**Учимся делать уроки**

 Весь день съедают уроки. Они словно хищники, яростно отнимают у ребятишек любимые игры, общение с друзьями, прогулки с близкими людьми. Постепенно отравляя ребячью жизнь, домашние задания в конце концов становятся тяжелой повинностью, почти наказанием. А это уже опасно, ведь от отчаяния лишь один шаг до нежелания учиться.

 Отсюда вывод: затрата учеником непомерно большого количества времени на приготовление уроков – сигнал неблагополучия, явление ненормальное и недопустимое.

 Как же быть со временем?

 Каковы причины длительного, неотступного, отчаянного и беспомощного сидения за выполнением заданного на дом? Попробую ответить на эти вопросы.

*Четкое установление времени для занятий.*

Усадить ребенка за уроки… Кто из нас знает, что порой это довольно хлопотливый и длительный процесс. Поэтому с первых дней учебы дайте почувствовать маленькому школьнику: какая бы ни была на дворе погода, какая бы интересная передача ни шла по телевидению, какие бы приятные гости ни нагрянули с визитом – уроки должны быть сделаны и сделаны хорошо.

 Здесь очень важно выработать привычку к неукоснительности занятий, то есть четко установить время для их выполнения и начинать работу всегда точно в одни и те же часы. Ребенок должен твердо усвоить, что причиной отступления от этого правила могут стать только какие-то чрезвычайные обстоятельства.

 Согласитесь, если мы хотим приучить малыша мыть шею или чистить зубы, то просто каждое утро изо дня в день неумолимо будем заставлять его это делать, до тех пор, пока процедура не войдет в привычку. Едва ли мы отложим умывание на удобное для ребенка время и, конечно, всегда сумеем настоять на своем.

 Но куда исчезает родительская непреклонность, когда дело касается уроков?

 Любящие мамы и папы зачастую теряют свою власть и покорно идут на поводу у сына или дочери, желания которых становятся главными. Зазвонил телефон – и можно полчаса поболтать с другом, показывают интересные мультики – еще на чуточку отложим занятия, приятели зовут на улицу – и родители позволяют перенести уроки «на потом».

 Что же получается? Взору предстает печальная картина. Ребенок принимается за работу поздно, к тому же усталый, сильно возбужденный, рассеянный да вдобавок в состоянии «цейтнота». Хорошо, если он успеет хоть как-нибудь выполнить уроки к завтрашнему дню, чтобы прийти в школу чуточку подготовленным.

 Подобное обращение с домашним заданием воспитывает у школьника отношение к урокам как к делу второстепенному, заурядному. Удивительно ли, что вскоре школьника могут поставить в тупик расстройство и огорчение окружающих по поводу его неудач в таком незначительном деле, как учеба.

*Уважение к умственному труду.*

Безусловно, правильно поступают те родители, которые с первых школьных дней дают понять детям: по своей важности уроки находятся на одном уровне с самыми серьезными, сосредоточенными и тяжелыми взрослыми занятиями. Не надо скрывать своего уважения к умственному труду школьника, наоборот, старайтесь всячески демонстрировать его. Поверьте, ребенок сумеет по достоинству оценить это.

 Ведь если раньше у него не было дел, которые взрослые не могли бы прервать или вовсе отменить по собственному усмотрению, то теперь он учится, ему нельзя мешать работать, нельзя беспокоить без надобности, нельзя шуметь. Поэтому телевизор выключен, или его смотрят в другой комнате, приглушив звук, ходят тихо, разговаривают негромко. Будьте уверены, даже отъявленный шалун и непоседа станет меньше вертеть головой, вскакивать и отвлекаться, если удостовериться в уважении к его умственному труду.

*Постоянство рабочего места.*

Кто- то может заявить: «Не все ли равно, где ученику готовить уроки? Лишь бы было удобно сидеть, да никто не причинял бы помех, вот и все» Оказывается, разница есть.

 Дело в том, что у любого человека, а у ребенка тем более, вырабатывается установка не только на определенное время, но и на определенное место работы. Когда она укрепилась и стала прочной, то бывает достаточно усесться за привычный стол, как возникает желание поскорее приняться за дело.

