



**Благотворительный фонд “Большая Перемена”
Н.Вираховская, Е.Кац, Н.Филонов**

Как помочь ребёнку с домашними заданиями

Помните:

- **для того чтобы умение стало устойчивым, нужно время - наберитесь терпения;**
- **сначала исследуем, потом принимаем решения.**

1. Какой распорядок дня эффективнее?
2. Что помогает ребёнку сосредоточиться?
3. В каком порядке ему удобнее выполнять домашние задания?
4. Если не получается: ребёнок не хочет или не может?
5. Что делать, если ребёнок не может?
6. Что делать, если ребёнок не хочет?
7. Как оценить прогресс?
8. Что ребёнок уже может сам?

1. Какой распорядок дня эффективнее?

Многим детям проще делать домашние задания, когда они уже стали частью дневной рутины. Например, после школы погулял - пообедал - посмотрел мультики - сделал домашние задания - потом всё остальное. И так, по возможности, каждый день.

Исследуйте: какой распорядок дня удобнее для вашего ребёнка? Какие временные возможности и распорядок у вас?

Многим детям, особенно младшим, крайне важно делать дз не слишком поздно - к вечеру они уже ничего не соображают. Кому-то очень важно набегаться на улице, а кто-то после этого ещё пару часов не сможет успокоиться. Кому-то мультики после обеда помогают переключиться и расслабиться, а кто-то на них



зависает, и дз надо гораздо лучше делать до телевизора и игр. Остаётся ли у ребёнка время отдыхать, делать то, что ему хочется, вообще ничего не делать?..

2. Что помогает ребёнку сосредоточиться?

Многим детям легче сосредоточиться, когда вокруг нет ничего отвлекающего: на столе чисто, гаджеты убраны, тихо.

Исследуйте: что помогает именно вашему ребёнку?

Некоторым детям намного легче делать скучные монотонные задания типа прописей или длинных однотипных примеров по математике под аудиокнигу или музыку (а некоторым это очень мешает). Кому-то помогает поставить перед собой будильник и засекаать 5-10-30 минут: “всего пять минут подряд поработаю сосредоточенно, звучит не очень сложно - ого, сколько уже сделал”. Кому-то проще делать уроки, сидя на фитболе, или хотя бы читать, повиснув на спорткомплексе.

3. В каком порядке удобнее выполнять домашние задания?

Часто говорят, что лучше начинать домашние задания с самого сложного.

Исследуйте: как лучше в каких случаях?

Кому-то действительно проще сразу разделаться с самым сложным на свежую голову. А кого-то это сложное пугает, и лучше сначала сделать что-то простое, чтобы почувствовать уверенность в своих силах. А ещё бывает, что задание может занимать неопределённое количество времени (например, сочинение), и если сразу засесть за него, остальные можно и не успеть.



4. Если не получается: ребёнок не хочет или не может?

Бывает, что ребёнок говорит “не хочу”, а на самом деле, не может сделать задание. А бывает наоборот: говорит “не могу”, а на самом деле, не хочет. Или честно говорит “не могу”, а взрослый думает, что просто не хочет... Много вариантов.

Исследуйте: не может или не хочет? Или и то, и другое вместе?

Попробуйте определить, в чём у ребёнка трудность.

Проверьте, делал ли ребёнок подобные задания в других условиях: в классе, в другой день, если недавно пообедал, если рядом был какой-то вспомогательный материал?.. Если да, то что сейчас изменилось? Возможно, задания стали на порядок труднее и ребёнок не успел подстроиться, он пока не может удерживать внимание на нескольких сложных задачах одновременно. А может быть, он поссорился с другом и просто не в состоянии сейчас сосредоточиться на уроках? Или решил, что станет блогером и физика ему не нужна?..

5. Что делать, если ребёнок не может?

Бывает, что ребёнок очень сильно отстаёт от школьной программы по одному или нескольким предметам.

Исследуйте, в какой зоне сейчас ребёнок: может сам, может с помощью, не может ни при каких условиях? Соответствуют ли ожидания взрослых возможностям ребёнка?

Если не может ни при каких условиях, значит, нужно возвращаться на шаг (2, 5, 10 шагов...) назад, помогая достроить необходимые знания, умения и навыки. Если может с помощью, то что ему уже помогало? Какая помощь нужна



сейчас? Возможно, ребёнку нужно дополнительное обследование логопеда или нейропсихолога.

Проверьте, соответствуют ли требования школы возможностям ребёнка. Иногда нужно попросить помощи учителя, а иногда - сменить класс или школу.

