

**Как родители могут помочь  
ребёнку с особенностями развития  
и ослабленным здоровьем  
успешно преодолевать  
школьные трудности**



**ПЕРЕТОЛЧИНА ЛЮДМИЛА ИВАНОВНА  
УЧИТЕЛЬ-ДЕФЕКТОЛОГ**

Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты  
или таким, как ты хочешь,  
помоги ему стать не тобой, а собой.

Я. Корчак



# Начало школьного пути

Поступление в школу знаменует собой начало нового возрастного периода. Переход к школьному обучению коренным образом изменяет весь образ жизни ребенка. Ведь учение в школе – деятельность обязательная, ответственная и требующая систематического организованного труда в жизни ребенка –ведущей становится учебная деятельность.

Требования родителей к ребенку носят уже совсем иной характер: теперь он ценится, прежде всего, за то, как он справляется со своими учебными делами, как он ведет себя в школе, за то, какие отметки приносит из школы, короче говоря, оценка ребенка в семье начинает зависеть от его оценки в школе. Таким образом, поступление в школу перестраивает весь образ жизни ребенка.



# Начало школьного пути

Каждый родитель хочет видеть своего ребенка в будущем здоровым, успешным, счастливым. Чем меньше ребенок, тем больше мы контролируем его действия и интересы: с кем играет, что кушает, куда ходит, какие книжки читает и т.д. Как правило, чем старше становится ребенок, тем больше он предоставлен сам себе. Родителей интересуют результаты, т.е. оценки, и, уже начиная с первого класса, когда ребенок приходит со школы домой первое, что мы спрашиваем: «что ты получил?».

И лишь немногие родители интересуются еще чем-то помимо оценок и учебы, знают интересы, круг общения, мысли своего ребенка.

# Причины школьных трудностей

Зачастую мы обращаем внимание на свое чадо только когда сталкиваемся с серьезной проблемой, и все усилия в этом случае сводятся к разрешению этой проблемы.

Следует помнить, что школьные проблемы сами по себе не возникают. Как правило, причиной выступает нарушение в поведении ребенка. Основой изменения поведения служат изменения, происходящие в личностном, эмоциональном развитии.

Игнорирование психофизиологических причин возникновения школьных проблем (школьных трудностей) обязательно приводит к формированию такого психолого-педагогического явления как школьная неуспешность.

# Реакция организма на стресс

Результатом невнимания к школьным трудностям является, как правило, нарушение состояния здоровья, особенно нервно-психической сферы школьников.

Это связано с постоянным ощущением неудач, сопровождающихся эмоциональным и функциональным напряжением, повышенной тревожностью, страхами унижения, наказания и т.п. Однако в практике школы неуспеваемость часто рассматривается не как результат комплексного действия школьных факторов риска, а как неспособность ребенка к обучению при недостаточном старании, лени и т.п.

Родители же считают, что поводом ухудшения здоровья могут быть самые разные причины, но не школьные нагрузки, не перенапряжение, не ежедневные микрострессы от ситуаций ограничения времени («пиши быстрее», «читай быстрее»). Снижение эффективности обучения, неуспеваемость – это, как правило, результат школьных трудностей, не выявленных вовремя, не компенсированных.

При этом коррекция либо не проводилась вообще, либо проводилась неправильно.

# Поддержка взрослых

Каждый ребенок имеет индивидуальный темп развития, некоторые дети «созревают» быстрее, другие позже. И уж точно не следует сравнивать свое любимое чадо с другими детьми. Сравните всегда ребенка с ним самим.

Важно подмечать даже слабые сигналы неуспешности и вовремя преодолевать их. Своевременная поддержка требует меньше усилий, чем коррекция уже сформировавшегося негативного представления о себе.

Трудностей не избежать, поражения будут. Важно, как мы научим наших детей к ним относиться. Если школьные трудности будут восприниматься ребенком как «рабочие моменты», с которыми по силам справиться, мы сделали большой шаг к подготовке к самостоятельной жизни.

И учителям, и родителям очень важно быть «на стороне ребенка», особенно ребенка со школьными проблемами, решать которые без помощи взрослых он не может.

Необходимо помнить, что все вопросы, связанные с проблемами детей, учитель должен решать один на один с родителями, без присутствия ребенка и посторонних.

# Особая группа риска детей

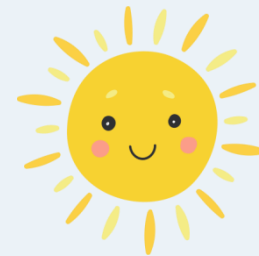
К особой группе риска можно отнести:

- часто болеющие дети;
- медлительные дети;
- гиперактивные дети;
- леворукие дети.





