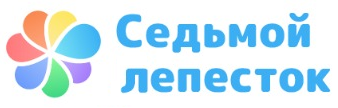
****

**КАК ПОМОЧЬ ДЕЛАТЬ УРОКИ ГИПЕРАКТИВНОМУ РЕБЕНКУ**

**Подготовка**Выберите день и обратитесь к ребенку с такими словами: "Знаешь, меня научили, как быстро сделать уроки. Давай попробуем сделать их очень быстро. Должно все получиться!"  
Попросите ребенка принести портфель, выложить все нужное для выполнения уроков. Сказать: ну, попробуем поставить рекорд – сделать все уроки за час (допустим).

Важно: время, пока вы готовитесь, убираете со стола, раскладываете учебники, выясняете задание, в этот час не входит.

Нужно предупредить с утра: сегодня мы попробуем поставить рекорд по выполнению заданий в самые короткие сроки, от тебя требуется только одно: тщательно записать все задания.

**Первый предмет**

-Приступаем. Открывай дневник, смотри, что задано. Что будешь делать сначала? Русский или математику? (Не имеет значения, что он выберет, – важно, чтобы ребенок сам выбрал).

-Бери учебник, найди упражнение, а я засекаю время. Читай задание вслух. Так, я что-то не поняла: а что нужно сделать? Объясни, пожалуйста.

Нужно переформулировать задание своими словами. Оба – и родитель, и ребенок – должны понимать, что именно нужно сделать.

-Читай первое предложение и выполняй то, что нужно сделать. Лучше сначала сделать первое пробное действие устно: что тебе нужно написать?

-Проговори вслух, затем пиши.

Иногда ребенок что-то говорит правильно, но сразу забывает сказанное – и, когда надо записать это, уже не помнит. Тут мама должна работать диктофоном: напомнить ребенку, что он сказал. Самое главное – это уже с самого начала добиться успешности.  
Работать надо не спеша, не делать ошибок:

Проговаривай, как пишешь, Москва – "а" или "о" следующая? Проговаривать по буквам, по слогам.  
-Смотри-ка! Три с половиной минуты – а у нас уже сделано первое предложение! Теперь ты запросто все закончишь!

То есть за усилием должно следовать поощрение, эмоциональное подкрепление, оно позволит поддерживать оптимальный энергетический тонус ребенка.  
На второе предложение нужно потратить чуть меньше времени, чем на первое.  
Если вы видите, что ребенок начал ерзать, зевать, делать ошибки – остановите часы.

- Ой, я забыла, у меня на кухне кое-что не сделано, подожди меня.

Ребенку надо дать короткую передышку. В любом случае, нужно добиться, чтобы первое упражнение было сделано как можно более компактно, минут за пятнадцать, не больше.

**Перемена**  
После этого уже можно отдохнуть (таймер отключается).

-Ты герой! Ты за пятнадцать минут сделал упражнение! Значит, за полчаса мы сделаем весь русский! Ну, ты уже заслужил компот. Вместо компота, конечно, можно выбрать любую другую награду.

Когда даете передышку – очень важно не потерять настрой, не дать ребенку отвлечься за время отдыха.

-Ну, ты готов? Давай, еще два упражнения сделаем так же!

И опять – читаем условие вслух, проговариваем, пишем.  
Когда закончен русский – надо отдохнуть побольше. Остановить таймер, сделать перерыв в 10-15 минут – как школьная перемена. Договаривайтесь: в это время нельзя включать компьютер и телевизор, нельзя начинать читать книжку. Можно заняться физическими упражнениями: покидать мячик, повисеть на турнике.

**Второй предмет**

Так же делаем математику.

-Что задано? Открой учебник. Опять запускаем время. Отдельно пересказываем условия. Отдельно ставим вопрос, на который надо ответить.

-Что же спрашивается в этой задаче? Что требуется?  
Часто бывает, что математическая часть воспринимается и воспроизводится легко, а вот вопрос забывается, формулируется с трудом. На вопрос надо обратить особое внимание.  
-Мы можем сразу ответить на этот вопрос? Что нужно сделать для этого? Что нужно узнать сначала?

Пусть ребенок самыми простыми словами расскажет: что надо сделать в каком порядке. Сначала это внешняя речь, потом ее сменит внутренняя. Мама должна страховать ребенка: вовремя ему намекать, что он не туда пошел, что нужно изменить ход рассуждений, не дать ему запутаться.

Самая неприятная часть математического задания – это правила оформления решения задач. Спрашиваем ребенка: а вы решали в классе похожую задачу? Давай посмотрим, как надо написать, чтобы не ошибиться. Подглядим?

На форму записи нужно обратить особое внимание – после этого ничего не стоит уже записать решение задачи.

**Затем проверка.**

-Ты говорил, нужно сделать то-то и то-то? Это сделал? А это? Это? Проверили, теперь можно писать ответ? Ну, сколько времени заняла у нас задача?  
Как же это ты так успел за такое время? Ты заслужил что-нибудь вкусное!  
Задача сделана – беремся за примеры. Ребенок сам себе диктует и записывает, мама проверяет правильность. После каждого столбика говорим:

-Потрясающе! Беремся за следующий столбик или компоту?  
Если видите, что ребенок устает – спрашивайте:

-Ну что, еще поработаем или пойдем компот пить?

***ВАЖНО!***

*Мама должна сама быть в хорошей форме. Если она устала, хочет побыстрее отвязаться, если у нее болит голова, если она одновременно что-то варит на кухне и поминутно туда бегает – так дело не пойдет.  
Так нужно посидеть с ребенком один или два раза. Затем мама должна начинать планомерно устранять себя из этого процесса. Пусть ребенок расскажет маме всю смысловую часть своими словами: что надо сделать, как сделать. И мама может отлучиться – пойти в другую комнату, на кухню… но дверь открыта, и мама незаметно контролирует: занят ли ребенок делом, не отвлекся ли на посторонние дела.  
Фиксироваться на ошибках не надо: нужно добиться эффекта результативности, надо, чтобы у ребенка появилось ощущение, что у него все получается.*