***РОДИТЕЛЯМ***

**КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ СПРАВИТЬСЯ СО ШКОЛЬНЫМИ ТРУДНОСТЯМИ**

Обучение в школе – одно из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане. Изменяется вся жизнь ребёнка; всё подчиняется учёбе, школе, школьным делам и заботам.

Особенности обучения в современной школе связаны с всё нарастающим объёмом информации, значительной интенсификацией прохождения материала, с постоянной модернизацией и усложнением учебных программ. Подобные условия обучения предъявляют к организму младшего школьника самые высокие требования, школа с первых же дней ставит перед учеником ряд задач, не связанных непосредственно с его опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. И очень важно, чтобы дети прошли этот тяжёлый путь без ущерба для своего здоровья, не утратив интереса к учёбе, не потеряв веру в себя, в свои силы.

Программы по новым образовательным стандартам очень усложнились, и многие дети справляются с ними с трудом. Редкий ребёнок бывает так хорошо подготовлен к школе, чтобы учиться с лёгкостью, и родители такого ребёнка воистину проделали колоссальную работу, развивая сына или дочь.

Ни один учебный год в последнее время не обходится без сетований родителей на сложные и непонятные программы начальной школы, на загруженность [детей](http://infourok.ru/site/go?href=http%3A%2F%2Fwww.7ya.ru%2Fbaby%2F), необходимость вместе с ними делать домашние задания и другие трудности.

Многих сегодня волнует вопрос, каким образом в условиях общеобразовательной школы создать предпосылки для оптимального развития каждого ребёнка, в частности для тех, кто испытывает те или иные трудности в обучении? Это тем более важно, что пробелы в знаниях, образовавшиеся в начальном периоде обучения чтению, письму, математике, как правило, приводят к серьёзным проблемам на последующих этапах обучения.

Успешность обучения каждого ученика зависит от свойственного ему уровня развития.

Все родители мечтают, чтобы их дети хорошо учились. Но некоторые родители считают, что, отдав ребёнка в школу, можно облегчённо вздохнуть: теперь все проблемы, связанные с обучением, должна решать школа. Конечно же, школа не отказывается от своих обязанностей, но – это дело не только школы, но и родителей. Именно родители могут оказать ту помощь, которую не может оказать учитель.

В последние годы мы отмечаем значительный рост количества детей с различными трудностями обучения в начальной школе.

**Школьные трудности гиперактивных детей.**

Трудности обучения наиболее часто отмечаются у детей, которые имеют те или иные виды нарушенного поведения. Среди них значительную группу представляют так называемые расторможенные, двигательно-беспокойные, гиперактивные дети. Чрезмерно возбудимые, порой агрессивные, раздражительные, они с трудом переносят напряжение, у них быстро снижается работоспособность. Они не в состоянии организовать свою деятельность, неспособны фиксировать своё внимание на работе, не могут установить нормальные отношения со сверстниками. Такие дети резко реагируют на отказ в чём-либо, не владеют собой, тотчас забывают хорошие намерения и предпочитают делать только то, что им нравится, доставляет удовольствие.

Нарушение поведения, как правило, сочетается у этих детей с целым комплексом трудностей в письме, чтении и математике. Помочь такому ребёнку можно только при совместной работе учителя и родителей.

**Во-первых**, стоит разобраться, действительно ли ребенок гиперактивный, по возможности обратиться к специалисту – педиатру, неврологу, психологу.

**Во-вторых**, необходимо научиться общаться со своим непоседой.

Рассмотрим некоторые рекомендации:

* *Не допускайте (никогда, даже в критических ситуациях) грубость, унижение достоинства, злость.*

Выражения типа «Терпеть ненавижу», «Ты меня извел», «У меня нет сил», «Ты мне надоел», повторяемые несколько раз в день (не говоря о более грубых), бессмысленны. Ребенок просто перестает их слышать.

