

Як правильно вчитися: поради для батьків

Виконання домашніх завдань і навчання в цілому часто викликає у дітей труднощі. Всі члени сім'ї теж відчують при цьому незручності. Однак, якщо слідувати нескладним правилам, вчитися стане легше. Але в деяких випадках дитині може знадобитися допомога всіх членів сім'ї.

Розглянемо докладніше ці правила 

1. Вимкніть телевізор. Встановіть правило для всієї родини: коли дитина вчить уроки, у кімнаті ніхто не вмикає телевізор. Інакше дитина обов'язково буде відволікатися.

Чи можна при цьому слухати у будинку радіо або музику через колонки? Багато експертів рекомендують вимикати музику і усувати будь-які інші джерела шуму. Однак, як показує практика, більшість дітей може легко працювати, не відволікаючись, якщо в будинку працює радіо. Однак, якщо звуки все ж відволікають дитину, краще слухати музику у навушниках.

2. Встановіть правила з приводу використання мобільних телефонів у будинку. Поки дитина вчить уроки, вона може використовувати телефон тільки в особливих випадках (наприклад, для того щоб зателефонувати однокласнику і дізнатися домашнє завдання). Чітко визначте, у яких саме випадках дитина може використовувати смартфон.

3. Виділіть дитині місце, де вона зможе вчити уроки. Найкраще для цього підходить кімната дитини. Якщо у неї немає своєї кімнати, підійде також кухня або інша кімната. Головне, щоб дитину ніщо не відволікало, поки вона буде вчити уроки.

Вибирайте місце для навчання за принципом: функціональність важливіша, ніж естетика. Подивіться, чи поміщається на столі усе навчальне приладдя: ручки, олівці, папір, підручники тощо.

4. Постійність - запорука успіху. Для успішності дитини у навчанні важливо, щоб у неї був стабільний розпорядок дня. Намагайтеся організувати справи вдома так, щоб обід був в один і той же час щодня. Після обіду дитина повинна сідати за уроки.

5. Виділяйте достатньо часу на те, щоб дитина вивчила уроки. Враховуйте при цьому вік дитини. Старшокласники можуть сконцентруватися на завданнях протягом години, у той час як першокласники навряд чи зможуть всидіти на місці більше 15 хвилин. Дозвольте їй робити перерви - це може бути нагородою за те, що вона виконає одне домашнє завдання.

6. Організуйте процес виконання домашніх завдань. Дитина повинна стежити за тим, щоб вчасно виконувати усі завдання. Вона може прикріплювати стікери з

нагадуванням на корковій дошці або робити нагадування у смартфоні. Це допоможе дитині не відкладати виконання завдань до останнього.

Поясніть дитині, що навчання - це не тільки виконання домашніх завдань. Найпоширеніша омана з приводу навчання - зводити його тільки до виконання домашніх завдань. Навчіть дитину таких речей, корисних для навчання:

робити нотатки під час читання книги;

побіжно переглядати текст і вибирати головну інформацію;

аналізувати таблиці і діаграми;

переказувати прочитане своїми словами;

виписувати на картки дати, формули, слова та іншу потрібну інформацію.

Конспектування - це важливий навик, який потрібно розвивати. Одні учні не вміють цього робити. Інші вважають, що потрібно записувати усе дослівно. І тільки деякі вміють виділяти головне і конспектувати.

7. Допоможіть дитині відчути впевненість у собі на контрольних роботах та іспитах. У деяких учнів контрольні, іспити викликають сильний страх. Поясніть дитині, що вчити матеріал усю ніч перед іспитом - це даремне заняття. Краще замість цього добре виспатися.

Також дитині потрібно пояснити, що, перш ніж приступати до виконання контрольної, потрібно уважно прочитати завдання. Якщо вона не знає відповіді на будь-яке питання, краще його пропустити і повернутися до нього пізніше. Універсальна порада для всіх учнів: перед іспитом потрібно зробити глибокий вдих, розслабитися і приступати до завдань. Також порадьте дитині завжди брати на іспит запасну ручку.

8. Коли дитина вчить уроки, стежте за тим, щоб вона не відчувала сильні негативні емоції. Якщо дитина сердита або засмучена через занадто складне завдання, її спроби вивчити уроки навряд чи будуть ефективними. У такі моменти вам потрібно втрутитися і зробити перерву. Після того, як дитина заспокоїться, поясніть їй матеріал.

Чи потрібно допомагати дитині з уроками? Так, якщо це принесе користь. Наприклад, ви можете перевіряти вже виконані завдання або пояснювати матеріал, якщо дитині щось незрозуміло. Не варто допомагати, якщо дитина і сама може виконати завдання. Тим більше не варто робити уроки замість дитини - так ви не дасте їй можливості навчитися чогось на своїх помилках.

Коли ви допомагаєте дитині з уроками, завжди залишайтеся спокійними і позитивними. Краще взагалі не допомагати, ніж допомагати з небажанням. Після

того, як дитина виконає завдання, перевірте його. Похваліть дитину за її зусилля - ви ж не хочете, щоб домашні завдання у неї асоціювалися з домашніми сварками.

Розвивайте у дитини дослідницькі навички. Наприклад, якщо ви збираєтеся в поїздку до іншого міста, запропонуйте їй знайти пункт призначення на карті або в атласі. Запропонуйте пошукати інформацію про те місто, до якого ви їдете, в енциклопедіях чи в Інтернеті.

Як правильно ставитися до оцінок дитини у школі? Щоб вона не відчувала постійний стрес через оцінки, час від часу обговорюйте з нею, як ідуть справи у школі. Ви можете використовувати стандартні фрази, наприклад:

Як пройшла контрольна з математики?

Як учитель оцінив твоє завдання з фізики?

Чи потрібна тобі допомогу із завданням?

Так дитина зрозуміє, що ви цікавитесь її успіхами у навчанні. Поговоріть з учителем дитини і домовтеся про те, щоб він попереджав вас, якщо у дитини виникнуть проблеми з навчанням. Будьте на зв'язку, щоб обговорювати з учителем, як ви разом можете допомогти дитині краще вчитися.

Звертайте увагу на те, як дитина відгукується про вчителів. Якщо вона каже: «Він поганий учитель», «Він розповідає занадто швидко» тощо, це може означати, що у неї виникли труднощі з предметом. Але не поспішайте йти до школи і передавати вашу розмову з дитиною учителю. Так ви можете втратити довіру дитини.