# Неблагоприятные факторы в развитии ребенка



- Неблагоприятное течение беременности (токсикоз, резус-конфликт, угроза выкидыша, стрессы).
- Патология родов (асфиксия в родах, недоношенность, стремительные или затяжные роды, роды на дому).
- Нарушение раннего развития.
- Тяжелые заболевания в раннем возрасте.
- Травмы.
- Операции.



# Часто болеющие дети



90% детей в России имеют различные отклонения в состоянии здоровья. Прямым следствием этого можно считать и увеличение числа детей, испытывающих трудности обучения. Болезнь ослабевает ребенка, ухудшает состояние его нервной системы.

Ослабленные, часто болеющие дети, как правило, имеют:

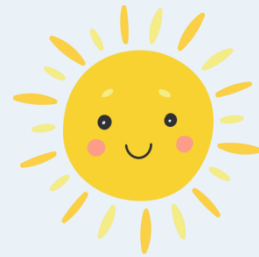
- низкую неустойчивую работоспособность,
- повышенную утомляемость,
- низкую концентрацию внимания при выполнении задания.

Часто отвлекаются, что неизбежно ведет к целому комплексу трудностей в обучении, особенно на начальном этапе.

Частые пропуски занятий усугубляют ситуацию, а попытки догнать пропущенное, когда ребенок еще не оправился от болезни, не улучшает здоровье.

Перенесенные заболевания, тем более повторные, непосильные эмоциональные, умственные, физические нагрузки могут явиться причиной резкого ослабления функционального состояния нервной системы ребенка и привести к ухудшению его психического здоровья.

# Рекомендации по работе с часто болеющим ребенком



У часто болеющего ребенка:

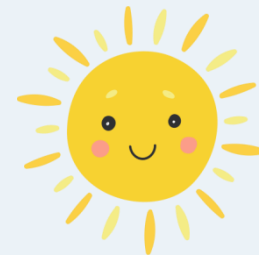
- более длительное вработывание,
  - неустойчивая работоспособность,
  - резко наступающее утомление,
  - заторможенность (он долго думает, прежде чем начать какую-то работу),
  - темп деятельности медленный, с продолжительными паузами.
1. Такой ребенок эффективнее работает в привычной структуре занятия, урока, в свойственном ему темпе при определенной последовательности работы.
  2. Ребенок плохо воспринимает быструю речь, поэтому объясняя задание, используйте по возможности короткие фразы, речь должна быть спокойной, четкой, размеренной.
  3. Ребенок плохо воспринимает быструю речь, поэтому объясняя задание, используйте по возможности короткие фразы, речь должна быть спокойной, четкой, размеренной.
  4. Такая форма работы, как «быстрый вопрос - быстрый ответ», неприемлема. Она создает дополнительное напряжение и мало эффективна для такого ребенка.
  5. Такой ребенок обычно не уверен в себе, тревожен и очень нуждается в подбадривании и поддержке.
  6. Главное условие эффективной работы – без спешки и без подгонки. Ребенок должен знать: важно выполнить задание не быстро, а качественно.

# Леворукие дети

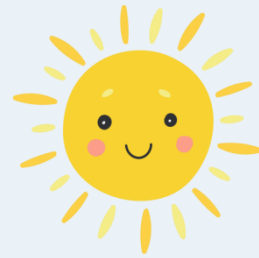
Леворукость – только один вид левосторонней асимметрии у человека. У человека может быть глаз, левое ухо, левая нога, то есть левша может быть не только леворукий.

Стоит помнить, что леворукость не является помехой в освоении двигательных действий, в том числе и письма.

Многочисленные исследования доказывают, что неблагоприятные факторы в раннем развитии тесно взаимосвязаны с леворукостью, возможно все эти факторы и являются причиной каких то изменений в развитии мозга, которые приводят к патологической леворукости.



# Причины школьных неудач у леворуких детей



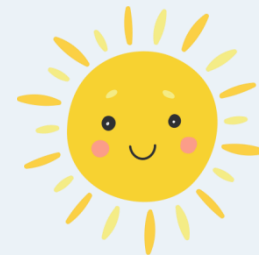
Важно понимать, что в случае наличия неблагоприятных факторов в раннем развитии леворукость может сочетаться с комплексом нарушений или задержек развития речи, восприятия, развития моторных функций, но следует разграничивать леворукость и эти нарушения.

У леворукого ребенка наблюдается недостаточная сформированность функций зрительно-пространственного восприятия, а также моторных функций, поэтому переучивание ребенка с левой руки на правую, до школы, усиливает эти проблемы.

В этом случае отмечаются неврозоподобные расстройства, которые свидетельствуют о нарушении психического развития у переученного леворукого ребенка.



