**Как помочь ребёнку хорошо учиться?**

Почти все дошкольники хотят пойти в школу. Они хотят учиться, трудиться, подражать взрослым. Но обучение в школе – один из наиболее сложных моментов в жизни детей как в социально-педагогическом, так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизни и деятельности – это новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школе. Это очень напряженный период, потому что школа ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Возрастает удельный объем нагрузок. Именно эта нагрузка является наиболее утомительной. Адаптация ребенка к школе происходит не сразу. Это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Не день, не неделя требуется для того, чтобы освоиться в школе по-настоящему. Большинство детей в основном готовы к школе. Желание новизны, готовность к выполнению стоящих перед ним задач помогают ребенку:

принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками;

подчиняться новому режиму дня, распорядку занятий, несмотря на то, что выполнение многих правил достаточно трудно.

«Дети активные существа… А если это так, то следует создать им организованную среду, только не такую, которая грозит пальцем, напоминает о последствиях, читает морали, а такую, которая организовывает и направляет их деятельность» (Ш.А.Амонашвили).

Учебная деятельность носит коллективный характер, именно поэтому ребенок должен обладать определенными навыками общения со сверстниками, умением вместе работать. При этом положительные эмоции, которые ребенок испытывает при общении со сверстниками, во многом формируют его поведение, облегчают адаптацию к школе. Одна из основных задач, которые ставит перед ребенком школа – это необходимость усвоения им определенной суммы знаний, умений и навыков. Несмотря на то, что общая готовность учиться (желание учиться) практически одинакова у всех детей, реальная готовность к обучению очень различна.

Поэтому у ребенка с недостаточным уровнем интеллектуального развития, произвольного внимания, воли и других качеств, необходимых при обучении, будут трудности.

Но многие родители знают по своему опыту, что со временем, начиная со второго класса, интерес к учебе пропадает. Почему это происходит?

Одна из существенных причин состоит в том, что с каждым годом требуется все больше усилий для выполнения всех школьных заданий. Большинство детей справляется с растущими требованиями. У некоторых возникают пробелы в знаниях. У третьих нет успехов, хотя они стараются. Заметив первые тревожные признаки, родители должны сразу же посоветоваться с учителем, что делать. Если отставание растет, дети из-за неудач теряют интерес к учению и интерес к школе вообще. При возникновении таких трудностей в учебе очень важно создать дома атмосферу оптимизма. Надо сказать ребенку: «Ты справишься» и вместе с ним подумать о том, как лучше усвоить материал. Это куда полезней, чем ругать его за плохие отметки. Вместе с тем бывает необходимо принять конкретные меры: повторить основы, позаниматься дополнительно. Большинство детей испытывает радость от преодоления трудностей, чувство удовлетворения от того, что они справились. Если ребенок не может сконцентрировать свои силы на учебе, необходимы специальные упражнения. Но они должны быть разумными. Не надо без конца повторять одно и то же плохо выученное домашнее задание. Ребенок должен просто справляться с программой, а школьные требования таковы, что любой здоровый ребенок при известном прилежании может их выполнить. Конечно, хотелось бы, чтобы ребенок в школе развил по возможности свои способности. Но все же всегда будут дети, которые при всем своем старании не становятся лучшими учениками в классе. Их способности и таланты лежат, возможно, в тех областях, которых школьные занятия просто не касаются. Что же делать, вам, родители? Ни в коем случае не предъявлять к детям чрезмерные требования. Ребенок не понимает требований, которые вы ему предъявляете. Ему постоянно твердят о том, что он должен быть умным, соответствовать каким-то родительским желаниям, часто не учитывающим ни его возраст, ни индивидуальные возможности. Ребенка с малых лет включают в мир ценностных ориентацией, принятых среди взрослых людей. Престижные установки и ожидания обязательно должны присутствовать у всех родителей. Но для правильного развития ребенка пагубен как чересчур завышенный, так и заниженный уровень притязаний. Завышенный подавляет, гасит природную любознательность детей, а заниженный не стимулирует их развитие. А если принять во внимание эмоциональное состояние детей, то в том и в другом случаях дети испытывают дискомфорт, у них развивается чувство тревожности, неуверенности в себе и в родительской любви, острой нехватки ласки, тепла, внимания. Поэтому нужно вместе с учителем постараться определить, в каких областях дети могли бы достичь большего, и помочь им утвердиться на этом поприще. Не надо сразу связывать планы перестройки с теми предметами, где ваш ребенок едва справляется с программой. Надо хвалить за каждый, даже самый скромный успех: «Сегодня уже 6 ошибок, а не 8». Если такие дети полностью теряют интерес к учебе, становятся упрямы, то большей частью от того, что никто не заметил и не оценил их маленькие успехи, отставание не было вовремя устранено, а неудачами их постоянно попрекали. Они плохо чувствуют себя в школе, даже если учитель внимателен к ним. Они сравнивают себя с одноклассниками, и им кажется, что из-за плохой учебы их меньше уважают. Родителям необходимо найти все пути для самоутверждения ребенка. И здесь помогут успехи в других областях, например, в работе по дому или саду. И как часто дети, у которых были трудности в учебе, потом прекрасно проявляют себя в профессиональной деятельности. Нередко признание успехов в практической области способствует пробуждению интереса к теоретическому знанию. Нормально, если ребенок не ко всем предметам проявляет одинаковый интерес. Но нельзя терпеть полное отсутствие интересов у ребенка. У родителей всегда есть возможность убедить детей в том, что знания, полученные в школе, могут им пригодиться и дома. Дети осознают необходимость и полезность учения и тогда, когда мы связываем школьные знания с интересными для детей профессиями или их любимыми занятиями. Когда дети выполняют домашние обязанности они заслуживают похвалы и уважения. В то же время у вас есть в этом случае повод указать детям на то, что и при изучении не особенно интересных предметов они могут быть так же старательны. Поэтому необходимо дома отдавать должное любому успеху в учебе. Кроме того, решающую роль играет отношение к учебе родителей, их пример (повышение квалификации, курсы…). Необходимо терпение, доброжелательность, внимание. И так должно продолжаться всю жизнь, потому что наша готовность обсуждать с детьми их проблемы есть предпосылка того, что они сохранят свое любопытство. Наше терпение, доброжелательность каждый раз заново будет вызывать доверие детей. Чтобы отношения в семье были стимулом к познанию, вы должны задуматься: как создать в семье благоприятную для учебы ребенка атмосферу, исполненную оптимизма и терпения, но в то же время и последовательной требовательности? Как помочь ребенку хорошо учиться?