* *Не разговаривайте с ребенком между делом, раздраженно, показывая всем своим видом, что ребенок отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете отвлечься («Извини, малыш, я сейчас закончу, и мы с тобой обо всем поговорим»).*

**В-третьях**, постарайтесь учесть высокую отвлекаемость и неустойчивую работоспособность этих детей .

**Рекомендации родителям по оказанию помощи в выполнении домашних заданий гиперактивными детьми:**

1. *Рабочее место ребёнка должно быть тихим и спокойным, где ребёнок мог бы заниматься без помех.*
2. *Тщательно планируйте выполнение домашних заданий: «Сначала сделать это, потом...».*
3. *При выполнении ребенком графических заданий (копирование, списывание букв, цифр) следите за правильной посадкой, положением ручки и тетради.*
4. *Говорите с ребенком спокойно, без раздражения. Речь должна быть четкой, неторопливой, инструкция (задание) ясной и однозначной.*
5. *Не акцентируйте внимание ребенка на неудаче – он должен быть уверен, что все трудности и проблемы преодолимы, а успех возможен.*

**Школьные трудности медлительных детей.**

Теперь поговорим о другой категории детей, у которых тоже часто отмечаются трудности обучения - это медлительные дети. Медлительные дети – особая группа риска, так как их школьные проблемы могут быть связаны только с медленным темпом деятельности. Медлительность – не болезнь, не нарушение развития, это просто индивидуальная особенность человека, особенность нервной деятельности.

Доказано: даже небольшая степень медлительности сильно снижает шансы ребенка на школьные успехи. И поэтому помощь таким детям необходима не тогда, когда уже налицо неуспеваемость и отклонения в здоровье, а с первых дней в школе. Медлительных детей примерно 10–20%. Это дети, у которых в 1,5–2 раза медленнее темп речи, ходьбы, всех движений, низкая скорость выполнения всех сложных действий, и прежде всего письма и чтения. Однако качество выполнения всех действий в своем темпе может быть очень высоким. Если представить себе, что каждое отдельное действие выполняется почти в 2 раза медленнее, то становится понятным, почему медлительный ребенок пишет во много раз медленнее остальных и почему так медленно читает. Медленный темп нельзя оценивать в категориях «хорошо – плохо». Это особенность ребенка.

Можно ли заставить ребенка работать быстрее?

Медлительного ребенка нельзя заставить писать и читать быстрее. С возрастом (если ребенок не будет доведен до невроза) скорость письма и чтения увеличится (по мере совершенствования самой деятельности). Однако у детей с низкой подвижностью нервных процессов скорость письма и чтения всегда будет ниже, чем у обычных. На начальном этапе обучения нельзя форсировать скорость работы. Торопить, подгонять такого ребенка не только бесполезно (быстрее работать он не будет, эффект окажется обратным), но и вредно. Отрицательно сказывается на состоянии медлительного ребенка ограничение времени на отдых. Это, в свою очередь, снижает работоспособность, повышает утомляемость, что сразу же сказывается и на письме (ухудшается почерк, появляются ошибки – пропуски, замены, недописывания, исправления), и на чтении – «теряется строка», появляются ошибки чтения, возможен эффект «угадывающего» чтения, возникают проблемы понимания текста, трудности пересказа. Медлительный ребенок с трудом воспринимает информацию в очень быстром темпе. Для медлительного ребенка все школьные нагрузки утомительны. Поэтому после школы ему лучше быть дома, в спокойной обстановке. Продленка – не для медлительных детей.

При работе с такими детьми главный залог успеха заключается в том, чтобы создать такую обстановку, которая позволила бы ребёнку работать в доступном для него темпе, не торопить, успокаивать, поддерживать и не забывать хвалить его, создавать все условия для спокойной работы и занятий, обращать внимание на каждое успешно выполненное задание.

