Отношение ребёнка к учению, то есть учебная мотивация, играет важнейшую роль в формировании личности школьника. Как могут помочь родители детям в этой ситуации?

Составитель: Барчукова К.В.

Педагог-психолог

1. Каждый день спрашивайте ребёнка: «Как дела? Что было в школе?». Сделайте такие разговоры привычкой, пусть ребёнок чувствует вашу заинтересованность в его делах.

2. Предложите помощь в выполнении какого-либо задания. Например, обсудите план сочинения, вместе подберите литературу, но писать за ребёнка сочинение не надо.

3. Учитесь вместе с детьми. Посещайте интересные места, читайте, покупайте книги, запишитесь вместе в библиотеку. Обсуждайте вместе с ребёнком прочитанное: что больше всего запомнилось? Что понравилось, а что нет?

4. Читайте вместе с детьми книги по ролям.

5. Старайтесь правильно оценивать знания и достижения ребёнка. Никогда не сравнивайте его с другими детьми из класса или детьми родственников и знакомых (из-за этого самооценка значительно снижается и ребёнок перестаёт верить в свои силы).

6. Повторяйте ребёнку, что вы ждёте от него хороших оценок, а не того, что он будет вундеркиндом. Многие дети в какой-то момент времени учатся хуже, чем обычно. Если это произошло, не паникуйте, предложите свою помощь и поощряйте его за малейший успех.

7. Допускайте мысль о том, что на ошибках люди учатся.

8. Старайтесь быть для ребёнка примером человека, который постоянно учится.

9. Рассказывайте о своей школьной жизни своему ребёнку, делая акцент на том, что в вашей жизни были тоже такие же жизненные ситуации. И как вы вышли из них?

10. У ребёнка должно быть своё место для занятий. Предоставьте ему быть полноправным хозяином своего уголка

Памятка для родителей

-**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 2 он продолжает делать уроки дома. Жизнь ребенка не должна состоять только из школьных заданий.

-**Работайте** спокойно, без 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.

- 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.

-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, тяжелой нагрузкой, цель которой ребенок не знает и не понимает.

Рекомендации по выполнению домашних заданий

Редкий родитель не сталкивается с проблемой приготовления уроков дома. Особенно это волнует, когда твой ребенок только пошел в школу. Ведь инстинктивно мы чувствуем: если что-то упустим сейчас, мучиться придется все оставшиеся школьные годы. Очень важно уже с первых дней нахождения ребенка в школе выработать его положительное отношение к домашним заданиям.

У ребенка выработается и затем сохранится хороший настрой на приготовление домашних заданий, если Вы:

— с самого начала дадите ему понять, что его уроки столь же важны, сколько и самые серьезные дела взрослых; что никто не имеет права оторвать школьника от его дела, послав в магазин или включив телевизор;

— в своей семье будете поддерживать атмосферу уважения к умственному труду;

— встречая ребенка из школы, не станете начинать общение с вопроса об уроках; найдете другую форму приветствия;

— не будете стоять у ребенка "над душой", пока он не начнет делать уроки или в процессе работы;

— никогда не станете использовать выполнение домашних заданий как средство наказания за проступки; — постараетесь не напоминать ребенку о его многочисленных прошлых промахах и неудачах и не напугаете предстоящими трудностями; сформируете отношение к трудностям как к чему-то вполне преодолимому;

— проверяя работу, не будете злорадствовать по поводу ошибок ("Я так и знал, ….!");

— в случае если ошибки действительно есть, все равно найдете возможность похвалить ребенка за затраченные усилия; отметите любые, даже незначительные успехи ("Сегодня эта буква у тебя получается лучше, чем вчера", "Ты сегодня так старался!").

