"Как помочь ребенку выполнять домашнее задание"

Винокурова Светлана Евгеньевна

Домашнее задание — неприятная штука не только для детей, но и для родителей. Помогать ребенку с домашним заданием, чтобы оно было продуктивным, — настоящее искусство. Можно получить результаты, если использовать некоторые методы. Количество времени, отводимого на выполнение домашнего задания в день для учащихся разного возраста, определяется точными требованиями. В нашей стране введены следующие правила:

4–5 классы — 2 часа;

6–8 классы — 2,5 часа;

9–11 — не более 3,5 часов.

Но на практике эти нормы не соблюдаются — россиянам приходится ежедневно помогать детям с домашними заданиями. Научный центр здоровья детей провел исследование и выяснил, что у учащихся 5-9 классов общая учебная деятельность длится 10-13 часов в день. Количество времени, которое это занимает каждую неделю, составляет от 50 до 78 часов. Идея отказаться от домашних заданий существует уже давно, особенно потому, что рабочая неделя взрослого человека обычно длится 40 часов, что приводит к дискуссиям о том, почему им следовало это сделать.

Эксперты составили правила выполнения домашних заданий.

1. Выполнение домашних заданий должно войти в привычку.

Домашнюю работу следует выполнять естественно, так же, как чистить зубы или собирать постель. Эту закономерность лучше формировать с первого класса. Ребенок должен заниматься в одно и тоже время, применяя при этом какой-нибудь ритуал. Среди таких можно использовать зажжение настольной лампы или размещение тетрадей на столе, их раскладывание. Мозг привыкнет к этому распорядку и будет мотивирован к обучению, как только ритуал начнется.

2. На рабочем месте не должно быть ничего лишнего.

На объем вклада, получаемого производительностью труда ребенком, влияет окружающая среда. Детская комната должна обеспечивать поддержание нормальной температуры, освещения и тишины. У учащегося должен быть убран стол, необходимо достаточно места для ноутбука, учебников, блокнотов, учебных принадлежностей и многого другого. Не оставляйте на рабочем месте мягкие игрушки, рамки для фотографий и другие отвлекающие факторы, которые могут ослабить энергию вашего ребенка от работы над домашним заданием.

3. У ребёнка должно быть не только расписание занятий, но и график выполнения домашних заданий.

Планирование может облегчить беспокойство. Крайне важно, чтобы учащийся имел точное понимание уроков, которые ему необходимо сделать. Составьте с ним расписание и сядьте вместе делать домашнее задание. Регулируйте частоту выполнения задач, распределяйте работу по срокам выполнения. Контроль над ситуацией дает ребенку уверенность в том, что он способен справиться со всей этой ситуацией. Позвольте ученику самому записать план, желательно на бумаге, а не на компьютере, а все потому что психологические исследования показали, что, когда человек записывает свои цели и задачи от руки, успех в достижении этих целей намного выше, чем, когда он этого не делает.

4. Большие задания необходимо разбивать на части.

Эссе, презентация, научный эксперимент — всё это требует серьёзной, вдумчивой и поэтапной работы. Помогите ребенку разбить большую задачу на более мелкие и включить каждую задачу в расписание по выполнению уроков. Разделение может устранить ощущение обремененности длительными, сложными и неинтересными крупномасштабными задачами.

5. Начинать делать уроки лучше с самого сложного предмета.

Желание откладывать дела, которые нам не нравятся, лежит в основе человеческой натуры. Но ресурсы времени, внимания и энергии ограничены. Поэтому выполнение домашней работы стоит начинать с предмета, который хуже всех даётся или меньше всего нравится ребёнку. Чем больше сил школьник израсходует на простые задачи, тем сложнее ему будет перейти к сложным. А выполнив трудное задание сразу, ребёнок получит заряд положительных эмоций и легко доделает остальную домашнюю работу.

6. Каждые 30–50 минут необходимо делать короткий перерыв.

Баланс между высоким уровнем умственной активности и низким уровнем физической активности должен быть сбалансирован либо минимальной активностью, либо просто периодами покоя. Установите правило: отдыхайте по десять минут каждые 30–50 минут решения задач. Ребенок будет чувствовать себя комфортно, когда ему дают отдыхать и, возможно, даже с удовольствием будет находиться на улице, при условии, что он примет формальное понимание того, что «перерыв» в подготовке домашнего задания будет происходить за пределами телепрограмм и телефона. Сообщите ученику, что новый поток информации не будет способствовать расслаблению мозга. Лучше выгулять собаку или съесть что-нибудь полезное, также мозговую деятельность можно стимулировать, например, орехами.

7. Родители должны подталкивать к правильному ответу, а не делать домашние задания за детей.

Каждый отец и мать стремятся оказать помощь своему ребенку. Обращение учащихся с вопросами об уроках, и когда за него решает это взрослый, не является источником помощи. Когда ваш ребенок просит о помощи, не решайте это самостоятельно, а используйте вместе с ним решение, читайте учебник, смотрите видео, демонстрируйте, как решаются подобные задачи. Если вы не можете сразу приступить к работе, зарезервируйте удобное для вас время. Подростку важно научиться управлять своим временем и своими приоритетами.

8. Если не получается делать уроки, необходимо подключать дополнительные ресурсы.

Не нужно ругаться, когда задачи повторяются, вызывая трудности в выполнении задания и приводя к плохим результатам. Это сигнал задуматься над этим. Вполне возможно, что неспособность ребенка читать или писать может привести к когнитивному аду каждый раз, когда он пытается написать эссе, возможно, из-за отсутствия навыков чтения и письма. Возможно, он не осознает этого и ему требуется больше ресурсов, чтобы восполнить знания, которые ему еще предстоит приобрести. Ниже приведены некоторые вопросы, которые помогут выявить проблемы с подготовкой домашнего задания:

-Расскажи, что вы делали на занятии по этой теме? Как решали подобные задачи?

-Тебе нравится такой тип заданий? Если нет, то какое задание тебе по душе?

-Иногда, когда мне приходится сталкиваться с чем-то новым, я опасаюсь, что не справлюсь. Это то, что ты чувствуешь сейчас?

-Как следует выполнить это задание? Что ты можешь сделать, чтобы убедиться, что правильно его понял?

-Могу я как-то помочь тебе в выполнении этого задания?

9. Родители должны всегда поддерживать своего ребёнка.

Определить плотность материала, построить график процесса, вспомнить времена Ивана Грозного – все это довольно сложно. Если у вас нет времени на выполнение домашнего задания для ребенка или у вас есть возможность уйти, не вините себя за то, что вы этого не сделали. Он несет за это ответственность, а не вы. Детей, которые не выполняют домашнее задание вовремя не следует критиковать, а тем более упрекать. Рекомендуется попытаться определить основную причину, помочь в организации процесса и облегчить его, следуя советам, приведенным выше.

Таким образом, чтобы выполнить домашнее задание на пятёрку и при этом не слишком устать, следуйте этим простым правилам: введите выполнение заданий в привычку, держите рабочий стол в порядке, составьте вместе с ребёнком график и следуйте ему, а также разбивайте большие задания на части и начинайте с самых сложных. Не забывайте делать перерывы каждые 30–50 минут, поддерживать ребёнка, а не ругать его за промахи, и ищите дополнительные ресурсы, когда это необходимо.