

выходите из себя и повышаете голос - значит, в вашей совместной работе над домашними заданиями наступил кризис.

В такой ситуации не стоит настаивать на своем - не кричите и не требуйте повторить все снова и снова. Просто закройте учебник или тетрадь и займитесь чем-нибудь другим - вы сможете вернуться к заданиям чуть позже или следующим утром. *«Когда родители все время раздражаются и негодуют, домашние задания рискуют превратиться в источник всеобщего напряжения. А дети в результате станут испытывать постоянное чувство вины и могут вообще потерять желание работать, потому, что будут бояться вновь нас разочаровать».*

7 совет: СТОИТ ЛИ ВЗЯТЬ РЕПЕТИТОРА?

Сегодня все больше родителей – перфекционистов стремятся предвосхитить учебные проблемы своих детей, а потому обращаются за помощью к специалистам по разным предметам. Естественно, речь не идет о подготовке к поступлению в институт. Другой вполне законный повод для звонка репетитору - действительно явное отставание. «О дополнительных занятиях стоит подумать, если пробелы в знаниях были замечены учителем. В противном случае у ребенка может появиться чувство, что вы слишком беспокоитесь («Значит, со мной не все в порядке?») и не доверяете ему. В

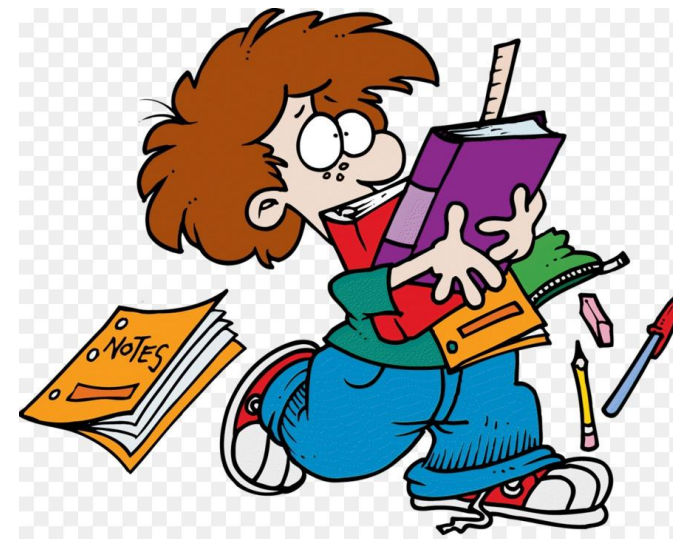
такой ситуации он ощущает постоянную тревогу, замыкается в себе. Только реальные потребности оправдывают использование частных уроков». Важно обсудить с ребенком идею дополнительных занятий, чтобы он не воспринял их как наказание: «Я надеюсь, что школе, на обычных уроках, тебе станет легче».

8 совет: КОГДА МОЖНО «ОТПУСТИТЬ ВОЖЖИ»?

Единственный способ - быть внимательными к индивидуальному ритму ребенка и ни в коем случае не сравнивать его с одноклассниками. Сначала начните проверять домашние задания через день, затем - раз в три-четыре дня. Если у ребенка, получается, самостоятельно работать, если он умеет ставить вопросы, позволяющие ему продвигаться в своих рассуждениях, вам уже не нужно «сидеть над уроками» вместе с ним. Но родительское присутствие и доброжелательный взгляд на законченную работу - пусть проверка и обсуждение заданий происходят хотя бы раз в неделю - еще будут оставаться необходимыми, примерно до возраста 13 лет.

*Составитель: ЗДУВР, практический психолог
ГОУ ЛНР Пореченский УВК № 32, Бондарь Я.С.*

Государственное
общеобразовательное учреждение
Луганской Народной Республики
«Пореченский учебно – воспитательный
комплекс № 32»



**Делать уроки....
Без стресса**

пос. Поречье, 2020

Ежедневно дети возвращаются домой, нагруженные всем тем, что надо выучить, выполнить, написать...

1 совет: КАК ЭТО ОРГАНИЗОВАТЬ?

«Первый вопрос - время, чтобы окончательно покинуть школьный мир и войти в домашний?» Детям младше 13 лет для этого необходимо от 45 минут до 2 часов (на обед, игры, в том числе и подвижные). Пока отложите разговоры о школе: ребенку вряд ли удастся переключиться, если прямо с порога ему придется отвечать на расспросы о контрольной по математике».

Лучшее время для выполнения домашних заданий - с 15 до 17-18 часов.

Золотое правило: превратить выполнение домашних заданий в ежедневный ритуал, происходящий в определенный час, в одном и том же месте.

2 совет: НУЖЕН ЛИ ВЗРОСЛЫЙ?

Да, потому что без его присутствия детям еще трудно организовать свою работу. Маленьким детям требуется несколько лет, чтобы научиться самостоятельно работать и управлять своим расписанием. Оставаясь с заданиями один на один, ребенок рискует «застрять» на одном упражнении, полчаса перечитывать условие задачи, не двигаясь дальше...» Кроме того, детям необходимо одобрение сделанного. Присутствие взрослого, которому ребенок доверяет, успокаивает их и подпитывает веру в

собственные силы.

3 совет: СКОЛЬКО НУЖНО ПОМОГАТЬ?

Когда родители рядом, ребенку может показаться, что они полностью в его распоряжении. Ему необходимо знать, что взрослые присутствуют не для того, чтобы за него делать уроки. Вы можете вместе посмотреть, что задано, спланировать работу, помочь ее начать и... заняться своими делами, уточнив, что будете рядом, если ему понадобится помощь. Позже вы сможете вместе проверить выполненное задание. Контролируя любой его шаг, мы лишаем его возможности стать самостоятельнее, снимаем с него ответственность.

Еще одно правило: не решай те за него, а учите ставить правильные вопросы, чтобы продвигаться в своих рассуждениях и решать задачи самому.

4 совет: КАК ОБЩАТЬСЯ С УЧИТЕЛЕМ?

Некоторые родители считают домашние задания слишком тяжелыми или даже бесполезными. Другие требуют от учителя дополнительных упражнений. И в том, и в другом случае, настаивая на своем, они... мешают развитию ребенка! *Первый подход отрицает его способности и снижает желание прилагать усилия; второй излишне давит и может привести к тому, что ребенок вообще откажется выполнять домашние задания. Обе позиции возникают, когда у*

родителей не складываются нормальные, доверительные отношения с учителем и школой вообще. Сотрудничайте с учителями! Если у вас есть вопросы, связанные с выполнением домашних заданий, обсуждайте их. Учитель может дать точный совет, как комфортнее и продуктивнее заниматься дома.

5 совет: НУЖНЫ ЛИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ?

Иногда после завершения обязательной работы может оказаться полезным предложить ребенку один-два дополнительных вопроса, чтобы убедиться, что он действительно хорошо усвоил тему.

Чтобы эти вопросы не воспринимались как наказание, объясните ему: «Тебе было непросто справиться с этой задачей; попробуй для проверки решить еще одну, чтобы в школе чувствовать себя совсем уверенно и свободно». Еще эффективнее предложить сыну или дочери практическое и одновременно игровое применение полученных знаний.

6 совет: КАК СПРАВИТЬСЯ С КРИЗИСОМ?

Если вы вдвоем сидите над тетрадью уже битый час, а ребенку все никак не удастся, не только усвоить, но и даже повторить простейшее правило; если вы раздражаетесь, не можете сдержаться,