**Рекомендации родителям по оказанию помощи в выполнении домашних заданий медлительными детьми:**

1. *Тщательно планируйте выполнение домашних заданий: «Сначала сделать это, потом...».*
2. *Создавайте такую обстановку дома, которая позволила бы ребёнку выполнять домашнее задание в собственном оптимальном для него темпе.*
3. *Начинайте приготовление уроков с менее сложных, затем переходите к более сложным.*
4. *Во время приготовления домашних заданий через каждые 30 минут работы давайте возможность ребёнку отдохнуть 10-15 минут, желательно провести физкультминутку под музыку (они восстанавливают работоспособность, отдаляют утомление).*
5. *Не торопите, успокаивайте, поддерживайте ребёнка и не забывайте хвалить его за каждое успешно выполненное задание.*

**Школьные трудности леворуких детей.**

Ещё одна группа детей, вызывающая большую тревогу у родителей – леворукие дети. Сегодня практически в каждом классе есть дети, работающие левой рукой. Леворукие дети (как и праворукие) – разные по своим психологическим и физиологическим особенностям, по своим способностям, интересам и проблемам.

Преимущественное владение рукой зависит не от желания или нежелания ребенка и не от его упрямства, а развивается в связи с особой организацией деятельности мозга.

Конечно, можно приложить немалые усилия и заставить леворукого малыша работать правой рукой. Но изменить его биологическую суть нельзя. И, тем не менее, до недавнего времени леворуких детей в семье и в школе пытались переучивать. Один из мотивов, которым руководствовались родители и учителя, таков: весь бытовой мир приспособлен под правую руку, и, переучив малыша, они помогут ему избежать многих проблем и неудобств.

Произвольная смена ведущей руки приводит к грубому вмешательству в тончайшие механизмы деятельности мозга. Это мощный стресс, чреватый возникновением неврозов.

У мальчиков и девочек невроз может проявляться по-разному. Мальчикам свойственны расторможенность, неусидчивость, двигательное беспокойство. А для девочек более характерны пониженный фон настроения, вялость, плаксивость. Довольно часто леворуких детей беспокоят страхи перед неудачами, порицаниями со стороны воспитателей и родителей. Добавляется страх темноты, боязнь оставаться одному в комнате (страх одиночества) и даже страх смерти. У некоторых детей страхи кратковременны, и если нет новых стрессов, могут исчезнуть.

В чём причина проблем леворуких детей и насколько велико значение леворукости в возникновении этих поблеем? Первое, на что следует обратить внимание: неправильный (очень напряженный и неэффективный) способ держания ручки. В результате формируется очень напряженный и очень медленный способ письма с неровными, неправильными буквами, больше похожими на каракули. Из-за постоянного напряжения и невозможности успеть за темпом работы в классе накапливаются и другие проблемы. К трудностям чисто технического навыка письма быстро прибавляются пропуски, замены, недописывания, а осложняет ситуацию волнение, тревожность, страх неудачи, негативное отношение окружающих взрослых к леворукости – все то, что ребенок не в силах изменить сам. Естественно, это приводит к ухудшению психического здоровья, что, в свою очередь, становится причиной резкого снижения работоспособности, повышенной утомляемости, нарушению концентрации внимания. А результат – ухудшение почерка, ошибки, пропуски, недописывания, проблемы на контрольных (не успевает, плюс волнуется, плюс быстро утомляется).

Итак, леворукость ни при чем, точно такие же проблемы могли бы при тех же условиях возникнуть и у праворукого ребенка. Ребенок чувствует себя ущербным и это тоже усугубляет проблемы.

Что делать? Как помочь ребёнку?