# Проявления нарушений психического здоровья леворуких детей



Наиболее часто встречающиеся невротические проявления у переученных левшей: нарушение сна, нарушение аппетита, страхи, двигательное беспокойство, неусидчивость, вялость, заторможенность, тики, заикание, навязчивые движения, энурез, головные боли (боли в животе).

Тактика работы при специфических школьных проблемах зависит от характера этих проблем и является общей как для праворуких, так и для леворуких детей.

Во всех случаях, когда проявляются невротоподобные расстройства у детей, не стоит ждать, что все пройдет само собой. Не стоит заниматься самолечением. Необходимо обратиться за консультацией к врачу-неврологу или психиатру.

# Школьные трудности медлительных детей

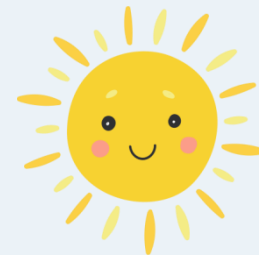


Медлительные дети – это особая группа риска, так как их школьные проблемы могут быть связаны только с более медленным темпом деятельности, который связан с особенностями нервной системы ребенка. Медлительность не болезнь, не нарушение развития, это просто индивидуальная особенность человека связанная с состоянием нервной системы, особенностями организации нервных процессов.

Это дети у которых медленный темп речи, ходьбы, всех движений, низкая скорость письма и чтения. Это не хорошо и не плохо. Это особенность ребенка. Торопить и подгонять такого ребенка не только бесполезно но и вредно. Это создаёт ситуацию стресса, и провоцирует возникновение невроза.



# Причины детской медлительности



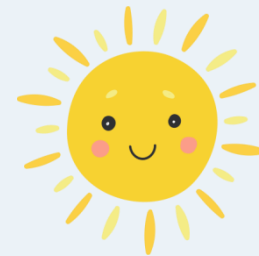
Ребенок может быть медлительным по ряду причин: физиология, психология, воспитание, подражание родителям.

Выделим основные:

- **Медленное протекание нервных процессов.** Подвижность нервной системы определяет темперамент человека, который оказывает непосредственное влияние на быстроту реакции, скорость выполнения действий, выносливость, эмоциональность.
- **Приобретенная медлительность.** Ребенок мыслит с нужной скоростью, а вот совершить какие-то действия с определенной скоростью для него проблематично.
- **Следствие перенесенной болезни.** Ослабленный иммунитет может оказывать влияние на активность нервной системы.



# Причины детской медлительности



- **Сложность переключения внимания.** Ребенку трудно переключаться с одного рода деятельности на другой. Нелегко выполнить задания, состоящие из нескольких частей. Такие дети практически не умеют делать несколько действий одновременно.
- **Леворукость.** Как показывает практика, левши более медлительные, чем правши.
- **Желание привлечь внимание.** Чтобы обратить на себя внимание взрослых, дети прибегают к разным способам. Иногда родители не обращают на ребенка внимания, но когда он начинает медленно выполнять задания, тут же бросают все свои дела.
- **Неправильное воспитание.** Некоторых родителей раздражают детский шум и беготня, поэтому они настоятельно рекомендуют спокойные, тихие занятия. В результате ребенок привыкает к монотонным действиям, не требующим реакции.

# Трудности в обучении, с которыми сталкивается медлительный ребенок



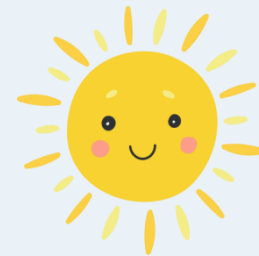
Важно понимать, что медлительность, не является отклонением от нормы. Это всего лишь особенность, которая требует подбора правильных методов обучения и воспитания.

В обучении медлительный ребенок может столкнуться с проблемой низкой успеваемости, если образовательный процесс организован неправильно.

Если даже у ребенка диагностированы психические отклонения или органические проблемы, он может быть не менее успешным в обучении, чем его сверстники, если образовательный процесс организован с учетом индивидуальных особенностей такого ребенка.

Для медлительного ребёнка все школьные нагрузки утомительны. Поэтому после школы ему лучше быть дома, в спокойной обстановке. Продленка не для медлительных детей.

