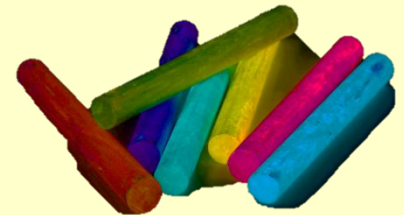


# «Чтобы учение было в радость»



Соснина Оксана Анатольевна,  
учитель начальных классов,  
МБОУ «СШ №42»,  
г. Нижневартовск, ХМАО-Югра

## По какой причине у ребенка пропал интерес к учебе?

- . Возможно, ребенок не способен принимать **самостоятельные решения**. Не умеет выполнять определенные задания без помощи взрослых. Не может брать на себя ответственность за свои действия.
- . Возможно, у него недостаточно развиты навыки **саморегуляции и самоконтроля**. То есть ему трудно выполнять требования учителя и учебного процесса в целом.
- . Возможно, в его системе ценностей отсутствует понимание того, что невозможно добиться положительного результата в любом деле, если не прикладывать к этому **усилия**.
- . Возможно, вы предъявляете **завышенные требования** по отношению к учебе. Не приходится ли ему выполнять определенные действия на пределе своих возможностей? Единая ли у вас система требований с ребенком?

## Режим дня

В начальных классах примерная учеба и оценки появляются не только из-за стараний детей, но и от полноценного отдыха, дневного и ночного. **Под режимом дня** подразумевается оптимальное распределение времени на определенные работы и отдыха, в течение дня.

**Режим дня школьника начальных классов имеет элементы:**

- занятия в школе и дома;
- регулярный отдых на свежем воздухе;
- полноценное питание;
- крепкий, здоровый сон;
- самостоятельные увлечения и занятия на свой выбор.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Научите ребенка

- Сложите тетради и учебники в рюкзак с вечера. Это сэкономит вам время с утра.
- Подготовьте одежду заранее - это позволит собраться утром гораздо быстрее.
- Ополосните лицо холодной водой. Это поможет вам открыть глаза и по-настоящему разбудит вас.
- Подставьте будильник далеко от кровати и ночного столика (например, на рабочий стол или на полку). Когда он прозвенит, вам *придется* встать, чтобы выключить его, а это значит, что вы проснетесь быстрее.
- Вставайте всегда в одно и то же время. Так вам будет проще просыпаться.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Научите ребенка

- Попросите брата или сестру, маму, папу или любого другого человека, который живет с вами, разбудить вас, если вам нужно встать к определенному времени. Это не даст вас проспать, если вы не услышите будильника.
- Если вы знаете, что вам всегда тяжело вставать, что бы вы ни делали, заведите будильник на полчаса раньше и отключайте его несколько раз до того, как решитесь встать.
- Наполните комнату солнечным светом утром. Это тоже поможет вам проснуться.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Семья

Теплые взаимоотношения ребенка с родителями играют большую роль в учебном процессе.

До определенного возраста (примерно 10-12 лет) ребенок учитывает интересы родителей. Если он должен что-то делать, где требуется проявить волю – он делает это для родителей, а значит и процесс обучения он воспринимает как что-то, от чего родители были бы довольны.

Для себя он играет, ест сладости, смотрит мультики. Поэтому стоит учитывать тот факт, что ребенок до определенного возраста не задумывается о том, что ему необходимо учиться для себя и своего будущего.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Рабочее место школьника

- На рабочем столе не должно быть никаких электронных устройств.
- Ящик или полка для бумаги, тетрадок учебников в зоне ребенка.
- Место должно быть без компьютера и гаджетов.
- Без телевизора (очень отвлекающий фактор).
- Используйте прием зонирование: игровая/рабочая зона.
- Если нет отдельной комнаты, то рабочее место должно быть без информационного шума.
- Освещение (Обратите внимание на ведущую руку ребенка).
- На столе — подставка для карандашей, фломастеров, ручек, место для бумаги.
- Если есть младшие дети, нужно место, чтобы убирать школьные принадлежности.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### О наказаниях

Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.

Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.

Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.

Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.

Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.



- Безусловно, принимайте ребенка!
- Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.
- Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)
- Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам. Помогайте, когда он просит.
- Поддерживайте каждый успех.
- Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.
- Конструктивно решайте конфликты.
- Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.
- Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Словарный запас и кругозор

Если у вашего чада возникнут какие-то вопросы, не стоит отмахиваться от него, говоря, что вам некогда.

- Учите ребенка находить ответы на вопросы. Необходимо с малых лет приучить ребенка к использованию библиотек. Особенно это важно на современном этапе, когда практически у каждого в доме есть компьютер, подключенный к сети Интернет. Всемирная паутина дает возможность легко найти нужный материал. А нам необходимо, чтобы ребенок покопался в справочниках и книгах, составил на их основе свой доклад или рассказ, выделив основное.
- Читайте вместе с ребенком и художественную литературу, стихотворения, пойте песни, даже если он старше семи лет. Только литература способна показать истинную красоту и богатство русского языка. Только родители могут научить ребенка видеть эту красоту. Обсуждайте с ним прочитанное
- Чаще покупайте газеты и журналы. Если ваш ребенок учится ещё в начальной школе, прочитайте вместе новостные статьи и объясните ему суть написанного.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Питание

Современные исследования показали, что мозг — это один из тех органов, который от неправильного питания страдает в первую очередь. Поэтому посмотрите на то, чем он питается.

В большинстве случаев подобные симптомы возникают вследствие неправильного питания. Значительное место в нашем рационе занимают жиры и углеводы, а современные дети и подростки без ума от фастфуда!

Самой главной группой витаминов для мозга является группа витаминов В. Витамины этой группы отвечают за работу памяти, внимание и способность к обучению. Для улучшения памяти необходимо, чтобы в рационе ребенка присутствовали такие продукты, как: орехи, молоко, рыба, курица, мясо, печень, гречка, свежие овощи и фрукты. Если что-то из продуктов ребенку кажется невкусным, насильно есть не заставляйте. Попробуйте подойти к этому вопросу творчески: красиво оформите блюдо, поищите новые рецепты, где этот продукт можно подать в выгодном и вкусном свете.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

### Ваше домашнее задание

Повышайте мотивацию ребенка, **поощряя его за достижения**, особенно те, которые дались ему с трудом, на которые он потратил свои усилия.

**Научите ребенка учиться самостоятельно.** То есть не давайте указания, что и как делать, а покажите ему алгоритм выполнения домашнего задания.

Вырабатывайте у ребенка **положительный настрой по отношению к школе.** От того, как вы отзываетесь о школе и об учебе в целом, зависит и настрой вашего ребенка.

Дайте понять ребенку, что он всегда может положиться на вас, в случае неудачи. **Поддерживайте веру** в его собственные силы, повышая самооценку. Но подчеркните, что его успех зависит от него самого.

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:



И помните: любящие, заботливые и мудрые родители — залог того, что ребенок будет не только хорошо учиться, но и вырастет думающим, образованным человеком, настоящей Личностью!

Поэтому не жалейте времени, не отталкивайте ребенка, если он подошел к вам с вопросом или хочет поговорить по душам. Следите за его здоровьем и поощряйте его успехи. Будьте с ребенком в дружеских отношениях.

**У вас все получится, стоит только захотеть!**

## Информационные ресурсы:

1. <http://gladtolearn.ru/blog/sovety-roditelyam-mladshih-shkolnikov-ot-uchitelya-nachalnyh-klassov/>
2. <https://infourok.ru/soveti-psihologa-roditelyam-mladshih-shkolnikov-914123.html>
3. <https://childage.ru/obuchenie-i-obrazovanie/nachalnaya-shkola/kak-pomoch-rebenku-horosho-uchitsya-sovetyi-psihologa.html>
4. <http://onwomen.ru/rezhim-dnya-shkolnika-nachalnyh-klassov.html>