Помощь родителей идет в трех направлениях:

родители организуют режим дня;

проверяют домашнее задание;

приучают детей к самостоятельности.

Соблюдение режима помогает ребенку справиться с учебной нагрузкой, способствует укреплению его здоровья, защищает нервную систему от переутомления. У большинства учащихся слабое здоровье является основной причиной неуспеваемости.

Важно иметь в виду, что всему должно быть отведено определенное время. Иногда приходится просит сына или дочь помочь в чем-то, когда эта помощь необходима независимо от привычного распорядка дня. Но нельзя это делать постоянно, не считаясь с тем, чем сейчас занимается ребенок: уроки – посылают в магазин, читает – полить цветы. Младший школьник в силу своих возрастных особенностей еще не умеет быстро переключаться с одного дела на другое. Поэтому – «Не пойду я!». Вы должны дать ребенку время на то, чтобы перестроиться, психологически подготовиться к новому делу (через 10 минут дочитай страницу…). Если это войдет в систему (всякое необоснованное переключение ребенка с одного дела на другое) то у ребенка будет воспитана плохая привычка – не доводить дела до конца. Все эти факты важно учитывать, так как у детей начинает формироваться отношение к своим обязанностям, урокам, к труду.

Иногда дети стремятся, придя из школы, сразу же сесть за уроки (читать). Это стремление поощряют некоторые родители. У детей же такое желание вызывается их неумением переключаться с одного вида деятельности на другой. Правильный распорядок дня требует, чтобы после школы ребенок отдохнул.

Режим дня предусматривает обязательное пребывание детей на воздухе. Таким образом, ваша главная задача – помочь своему ребенку в организации его времени дома. Организованный, усидчивый ребенок будет хорошо работать на уроке.

Следующее – это как вы должны контролировать выполнение домашних заданий (ГПД). Прежде всего, надо постоянно следить за записями домашних заданий в дневнике. После этого проверить сам факт выполнения домашнего задания. Затем просмотреть правильность его выполнения. Заметили ошибку – не надо спешить показать, где она. Ребенок должен приучаться к самоконтролю. И только в крайнем случае прямо показать, где ошибка.

Нередко, помимо заданий учителя, вы нагружаете своего ребенка дополнительными (необходимыми по вашему мнению) учебными занятиями. Это бывает так: черновик, вместо 2 столбиков примеров 4… Причем все это делается за счет свободного времени. Ребенок переутомляется, быстро устает и нередко начинает учиться не лучше, а хуже. Он теряет интерес к учению, которое становится для него тяжким и неинтересным трудом. Можно давать дополнительные задания, но количество и содержание должно быть согласовано с учителем.

Долго сидеть за приготовлением уроков – это еще не значит хорошо их приготовить. Существуют следующие нормы:

1 класс – 1 час

2 класс – 1-1,5 часа

3 класс – 1,5 – 2 часа

4 класс – 1,5 – 2 часа

Бесконечное сидение за уроками, которые можно сделать гораздо быстрее, обычно объясняется неустойчивостью внимания, неумением сосредоточиться на одном предмете. Напишет строчку, начнет рассказывать, … Конечно, это отражается на качестве выполнения задания.