# Основные правила работы и общения с медлительными детьми



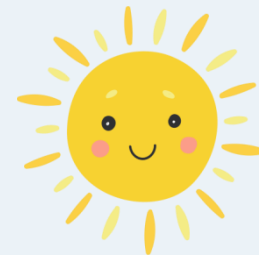
- В работе с этими детьми особенно важны терпение и спокойствие.
- Необходимо создать условия для работы ребенка в свойственном ему темпе, не следует торопить такого ребенка, при быстром темпе будет страдать качество.
- Не напоминайте о его медлительности, не ругайте, не стыдите за его медленный темп деятельности;
- Хвалите за то, что получается, поддерживайте. Никогда не сравнивайте с другими детьми.
- Не стоит перегружать школьника темами, которые у него плохо получаются. Лучше чередовать с занятиями, которые выходят хорошо.
- Предлагайте регулярные перерывы, так как медлительные дети подвержены сильной усталости. Не давайте сразу несколько заданий, пускай выполнит одно, потом отдохнет и возьмется за следующее.

# Основные правила работы и общения с медлительными детьми

- Не делайте за ребенка его работу. Многие родители, устав от медлительности сына или дочери, доделывают домашние задания сами. Не стоит этого делать, пускай школьник выполнит сам то, что он в состоянии сделать.
- Соблюдайте режим. В этом помогут распорядок дня, календари, списки дел. Если ребенок знает, что он будет делать в ближайшие часы, ему станет легче распределить собственное время. Четкая организация режима дня помогает медленному ребенку справиться с нагрузками, в определенное время включиться в работу. Обязательно вовлекайте в процесс составления распорядка вашего ребенка.
- В первом классе стоит исключить дополнительные нагрузки.

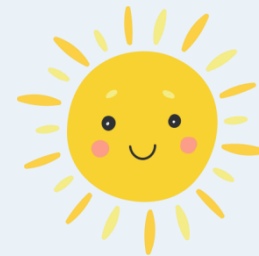


# Основные правила работы и общения с медлительными детьми



- Старайтесь предотвращать конфликты, связанные с требованиями. На практике это не сложно. К примеру, если ребенок долго собирается по утрам, будите его на 15 минут раньше.
- Формулируйте четко задания. Расплывчатые просьбы школьник не поймет, но если ему понятно объяснить, он выполнит то, что требуется.
- Делайте рутинные задачи более простыми для ребенка – разбивайте их по времени. Используйте, к примеру, таймер на мобильном телефоне или часы. Постепенно наращивайте время концентрации на одной теме. К примеру, если ребенок читает сказку, дайте ему сначала 5 минут, после сигнала пусть отдыхает столько же, а следующий период чтения пусть продлится 6 минут.

# Основные правила работы и общения с медлительными детьми



- В процессе обучения задавайте ребенку открытые вопросы, которые не требуют односложных ответов «да», «нет» (Что тебе больше всего запомнилось? Что удивило? Что легче было делать? Где можно еще про это прочитать?). Вопросы будут способствовать его любопытству и удерживать внимание на теме. Стимулируйте его похвалой к проявлению инициатив.
- Содействуйте повышению концентрации внимания. Если ребенок легко отвлекается, создайте такие условия, где будет минимум отвлекающих факторов (если это дома - на столе ничего лишнего, на стене никаких ярких плакатов, во время выполнения домашнего задания - тишина).
- Необходимо сделать все возможное, чтобы ребенок не чувствовал себя виноватым из-за своей медлительности.



# Гиперактивные дети



*Частые причины проблемного поведения детей:*

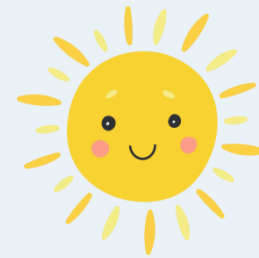
**Дефицит активного внимания** – неспособность удерживать внимание на чем-либо в течение определенного отрезка времени;

**гиперактивность** – чрезмерная двигательная активность, является проявлением утомления;

**импульсивность** – неспособность притормозить свои непосредственные побуждения.

*Такие дети не могут долго фокусироваться на чем-то, их внимание скачет, они рассеяны и ведут себя слишком активно.*

# Оказание помощи гиперактивным детям



1. Ребенок нуждается в том, чтобы постоянно двигаться, ему трудно во время уроков сидеть ровно: такие дети отвлекаются, разговаривают на уроках, «крутятся», раскачиваются, сидят, подложив ноги под попу, при утомлении их моторная активность повышается.

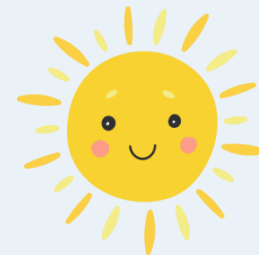
Это связано с особенностями работы мозга у детей, они нуждаются в постоянном поступлении питательных веществ в мозг, которое возможно только при движении. Если такого ребенка убедить сидеть спокойно, то ему будет труднее думать.

В связи с этим рекомендуется позволять определенный уровень моторной активности ребенку во время урока. В случае если ребенок утомляется, то разрешать ему (находить законный повод) походить по классу или сделать несколько активных упражнений (протереть с доски, раздать тетради, сходить за водой).





