

«Как помочь ребенку учиться. Советы родителям»

Прежде всего определите круг проблем, который мешает ребёнку учиться:

- компьютерные игры весь вечер;
- поздний сон и как следствие раздражительность и недосыпание;
- вялость из-за постоянного переедания;
- отсутствие оборудованного рабочего стола для занятий дома;
- нелюбовь к чтению;
- нежелание подчиняться установленному режиму;
- проблемы с общением в классе...

И это только примерный перечень, на который родителям стоит в первую очередь обратить внимание.

Что сделать для того, чтобы ребенок хорошо учился?

1. *Садиться за уроки после обеда и отдыха в одно и то же время.* Выработанный режим дня для школьника должен неукоснительно соблюдаться, тем самым вырабатывается привычка заниматься одними и теми же полезными делами каждый день.

2. *Ложиться спать вовремя, чтобы поспать не менее 10 часов.*

Играть перед сном в игры без шума, не смотреть динамичные мультфильмы и читать лёгкие для восприятия книги так, чтобы ребенок смог спокойно провести ночь и восстановиться перед занятиями в школе.



3. *Если есть возможность, то гулять перед сном 30 -40 минут.* Прогулка снимет нервное напряжение после трудного школьного дня, ребёнок уснет раньше и будет спать крепче. Это особенно важно для режима дня школьника начальных классов.

4. *Организовать правильное питание* с ограничением жиров, хлебобулочных изделий и сладостей, увеличением объема продуктов, содержащих клетчатку, блюд из натурального мяса, а не колбас и полуфабрикатов, ежедневное употребление в рацион молочных продуктов, овощей, фруктов и орехов. Следует готовить красивые и вкусные разнообразные блюда, которые ребенок будет есть с удовольствием, только следите, чтобы он не передал.

5. *Не менее 3-х раз в неделю заниматься активными играми на улице,* плаванием, пробежками, кататься на лыжах и коньках зимой. Давно доказано, что дети, которые активно двигаются после занятий в школе, учатся более успешно, чем сверстники.

Как заинтересовать ребенка учиться?

Задача № 2, решается творческим подходом со стороны родителей и индивидуален для каждого отдельного ребёнка. Вот лишь примерный список мер, с которым семья может начать воспитывать «ученическую мощь и силу знания»:

1. Проводить общее семейное время за познавательными фильмами и играми, когда семья отдыхает дома, и заниматься активными исследованиями тогда, когда все выезжают на природу или просто прогуливаются перед сном. Родителям следует задавать ребёнку вопросы по устройству мира вокруг него, рассказывать самим (заранее

вычитав необходимые сведения и подготовившись к прогулке). Если при возвращении домой чадо берет в руки книгу или садится за поиск в интернете, значит, день прошел успешно.

2. Посещать с ребёнком музеи и научные выставки для детей, играть вместе с ним в гада-экскурсовода и группу туристов. Почти всегда следует стремиться превращать назидание в игру и приводить примеры или сказки, в которых герои столкнулись с такими же проблемами и успешно (или не очень) их побороли.

3. Радуйтесь хорошим оценкам и вместе с «отличником» рассуждайте на тему, как приятно получать хорошее вознаграждение за достойный труд. Не бойтесь перехвалить того, кто только начал хорошо учиться, не раньше чем через три месяца это войдет у него в привычку, и это время всей семье следует как-то продержаться «на плаву»

4. Если ребёнок рассеян и то и дело что-нибудь теряет или забывает, следует начать работу над его умением содержать в порядке свои вещи. Для этого начинайте выполнение домашнего задания с проверки состояния его личного рабочего пространства: учебники должны быть расставлены по порядку так, чтобы их удобно было брать, тетради обернуты, карандаши отточены, ручки должны иметь защитные колпачки, стопка чистых листов должна аккуратно быть сложена на краю стола так, чтобы ее было удобно использовать для черновиков.

Разная мелочь вроде скрепок, ластиков и прочего должна быть собрана в специальном настольном наборе. И это предметы, которые должны находиться на рабочем столе ребёнка все время. Для школы – одни, для дома – другие.