Чтобы приучить ребенка к усидчивости, нужно ставить перед ним задачу – уложиться в определенное время, ставить перед ним часы (учится распределять свои занятия по времени).

Иногда, раздражаясь, родители начинают кричать на ребенка. В результате дело идет еще хуже, он начинает ненавидеть учение, школу, как виновников своих неудач. Терпение, доброжелательный тон – важное условие успешной помощи ребенку в учении. Главная задача – проконтролировать, когда ребенок сел за уроки (за чтение), подсказать, где искать ответ на вопрос, но не давать готового ответа, воспитывая у детей самостоятельность.

Иногда с первых школьных дней одна из самых частых бед и жалоб – плохо с письмом. Чаще всего дело в задержке речевого развития. Чтобы написать букву, надо сначала услышать звук. Ребенок должен сосредоточиться на звуковом разборе слова и на том, как звуки перевести в буквы. А у детей с задержками речевого развития, с нарушением устной речи, с ошибками в различении букв, встречаются почти все дефекты письма – плохой почерк, неправильное написание букв, медленный темп работы. Как же бороться с этими трудностями? Прежде всего посоветоваться с логопедом.

И, наконец, что делать, если ребенок не любит читать. (Умение читать имеет большое значение для успешного обучения. Иногда ребенок затрудняется решить задачу только потому, что не умеет ее прочитать). Со стороны родителей требуется большое внимание к чтению, помощь и руководство его чтением. Надо научить детей любить книгу.

Очень важно, чтобы родители следили за подбором книг для чтения. Некоторые родители думают, что любое чтение полезно, а другие, что за чтением должны следить учитель, библиотекарь, но не они. Да, они за этим следят, но не всегда могут оградить учащихся от книг, предназначенных не для них. Для каждого возраста существуют рекомендательные списки литературы «Что читать детям» (в библиотеках).

Должны следить, чтобы в руки детей попадали книги, предназначенные для их возраста. Напрасно некоторые родители гордятся тем, что их дети читают книги для взрослых. Это часто бывает вредным, потому что они не могут полностью понять и осознать всю глубину произведения. Они воспринимают его поверхностно, следят за развитием сюжета. Такое чтение вырабатывает привычку читать поверхностно, пропуская описание природы, рассуждение автора.

Надо обязательно стремиться к тому, чтобы книги были разнообразной тематики: сказки, о природе… Но в то же время надо и учитывать индивидуальные интересы детей (приключенческая литература).

Особенно надо обратить внимание на развитие у детей интереса к научно-популярной литературе (на уроках естествознан6ия, истории).

Необходимо упражнять ребенка в чтении вслух, чтобы можно было контролировать правильность чтения.

Книги на первых порах должны быть с яркими картинками, небольшие по объему, чтобы ребенок смог быстро прочитать их. Если затрудняетесь в выборе книги, надо посоветоваться с учителем или библиотекарем.

В воспитании любви к книге могут сыграть положительную роль и внешние моменты. Так, например, своя собственная библиотека, полочка для книг, возможность обмениваться книгами с друзьями – все это вызывает у детей интерес к книге.

Можно использовать следующий прием. Кто-нибудь из взрослых начинает читать ребенку, но на самом интересном месте прекращает чтение вслух. Увлеченный событиями в книге и желанием узнать, что произойдет дальше, ребенок в большинстве случаев продолжает читать самостоятельно. Взрослые потом должны спросить его, о чем он прочитал, похвалить его за самостоятельность, выразить надежду, что теперь он всегда сам будет читать.

Воспитание любви к книге проходит значительно быстрее и легче в тех семьях, где взрослые сами любят читать, много говорят о книгах, отдают свой досуг чтению. Если отец и мать не находят времени для чтения или в доме нет книг, то, конечно, приохотить ребят к чтению бывает труднее.

Очень хорошо, если в семье практикуются систематические совместные чтения книг вслух. Это сближает родителей и детей. Помогает родителям лучше узнать ребят, понять их интересы и увлечения. Продолжительность чтения – не больше 45 минут, с тем, чтобы чтение не утомило детей, не притупило интереса к книге.

Нужно воспитывать культуру общения с книгой. Надо приучить детей беречь книги. Необходимо соблюдать основные правила гигиены чтения. Дети должны знать, что глаза надо беречь. Нельзя читать при слабом освещении. Лампа должна быть со стороны левой руки, свет от нее не должен попадать в глаза, а на поверхность стола, где лежит книга.