 Поэтому правильно поступают в тех семьях, где к началу учения приобретают не только школьные принадлежности, но и письменный стол с полкой для книг. Если жилищные условия этого не позволяют, то надо выделить ребенку какое-то постоянное место, чтобы он мог всегда держать там книги и тетради, не перекладывая их туда-сюда в зависимости от нужд домашних.

*Как обустроить рабочее место школьника?*

 Письменный стол лучше поставить подальше от батарей парового отопления, но не совсем далеко от окна. Не под форточкой, но так, чтобы ее можно было время от времени держать открытой. Ведь свежий воздух необходим при умственной работе.

 Очень важно правильно подобрать стол и стул. Ели ребенок сутулится, то задерживается интеллектуальное развитие, так как кровеносные сосуды сдавлены и мозг недополучает кислорода. Кроме того, сутулая осанка ухудшает настроение, создает предпосылки к депрессии. Вдобавок, сгорбленный человек просто некрасив. В Японии, например, с сутулыми даже не здороваются, считая их неучтивыми.

 Постарайтесь, чтобы свет лампы падал на письменный стол слева, тогда ручка не будет отбрасывать тень. А за уроки надо усаживать ребенка не голодным, но и не переевшим.

*Включение в работу.*

Признайтесь честно, вы с удовольствием занимаетесь трудным, необходимым, но не слишком увлекательным делом? Конечно, нет. И наиболее тяжелым оказывается начало – период включения в работу. Заставить себя приняться за нее, а затем принудить выполнять с полной отдачей далеко не просто даже для взрослого. Мы тянем время, находим какие-то якобы важные дела, лишь бы отдалить неизбежное занятие, и только накапливаем внутреннее раздражение. А потом, уже приступив к работе, тратим силы не столько на нее, сколько на преодоление своего недовольства. Однако всем прекрасно известно, что постепенно досада угасает. Мы втягиваемся в дело, и оно идет безо всякого принуждения, без насилия над собой, зачастую даже с интересом: скучное становится увлекательным.

 Подобное происходит и с детьми. Начальный период работы для них обычно труден и неприятен, а волевых ресурсов у ребятишек значительно меньше, чем у взрослых.

 Поэтому включение в работу – это та стадия выполнения домашнего задания, которая требует серьезного внимания родителей с первых месяцев школьной жизни ребенка.

 Посмотрите, как ваши дети приступают к урокам, сколько времени проходит с момента усаживания за стол до той минуты, когда действительно начинается работа. Вероятно, минут пятнадцать, а порой и намного больше.

 Почему? Ребенок отвлекается. Обычно у маленького школьника существует несколько поводов для отвлечения.

 Один из них, на первый взгляд, деловой. Сначала надо найти нужный учебник или тетрадь, потом заточить карандаш. Тут вдруг оказывается, что в ручке кончилась паста, а линейку оставил в классе. Затем выяснятся, что задание по математике забыл, надо звонить товарищу. Время идет, а работа не началась.

 Бывает и так, что ребенок совсем не проявляет никаких внешних признаков деятельности, а просто сидит, глядя в учебник. Может быть, он размышляет над решением трудной задачи? Скорее всего, просто не включился в работу и либо мечтает о чем-то приятном, либо безразлично смотрит в одну точку.

 Третий повод – игра. Даже усевшись готовить уроки, малыш легко может заиграться, увидев оставшегося на столе со вчерашнего дня оловянного солдатика, детали конструктора, игрушечную машинку.

 При этом в игру ребенок втягивается незаметно для самого себя. Сначала понадобилось отодвинуть солдатика, чтобы он не мешал открыть тетрадку. Солдатик упал. Хотел поднять его, но на глаза попалась машинка. Мгновенно возникла мысль: посадить солдатика в машинку. В итоге занятия закончились, началась игра.

 В любом из этих случаях процесс включения в работу прерывается и его каждый раз приходится начинать заново. Если частные отключения становятся обычным делом, приготовление уроков так и не выходит из начальной стадии и превращается в каждодневное ненавистное, но неминуемое мучение.

 Можно ли избавить маленького труженика от страданий? Конечно! Создайте привычку – «пусковой механизм», отработайте неизменный порядок подготовки к выполнению домашних заданий. Перед занятиями уберите со стола все лишнее и приготовьте только необходимое для работы. Определите постоянное, не меняющееся день ото дня место для каждого предмета. Договоритесь все вспомогательные вещи, которыми придется пользоваться (линейку, резинку, карандаш и другие мелочи), класть справа от себя. Учебники и тетради – слева. То, что сегодня уже не понадобится, сразу укладывать в портфель, если это нужно назавтра в школе, или убирать в строго определенное место: ящик стола, на полку. И так ежедневно.

