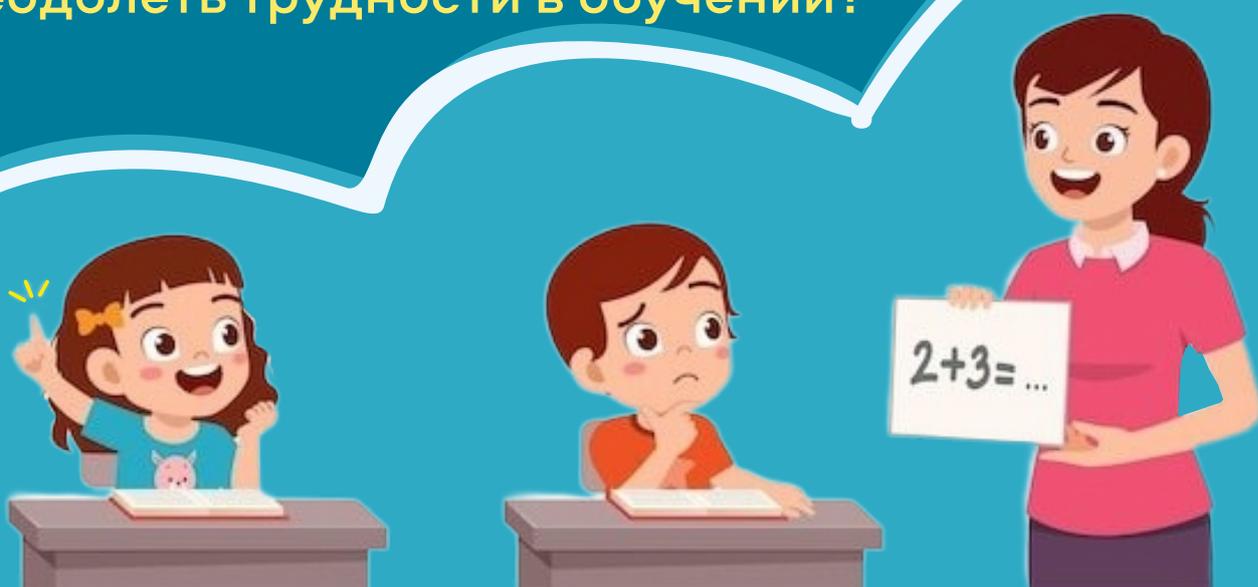




Алтайский краевой центр  
психолого-педагогической и медико-социальной помощи

## ДАЙДЖЕСТ для родителей младшего школьника

Как помочь ребенку  
преодолеть трудности в обучении?



### Содержание:

#### Введение.

**Шаг 1.** Определение причин школьных затруднений

**Шаг 2.** Выбор эффективного типа помощи

**Шаг 3.** Подбор способов преодоления школьных затруднений:

**3.1.** Создание необходимых условия для успешного обучения

**3.2.** Способы развития познавательных способностей

**3.3.** Способы освоения базовых учебных навыков  
и универсальных учебных действий

**3.4.** Способы развития самоконтроля и волевых качеств ребенка

**3.5.** Способы развития навыков продуктивного общения  
с учителями и соучениками

**3.6.** Способы повышения интереса и мотивации к обучению  
в школе

**Подведем итоги.**

## ВВЕДЕНИЕ



Практически каждый ребенок, переступая школьный порог, хочет учиться, узнавать новое и, конечно, получать только хорошие отметки.

Поступление в школу влечет за собой коренное изменение привычного образа жизни, сложившегося у ребенка в дошкольный период. Это новая обстановка и новые контакты, новая форма поведения, новая систематическая деятельность — учеба. Резкое снижение двигательной активности и сложная умственная работа требуют большого напряжения функциональных возможностей всего детского организма. Кроме того, особенности обучения в современной школе связаны со все нарастающим объемом информации, значительной интенсификацией прохождения материала, с постоянной модернизацией и усложнением учебных программ. И не каждый ребенок готов к тому, что процесс обучения сопряжен неизбежными трудностями, переживая и, преодолевая которые он развивается и получает необходимый ему опыт. Если же по каким-либо причинам ребенок не может преодолеть возникающие в процессе обучения трудности, не получает помощи со стороны педагогов и родителей, то это приводит к возникновению хронической неуспешности и серьезному отставанию от программы.

Родители наравне с педагогами должны помочь своему ребенку пройти период обучения без ущерба для своего здоровья, не утратив интереса к учебе, не потеряв веру в себя, в свои силы.