**Советы родителям леворуких детей.**

1. *Никогда и ни при каких обстоятельствах взрослые не должны показывать ребенку негативное отношение к леворукости.*
2. *Следует помнить, что леворукость – индивидуальный вариант нормы, поэтому трудности, возникающие у леворуких детей, чаще всего не связаны с этим явлением. Такие же проблемы могут быть и у любого другого ребенка.*
3. *Не стоит даже пробовать обучать леворукого ребенка работать правой рукой, тем более, настаивать на этом. Переучивание может привести к серьезным нарушениям здоровья.*
4. *Определять ведущую руку целесообразно в 4-4,5 года.*
5. *Леворукий ребенок нуждается в особом внимании и подходе, но не потому, что он леворукий, а потому, что каждый ребенок уникален и неповторим.*

Успехи ребёнка напрямую зависят от понимания, любви, терпения и умения вовремя помочь со стороны близких.

**Рекомендации родителям по оказанию помощи в выполнении домашних заданий леворукими детьми.**

1. *Научите ребёнка садиться за уроки самостоятельно и оказывать ему помощь только тогда, когда он в ней нуждается.*
2. *Лучшее время для приготовления уроков 15-16 часов, через каждые 15-20 минут работы необходимо делать 10-15 минутный перерыв, который ребёнок может использовать по своему усмотрению.*
3. *Дать возможность ребёнку самому выбрать, что он будет делать вначале, вы можете посоветовать или порекомендовать, но ни в коем случае не требовать.*
4. *Следить, чтобы ребёнок правильно держал ручку, и обеспечить хорошую освещённость правой стороны стола.*
5. *Приготовление домашнего задания не должно быть причиной ссор, взаимного раздражения, конфликтов. Надо помнить, что леворукий ребёнок очень раним, и требует бережного, внимательного и доброго отношения.*

К сожалению, в ситуации, когда у ребёнка в начальной [школе](http://infourok.ru/site/go?href=http%3A%2F%2Fratings.7ya.ru%2Fschools%2F) возникают трудности в обучении, многие родители занимают совершенно неконструктивную позицию — ребёнка начинают стыдить, ругать, всячески давить на него и наказывать, подразумевая, что эти меры как-то помогут ребёнку начать учиться лучше.

Хочется, чтобы вы правильно поняли положение дел и предприняли все меры к тому, чтобы помочь ребёнку справиться со школьными трудностями.

Результаты работы родителей с детьми, имеющими трудности обучения, при систематичной и целенаправленной коррекции могут быть очень эффективны. Главные условия – наличие времени, терпение и вера в успех. Проблемы в учёбе – заботы родителей. Помощь родителей не должна ограничиваться только контролем над выполнением домашних заданий (что чаще всего бывает). Родители должны знать, как нужно организовать занятия, как взаимодействовать с ребенком. Они должны соблюдать основные правила:

