

Поради батькам першокласників

Вчимося робити уроки

Весь день з'їдають уроки. Вони, немов хижаки, позбавляють малюків улюблених ігор, спілкування з друзями, прогулянок з близькими людьми. Поступово отруюючи дитяче життя, домашні завдання, врешті-решт, стають важкою повинністю, майже покаранням. А це вже небезпечно, адже від розпачу лише один крок до небажання вчитися.

Звідси висновок: витрата учнем непомірне великої кількості часу на приготування уроків — сигнал неблагополуччя — явище ненормальне і неприпустиме.

То як бути з часом?

Чітке встановлення часу для занять

Посадити малюка за уроки... Хто з вас не знає, що часто це досить копіткий і тривалий процес. Тому з перших днів навчання дайте відчутти маленькому школярику: яка б не була надворі погода, яка б цікава передача не йшла по телебаченню, які б приємні гості не прийшли з візитом — уроки мають бути зроблені і зроблені добре.

Тут дуже важливо виробити звичку до ретельності занять, тобто чітко встановити час для їх виконання і починати роботу завжди в один і той самий час. Малюк має твердо засвоїти: відступити від цього правила можна лише через якісь надзвичайні обставини.

Погодьтеся, якщо ми хочемо привчити дитину мити шию або чистити зуби, щоранку день за днем невблаганно змушуватимемо її це робити доти, поки процедура не стане звичкою. Навряд чи ми відкладемо умивання на зручний для дитини час і, звичайно, завжди зуміємо наполягти на своєму.

Але куди зникає батьківська непохитність, коли справа стосується уроків?

Люблячі мами і тата найчастіше втрачають свою владу і підкоряються синові чи доньці, бажання яких стають головними. Зателефонували — і можна півгодини побалакати з другом, показують цікаві мультфільми — ще на трішечки відкладемо заняття, друзі кличуть на вулицю (гуляти ж потрібно!) — і батьки дозволяють перенести уроки «на потім».

Що ж виходить? Сумна картина. Малюк береться до роботи пізно, до того ж утомлений, сильно збуджений, розсіяний і у стані «цейтноту». Добре,

якщо він встигне хоч як-небудь виконати уроки на завтра, щоб прийти в школу ледь підготовленим.

Хочете знати, до чого призводить подібне поводження з домашнім завданням? Будь ласка: виховує в школяра ставлення до уроків, як до справи другорядної, посередньої. То чи варто дивуватися, якщо незабаром у першокласника виникнуть невдачі у такій «незначній» справі як навчання.

Як облаштувати робоче місце школяра

Письмовий стіл краще поставити далі від батареї парового опалення, але не зовсім далеко від вікна. Не під кватиркою, але так, щоб її можна було час від часу тримати відчиненою. Адже свіже повітря необхідне для розумової праці.

Дуже важливо правильно підібрати стіл і стілець. Якщо дитина сутулиться — затримується її інтелектуальний розвиток, тому що кровоносні судини передавлені і мозок недоодержує кисню. Крім того, сутула постава погіршує настрій, створює передумови до депресії. До того ж, згорблена людина просто некрасива. У Японії, наприклад, із сутулими навіть не вітаються, вважаючи їх нечемними.

Намагайтеся, щоб світло від лампи падало на письмовий стіл зліва, тоді ручка не відкидатиме тіні.

А за уроки садовити малюка треба не голодним, але щоб він і не переїв.

Включення в роботу

Зізнайтеся чесно, чи із задоволенням ви займаєтеся важкою, необхідною, але не занадто захоплюючою справою? Звичайно, ні. І найважчим виявляється початок — період включення у роботу. Змусити себе взятися за неї, а потім виконувати з повною віддачею непросто навіть дорослому. Ми відтягуємо час, знаходимо якісь, нібито потрібні, справи, аби віддалити неминуче заняття, і тільки накопичуємо внутрішнє роздратування. А потім, уже взявшись до роботи, витрачаємо сили: не стільки на неї, скільки на подолання свого невдоволення. Проте, усім прекрасно відомо, поступово роздратування згасає. Ми втягуємося у справу і вона проходить без примушування, без насильства над собою, найчастіше навіть з цікавістю: нудне стає захоплюючим.

Подібне відбувається і з дітьми. Початковий період роботи для них важкий і неприємний, а вольових ресурсів у малюків значно менше, ніж у дорослих.

Тому включення в роботу — це та стадія виконання домашнього завдання, яка вимагає серйозної уваги батьків із перших місяців шкільного життя дитини.

Подивіться, як ваші діти беруться за уроки, скільки часу проходить із моменту сідання за стіл до тієї хвилини, коли справді починається робота. Мабуть, хвилин п'ятнадцять, а буває і набагато більше.

Чому? Дитина відволікається. Звичайно в маленького школяра існує кілька приводів для відволікання.

Один із них, на перший погляд, діловий. Спочатку треба знайти потрібний підручник чи зошит, потім заточити олівець. Раптом виявляється, що в ручці скінчилася паста, а лінійку залишив у класі. Потім з'ясовується, що завдання з математики забув, треба подзвонити товаришу. Час йде, а робота не почалася.