Шаги, которые следует предпринять родителям на этом пути:

### Шаг 1

**ОПРЕДЕЛИТЬ ПРИЧИНЫ ШКОЛЬНЫХ ЗАТРУДНЕНИЙ**

### Шаг 2

**ВЫБРАТЬ ЭФФЕКТИВНЫЙ ТИП ПОМОЩИ РЕБЕНКУ**

### Шаг 3

**ПОДОБРАТЬ СПОСОБЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ШКОЛЬНЫХ ЗАТРУДНЕНИЙ**

## ШАГ 1. Определить причины школьных затруднений



Как выяснить причины школьных затруднений. Поможет в этом статья Анны Каменевой [«Как помочь школьнику с учебой и не навредить ему?»](#), в которой рассказывается о четырех группах факторов, которые негативно влияют на успеваемость и отношение к школе и действиях родителей при выявлении каждого из них.



**Практическое пособие Ануфриева А.Ф., Костроминной С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. — М.: Ось-89, 1997. - 224 с.** (Практическая психология) поможет родителям с помощью специальных диагностических таблиц определить типичные трудности, возникающих в процессе обучения и воспитания детей, а также провести последующую их коррекцию с помощью предложенных коррекционных упражнений. Психодиагностические таблицы, методики и коррекционные упражнения систематизированы в группы развития речи, памяти, внимания, наглядно-образного и логического мышления, личностно-мотивационной сферы.



Прочитав книгу **Соболевой А. Е. и Емельяновой Е. Н. Решаем школьные проблемы. Советы нейропсихолога. - СПб.: Питер, 2009. -144 с.: ил. - (Серия «Вы и ваш ребенок»)** родители смогут осознать собственные ошибки и, исправив их, достигнуть гармоничных отношений с детьми. Собранный в течение десятилетней работы Научно-исследовательского Центра детской нейропсихологии материал раскрывает причины затруднений, которые дети могут испытывать в процессе школьного обучения, - это проблемы учебные, поведенческие, а также проблемы общения со сверстниками и взрослыми – а также предлагает действенные, проверенные на практике, советы.

## ШАГ 2. Выбрать эффективный тип помощи ребенку

Своей реакцией на трудности и неудачи ребенка родители могут как превратить их в ресурс для его развития, так и усиливать их, делать непреодолимыми.

Зарецкий Виктор Кириллович, профессор и Иванова Антонина Александровна, магистр кафедры индивидуальной и групповой психотерапии факультета консультативной и клинической психологии МГППУ выделяют следующие типы помощи родителей в преодолении трудностей в обучении:

**1. Антипомощь** – критика и порицание (усиливает негативные чувства ребенка, не помогает справиться с трудностью).

**2. Формальная помощь** – комментарии на тему, что у всех бывают трудности, без предложения конкретной помощи (не помогает справиться с трудностью).

**3. Инструментальная помощь** – предложение конкретных инструкций или действий (замещает самостоятельную активность ребенка, помогает справиться с отдельно взятой трудностью).

**4. Эмпатическая помощь** – разделение (присоединение) чувств ребенка (стабилизирует эмоциональное состояние ребенка, но не помогает справиться с трудностью).

**5. Инструментально-эмпатическая** – разделение чувств ребенка и конкретные инструкции по преодолению трудности (стабилизирует эмоциональное состояние ребенка, помогает справиться только с отдельно взятой трудностью).

**6. Рефлексивная помощь** – стимулирует активность ребенка в поиске решения без прямых рекомендаций и советов (ребенок с помощью взрослого находит причину своих затруднений, определяет пути их преодоления).

**7. Рефлексивно-эмпатическая помощь** – стабилизирует эмоциональное состояние ребенка, способствует осмыслению им неадекватных способов действий, их перестройке, выработке новых способов.

Эффективными способами родительской помощи детям в преодолении учебных трудностей считаются те, которые при наличии эмоциональной поддержки предполагают мобилизацию его собственных ресурсов и активную позицию ребенка по отношению к преодолению затруднения, способствуют осмыслению им неадекватных способов, их перестройке, выработке новых способов и их преобразовании внешних действий во внутренние действия, которые уже полностью протекают в уме ребенка.

## ШАГ 3. Подбор способов преодоления школьных затруднений

### 3.1. СОЗДАНИЕ НЕОБХОДИМЫХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УСПЕШНОГО ОБУЧЕНИЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА.

