

**Рекомендации родителям по оптимизации
познавательных процессов и навыков саморегуляции
детей для успешной учебы**

Макарова Светлана Аркадьевна



Внимание – это важнейшее качество, которое характеризует процесс отбора нужной информации и отбрасывания лишней.

В человеческий мозг ежесекундно поступают тысяча сигналов из внешнего мира. Если бы не существовало внимания – своеобразного фильтра – то наш мозг не смог бы избежать перегрузки.

Объектом внимания может быть все, что угодно - предметы, явления, отношения, действия, мысли, чувства других людей и свой собственный внутренний мир.

Существует зависимость между уровнем развития внимания младшего школьника и успешности его обучения. Если у ученика младших классов доминирует низкий уровень развития *устойчивости, объема, переключения* внимания, то предполагается, что у него будут определенные проблемы в обучении.

Проблемы могут быть в трудности усвоения материала – как наглядного, так и устного и письменного, что повлечет за собой неуспеваемость, отставание в обучении, непрочность и недолговременное усвоение материала.



Слабость произвольного внимания – одна из основных причин школьных трудностей: неуспеваемости и плохой дисциплины, в связи с этим важно рассмотреть, как формируется этот вид внимания и с помощью каких приемов его можно развить и скорректировать.

Основное направление рекомендаций для родителей при расстройствах внимания и нарушениях самоконтроля у детей – это помощь в формировании операций проверки и оценки своей работы.

1). Сначала взрослый пишет небольшие тексты (желательно, занимательные для ребенка) с множеством грубых ошибок. Нельзя делать ошибки на орфографические правила, еще не известные ребенку. Можно использовать не только орфографический, но и математический материал: выписывать столбики примеров с решениями, примерно треть которых неверна. Ребенок должен выполнить роль учителя: красным карандашом исправить ошибки.

2). После того, как ребенок научится находить по крайней мере половину ошибок, сделанных взрослым, ему предлагается взять на себя его роль: «Давай-ка теперь ты сам будешь делать ошибки. Сегодня спиши вот эти три предложения, но сделай в них побольше ошибок, чтобы завтра или

послезавтра тебе было, что исправить. Теперь ребенок сам пишет тексты с нарочитыми ошибками и на несколько дней откладывает эти задания самому себе, а потом проверяет собственную работу.

3). На третьем этапе самоконтроль, организованный в шутивно-игровой форме, переходит в серьезный, деловой самоконтроль домашних заданий (до этих пор домашние работы проверяют родители). Поручить ребенку проверить собственное домашнее задание следует лишь после того, как будут хорошо отлажены игровые приемы проверки. Самоконтроль должен быть сформирован заранее: привычку к постоянному контролю следует вырабатывать лишь на фоне достаточно сформированной техники.



Память - это способность запоминать то, что мы видим, слышим, говорим и делаем, сохранять все это и в нужный момент воспроизводить.

Наибольшего развития память достигает к **25 годам** и сохраняется до **50 лет**. Затем способность запомнить и вспомнить постепенно идет на убыль.

Повторение – одно из важнейших условий запоминания. Для улучшения запоминания необходимо выделение основных мыслей, использование иллюстраций, составление планов, схем, таблиц.

Особенности памяти младшего школьника

- ▶ Наглядно-образный характер;
- ▶ Доминирует зрительная память;
- ▶ Младшие школьники с трудом связывают в своей памяти отдельные части изучаемого явления, представляют себе общую структуру, целостность;
- ▶ Запоминание, в основном, носит механический характер.

Рекомендации при нарушениях памяти

- ▶ Если при обследовании обнаруживаются нарушения памяти, то необходимо тщательно проверить *степень сохранности различных ее видов*: слуховой, зрительной, двигательной, смысловой.



- ▶ Если наиболее сохранна слуховая память, то нужно посоветовать, чтобы ребенок читал вслух материал, подлежащий запоминанию. При недостаточной технике чтения можно прибегнуть к помощи взрослых, а так же воспользоваться аудиоматериалом, диктофоном.
- ▶ Если более всего развита зрительная память, то нужно максимально использовать разнообразные средства наглядности



- ▶ При преобладании двигательной памяти следует рекомендовать ребенку кратко записывать (конспектировать) материал, который нужно запомнить. Этот метод наиболее подходит для подростков: для младшего школьника конспектирование может оказаться непосильной задачей.



- ▶ При нарушениях памяти надо постараться минимизировать объем изучаемого материала, добиваясь не его дословного запоминания, а общего понимания материала. В тех случаях, когда все же требуется дословное заучивание, нужно проводить его маленькими порциями, добиваясь полного выучивания каждой такой порции, прежде чем переходить к следующей.
- ▶ Например, заучивая стихотворение, удобно учить его по одному четверостишию, не пытаясь повторять все стихотворение целиком. Однако перед началом выучивания нужно подробно разобрать с ребенком развитие темы, чтобы впоследствии четверостишия не менялись местами.

Нарушение планирования и организации деятельности

- При расстройствах планирования и организации деятельности родителям рассказывается, как учить ребенка планированию своих действий. Выделяя в каждом детском действии отдельный этап планирования как подготовки к действию: *«В двух словах скажи, как будешь решать эту задачу»*, взрослый должен следить за тем, чтобы планы были реализованы, чтобы действие не подменялось его планированием.
- Планировать следует не только умственные, но и бытовые, повседневные действия. Так, принимаясь за уроки, ребенок должен решить, в какой последовательности он их будет выполнять.
- Этот общий план нужно не только составить, но и материально закрепить: достать все, что нужно для приготовления уроков, сложить учебники и тетради на рабочем месте именно в той последовательности, которая намечена в плане
- Все организационные моменты деятельности должны быть доведены до автоматизма. С чего начать, какой именно участок детской неорганизованности упорядочить и автоматизировать в первую очередь – приготовление уроков, утренний ритуал сборов в школу, вечернюю уборку игрушек, собирание портфеля, – это родители решат сами.



- Задача психолога в том, чтобы убедить их не хвататься за все сразу и не рассчитывать на быстрый успех, но последовательно отрабатывать каждый отдельный автоматизм.
- Ребенок, не владеющий навыками самоорганизации, нуждается сначала в максимальной, а потом – в постепенно убывающей помощи взрослых. Но если ему все время трудно выполнять даже самые доброжелательные организационные требования взрослых, то он их выполнять не станет.
- Следовательно, взрослые проявляют завышенные требования, не отдавая себе отчет в том, что низкий уровень организации деятельности школьника – это расплата за их собственные педагогические упущения в дошкольном воспитании ребенка.