1. *Спокойствие, только спокойствие!*
2. *Больше позитива — старайтесь относиться к домашним заданиям и вообще учёбе в школе полегче, с оптимизмом, с юмором, игрой, а главное — с верой в своего ребёнка. Подбадривайте его и замечайте малейшие успехи, обязательно хвалите каждый шаг вперёд, каждое усилие.Без положительного подкрепления ребёнок никогда не полюбит учиться!*
3. *Забудьте всё, что вы вспоминаете о своей школьной поре, перестаньте сравнивать! Сколько лет прошло? Не меньше двадцати? Всё изменилось!*
4. *Примите как данность: новые государственные стандарты образования составлены таким образом, чтобы родители помогали детям в учёбе, во всяком случае, в начальной школе. Нравится вам это или нет, но без вашей помощи ребёнок программой не овладеет. Даже если ему легко даются самые серьёзные предметы — русский язык и математика, вы обязательно должны слушать, как ребёнок читает тексты по литературному чтению, его пересказы. Сейчас в школах очень трудная программа по курсу «Окружающий мир». Многие задания по этому предмету ребёнок может выполнить только с помощью взрослого!*
5. *Никогда, ни при каких обстоятельствах не говорите в присутствии ребёнка (даже если вам кажется, что он не слышит) плохо о школе, учителях, директоре, программах, учебниках, уровне образования и т.д. Во-первых, у ребёнка будет достаточно и своих отрицательных эмоций, связанных со школой. Не надо ему добавлять ваши. Во-вторых, для успешного обучения в школе ребёнку необходимо уважать — школьные правила, учителей, директора, учебные программы. А как можно уважать то, что родная*[*мама*](http://infourok.ru/site/go?href=http%3A%2F%2Fwww.7ya.ru%2Fpub%2Fmoms%2F)*критикует?*
6. *Никогда не выражайте свои сомнения в способностях вашего ребёнка к обучению! Вы подорвёте веру ребёнка в свои силы, а если ребёнок будет слышать это часто, упадёт самооценка, а там недалеко и до проблем с успеваемостью.*
7. *С какими бы трудностями ни встретился ребёнок, ваша родительская обязанность — помогать (а не ругать, стыдить или наказывать). Ребёнку не хватило каких-то ресурсов для освоения всех знаний, умений и навыков, необходимых для успешного обучения, у него недостаточно развиты психические процессы — внимание, память, мышление, но это не вина его, а беда. Он был недостаточно подготовлен к школе!*
8. *Уважайте своего ребёнка! Не кричите, не обзывайте, ни в коем случае не применяйте физические наказания. Вы закладываете будущее вашего сына или дочери — вы хотите, чтобы в нём было насилие и грубость?*
9. *Соблюдайте нормальный режим дня. Ученик начальной школы должен спать не менее 9 часов! Каждый день ребёнку надо гулять не меньше часа, а лучше два. Не ленитесь и не заменяйте прогулку посещением кружков и секций. Здоровье — это самое главное!*
10. *Ограничивайте время просмотра ТВ и общения с компьютером и другими электронными устройствами. 60 минут в день — это максимум! Ребёнок обязательно найдёт себе более полезные занятия, если вы сможете ограничить пустое времяпрепровождение у компьютера и телевизора. Берите этот аспект под контроль сейчас: чем старше ребёнок, тем меньше надежды переломить ситуацию.*
11. *Помогать ребёнку выполнять домашние задания — это не значит делать их за него или подсказывать. Это значит быть рядом и быть внимательным к ребёнку, видеть, с чем он справляется сам, а где ему нужна ваша помощь. С тем, в чём вы ему сейчас помогаете, ребёнок через некоторое время обязательно начнёт справляться сам!*
12. *При выполнении домашнего задания через 30-40 минут необходимо делать перерывы 5-10 минут.*

*Существуют номы продолжительности подготовки домашнего задания:*

***1****класс –****1****час*

***2****класс –****1, 5****часа*

***3-4****класс –****2****часа*

*Выполнять домашнее задание целесообразнее всего с 15 до 17 часов.*

***13.****Если ваш ребёнок по каким-то причинам пропустил занятия, обязательно*

*поинтересуйтесь, что проходили в классе и выполните задания, чтобы*

*ребёнок не отстал от своих сверстников.*

*14.У маленького школьника должна быть выработана привычка к*

*неукоснительному и систематическому приготовлению уроков. Привычка*

*заниматься и заниматься добросовестно. Уроки должны быть сделаны всегда.*

*15.Настройтесь и приготовьтесь к тому, что вам предстоит длительная*

*совместная работа с ребёнком. Помните: ему одному не справиться со своими*

*проблемами. Наберитесь терпения, ведь работа по преодолению школьных*

*трудностей очень утомительная и требует умения сдерживаться, не*

*повышать голоса, спокойно повторять и объяснять одно и то же несколько*

*раз.*

*14.Расширяйте кругозор ребёнка! Хотя бы два раза в месяц (а если сможете,*

*то и почаще) выбирайтесь в «культпоходы» — в музей, в театр. Используйте*

*каждую возможность показать и рассказать ребёнку что-то новое, пусть*

*на первый взгляд это и не кажется таким уж важным.*

Желаю вам и вашим детям успехов в учёбе и интереса к получению новых знаний!