Данные условия включают в себя:



Безусловное принятие неизбежности появления у ребенка тех или иных трудностей в обучении

Постоянное внимание и проявление искреннего интереса к школьной жизни ребенка (его успехам, неудачам, перспективам обучения)



Организация удобного и комфортного рабочего места ребенка в квартире

Совместное с ребенком составление и оформление четкого режима дня



Внимание к индивидуальным особенностям ребенка

Содержательное наполнение досуга ребенка, поощрение его читательских интересов и интеллектуальных увлечений



Обучение ребёнка тайм-менеджменту



Марианна Лукашенко считает, что жизнь современного школьника характеризуют, по меньшей мере, три важные проблемы: 1) непонимание своих жизненных целей и неумение организовать работу по их достижению; 2) неумение грамотно спланировать время на выполнение огромного количества задач, поставленных в школе, и неспособность разобраться с их приоритетами; 3) незнание ребенком способов борьбы с тем, что мешает ему все успевать, будь то внешние отвлечения, потерянная из-за беспорядка тетрадка или собственная лень. Между тем эти проблемы достаточно эффективно решаются с помощью тайм-менеджмента.

Обобщив многолетний опыт «детского» тайм-менеджмента, она предлагает технологии, с помощью которых родители смогут сами освоить с детьми весь инструментарий организации времени, в книгах:

Лукашенко М. Тайм-менеджмент для детей: Книга продвинутых родителей / Марианна Лукашенко. – М.: Альпина Паблишер, 2012. – 297 с., и Лукашенко М. Тайм-менеджмент для школьника: Как Федя Забывакин учился временем управлять / М.Лукашенко. – М.: Альпина Паблишер, 2015 – 178 с.

### 3.2. СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

У каждого ребенка свой уровень развития памяти, мышления, внимания и свой предел возможностей. Кто-то легко учится на одни пятерки, а кому-то надо приложить огромные усилия, чтобы получить твердую тройку. Если Вы подозреваете, что Ваш ребенок плохо учится именно по этой причине, подтвердить или опровергнуть ваше предположение может детский психолог. Он проведет ряд психодиагностических исследований и расскажет Вам - позволяют ли интеллектуальные возможности ребенка успешно осваивать школьную программу.

Если же у ребенка нет ограниченных возможностей здоровья, то, улучшить его познавательные способности такими способами, как:

Обеспечивать ребенка новыми впечатлениями и информацией

Предоставлять возможность приобретать знания самостоятельно

Проводить вместе с ребёнком наблюдения и эксперименты

Играть в познавательные игры, игры на смекалку, логику, сообразительность, разгадывать кроссворды и ребусы



Вместе смотреть и обсуждать научно-популярные фильмы и программы-менеджменту

Стимулировать познавательную активность ребёнка можно также с помощью упражнений:



Задания, направленные на формирование таких мыслительных операций, как выделение существенного признака, сравнения, классификации, обобщения, анализ, синтез и т.д. представлены в пособии Дудниковой Е.С., Т.В. Борисовой [Упражнения по развитию когнитивных способностей младших школьников](#): Книга для родителей и педагогов.

Книга Черемошковой Л.В. *Как развить способности младшего школьника: память, мышление, внимание: Пособие для родителей и педагогов* – содержит игры, задания и упражнения для развития памяти, мышления и внимания детей 7–10 лет, пути и методы развития произвольного внимания, способностей к запоминанию и анализу учебного материала. Приложения содержат образцы развивающего и диагностического материала, который можно использовать в совместной деятельности с детьми разного возраста



### 3.3. СПОСОБЫ ОСВОЕНИЯ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ НАВЫКОВ И УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Для того, чтобы успешно осваивать школьную программу ребенок должен овладеть такими базовыми учебными умениями и универсальными учебными действиями, как:

- читать, писать, считать;
- выполнять инструкции, планировать, прогнозировать результаты, контролировать, оценивать и исправлять при необходимости свою учебно-познавательную деятельность;
- работать с текстом, осуществлять библиографический поиск;
- работать самостоятельно, в паре и группе, уметь слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, приходить на помощь и принимать помощь, взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками и взрослыми;
- соотносить поступки с принятыми нормами поведения, знание и применение моральных норм.

*В учении главное невыполнение отдельного учебного задания по любому предмету, а научение способу действий при выполнении всех заданий такого типа*

Практически все эти умения закладываются и формируются в начальной школе. Однако встречаются дети, у которых и в среднем звене школы умения читать, считать, писать, пересказывать не превратились в навык.