 Попробуйте. Правила простые, но они обязательно помогут быстрому переключению внимания ребенка от прежних занятий – еды, игры, чтения – к учебной деятельности.

*Длительность непрерывной работы*.

 Как ваш ребенок делает уроки?

 Обычно все подряд, без перерыва, один за другим. Бедняга вскоре устает; начинает плохо соображать, часто ошибаться, а взрослые бранят его, торопят. Иногда и до слез доводят, называя то нерадивым, то глупым.

 Не спешите огорчаться. Оказывается, длительность непрерывной работы в этом возрасте – очень важное обстоятельство. Недаром школьное обучение предусматривает 10 – 15-минутный перерыв после каждых сорока – сорока пяти минут занятий.

 Что же происходит при более продолжительном напряжении?

 Школьник просто перестает усваивать материал. И дело здесь не в его желаниях, а в его возможностях. Ребенок может очень хотеть выполнить требование мамы или папы, он может добросовестно сидеть и смотреть в книгу, пытаясь запомнить правило, и ничего не выучить. Он может старательно переписывать упражнение и делать при этом все больше ошибок.

 Почему? У детей еще недостаточно сформированы произвольное запоминание, способность к длительному сосредоточению и к умственному напряжению. Ребенку обязательно нужен отдых. И не просто передышка, а разминка с движением. Причем в домашних условиях утомление обычно наступает быстрее, чем на уроке. Ведь в классе виды работы постоянно меняются, происходит взаимодействие между учителем и учениками, возникают динамические паузы… дома же ребенок оказывается один на один с книгой и тетрадью. Следовательно, и перерывы в домашней работе надо делать чаще. Тридцать минут сосредоточенности, пятнадцать отдыха.

 «Как быть со временем? Как его планировать?» - спросите вы. Способный самостоятельный ребенок обычно готовит уроки быстро. Однако большинству ребят обычно приходиться трудиться в первом классе минимум полтора часа, во втором – два, в третьем – и того больше.

*Возможности ребенка.*

Безусловно, нужно учитывать возможности ребенка, его особенности и степень трудности задания. У одних детей уже через двадцать минут работы заметно увеличивается количество ошибок, они становятся невнимательными. Это значит, что на первых порах им стоит делать перерывы чаще, через каждые двадцать минут, и понемногу увеличивать непрерывность работы, прибавляя по три-пять минут. У других ребятишек истощение наступает еще быстрее, но не во всех видах работы одинаково. Допустим, нелегко дается чтение, и уже после десяти-пятнадцати минут можно увидеть явную усталость: буквы путаются, словно составляется трудом, язык «заплетается»… Там же, где дело касается математики, труда, рисования, малыш может с удовольствием работать и тридцать минут, вовсе не нервничая и не раздражаясь.

 Что предпринять заботливой маме в этом случае? Конечно, по-разному дозировать время работы. Чтение прерывать раньше, чем наступит усталость, и букварь начнет вызывать неприязненное чувство. В рисовании же вовсе не делать перерыва, потому что там, где ребенок испытывает удовольствие, утомление охватывает не скоро.

 И еще несколько советов, как рациональнее распределить время уроков. Если ребенок быстро устает, пусть начинает с самого сложного; если вынослив – с легкого. Стихотворения учить в любом случае лучше в конце занятий. Желательно через час – полтора рассказать выученное наизусть или даже переписать от руки, чтобы развивалась моторная память.

 Если не получается задачка, не огорчайтесь: нерешенное лучше всего развивает мышление. Грубая ошибка делать что-то за ребенка. Рассуждением, рисунком, схемой, манипуляциями с предметами постарайтесь натолкнуть его на правильную мысль, ненароком подведите к истинному ответу.

 Поддерживайте своего малыша, не забывайте о его возможностях. Имейте в виду, что ребенок почти всегда хочет выполнить ваши требования! Его отказ, негативная реакция, как правило, вызваны именно невозможностью их выполнения.