Буває і так, що малюк зовсім не виявляє ніяких зовнішніх ознак діяльності, а просто сидить, дивлячись у підручник. Можливо, він міркує над розв'язанням важкої задачі? Швидше за все, просто не включився в роботу, або мріє про щось приємне, або байдуже дивиться в одну точку.

Третій привід — гра. Навіть всівшись готувати уроки, малюк легко може загратися, побачивши на столі олов'яного солдатика, який залишився з учорашнього дня, деталі конструктора, іграшкову машинку.

При цьому в гру малюк втягується непомітно для самого себе. Спочатку треба було відсунути солдатика, щоб він не заважав відкрити зошит. Солдатик упав. Хотів підняти його, але на очі потрапила машинка. Миттєво виникла думка: посадити солдатика в машинку. У результаті заняття скінчилися, почалася гра.

У будь-якому із цих випадків процес включення в роботу переривається і щоразу доводиться починати наново. Якщо часті відключення стають звичайною справою, готування уроків так і не виходить із початкової стадії і перетворюється в щоденні ненависні, але неминучі тортури.

Чи можна позбавити маленького трудівника страждань? Звісно!

Створіть звичку — «пусковий механізм», відпрацюйте незмінний порядок підготовки до виконання домашніх завдань. Перед заняттями приберіть зі столу все зайве і приготуйте тільки необхідне для роботи. Визначте постійне місце для кожного предмета. Домовтеся: усі допоміжні речі, якими доведеться користуватися (лінійку, гумку, олівець та інші дрібниці) — класти праворуч від себе. Підручники і зошити — ліворуч. Те, що сьогодні вже не знадобиться, одразу вкладати в порт-

фель, якщо це потрібно наступного дня в школі, або прибирати в чітко визначене місце: ящик столу, на поличку. І так щодня.

Спробуйте. Правила прості, але вони обов'язково допоможуть швидкому переключенню уваги дитини від інших занять - їжі, гри, читання — до навчальної діяльності.

Тривалість безупинної роботи

Не поспішайте засмучуватися. Виявляється, тривалість безупинної роботи в цьому віці — дуже важлива обставина. Недарма шкільне навчання передбачає десять-п'ятнадцять хвилин перерви після кожних сорока або сорока п'яти хвилин занять.

Що ж відбувається, коли напруження більш тривале? Першокласник просто перестає засвоювати матеріал. А справа тут не в його бажаннях, а в його можливостях. Малюк дуже хотітиме виконати вимогу мами або тата, він може сумлінно сидіти і дивитися в книгу, намагаючись запам'ятати правило, і нічого не вивчити. Він може старанно переписувати вправу і робити при цьому усе більше помилок.

Чому? У шести-семирічних дітей ще недостатньо сформована довільна пам'ять, здатність до тривалого зосередження і до розумової напруги. Малюку обов'язково потрібний відпочинок. І не просто перепочинок, а розминка з рухами. Причому в домашніх умовах вдома звичайно настає швидше, ніж на уроці. Адже в класі види роботи постійно змінюються, відбувається взаємодія між вчителем і учнями, виникають динамічні паузи... Вдома ж дитина залишається наодинці з книгою і зошитом. **Отже, і перерви в домашній роботі треба робити частіше. Тридцять хвилин зосередженості — п'ятнадцять відпочинку.**

«Як бути з часом? Як його планувати?» — запитаєте ви. Здібна самостійна дитина готує уроки швидко. Проте і вона має трудитися в першому класі мінімум півтори години, у другому — дві, а в третьому — три години вдома.

Можливості дитини

Але, безумовно, потрібно враховувати можливості малюка, його особливості і ступінь труднощів завдання. В одних дітей вже через двадцять хвилин роботи помітно збільшується кількість помилок, вони стають неуважними. **Це значить, що спочатку їм варто робити перерви частіше, через кожні двадцять хвилин, і потроху збільшувати безперервність роботи, додаючи три-п'ять хвилин. В інших малюків виснаження настає ще швидше, але не в усіх видах роботи однаково. Припустимо, нелегко дається читання, і вже після десяти-п'ятнадцяти хвилин можна побачити**

ознаки втоми: букви плутаються, слово ніяк не складається, язик «заплітається»... Що стосується математики, праці, малювання, малюк може із задоволенням працювати і тридцять хвилин, зовсім не нервуючи і не дратуючись.

Що ж робити турботливій мамі в цьому випадку? Звичайно, по-різному дозувати час роботи. Читання припиняти раніше, ніж настане втома і буквар почне викликати негативне почуття. У малюванні зовсім не робити перерви, тому що там, де дитина відчуває задоволення, стомлюється вона не скоро.

І ще кілька порад, як раціональніше розподілити час уроків. Якщо малюк швидко втомлюється, нехай починає зі складнішого; якщо витривалий — із легкого. Вірші вчити в будь-якому випадку краще наприкінці заняття. Бажано через годину-півтори прочитати вивчене напам'ять або навіть переписати від руки, щоб розвивалася моторна пам'ять.

