

***Все родители хотят, чтобы их ребёнок был успешным, и в этом они видят одну из своих основных задач в воспитании. Вот только как эту задачу реализовать, как сделать свою помощь максимально эффективной?***

Родители, стараясь проявить к ребёнку свою любовь и оказать ему поддержку, желая помочь, часто совершают ошибки. Когда ребёнок или подросток теряет интерес к учёбе, у него появляются двойки, он начинает прогуливать уроки, родители сплошь и рядом набрасываются на него с упрёками и оскорблениями. Но чаще всего обилие двоек в дневнике, нежелание учиться – следствие каких-либо проблем. Почему это происходит? Почему дети не хотят учиться?

***Давайте рассмотрим возможные причины возникновения проблем в снижении успеваемости:***

✓ ***Причина первая*** неуспеваемости ребёнка в учёбе – психофизические особенности, полученные ребёнком от родителей по наследству. Например, тип нервной системы. Если она слабая, то ребёнок вспыльчив, раздражителен, склонен к истерикам. У детей разный темперамент. Если он холерик, то ему свойственна капризность и чрезмерная торопливость, если флегматик, то медлительность, трудность переключения с одного вида деятельности на другой, рассеянность делает затруднительным успешное и активное освоение школьного материала. Такой ребёнок не успевает за учебным процессом, который рассчитан на детей со средней скоростью восприятия информации и деятельности. Негативная реакция родителей и учителей, постоянные упрёки и нарекания могут привести к серьёзным последствиям для здоровья, вызвать отвращение к учению вообще. Когда медлительных детей начинают «подгонять», они суетятся, делают неверные лишние движения, а могут и вовсе потерять способность соображать и что-то делать. Чрезмерное же напряжение приводит к переутомлению, потере контакта с другими детьми, и ребёнок в итоге совсем теряет интерес к учёбе, начинает ненавидеть школу.

✓ ***Правило: принимать ребёнка таким, какой он есть! Не следует стараться изменить врождённый темперамент дошкольника или школьника на более удобный взрослым.***

✓ ***Причина вторая:*** малоподвижный образ жизни и, как следствие, плохая успеваемость, быстрая утомляемость, несобранность. Это особенно часто наблюдается у детей, слишком много сидящих дома, спящих с закрытыми форточками, неспортивных, не любящих подвижные игры, длительные прогулки и походы.

✓ ***Правило: утренняя зарядка, гимнастические паузы-разминки во время приготовления уроков, а также бег, лыжи, велосипед, плавание, игры с мячом, в бадминтон особенно в выходные дни. И лучше спортом заниматься вместе с ребёнком, подавая ему пример, – это необходимое условие поддержания нормальной работоспособности школьника, выработки силы воли.***

✓ ***Причина четвёртая:*** чувство страха перед школой. Факторы могут быть разными: общий тревожный фон в восприятии ребёнком людей и действительности, чьи-то нелестные отзывы о школе, неумные угрозы родителей. Страх перед школой детям могут передать родители, если у них самих в детстве были проблемы в школе.

✓ ***Правило: учитывать индивидуальные особенности ребёнка, создавать благоприятный климат в семье. Необходимо проявлять интерес к школьным делам ребёнка, к классу, к каждому прожитому дню в школе. Поддержите в ребёнке его стремление быть школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьёзное отношение к его достижениям и возможным трудностям помогут подтвердить значимость его положения и деятельности.***

✓ ***Причина пятая:*** особенности подросткового возраста «В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподобающих поступках» (И. Гёте). Унизительно подростку переминаясь с ноги на ногу у доски, краснеть, не зная материала и не понимая каких-то вещей, которые усвоили почти все в классе, когда на него смотрят насмешливые глаза 12 девочек. И подросток, если ему не удаётся учиться успешно, предпочитает уходить от постыдной ситуации вообще, заявляя всем, что образование ему не так уже и нужно. Заявления типа

«не хочу учиться, а хочу зарабатывать деньги, жить в своё удовольствие» и т.д. иногда делаются ради того, чтобы нащупать границы своих полномочий в семье и обществе и постараться их расширить. Соблазняет пример приятелей, которые уже окончили школу, упиваются возможностью ничем себя не утруждать и презирать «ботаников», демонстрируя перед ними бесшабашную удаль, превосходство якобы более взрослых, независимых и бывалых людей, не имеющих никаких обязательств. Однако соблазняются вольной беззаботной жизнью далеко не все подростки. Стало быть, дурной пример приятелей – это лишь поверхностная причина бойкота школы, за нею непременно кроются другие.