В заключение об установках. Большая часть родительских установок положительна и способствует благоприятному развитию личного пути ребенка. А раз помогают и не мешают, то и осознавать их необязательно. Это своеобразные инструменты психологической защиты, помогающие ребенку сохранить себя и выжить в окружающем мире. Вера в непогрешимость, справедливость родителей у детей непоколебима: «Мама сказала…», «Папа велел…». Взрослые люди способны осознавать и контролировать, многое подвергать сомнению, ставя защиты к установкам и требованиям окружающих, руководствуясь собственными желаниями и мотивами (Курить вредно, но хочу и курю!). Дети не могут этого делать. Они не в состоянии поставить психологический барьер в отношениях с родителями. Поэтому многое из тех установок, которые они получают от своих родителей, в дальнейшем определяет их поведение, причем одинаковое в жизненных сходных ситуациях. Задумывались ли вы, какие установки давали вам ваши родители, не являются ли они внутренними указателями на вашем жизненном пути? Не говорите своему ребенку того, чего бы вы ему на самом деле не желали.

*Негативные установки*

Ты всегда, как твой папа!

Сколько сил я тебе отдала, а ты…

Не твоего ума дело…

Бог тебя накажет.

Ты плохой.

*Позитивные установки*

Какой у нас папа молодец!

Я люблю, понимаю, надеюсь на тебя.

Твое мнение всем интересно

Бог тебя любит.

Я тебя люблю любого.

Этот список можно продолжить. Подумайте, какие установки мешают вам жить, и не давайте их своим детям.

Вспомните, как часто вы говорите детям: «Я сейчас занята!», «Посмотри, что ты натворил!», «Когда же ты научишься?», «Сколько раз я тебе говорила!», «Ты сведешь меня с ума!», «Встань в угол!», «Уйди от меня!» Все эти словечки крепко зацепляются в подсознании ребенка, и потом не удивляйтесь, если вам не нравится, что ребенок отдалился от вас, стал скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе.

А такие установки ласкают душу ребенка: «Я помогу тебе!», «Расскажи мне, что с тобой», «Что бы мы без тебя делали?», «Я радуюсь твоим успехам!».

Чувство вины и стыда ни в коей мере не поможет ребенку стать здоровым и счастливым. Не стоит превращать жизнь в уныние, иногда ребенку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, просто надо успокоить.

Сам ребенок – не беспомощная «соломинка на ветру», которая боится, что на нее наступят. Дети от природы наделены огромным запасом инстинктов, чувств и форм поведения, которые помогут им быть активными, энергичными и жизнестойкими. Поэтому в процессе воспитания детей многое зависит не от опыта и знаний родителей, а от их умения чувствовать и догадываться.

Адаптация в школе – очень важный момент, к которому нужно отнестись серьезно. От того, насколько успешно она пройдет, зависят качество учебы ребенка, отношения с окружающим миром. Не стоит давить на ребенка и требовать от него только отличной учебы. Дайте ему понять, что в любом случае вы будете его любить так же, как и раньше.

Возьмите за правило: первое время вместе с ребенком, а затем контролируя его, пока он привыкнет делать сам, каждый вечер проверять – все ли находится в ранце. Это научит малыша соблюдать порядок в ранце.

Приучайте ребенка к опрятности, умению аккуратно есть, достаточно быстро переодеваться, иначе в школе малыш может стать объектом насмешек.

Следите за осанкой. Не забывайте о режиме дня. Ложиться спать в 21.00. или в 21.30. Иначе не выспавшийся ребенок вряд ли будет хорошим и примерным учеником.

С наступлением школьного периода, как вы уже поняли, в вашей семье стало одним членом больше и он будет незримо присутствовать в ней. Я говорю об учителе. Старайтесь понапрасну не подвергать критике учителя в глазах ребенка, ведь в школе он для него авторитет. Если с чем не согласны, еще раз проверьте, все ли сделано с вашей стороны верно, и поговорите с учителем в спокойном, дружелюбно тоне, помня, что он тоже человек.

Обратите внимание на умение ребенка строить отношения со сверстниками. Объясните ему, что сразу он не сможет со всеми подружиться, но со временем да. Не забудьте упомянуть, что неприемлемо жадничать, ябедничать, хвастаться, быть агрессивным, но при этом следует уметь дать отпор и отстаивать свое мнение. Приучайте делиться с другими, но не отдавать последнее, чаще улыбаться, помогать тем, кто нуждается в твоей помощи.

Трудности и неудачи учения необходимо преодолевать терпением, трудом и улыбкой.

Методы должны быть едины. Не сравнивайте детей и их успехи в школе, у каждого свой потенциал.

Все делайте и обсуждайте, объясняйте вместе – мамы и папы, бабушки и дедушки.

Источник: <http://davlraevo.edusite.ru/p6aa1.html>