений», в «книге рекордов». Поощрять и отмечать необходимо не только совершенствование навыка, но и сокращение времени, затраченного на выполнение задания, и даже за уменьшение количества допущенных при этом ошибок. Поощряя любые положительные изменения, мы тем самым, в первую очередь, подчёркиваем значимость результата, и доверяя ребёнку всё больше и больше, мы повышаем его уверенность в собственных силах. Нужно быть внимательным в использовании критики. Довольно часто дети очень болезненно и остро реагируют на любые замечания, вплоть до полного отказа от деятельности. Нужно избегать упоминания того, чего не надо делать: «не трати время», «не калякай», «не отвлекайся», «не грызи карандаш». А акцентировать внимание на том, что делать следует: «сведи за временем», «пиши аккуратно», «сосредоточься», «вынь карандаш изо рта». Для этого лучше всего использовать визуальные подсказки в виде картинок, пиктограмм.