

Домашние задания. Как избежать взаимного стресса?

Практические советы для родителей.

1. Превратите выполнение домашних заданий в ежедневный ритуал, происходящий в определенный час, в одном и том же месте.
2. Дайте ребенку возможность переключиться со школьной жизни на домашнюю: не набрасывайтесь с порога с разговорами о школе, дайте ребенку спокойно пообедать и поиграть. В среднем, для этого требуется от 45 минут до 2 часов.
3. Лучшее время для выполнения домашних заданий с 15 до 17 – 18 часов.
4. Длительность занятий может быть разной: у каждого ребенка свой ритм. Школьникам трудно все сделать в один присест. В 8 – 12 лет идеальное время для работы – полчаса без перерыва. Ребенку требуется паузы по 5 – 10 минут, за которые можно расслабиться, изменить позу, снять напряжение. Можно выпить стакан сока, съесть яблоко или дольку шоколада.
5. По-возможности, будьте рядом с ребенком. Без присутствия взрослого учащимся начальной школы трудно организовать свою работу, но в то же время не делайте уроки за ребенка. Вы можете вместе посмотреть, что задано, спланировать работу, помочь ее начать и ... заняться своими делами, уточнив, что будете рядом, если ему понадобится помощь. Позже вы сможете проверить выполненное задание.
6. Сотрудничайте с учителем. Если у вас есть вопросы, связанные с выполнением домашних заданий, обсуждайте их. Учитель может дать точный совет, как комфортнее и продуктивнее заниматься дома.
7. Если работа не ладится: ребенок уже битый час не может повторить простейшее правило, а вы раздражаетесь, не можете сдержаться и выходите из себя - закройте учебник или тетрадь и займитесь чем-нибудь другим – вы сможете вернуться к заданиям чуть позже.
8. Если, помогая ребенку с уроками, вы постоянно чувствуете нетерпение и выходите из себя, перепоручите эту ежедневную обязанность другому взрослому, например студенту-репетитору или кому-то из родственников – им будет проще держать дистанцию, необходимую для рабочих отношений.
9. Обратитесь к репетитору, если у ребенка действительно явное отставание, на которое обращает ваше внимание учитель.
10. Постепенно ослабляйте свой контроль и свое участие в подготовке уроков. Сначала начните проверять домашние задания через день, затем – раз в три-четыре дня. Родительское присутствие и доброжелательный взгляд на законченную работу – пусть проверка и обсуждение заданий происходят хотя бы раз в неделю – еще будут оставаться необходимым примерно до возраста 13 лет.