



Делать уроки... без стресса

Домашние задания - это форма самостоятельной работы обучающихся с целью повторения, закрепления знаний, полученных на уроке. Домашние задания - обязательный компонент учебной работы. Ключевое словосочетание в данном определении - самостоятельная работа. Очень часто дети не могут справиться с домашним заданием самостоятельно. Причины могут быть самые разные: ребенок мог просто не понять новый материал, и поэтому не в состоянии выполнить домашнее задание; или, возможно, ребенок уже привык ждать помощи, самостоятельно работать он просто не может.

Для успешного выполнения домашних заданий и сохранения здоровья ребенку, родителям необходимо:

1. Организовать постоянное место для занятий, где ребенок будет заниматься только выполнением домашних заданий. Также важно, чтобы все необходимые учебные материалы лежали под рукой. Таким образом, у ребенка должна выработаться привычка, необходимая установка на работу.
2. Подготовиться к работе: проветрить комнату, убрать игрушки, лишние вещи, выключить телевизор, музыку, чтобы ребенок не отвлекался. Научить ребенка перед выполнением домашней работы уточнить все задания и подготовить все необходимое (учебники, тетради, канцелярские принадлежности и т.д.). Постепенно у ребенка выработается привычка к планированию своих действий.
3. Ограничить длительность выполнения домашних заданий, чтобы затраты времени на выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2 — 3 классах — 1,5 ч., в 4 — 5 классах — 2 ч., в 6 — 8 классах — 2,5 ч., в 9 — 11 классах — до 3,5 ч. (
4. Соблюдать распорядок дня. Установить точное время начала занятий для выработки привычки к установленному часу приступить к работе.
5. Распределить выполнение заданий по степени сложности. В первое время целесообразно начинать работу с решения более легких заданий. Но в дальнейшем учитывать особенности своего ребенка: если родитель видит, что ребенок на начальном этапе работы активный, а к концу становится более пассивным, то выполнение заданий нужно начинать со сложных заданий. А если у ребенка в процессе возрастает работоспособность, то выполнение домашних заданий можно начать с легких заданий.
6. Определить соотношение времени на выполнение домашних заданий, на отдых, прогулки, сон, увлечения и хобби. Очень важно, чтобы каждое занятие

не мешало другому.

7. Устанавливать перерыв на 10-20 минут между каждым заданием.

8. Предоставлять возможность ребенку самостоятельно выполнять домашние задания. Ребенок сам должен попытаться справиться с трудными моментами. В противном случае в будущем у ребенка не сформируются привычки прилагать усилий при выполнении более сложных заданий.

9. Обязательно каждый день проверять выполненное домашнее задание. Это порождает у ребенка чувство защищенности, завершенности. Необходимо начать проверку домашних заданий с положительной оценки. В первую очередь нужно похвалить ребенка за правильно выполненные задания. А по поводу заданий с ошибками предложить перепроверить задание еще раз для получения правильного ответа. Благодаря этому ребенок начнет выполнять задание без чувства бессилия.

10. И самое главное наличие положительной, благоприятной атмосферы дома и в семейном окружении. Стараться быть всегда в хорошем настроении, встречать ребенка со школы с улыбкой, учиться быть терпеливыми при определенных трудностях и не забывать поощрять и хвалить ребенка за его даже небольшие успехи.