# Оказание помощи гиперактивным детям



2. Ребенок очень устает от рутины, ему становится невыносимо скучно делать однотипные задания, если он уже разобрался.

Для таких детей в мировой педагогической практике принято снижать количество однотипных заданий (в том числе домашних заданий), не требовать от них выполнения всех примеров, в случае, если ребенок уже усвоил тему.

Количество повторений никак не влияет на качество усвоения информации.

Кроме того, допустимо, чтобы ребенок мог во время урока рисовать в черновике или крутить что-то в руках.

Эти дети склонны делать несколько дел одновременно, что никак не влияет на качество восприятия информации на уроке. В противном случае, ребенок начинает отвлекать своих соседей, активно двигаясь и разговаривая с ними.



# Оказание помощи детям с гиперактивностью, дефицитом внимания



3. Ребенок чаще всего не способен красиво и аккуратно оформлять свои работы, он допускает исправления, помарки, неточное оформление заданий.

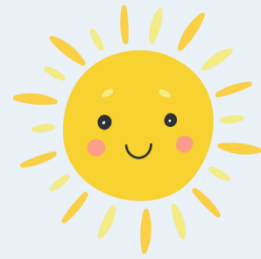
Рекомендуется обращать внимание на содержание работы, а не на качество ее оформления, так как регулярное снижение балла за неправильно оформленную работу будет значительно снижать мотивацию к учебе.

4. Ребенок боится больших объемов.

Такому ребенку сразу предложить выполнить 20 примеров, он испугается и впадет в ступор или отчаяние, так как большие объемы работы их пугают. Однако, если ребенку дать те же 20 примеров на отдельных карточках 5 раз по 4 примера, это заметно улучшит его производительность. Ребенок с удовольствием выполнит все 20 примеров, кроме того, это будет хорошая возможность подвигаться между получением следующей карточки. Таким образом, необходимо делить большие объемы заданий на несколько маленьких частей.



# Оказание помощи детям с гиперактивностью, дефицитом внимания



5. Ребенок может забывать бытовые вещи и часть пунктов при выполнении задания по плану, они даже могут забывать конечную цель деятельности (плохая оперативная память).

Часто таким детям снижают оценки из-за того, что они забывают выполнять часть заданий в упражнениях. Рекомендуется отдельно концентрировать их внимание на всех пунктах задания в упражнении. Например, спрашивать именно этого ребенка, что нужно не забыть выполнить в задании.

Кроме того, дети склонны забывать свои вещи. Поэтому можно им чаще напоминать о них или отдельно поощрять за то, что не забыл все взять с собой. Эффективным оказывается использование «напоминалок» — маленьких записочек, наклеек в пенале или объявлений на стенке, благодаря которым ребенок может вспомнить о необходимости взять с собой вещь, куда-то сходить или что-то сделать.

# Оказание помощи детям с гиперактивностью, дефицитом внимания



6. Ребенок часто отвлекается.

Желательно ребенка сажать ближе к учителю, чтобы им легче было сосредоточиться, а в случае, если ребенок отвлекся, слегка прикоснуться к его руке, чтобы он смог снова сконцентрировать внимание. Возможно специально обсудить с ребенком способы, с помощью которых он сможет не отвлекаться на уроке.

7. Ребенок плохо ориентируется во времени.

Это никак не связано с интеллектуальным развитием ребенка. Однако ребёнок часто не замечает, что прошло больше времени, чем он рассчитывал. В результате, дети опаздывают, не успевают что-то доделать. В таких случаях рекомендуется либо самостоятельно напоминать время, либо научить ребенка ставить таймер, либо ставить таймер или песочные часы так, чтобы их видели дети и могли самостоятельно ориентироваться.

# Оказание помощи детям с гиперактивностью, дефицитом внимания

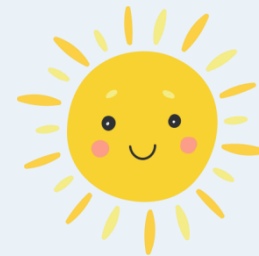
8. Дети импульсивны.

Ребенку трудно удержаться и не выкрикнуть на уроке, если он знает ответ, ему трудно не вмешаться в деятельность, если происходит что-то для него интересное.

На уроках возможно введение специальных табличек, на которых дети могут фиксировать ответ на вопрос учителя, чтобы им не надо было терпеть, если отвечает другой ученик. А также возможно введение специального поощрения для ребенка, если он не выкрикнул, проявил терпение. Например, в случае, если ребенок удержался от импульсивного действия, разрешить ему раздать тетради.