✓ **Правило: 1. Все дети проходят через подростковый период, учатся общаться, ищут своё место в жизни, заводят друзей. Сядьте и подумайте о своих взрослых знакомых и родственниках – они все когда-то были подростками! 2. Не только вы испытываете проблемы со своим подростком – огромное количество родителей испытывают то же самое! 3. У вас может появиться ощущение, что вы бессильны изменить своего ребёнка. Но подумайте, что вы хотите изменить? Вы хотите изменить личность другого человека! Направьте свои силы на изменение прежде всего того, кто может измениться благодаря вашим силам – себя самого! 4. Не только у вас, но и у ребёнка есть права на внимание, свободу, уединение, уважение и понимание. 5. Вы не обязаны выполнять всё строго по пунктам. Не бойтесь резко изменить то, что делали до сих пор и попробовать другие методы, тем более если старые не приносят результата.**

✓ **Причина шестая:** плохая успеваемость может быть следствием недостатка силы воли. Порой подросток даже сам ругает себя за лень, слабость характера, но толку от этого бывает мало (подросток лишь снижает свою самооценку), поскольку причина слабоволия лежит обычно глубже уровня «захотел и сел за уроки». Гнев, ругательные ярлыки, угрозы способны только усугубить ситуацию и стать причиной «школьного невроза». Мы, взрослые, тоже бываем не способны заставить себя делать то, что нужно. Давайте всё-таки будем подходить к нашим детям с той же степенью строгости, что и к самим себе.

✓ **Правило: научить ребёнка управлять собой, обуздать лень, причём без внешнего давления, – одна из главных и самых сложных задач родителей. Решить её можно вместе с ребёнком, а не в борьбе с ним, и чем раньше, тем лучше. У него должны быть ежедневные дела, которые он непременно выполняет! Заправить постель, помыть за собой посуду, выгулять собаку... Взрослость – это и есть умение управлять собой. НО! Родители сами иногда становятся дезорганизирующим фактором, когда по не очень уважительным поводам разрешают не ходить в школу, пропускать уроки, создавая у детей отношение к школе как к чему-то необязательному.**  
**Причина седьмая: отсутствие режима дня и нежелание трудиться. У ребёнка, жизнь – как Бог на душу положит: обед – когда захочется (да и не обед это, а «схватил» что повкуснее и пожевал на ходу), просмотр телевизора без оглядки на часы, уроки – когда мама выйдет из себя. Бывает, такая расслабленность исходит от самой мамы (или от обоих родителей), которые тоже живут без какого-либо распорядка: в выходные нежатся в постели едва ли не до обеда, на кухне – гора невымытой посуды, домашние дела выполняются редко. Недаром говорят, что воспитание детей – это прежде всего самовоспитание. Неупорядоченная жизнь семьи весьма расслабляет детей, убивает усердие и вообще желание трудиться.**

Освоение школьных программ детьми с ограниченными возможностями здоровья. Прежде всего хочется напомнить: «Не бойтесь, если у вашего ребёнка такой статус!» Это даёт ему возможность получить то образование, которое будет соответствовать его способностям. Если вы не хотите, чтобы ваш ребёнок рос нервным, издёрганым, мрачным, постарайтесь найти в себе силы с оптимизмом смотреть в будущее. Помните, что в школе обучаются другие дети, которые тоже имеют право на получение образования, адекватное их способностям и возможностям!

## **Рекомендации родителям детей с ЗПР**

1. Не следует смотреть на ребёнка как на маленького, беспомощного человечка. Не рекомендуется постоянно опекать, например, собирать ему в школу портфель, контролировать каждое действие при выполнении домашних заданий. Не подчиняйте всю жизнь в семье ребёнку: не делайте за него то, что без особого труда он может сделать сам. Гиперопека детям очень вредна. Именно в простых видах деятельности, элементарных навыках самообслуживания и самоконтроля развиваются такие важные качества, как уверенность в себе, чувство ответственности, самостоятельность. Конечно, контроль необходим, но его необходимо организовывать не «над», а «рядом».

2. Не предъявляйте завышенных требований к ребёнку. Перегрузка, особенно интеллектуальная, влечёт за собой не только снижение работоспособности, но и проявление агрессии, срывов в поведении, резких перепадов настроения. Завышенные требования приводят к тому, что, взявшись за непосильное для себя дело, ребёнок не может его выполнить, как следствие, начинает нервничать, теряет веру в свои силы.