Якщо не розв'язується задачка, не засмучуйтеся: нерозв'язане найкраще розвиває мислення. Груба помилка — робити щось за дитину. Міркуванням, малюнком, схемою, маніпуляціями з предметами спробуйте наштотувати її на правильну думку, підведіть до правильної відповіді.

Підтримуйте свого малюка, не забувайте про його можливості. Майте на увазі, що дитина майже завжди хоче виконати ваші вимоги! Її відмова, негативна реакція, як правило, викликана неможливістю їх виконання.

Темп діяльності

Ще одну дуже важливу річ необхідно враховувати батькам при виконанні їхньою дитиною домашнього завдання: **темп діяльності.**

Ви, звичайно, помічали: ті самі операції за умови однакового рівня підготовки різні діти роблять з різною швидкістю. Що робити мамі, якщо син повільно пише, повільно відкриває зошит і закриває книжку, якщо в нього значні проміжки між окремими діями? Звичайно домашні виснажують бідолаху даремно: чим більше підганяють, тим сильніше він нервується; частіше помиляється, знову і знову переробляє вправи. Втома стрімко накопичується, а швидкість роботи неухильно сповільнюється.

Вихід простий: треба терміново вчити малюка свідомо контролювати темп своєї діяльності. Починати найкраще з таких завдань, які він сам може оцінити, де кінцевий результат очевидний, наприклад, із письма, малювання або праці. Головне, щоб робота поділялася на

частини, тоді кожний етап піддається критичному аналізу. Під час письма на початку навчального року зручно контролювати рядок, далі фразу або абзац. У малюванні — зображення окремих предметів або початковий начерк, ескіз, штрихування.

Але перш ніж задати малюку потрібний темп, неодмінно точно визначте його можливості. Інакше можна поставити нездійсненне завдання і отримати зворотний результат.

Замість досягнення успіху малюк втратить віру в себе, його дії стануть хаотичними, нецілеспрямованими.

Давайте проаналізуємо повсякденне заняття першокласника. Дитина сіла писати палички. Робить вона це повільно, але зовсім не тому, що лінується. Вона просто боїться помилитися, тому всю увагу звертає на правильність роботи й керувати швидкістю не може. Справді, завдання перед малюком поставлене важке:

- потрібно дотримуватися відстані між паличками, їх однакового, заданого зразком розміру;
- потрібно не випускати з поля зору орієнтири — горизонтальні і вертикальні лінії зошита;
- потрібно «малювати» палички не сильно, якщо надавити — папір рветься, але і не слабко — зовсім нічого не видно.

Бачите, скільки різних цілей, скільки усього доводиться контролювати дитині. А дії до автоматизму ще не доведені. Як же вчинити мамі, яка сидить поруч і прекрасно розуміє, що за такої швидкості на писання паличок піде весь час, відведений на уроки? Треба навчати дитину контролювати свої дії в часі.

Де вчити уроки

Виконуючи домашнє завдання, школярї проводять за письмовим столом чимало часу. І дуже важливо зробити так, щоб робочий простір вашої дитини було правильно організовано, адже від цього залежить не тільки успішність, але й здоров'я учня.

БАГАТО батьків вважають за краще розміщувати письмовий стіл поряд з вікном, щоб поверхня столу була добре освітлена. Проте ставити стіл впритул до вікна не варто - відстань не повинна бути менше 25 см. Інакше світло від вікна буде відбиватися від стільниці, а це може зіпсувати зір дитини. Краще розташувати стіл так, щоб світло падало на робочу поверхню зліва. Купуйте дитині спеціальну підставку для підручників. Коли книга лежить на столі, відстань від очей до верхніх і нижніх рядків різне, через це дуже напружуються очі. Відстань від очей дитини до книги повинно бути не менше 30 сантиметрів.

Стілець, на якому буде сидіти ваша дитина, обов'язково повинен підходити йому по росту. Посадіть школяра на стілець перед столом. Якщо лікоть опущеної прямої руки нижче столу на 5-6 сантиметрів, школяру буде зручно і комфортно. Слідкуйте за тим, щоб ступні дитини діставали до підлоги. Якщо стілець дуже високий, можна використовувати спеціальну підставку для ніг. Нижня частина спини учня обов'язково повинна притискатися до спинки стільця - це дає необхідну підтримку хребту.

Що стосується комп'ютера, який вже міцно увійшов в ужиток сучасних школярів, розмістіть його так, щоб відстань від монітора до очей дитини було не менше 70 см. Якщо розміри вашого письмового столу не дозволяють виконати цю вимогу, варто перенести комп'ютер на окремий столик або купити спеціальний стіл з висувається підставкою для клавіатури. Тоді дитина, працюючи за комп'ютером, знаходитиметься на потрібній відстані від екрану. Якщо дітей двоє, краще мати два невеликих письмових столи, ніж один великий, за володіння яким неминуча постійна боротьба і на якому змішувалися б книги, зошити, підручники. Столи можна поставити обличчям один до одного або впритул. Але і в тому і в іншому випадку краще відгородити робочий простір кожної дитини легкою перегородкою або вузької книжковою полицею.