# Оказание помощи детям с гиперактивностью, дефицитом внимания



## 9. Дети эмоциональны.

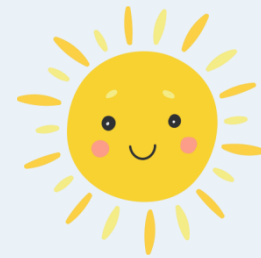
В связи с этим они могут сильно обижаться, если у них что-то не получается или с ними не общаются одноклассники. В этом случае ребенку нужна поддержка или помощь в налаживании отношений с одноклассниками. Если ребенок чем-то увлекается, то эту сильную сторону можно использовать для повышения его авторитета в глазах одноклассников

## 10. Развитие мотивации.

Для этого используется система поощрения (бонусная система). Ее возможно использовать совместно с родителями. Например, вводится несколько правил (3 правила), которые ребенок должен выполнять в школе, за выполнение которых ребёнок получает «плюсики» от учителя в специальный дневник (такой дневник ребёнок готовит сам дома, красиво оформляя его). Правила должны быть короткие и конкретные. Например, «дождаться, когда тебя спросит учитель, не выкрикивать», «выполнять все задания в классе», «записывать все примеры в тетрадь» и т. д. При этом за выполнение правил на каждом уроке ребенок получает плюсики, плюсик ставится каждый раз, когда ребенок выполняет правило. Далее родители награждают ребенка за определённое количество «плюсиков». Для этого дома составляется лист вознаграждений: каждый «бонус» стоит определённое количество «плюсиков».

Родители должны хвалить обязательно ребенка, могут предлагать символическое поощрение (за неделю набрать 20 плюсиков, чтобы в выходной сходить в кино или парк развлечений и т.п.)

# Помощь детям при трудностях самоорганизации



Помощь взрослых очень нужна таким детям: сами они не научатся самоорганизации.

Иногда у детей такая низкая мотивация и такие серьезные проблемы с волей, что родителям приходится вносить дополнительную мотивацию (но платить за сделанные уроки — плохая идея), а иногда — просто сидеть рядом и следить, чтобы ребенок не отвлекался до тех пор, пока можно будет сделать перерыв.

Со временем он научится это делать сам. Но пока не научился — родителям не стоит выходить из себя и кричать на ребенка: он так ведет себя не потому, что вредничает, и крик не поможет ему собраться.



# Помощь детям при трудностях самоорганизации



Зона ответственности родителей – во-первых, контролировать физическое состояние ребенка. Такие дети при плохом самочувствии почти совсем не могут сосредоточиться, поэтому важно следить, чтобы ребенок вовремя ложился спать и нормально завтракал.

Во-вторых, родители могут проконтролировать, чтобы ребенок делал домашнее задание, а также научить его организовывать свою работу: понимать, когда устал и стоит сделать перерыв, распределять силы на разные виды работы, составлять план своей деятельности.

Не перегружать ребенка, так как он быстро устаёт, а от монотонной работы особенно. В начале работы с ребенком заметьте, какую нагрузку он выдерживает и как усваивает информацию.





# Как родителям помочь своим детям дома



Учитывая, что самому ребёнку трудно структурировать своё время, на первых этапах обучения (как и на любом другом этапе, если это не было сделано раньше) родители должны помочь ему так распределить время, чтобы не было перегрузок, а школьные задания были выполнены.

Учитывая повышенную отвлекаемость ребёнка, помогите ему организовать рабочее место для выполнения домашних заданий. Лишние вещи должны быть убраны со стола, чтобы они не отвлекали внимания, создайте в комнате условия тишины.

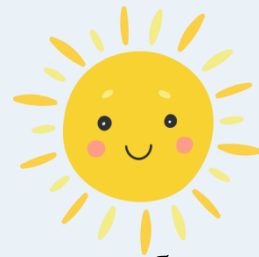
Многие дети не могут выполнять домашние задания самостоятельно. Им необходимо присутствие и участие взрослого для того, чтобы сосредоточиться на работе. Присутствие взрослого создаёт необходимые условия для концентрации внимания.

Материал, пройденный в классе, следует повторять так как ребёнок на уроке не всегда сосредоточен и мог что-то пропустить (не обвиняйте его в этом!).

Пытаться повысить его работоспособность, давая больше заданий, – бесполезно. Скорее всего, ребенок испугается объема и не сделает ничего. Лучше чередовать разные виды работы, добавлять визуальные и аудиоматериалы, не забывать о юморе, который всегда помогает поддерживать доброжелательную обстановку.



# Как помочь детям выполнять домашнее задание



Основная цель участия родителей в выполнении домашних заданий – формировать у ребенка навыки планирования и самоконтроля.

