

Как настроить ребенка на учебу?



Мы в предыдущей статье выяснили причины нежелания идти в школу, теперь нужно помочь ребёнку с ними справиться.

Первоклассники

Как правило, дети в начальной школе получают удовольствие от новых знаний и с удовольствием ходят в школу.

Если же ребёнок предпочитает играть, не может усидеть за партой и просится обратно в садик, скорее всего, он ещё не готов к школе. Такого ребёнка лучше вернуть на год в детский сад и дать время на взросление. Вы потеряете всего год, но ребёнок сможет полноценно включиться в образовательный процесс и полюбить школу.

Если у ребёнка конфликт с учительницей и решить его не удаётся – поменяйте класс. Изменить характер учителя вам не под силу, а постоянные стрессы приведут к ухудшению успеваемости.

Начальная школа

Проблемы с успеваемостью, стеснительность, конфликты с одноклассниками... Что бы ни случилось с ребёнком, он ждёт от вас поддержки и помощи. Поэтому прислушивайтесь к его словам, помогайте советом, но старайтесь, чтобы успеха он достигал сам.

В 3-4 классе дети приближаются к подростковому возрасту и могут начать стесняться друг друга, когда они вынуждены переодеваться в одном кабинете (например, на продленку, на прогулку). Чтобы избежать излишних неловкостей, поговорите с учителем, поищите возможность организовать переодевание, например, на разных переменах, в разных помещениях.

Пятиклашки

Переходный класс от младшей к средней школе очень непростой. Ребятам надо запомнить кабинеты, учителей, иногда новых одноклассников. Помощь родителей здесь как нельзя кстати.

Проведите ознакомительную экскурсию по школе, помогите разобраться, как устроена нумерация кабинетов, подскажите, где можно узнать имена учителей (например, на сайте школы). Некоторым ребятам сложно ориентироваться в расписании, что приводит к путанице и понижению их статуса в классе.

Помогите пятиклашке с вечера подготовиться к следующему дню – вспомнить, где кабинет, кто учитель, какие у него требования. Пройдёт несколько недель, и ребёнок полностью адаптируется к новым условиям.

Девочки-подростки

Девочки вступают в пубертат намного раньше мальчиков – это происходит обычно в 7 классе. Они начинают стесняться, подолгу рассматривают себя в зеркале, выискивая недостатки, у них меняется фигура и черты лица, начинаются месячные...

Это непростой период для подрастающей девушки. Постоянно хочется спать, при этом может мучать бессонница, увеличивается аппетит. На этом фоне девочки начинают хотеть «похудеть» и могут сознательно начать отказываться от еды. Особенно часто это происходит, если у родителей нездоровое отношение с пищей, и они либо сами худеют, либо намекают детям, что они «толстые» и «много едят». Прибавьте ко всему перегрузы по дополнительным занятиям, новые предметы в школе – о какой спокойной учёбе может идти речь?

Если вы видите, что ваша дочка устала и вымотана – дайте ей возможность отдохнуть. Проведите ревизию кружков – оставьте только то, что приносит удовольствие. Позволяйте спать столько, сколько нужно. Понижьте

требования по успеваемости. Не критикуйте, не подумав трижды. Перестройка организма – это не шутки, она требует большого количества энергии.

Пройдёт год, и девочка восстановит свои силы и продолжит учиться и развиваться. Перерыв позволит ей избежать эмоционального выгорания.

Мальчики-подростки

Мальчики взрослеют чуть позже, примерно в 9 классе. К сожалению, приближающиеся экзамены не дают им спокойно пережить этот период. Им тоже очень хочется спать, ведь вечером сложно заснуть, а утром невозможно проснуться. Выбросы гормонов вызывают вспышки агрессии, они могут стать раздражительными и нервными. Бурный рост организма понижает иммунитет.

Главная помощь, которую могут оказать своим детям родители – это отнестись с пониманием к эмоциональным перепадам, снизить уровень возлагаемой на подростков ответственности. Если ребёнок регулярно появляется в школе и учится на «3»-«4» — это уже очень хороший результат.

Помните, оценки в школе – это лишь косвенный показатель успешности. При приёме на работу никого не интересуют пятерки в аттестате. Поэтому в школу дети идут не за оценками, а за знаниями и социализацией. Чем спокойнее вы будете относиться к их тройкам и сильнее радоваться успехам, тем проще детям будет учиться!

Если в обычной жизни у ребёнка нет особых проблем со школой, то подготовить его к школе не составит особого труда:

1. **Начинайте возвращать ребёнку школьный режим дня.** Для этого постепенно смещайте время подъёма и время отбоя на подходящие. Согласитесь, крайне сложно встать в 7 утра и начать учиться, если целых три месяца до этого ты вставал в 12.
2. **Повторите программу прошлого года.** Не надо превращать это в экзамен, но несколько вопросов по предметам даст возможность мозгу снова запустить необходимые процессы.
3. **Занимайтесь с детьми, выполняйте задания, читайте.** Хотя бы 1 час в день. Посвятите его изучению интересных фактов или просмотру обучающих передач. Пусть это будет интересное времяпрепровождение, а не скучная обязателька.

4. **Вспомните вместе с ребёнком весёлые истории из школьной жизни**, вспомните друзей, которых он давно не видел, и подумайте, как здорово будет встретиться вновь, какие впечатления о лете и каникулах можно будет рассказать, какие новые книги и фильмы обсудить.
5. По возможности приобретите яркие и красивые рюкзак и канцтовары, которые понравятся вашему школьнику и станут его предметом гордости.
6. Если есть возможность, проведите последний день лета вместе с ребёнком.
7. Превратите День знаний в праздник, отметьте его вкусным тортом или походом в кино. Или побалуйте школьника небольшим подарком. Так ребёнок будет каждый год ждать этого особого дня.
8. Радуйтесь детским успехам в школе и поддерживайте их в случае неудачи.

Чтобы учёба в школе прошла для ребёнка легко и приятно, важно оказывать ему помощь и поддержку, отслеживать его настроение и самочувствие. Если вам кажется, что ваш ребёнок изменился, что у него есть трудности, что он устал или расстроен – не ругайте, а выслушайте. Не бойтесь задавать вопросы, а главное, постарайтесь спокойно принять ответы. Затем совместными усилиями разработайте тактику решения проблемы.

Часто детям достаточно просто вашего внимания и мудрого совета, хотя иногда требуется и серьёзное вмешательство. Помните, именно родители – главные союзники и наставники детей.