Присмотритесь и к себе: не слишком ли много вы ждёте от ребёнка, не слишком ли быстро? Часто маленькие медленные шаги приводят к гораздо более качественным результатам, чем быстрые прыжки, не рассчитанные на темп конкретного ребёнка.

6. Что делать, если ребёнок не хочет?

Бывает, что со школой совсем не сложилось. Ребёнку неинтересны школьные предметы, и родителю кажется, что он вообще ничего не хочет и вырастет неудачником.

Исследуйте: какие у ребёнка на самом деле есть интересы? В каких областях он успешен?

Важно помнить, что жизнь не ограничивается школьной программой. Если ребёнку нравится какой-то школьный предмет, это совершенно не значит, что с ним будет как-то связана его будущая профессия, и наоборот, если ребёнку неинтересно в школе, это совсем не значит, что ему вообще ничего не интересно и он никогда не сможет заниматься чем-то толковым.

Заинтересованность в школьных занятиях часто тесно связана с успешностью в них. Если ребёнку удаётся догнать программу, если появляется учитель, который ему нравится, начинают нравиться и предметы. Если у подростка уже есть какой-то план на будущее, обсудите с ним вместе, что ему для реализации этого плана всё же необходимо делать, хоть и не хочется, а что можно делать по минимуму, даже если родителю хочется большего.



Но если со школой никак не складывается, понаблюдайте, чем ещё интересуется ребёнок. Может быть, он любит готовить, играть с малышами, заботиться о животных, мастерить, петь, играть в компьютерные игры?.. Какие его сильные стороны проявляются в этих интересах? Есть ли какая-то поддерживающая среда, в которой его ценят за эти сильные стороны? Если нет, можно ли помочь ему найти такую среду единомышленников? Постарайтесь искренне интересоваться тем, что его волнует. Когда ребёнок видит, что ему доверяют и ценят то, что ему дорого, когда интерес ребёнка поддерживают, этот интерес укрепляется, у ребёнка появляется больше мотивации углубляться в эту деятельность, развиваться в ней. А ещё - есть ли у ребёнка возможность хотя бы иногда пробовать разные виды деятельности, знакомиться с людьми разных профессий, пробовать делать что-то своими руками?..

7. Как увидеть и оценить прогресс?

Каждая трудность преодолевается уникально.

Исследуйте: по каким проявлениям вы поймете, что есть прогресс? Как ваш ребёнок сможет его увидеть?

В одной ситуации прогрессом будет то, что ребенок стал сам садиться за уроки, в другом - то, что он перестал просить помощи по конкретному предмету, в третьем - что он перестал говорить, что ненавидит предмет. Очень важно отмечать даже самую незначительную, на первый взгляд, положительную динамику. Это поможет и вам, и ребёнку больше верить в свои силы и двигаться вперёд. Ребенок сел за уроки после долгих уговоров и скандалов, а сегодня взялся за работу всего лишь после 10 минут пререканий? Это прогресс.

Подумайте, как зафиксировать положительные изменения, чтобы ребёнок тоже их заметил, даже если на школьной оценке это пока никак не отразилось. Двадцать ошибок и 7 ошибок в



диктанте - это всё та же двойка, но можно, например, сделать график, где наглядно видно, как здорово ребёнок продвинулся, отметить вкусным пирожным каждую ступеньку “на пять ошибок меньше” и т.д.

8. Что ребёнок уже может сам?

Всё, что перечислено выше, ребёнок может контролировать сам. Но обычно не сразу.

Исследуйте: что он может сам уже сейчас? Какой следующий шаг?

Обычно чем младше ребёнок, тем больше за него организует родитель. Чем старше, тем больше ответственности на самом ребёнке. Но уже и с самыми младшими школьниками можно постепенно обсуждать все вопросы этих памяток. Упомянуть свои открытия (“Смотри, как ты быстро всё сделал сразу после обеда”), задавать вопросы и предлагать поискать ответы вместе (“Попробуй вспомнить, как ты сам думаешь, когда ты быстрее делаешь домашнее задание: после обеда или после ужина? Если не помнишь, давай в следующий раз засечём время?”). Часто родитель и сам втягивается в рутину, проще всё проконтролировать, так будет быстрее. Но всё же постепенно отступайте от роли организатора, пробуйте маленькие шаги, наблюдайте: может быть, это ребёнок уже может сам? Может быть, в этом случае уже не стоит давать указания, а можно обсудить всё вместе с ребёнком, найти подходящие способы, договориться? Умение самому осознать свои особенности и предложить эффективный порядок действий очень поможет ребёнку и в текущей ситуации, и во взрослой жизни.