Помощь в освоении знаний и получении хороших отметок, контроль за успеваемостью – также важные задачи родителей, при этом упор следует сделать на постепенное развитие в ребенке умений вникать в материал, придерживаться инструкции, следить за ходом работы, проверять результат. Это требует терпения, доброжелательности и прежде всего – времени родителей.

Определите день, когда вы можете посвятить достаточно времени урокам. Поддерживайте хорошее, спокойное настроение.

Напоминайте себе, что ребенок не всегда будет таким невнимательным, непоседливым и требующим вашей включенности в его школьные дела – со временем он научится самостоятельности и собранности.

Если вы чувствуете, что устали, недомагаете, имеете много дел именно на сегодня – выберите другой день, чтобы начать.

# Выполнение домашнего задания



Вместе с ребенком оцените весь объем домашней работы, определите последовательность, в которой будут выполняться уроки

Разместитесь рядом с ребенком за его рабочим столом. При необходимости уберите со стола все ненужное.

Попросите достать из портфеля дневник и обсудите, что задано на завтра.

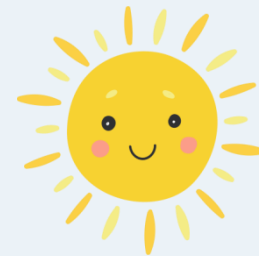
Напомните ему, что сегодня вы начинаете делать уроки по новому способу и пробуете ставить рекорд по времени.

Заранее приготовьте часы, покажите их ребенку и предупредите, что ради интереса вы будете замерять потраченное время, но торопиться не надо.

Важно работать спокойно и так хорошо, как он может работать. Позвольте ребенку самому выбрать, с какого предмета начать.

Обговорите, какой урок будет выполняться вторым, третьим, в последнюю очередь. Ваш разговор с ребенком может иметь такой характер: «Приступим! Достань, пожалуйста, дневник. Так... а у нас на завтра три урока задано. С какого начнем?»

# Выполнение домашнего задания



Помогите ребенку понять первое задание

Выбрав первый предмет, засекайте время и попросите прочитать задание вслух. Переспросите ребенка, что нужно сделать, внимательно выслушайте его объяснения. Если ребенок медлит с ответом или выдает дежурное «я не понял», попросите прочесть задание повторно и повторно задайте вопрос.

Воздержитесь от ответа за него, предоставьте ребенку необходимое время для того, чтобы он своими словами рассказал, что от него требует задача. Обращение взрослого может быть таким (на примере математики): «Открывай учебник, я засекаю время. Прочитай условие задачи вслух. Что говорится в условии? А что требуется найти? Еще раз повтори вопрос, который задан в задаче (в математике гиперактивные дети часто забывают вопрос задачи, хорошо понимая при этом, что дано, поэтому именно на вопрос следует обратить особое внимание). Можем ли мы сразу ответить на этот вопрос? А что требуется для этого? Что мы найдем сначала?»



# Выполнение домашнего задания

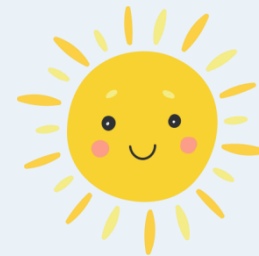


Поддерживайте ребенка в ходе выполнения задания

Начните выполнять задание. Лучше сначала проговорить вслух, что именно нужно написать, и только после этого выполнить действие в тетради. Иногда случается так, что ребенок, правильно проговорив действие вслух, сразу забывает то, что сказал, и не может ничего записать. Здесь родителю важно повторить ребенку то, что было им произнесено. Подбодрите ребенка ласковой просьбой: «Проговаривай, как пишешь. Какое действие следующее?  $25 + 76$  сколько будет?»

После того, как задание выполнено, эмоционально поощрите ребенка, поддержите его. Поощрение должно следовать за усилием, оно помогает гиперактивному ребенку поддерживать концентрацию и чувствовать себя успешным: «Вот это да! Мы уже первую задачу решили, а прошло только 7 минут! Так мы быстро все сделаем!»

# Выполнение домашнего задания



Дайте ребенку короткую передышку при необходимости

Если после выполнения первого задания вы заметили, что ребенок начал часто отвлекаться, суетиться, делать ошибки – позвольте ему немного отдохнуть. Предложите ему встать и подойти к окну, пройти умыться в ванную, выпить воды на кухне. Пауза нужна совсем короткая, чтобы рабочий настрой ребенка сохранился.

Аналогично выполните второе задание: помогите понять условие, поддержите выполнение, оцените время

Перейдите ко второй задаче, засекайте время. Попросите ребенка пересказать условие, выделить вопрос, в завершении спросите его, сделал ли он все действия, которые вы обсуждали в начале как необходимые для ответа на вопрос. Похвалите его.