Сломанные канцелярские принадлежности подлежат своевременно замене, так чтобы у ребёнка всегда были исправные инструменты для работы над уроками. Планомерная работа и контроль за порядком могут раз и навсегда лишить родителей беспокойства по поводу того, как заставить ребёнка учиться в школе.

Что категорически нельзя делать родителям?

1. Разрешать бесконтрольные компьютерные игры и гаджеты

Следует поговорить с ребенком о вреде и пользе таких развлекательных приложений, совместно с ним обозначив время игр и виртуального общения. Необходимо помнить, что большое количество информационного мусора в сети – это значительное испытание для еще несформированного мировосприятия и психики ребёнка.

2. Ежедневно насильно или под угрозой наказания заставлять делать домашнее задание

Из ежедневного вопроса, который мучает родителей «как заставить ребёнка учиться» следует вычеркнуть слово ЗАСТАВИТЬ. С выработанной привычкой ненавидеть время выполнения уроков справиться сложнее, чем объяснить чаду, что полученные двойки – это результат его безделья, и их исправить сложнее, чем выполнить вовремя необходимое задание.

Приводите примеры: если папа будет получать на работе «двойки», то семья не сможет поехать на море летом и купить долгожданный велосипед. Каждый должен выполнять свою работу хорошо: и папа, и мама, и ребёнок в школе.

Замена авторитарного режима на доверительный научит родителей, как делать уроки с ребенком без криков и наказаний.

3. Оставлять ребёнка без присмотра «заниматься ничем»

Ребёнок всегда должен деятельно чем-то заниматься, у него не должно быть времени скучать. Продумывайте занятия заранее, предлагайте их ребёнку каждый раз, когда предыдущее ему надоело.

Научите его находить интересные дела самостоятельно: лепка, рисование пальцами, аппликации, поделки, эксперименты, конструирование, ответственные задания по домашнему хозяйству и т.д. Прежде чем привить привычку к самостоятельным занятиям, родителям следует приучить ребёнка заниматься интересными и познавательными делами в течение дня. А осознание полезности или вредности какого-либо дела, понимание своей ответственности перед родителями снимет напряжение в вопросе, как научить ребенка учиться самостоятельно.

4. Обвинять ребёнка в его проблемах

Переложить на плечи несовершеннолетнего свою вину за отсутствие необходимого родительского внимания к воспитанию правильных привычек в обучении и интереса к приобретению знаний – это худшая тактика. Ребёнок не полюбит учиться, а осознание, что он «плохой» даст ему букет серьезных комплексов на всю жизнь. Проблемы в обучении – это проблемы всей семьи, и решаются сообща.

5. Делать уроки за ребёнка

Это другая крайность, к которой стремятся родители, излишне опекающие ребёнка. Нужно ли делать уроки с

ребёнком и делать уроки вместо ребёнка – не одно и то же. Если ребенок призывает домашних для того, чтобы возложить на них решение примера или получение готового ответа, родители должны прийти на помощь, но не давать уже готовых ответов, а лишь помочь организовать путь достижения цели. Если ребёнок не видит пути решения вопроса, следует предложить ему сделать пятиминутный перерыв и вернуться к домашнему заданию.

Иногда задания бывают сложными, рассчитанными на преуспевающих учеников, поэтому не злитесь если ребенок не может справиться с уроком и через полчаса и через час.

Главное быть для ребенка соратником, деловым партнером, а не карательной инстанцией или строгим учителем.

6. Игнорировать проблему

Возможно, за видимыми сложностями с учебой скрываются проблемы со здоровьем, конфликты с другими учащимися в классе, серьезные разногласия с учителем. Если перед родителями встал вопрос, что делать, если ребёнок не хочет делать уроки, то прежде следует выяснить причину такого поведения.

Не забывайте, что современные школьники отличаются от нас самих, от наших старших детей потому и подход к ним должен быть другим.

В заключение хочется сказать, что *хорошие отметки* – не самое важное в жизни ребёнка. Не делайте из ученика гения, если у него действительно нет таких способностей. Пусть он учится в меру своих способностей. Половина успеха в учёбе зависит от обстановки в семье.