Инструменты, с помощью которых ваш ребенок освоит базовые учебные навыки и сможет хорошо учиться предлагает педагог и нейропсихолог Шамиль Ахмадуллин в своей книге *«Как легко учиться в младшей школе! От 7 до 12. Книга для родителей»* ((Уникальные методики развития)). Книга содержит упражнения и рекомендации, выполняя которые вместе с ребенком, вы заложите основы его успешного обучения и будущих достижений.

Также помочь ребенку освоить базовые учебные навыки вы можете, используя серию книг Костроминой С.Н. «Учиться на пятерки»:

*«Учиться на пятерки по русскому языку. Как?»*: предложенные упражнения развивают базовые психические процессы, «ответственные» за языковую грамотность, и любые слова и правила окажутся ребёнку по плечу.

*«Учиться на пятерки по математике. Как?»*: упражнения развивают базовые психические процессы, «ответственные» за математику. А веселые путешествия в компании с забавными героями превратят изучение математики в увлекательную игру, волшебным результатом которой станут прочные знания и школьные успехи.

*«Учиться на пятерки по чтению. Как?»*: предложенные упражнения научат ребёнка не только осмысленно читать, но и разовьют его речь, мышление, кругозор.



### 3.4. СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ САМОКОНТРОЛЯ И ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА



#### МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

По мнению специалистов Московского института коррекционной педагогики, развитие навыков самоконтроля — это один из самых ценных процессов в воспитании ребенка в нашем высоко коммуникативном мире.

*Бесценные умения - держать себя в руках, делать то, что должен, даже когда не очень хочется, не поддаваться сиюминутной лени, не сталкиваться с разрушительным воздействием импульсивности, избежать многих конфликтов со сверстниками и взрослыми - доступны тренировке и развитию. А о том, как именно это сделать они рассказывают в своей статье [«Формирование навыков самоконтроля у младших школьников»](#).*

Отличительная особенность положения ученика, состоит в том, что его учеба является обязательной, общественно-значимой деятельностью, сопровождаемой волевыми действиями, необходимость в которых возникает, когда на пути ее реализации появляется препятствие. Для того чтобы ребенок успешно справлялся с возникающими в учебной деятельности препятствиями, ему необходимо выработать в себе такие волевые качества, как:

- дисциплинированность - сознательное выполнение установленного в данной деятельности порядка (соблюдение требований учителя, выполнение правил в учебной деятельности);
  - самостоятельность - умение самому организовать свою деятельность и выполнение посильной работы без помощи и постоянного контроля со стороны (без напоминаний, подсказок);
  - упорство и настойчивость - умение продолжать деятельность при нежелании ею заниматься или при возникновении другой, более интересной деятельности;
- выдержка - проявление терпения в деятельности, выполняемой в затруднительных условиях.



Специалисты по нейропсихиатрии и детской и подростковой психотерапии Дэниел Сигел и Тина Брайсон убеждены: когда мы призываем детей к порядку, наша задача – не запрещать и наказывать, а научить их. Научить контролировать свои порывы, справляться с гневом и другими сильными негативными чувствами, справляться с последствиями их поступков для окружающих. При освоении этих навыков в мозге ребенка образуются прочные нейронные связи, формируя его личность и характер, они становятся естественной потребностью и в дальнейшем помогают справляться с любыми трудностями и принимать правильные решения. И научить своих детей всему этому можно без всяких драм и слез – утверждают авторы и убедительно доказывают это в книге **«Дисциплина без драм. Как помочь ребенку воспитать характер»**.

### 3.5. СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ПРОДУКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ С УЧИТЕЛЯМИ И СОУЧЕНИКАМИ

Одной из причин трудностей в обучении является не умение ребенка выстраивать отношения со сверстниками в учебной и внеучебной деятельности – совместно действовать, договариваться, соблюдать правила совместной работы. А также не умение общаться с учителем – выполнять его требования, просить о помощи, соблюдать установленные правила.

То, как складываются отношения с учителем, может либо смягчить, либо, наоборот, усугубить школьные трудности вашего ребенка. Поэтому задача родителей – внушить ребенку, что выполнение учительских заданий и требований – гарантия успешной учебы и отсутствия конфликтов.

Общение со сверстниками, важная часть жизни ребенка. И если у ребенка есть проблемы во взаимодействии с другими детьми, то о мыслях об учебе не может быть и речи. И тут ваша помощь ребенку будет неоценима – узнайте, что за дети учатся в вашем классе, познакомьтесь с их родителями, постарайтесь организовывать совместные мероприятия для ваших детей, принимать активное участие в жизни класса, приглашать одноклассников на праздники в свой дом. А самое главное – развивайте у ребенка коммуникативные умения и навыки.