3. Для того чтобы сохранить работоспособность такого ребёнка, не нанесите учебной нагрузкой дополнительного вреда его здоровью, внимательно относитесь к организации его труда и отдыха.

4. Психологи и врачи утверждают, что перерывы во время выполнения домашнего задания крайне необходимы.

5. Самооценка ребёнка во многом зависит от оценки окружающих его людей. Важно, чтобы ребёнок верил в свои силы, испытывал состояние комфорта, защищённости, позитивного мировосприятия и интереса. Для формирования этой стороны психики ребёнка с задержкой психического развития очень большое значение имеет общение. Например, задайте своему ребёнку вопросы о том, что он нового узнал на уроках. Есть вопрос – есть работа мысли. Есть мысль – активизируется память. Познавательная активность, стремление к умственному труду формируются сначала на лёгком, доступном и в то же время интересном материале. Заинтересованность и успех не только пробуждают в ребёнке веру в свои силы, снимают напряжённость, но и способствуют поддержанию активного, комфортного состояния.

6. Нуждается ли ребёнок с задержкой психического развития во врачебной помощи? Задержка психического развития не болезнь, а индивидуальный вариант психического развития. Но, как утверждают специалисты, в основе развития психики таких детей лежит та или иная несостоятельность структурно-функциональных мозговых систем, приобретённая в результате негрубого повреждения мозга. Поэтому обследование врачом-психоневрологом такого ребёнка желательно: он может выявить признаки органической повреждённости мозга и медикаментозно воздействовать на него, может при помощи лекарств скоординировать излишнюю заторможенность или возбудимость ребёнка, нормализовать сон, активизировать работу клеток головного мозга.

### **Рекомендации родителям ребёнка с умственной отсталостью**

С ребёнком младшего школьного возраста все занятия должны проходить в игровой форме. Разнообразные познавательные игры расширяют кругозор, развивают речь. Необходимо вносить в жизнь ребёнка положительные эмоции, хвалить, поддерживать его наименьшую инициативу. Значительное внимание советуем уделять развитию речи, которая формируется со значительным опозданием.

Поскольку дети с умственной отсталостью плохо понимают обращённую к ним речь, долгие словесные пояснения взрослых не приносят результатов. Все усилия объяснить ребёнку смысл несложной бытовой задачи становятся напрасными. Организовать обучение детей, используя только вербальный, словесный подход, не удаётся. Сначала необходимо показать ребёнку, как выполнить то или иное действие, задание, а затем повторить действие с ним. Только тогда можно ожидать, что у него выработаются несложные умения и навыки. Постепенно в результате игровой и предметно-практической деятельности у ребёнка формируется понимание простой, повседневной речи, вырабатываются социальные навыки поведения.

Отдельного внимания заслуживает развитие у детей элементарных моральных понятий. По мере взросления во время бесед, чтения доступных рассказов, просмотра телепередач, значительное место отводится выработке у них положительных личных качеств. С детьми необходимо проводить разбор

разнообразных примеров поведения, взятых из жизни, чтобы они могли понять, что ценят в человеке, а что осуждают.

### **Рекомендации родителям ребёнка с синдромом дефицита внимания и гиперреактивности (не ОВЗ)**

В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. Чаще хвалите его, подчёркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребёнка в собственных силах, повышает его самооценку. Повторения слов «нет» и «нельзя». Говорите с ребёнком в сдержанном, спокойном, мягком тоне. Давайте ребёнку только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он смог его завершить. Учите расставлять приоритеты при выполнении задания: что сначала, что потом и что для этого нужно. Важно также учить по ходу действия приспосабливаться к вполне возможным изменениям в ситуации. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию (картинки, схемы, образец и т.д.).

Особенно поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с конструктором, раскрашивание, чтение). Поддерживайте дома чёткий распорядок дня (время для приёма пищи, выполнения домашних заданий и сна). Избегайте, по возможности, пребывания с ребёнком в местах скопления людей. Это негативно влияет на его состояние.

Во время игр ограничивайтесь для ребёнка одним партнёром, избегая шумных, беспокойных приятелей.

Оберегайте ребёнка от утомления, оно приводит к нарастанию гиперактивности. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию во время ежедневных прогулок на свежем воздухе, на спортивных занятиях. Помните о том, что, присущая детям гиперактивность может быть минимизирована с помощью перечисленных мер с учётом индивидуальных особенностей ребёнка.