Объем домашних заданий

Согласно санитарно-гигиеническим нормам (п.10.30. СанПиН 2.4.2.2821-10), домашние задания в начальной школе должны задаваться с учетом возможности их выполнения в следующих временных пределах:

2 класс – 3 класс — до 1,5 часов

4-5 класс — до 2 часов

6-8 класс- до 2,5 часов

9-11 класс до 3,5 часов;

- предоставлять по усмотрению обучающихся очередность выполнения домашних заданий, рекомендуя при этом начинать с предмета средней труд ности для данного обучающегося;

- предоставлять обучающимся возможность устраивать произволь ные перерывы по завершении определенного этапа работы;

- проводить "физкультурные минутки" длительностью 1-2 минуты;

- предоставлять обучающимся, закончившим выполнение домашних заданий раньше всей группы, возможность приступить к занятиям по интересам (в игровой, библиотеке, читальне).

Время для выполнения домашних заданий

Уроки надо выполнять в одно и то же время. Оптимальным и наиболее продуктивным считается время с **16 до 18 часов**. Средняя продолжительность активного внимания первоклассника до **20** минут, у учащихся с **4-х** классов немного выше. Затем работоспособность начинает падать, необходим отдых. За 2 часа подготовки уроков можно сделать 2–3 переменки по 5 минут каждая.

Организация выполнения домашних заданий

Обеспечить условия работы: привычное рабочее место, привычный распорядок дня, привычные места для необходимых принадлежностей. В этом случае у младшего школьника быстро выработается необходимая установка. Когда он садится за привычный стол, быстро возникает рабочий настрой, желание приступить к работе.

Выработайте у школьника привычку еще до начала работы уточнить все задания и приготовить все необходимое. Постепенно он научится планировать свои действия и решать, в каком порядке делать уроки. Но поначалу вам придется позаботиться об этом.

Чтобы подсказать, с каких заданий лучше начинать - легких или трудных, надо понаблюдать, как ребенок включается в работу и насколько быстро утомляется. Если он начинает работать сразу и без затруднений, но подъем быстро сменяется спадом, посоветуйте ему 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, иностранного языка, информатики.

Поэтому лучше готовить домашние уроки так:

• 1-й урок – уроки средней сложности

• 2–3-й уроки – уроки максимальной сложности

• 4-й урок – более лёгкий Может случиться так, что ребенок тратит много времени на выполнение домашнего задания. Причины этого следует искать в плохой организации 4 данного процесса, недостаточного контроля со стороны родителей или особенностей психики ребенка. В этом случае родителям следует обратиться за консультацией к учителю или психологу.

Третья четверть – самая тяжелая!

Третья четверть – самая тяжелая! Ведь учебная нагрузка с начала года постепенно увеличивается и к середине года достигает своего пика. И это при том, что зима – самое сложное для организма время. Дни короткие, солнца мало, витаминов мало.

Так что когда ваш ребенок жалуется на усталость, это не симуляция. Дети действительно устали. И вы, родители, должны им помочь.

Советы родителям

• Ребенок не сможет хорошо воспринимать учебный материал в школе, если он встает сонный, в полусне завтракает и идет в школу. Найдите время и сделайте с ним хотя бы несколько физических упражнений (зарядку), чтобы он проснулся.

• Важен режим дня. Помогите ребенку организовать свое время так, чтобы его хватало и на отдых, и на выполнение домашнего задания.

• Психологи рекомендуют начинать делать уроки с легкого задания, с того, что приносит удовольствие. Затем переходите к выполнению более трудных заданий. Во время выполнения домашнего задания разрешайте, рекомендуйте своему ребенку пользоваться памятками, карточками – подсказками. Если у вашего ребенка не получается что – то при выполнении домашних заданий – помогите ему.

• Не стоит засиживаться до ночи за уроками. Уложите ребенка не позднее 23 часов, а разбудите на 30 минут раньше. Утром ребенок за 30 минут успеет сделать больше, чем в сонном состоянии ночью.

• Не переносите семейные проблемы на ребенка. Пусть он будет полноправным членом семьи, но некоторые житейские проблемы пока не должны его волновать (проблемы, которые не сможет решить ваш ребенок, будут его тревожить и утомлять).

• Помните: младшему школьнику надо гулять на улице ежедневно не менее 2-2,5 часов. Очень полезны прогулки перед сном. Свежий воздух поможет ребенку успокоиться, быстро уснуть. И - проснуться бодрым.