*Книга Soft skills «Коммуникативные навыки»: в задачах и картинках* - поможет научить вашего ребёнка общаться, эффективно взаимодействовать с другими людьми и находить нестандартные решения. Она содержит множество практических советов, вопросы и задачи, которые помогут ребёнку применить полученные знания на практике.

Если ребенка не научить правильно строить общение с детства, то в дальнейшем все эти проблемы перетекут в его взрослую жизнь. О том, какие проблемы чаще всего бывают у детей в общении со сверстниками и как с этими проблемами эффективно бороться рассказывается в *книге - тренинге Шамиля Ахмадуллина и Дианы Шарафиевой «Как научить ребенка общаться со сверстниками»*.

Книга включает в себя конкретные примеры и практические рекомендации.



### 3.6. СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА И МОТИВАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

Стремление учиться заложено в нас природой. Новые знания и навыки помогают нам адаптироваться и выживать. Поэтому ребенок с рождения жаждет познавать мир, а будет ли он стремиться делать это и в школе зависит от взрослых.

Отсутствие мотивации и интереса к обучению как самостоятельная причина редко встречается сама по себе, гораздо чаще нежелание учиться является следствием различных трудностей, с которыми ребенок сталкивается в связи со школой: неудачами, конфликтами, частой критикой учителей и родителей, постоянным ощущением, что он хуже других и т.д. Родителям важно понять, что является первичной проблемой, и уделить особое внимание ее решению.

Для поддержания учебной мотивации ребёнка следует также соблюдать следующие правила:

- Поддерживать с ребёнком доверительные отношения, чтобы он всегда мог поделиться своими проблемами и сомнениями.
- Поговорить с ребёнком о каждом школьном предмете, обсудив его значимость не только для обучения, но и для жизни.
- Всегда спрашивать у ребёнка, как прошёл его день в школе и помогать находить положительные моменты даже если день был неудачным.
- Проверять выполнение домашних заданий – помогая ребенку самостоятельно найти допущенные ошибки и неверные решения.
- Хвалить ребёнка даже за самые незначительные успехи.
- Сравнивать результаты ребёнка с его предыдущими результатами, а не с достижениями других детей.
- Никогда не говорить о школе с негативной точки зрения, ребёнок должен видеть, что вы высоко оцениваете роль образования.

О том, какими способами можно заинтересовать ребенка учебной и сбросить нервы себе и ему, рассказывают психологи онлайн-школы Kidskey в статьях [«Что делать родителям, если ребёнок не хочет учиться в школе?»](#) и [«Пять неочевидных способов, как мотивировать ребенка учиться в школе»](#).



А коллектив авторов во главе с Николаем Ягодкиным, ведущим экспертом по инновационным образовательным технологиям предлагает своеобразный родительский учебник, руководство по поиску топлива для «ракеты мотивации» вашего ребенка - **Энциклопедию детской мотивации**. Вы узнаете, где она прячется, по каким законам живет и, главное, как правильно с ней работать, как воспитывать ребенка, чтобы тяга к обучению только крепла с первых классов школы и как сохранить добрые отношения с ребенком, мотивируя его на учебу.



Адель Фабер и Элейн Мазлиш в книге **«Как говорить с детьми, чтобы они учились»** дали отличные советы, как разговаривать с детьми, чтобы хотелось учиться и дома, и в школе; как создать эмоциональную среду, в которой дети не будут бояться воспринимать все новое и незнакомое; на примерах продемонстрировали, как подтолкнуть детей к принятию ответственности и выработке самодисциплины.

### ШАГ 3. ПОДБОР СПОСОБОВ ПРЕОДОЛЕНИЯ ШКОЛЬНЫХ ЗАТРУДНЕНИЙ

Любой родитель хочет видеть своего ребенка успешным. А неуспешным школьник становится только тогда, когда вовремя не были преодолены его «школьные трудности».

Самый эффективный путь помощи ребенку с трудностями в обучении – это внимание, доброжелательность и терпение, желание понять причины и умение найти действенные способы помощи.

Со временем вы найдете наиболее эффективные стратегии, которые помогут ему преодолеть трудности в учебе. При этом следует помнить, что все дети разные, и важно выбирать способы помощи в соответствии с индивидуальными потребностями вашего ребенка.

Однако, какие бы способы и приемы вы ни выбирали - первостепенное значение и сильнейший стимул для достижения успеха в обучении вашего ребенка - это ваша поддержка и родительская любовь!