*Темп деятельности.*

Еще одну важную вещь необходимо учитывать родителям при выполнении домашнего задания их ребенком: темп деятельности. Вы, конечно, замечали: одни и те же операции при одинаковом уровне подготовки разные дети производят с различной скоростью. Что делать маме, если сын медленно пишет, медленно открывает тетрадь и закрывает книжку, если у него значительные промежутки между отдельными действиями? Обычно домашние изводят беднягу понапрасну: чем больше понукают, тем сильнее он нервничает, чаще ошибается, вновь и вновь переделывает упражнения. Усталость стремительно накапливается, а скорость работы неуклонно замедляется.

 Выход прост: надо срочно учить ребенка сознательно контролировать темп своей деятельности. Начинать лучше всего с таких заданий, которые может оценить он сам, где конечный результат очевиден, например, с письма, рисования или труда. Главное, чтобы работа делилась на части, тогда каждый этап поддается критическому разбору. При письме, в начале учебного года, удобно контролировать строку, в дальнейшем, фразу или абзац. В рисовании – изображение отдельных предметов либо первоначальный набросок, карандашный эскиз, штриховку.

 Но, прежде чем задать ребенку нужный темп, непременно точно установите его возможности. Иначе можно поставить невыполнимую задачу и получить обратный результат.

 Вместо обретения радости успеха малыш потеряет веру в себя, его действия станут хаотичными, нецеленаправленными.

 Давайте проанализируем самое обыденное занятия первоклассника. Ребенок сел писать палочки. Делает он это медленно, но не потому, что ленится. Он просто боится ошибиться, поэтому все внимание обращает на правильность работы и управлять скоростью не в состоянии. В самом деле, задача перед ним поставлена трудная:

 Нужно соблюдать расстояние между палочками, их одинаковую, заданную образцом, величину;

 Нужно не выпускать из поля зрения ориентиры – горизонтальные и вертикальные линейки тетради;

 Нужно «рисовать» палочки не слишком сильно, если надавить – бумага рвется, но и не слабо – совсем ничего не видно.

 Видите, сколько разных целей, сколько всего приходится контролировать ребенку. А действия-то до автоматизма еще не доведены. Как же поступить маме, которая сидит рядом и прекрасно понимает, что при такой скорости на писание палочек уйдет все время, отведенное на уроки? Надо призвать на помощь часы и учить ребенка контролировать свои действия во времени.

*Самоконтроль и планирование работы.*

 Итак, начнем обучать первоклассника самоконтролю.

 Дело это несложное, но кропотливое. Прежде всего, посмотрите, долго ли пишет одну строчку. Предположим четыре минуты. Покажите на часах, что секундная стрелка успела пробежать по кругу четыре раза, и выложите на столе четыре полоски какого-то яркого цвета либо фломастера, ниточки, карандаша – все равно. А затем предложите написать еще строчку, немного быстрее, но так же хорошо.

 У ребенка появляется новая цель – следить за темпом своей работы. И если он затратит времени хоть чуточку меньше, обязательно похвалите трудягу, а на столе выложите уже не четыре одинаковых по величине полоски, а три длинных и одну короткую.

 На следующий день можно попробовать уложиться в определенный отрезок времени, скажем, в три минуты на строку. Вы обязательно заметите изменения: ребенок будет стараться работать быстрее, но уже спокойно, без суеты. Постепенно он научится контролировать себя сам. Однако для самоконтроля часы с секундной стрелкой нехороши – сами по себе отвлекают внимание ребенка. Гораздо лучше использовать песочные. Обычно они рассчитаны на две минуты, именно тот отрезок времени, который доступен учету первоклассника.

 Шаг за шагом от тренировки к тренировке возникает у него умение контролировать темп своей деятельности на протяжении всей работы над заданием. Теперь опорой маленькому ученику может служить обыкновенный будильник. Он удобен там, что не требует постоянного внимания и в то же время дает сигнал, позволяющий планировать работу.

 Вы спросите:«А нужны ли подобные упражнения тем, кто выполняет домашнее задание сравнительно быстро и успешно?»

 Конечно. Они полезны всем. Ведь ребенок растет; количество учебного материала, который он должен усвоить, постоянно увеличивается, и без таких общих интеллектульных умений, как планирование и самоконтроль, справиться с ним невозможно.

 Хочется верить, что все советы, которые здесь даны, окажутся полезными. И особенно тем родителям, чьи тревожные голоса взволнованно повторяют: «Не хватает времени».