# Выполнение домашнего задания



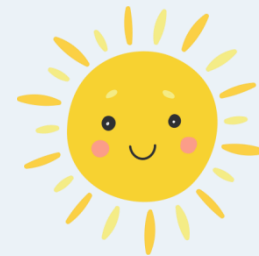
После выполнения одного урока устройте перемену и дайте ребенку награду

После того, как выполнен один урок, организуйте перемену на 10-15 минут. Во время нее лучше подвигаться, размяться, выполнить простые физкультурные упражнения (попрыгать на скакалке, погонять мяч, полазить по шведской стенке). Перемена исключает пользование телевизором, планшетом или телефоном, чтение книги также не должно в нее входить.

Завершив перемену, переходите ко второму уроку. Если во время работы над ним, вы заметите, что ребенок снизил темп или утомился, спросите его, может ли он продолжать работу или лучше передохнуть минут 5? Такой мини-отдых помогает вернуть сосредоточенность.



# Выполнение домашнего задания

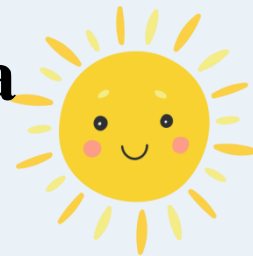


Эту последовательность шагов лучше выполнить с ребенком 5 – 7 раз. После этого попробуйте чуть ослабить свое участие в процессе выполнения домашнего задания. Обговорите с ребенком условие задания и ход решения, при этом оставьте его самого писать действия, например, отлучившись из комнаты «для телефонного звонка». Незаметно для ребенка понаблюдайте, сосредоточенно ли он работает или отвлекается на посторонние дела. В последнем случае вернитесь и возьмите контроль за решением на себя.





# Помощь родителей детям в организации режима обучения и воспитания



Родители организуют и следят за режимом дня школьника, проверяют выполнение домашних заданий и приучают ребенка к самостоятельности.

Способствуют укреплению его здоровья и защите нервной системы от переутомления.

Планируют учебную работу школьника, обязанности по дому и досуг.

Родителям важно знать, что всему должно быть отведено определённое время.

сообщество ВКонтакте

Ирбитский центр  
ППМС помощи



Подпишитесь! Актуальная  
информация здесь

**8 (34355) 6-35-42**

**Страничка ВК**

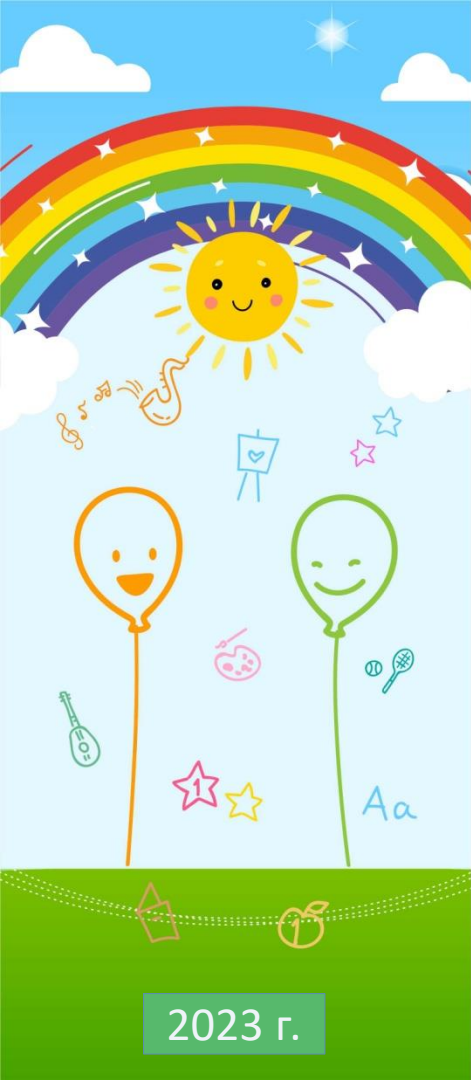
<https://vk.com/detiirbita>

**8 (952) 133 78 50**

**Служба помощи родителям**

**E-mail:**  
**[detiirbita@yandex.ru](mailto:detiirbita@yandex.ru)**





2023 г.

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области

государственное бюджетное учреждение Свердловской области  
«Ирбитский центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

# ГБУ СО «ИРБИТСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»



**Адрес:**

623850, Свердловская область,  
г. Ирбит, ул. Пролетарская, 16

Центр: 8 (34355) **6-35-42**,  
ПМПК: 8 (34355) **6-35-38**

E-mail: [detiirbita-iz@yandex.ru](mailto:detiirbita-iz@yandex.ru)

Сайт [detiirbita.ru](http://detiirbita.ru)