**Учусь и не ленюсь! Возможно?**

Как сделать, чтобы ребенок садился за домашние задания без проблем? Вот некоторые рекомендации, к которым психологи Центра пришли совместно с участниками встречи на Школе бабушек-опекунов. Делимся.  
**Общие правила для Взрослого при подготовке ребенком домашнего задания.**

1. *Создать ситуацию успеха.*Это очень важно. Любое действие легко начать, если веришь, что получится!

2. *Помощь должна быть развивающей.*Помогать — это значит учить учиться. Учить искать трудное-легкое в задании. Не фиксировать на ошибках и неумении ребенка, а нацеливать на задачу изменения. Чего тебе не хватило, чтобы выполнить, чему научиться еще надо?

3. *Контроль должен быть обучающий.*Если ребенок не самостоятелен, то контролировать окончательный результат выполненного бесполезно. Проверяйте по ходу выполнения домашнего задания. Предупредить ошибки лучше, чем исправлять.

**Правила-действия для Взрослого в помощь.**

1.Упростить первый шаг ( раздробите задачу на ряд маленьких). *Это поможет снять панику перед кажущимся большим и трудным заданием*

2. Хвалите за усилия, старание ( микроизменения). *Лучше замечать маленькие победы, чем указывать на то, что ребенок еще не умеет.*

3. Оценивайте только действия, а не личные качества ребенка. *Замечания типа «ты не умеешь слушать, ты не старательный» — бессмысленны. Лучше сказать « это задание тебе не удалось, здесь тебе не хватило пока внимания» и т.д.*

4. Требуйте разумно, но жестко. *Не повторяйте по нескольку раз «садись за уроки». Скажите один раз и помогите сесть. таким образом выработается привычка с первого раза слышать.*

5. Учите самостоятельности в другом, не касающемся учебы. *Учиться самостоятельности следует с выполнения поручений по дому, по обслуживанию себя. Это подготовит к переходу к самостоятельности в приготовлении домашнего задания.*

**Напоминалки – помощники для Ребенка, когда не хочется делать уроки**

1. Глаза боятся – а руки делают! ( пусть руки начинают писать)

2. По камушку китайцы перетащили огромную гору на другое место! (уроки складываются из частей. Начни с первой)

3. Награда ждет своего героя! (Отмечай в блокноте свои победы « Не хотел, а сделал!»)

4. Главное - добежать до финиша! (Тренируй силу воли, когда хочется особенно бросить делать уроки)

5. Интереснее победить на Олимпиаде! (Легкое задание сделает любой, а ты попробуй Трудное! Оно всегда интереснее и приятнее)

*Рекомендации подготовила Попова Алиса Харитоновна*