

Как мотивировать ребенка к началу нового учебного года

Включиться в школьный ритм после трех месяцев отдыха ребенку, конечно, не легко. Чтобы психологически настроить ребенка на перемены, рекомендуем проделать вместе с ним шесть следующих шагов:

Шаг 1. Определите с ребенком ясные позитивные цели

За неделю до начала учебного пометайте вместе с ребенком на пару-тройку лет вперед. Решите с ним, что предстоит сделать для исполнения этой мечты. Запишите цели на ближайший год, сделайте небольшой плакат, который ребенок будет видеть в своей рабочей зоне. Например, сдать аттестацию на отлично, освоить новый курс, выиграть олимпиаду по иностранному языку. Главное, чтобы обозначенные цели были достижимы и одновременно с этим требовали от ребенка определенных усилий. Проговорите, что получит ребенок в результате достижения этих целей. Пусть сентябрь станет для него точкой отсчета к большим стремлениям.

Шаг 2. Обновите рабочее пространство

За несколько дней до начала занятий обновите место, где занимается ваш ребенок. Наведите порядок, поменяйте местами привычное расположение предметов, повесьте на стенах учебный материал нового класса. Смена обстановки поможет ребенку настроиться на рабочий лад.

Шаг 3: Вместе подготовьте школьные принадлежности.

Постепенно входить в школьный режим поможет подготовка канцелярских принадлежностей и одежды. Главное - отправиться по магазинам вместе с ребенком. Заранее составьте список того, что нужно купить и оговорите сумму, которую вы можете потратить. Совет психолога: для младших школьников лучше выбрать вещи с приглушенной цветовой гаммой, без украшений и ярких картинок, чтобы яркие принадлежности не отвлекали от учебного процесса, внимание детей этого возраста еще не устойчиво. Начиная с 5-6 класса ребенку можно выдать определенную сумму денег, чтобы он выбрал и купил некоторые принадлежности сам. Объясните ребенку, договоритесь, почему лучше покупать те или иные вещи.

Шаг 4. Вспомните с ребенком прошлый учебный материал

Уделите время обсуждению с ребенком прошлого учебного материала: предметы, темы. Решите пару тестов по базовым предметам. Выберите темы, нуждающиеся в повторении, распределите их по дням, оставшимся до начала занятий. Важно, чтобы ребенок видел объем материала и понимал, что он ему вполне по силам.

Шаг 5. Сформируйте с ребенком режим его работы и отдыха

Значимый момент в психологической подготовке - определение границы между отдыхом и учёбой. Спланируйте, сколько часов в день ваш ребенок будет заниматься. Для 1-4 класса – это не больше часов; 5-11 классов — не больше 5-7 часов. Обозначьте время, которое ребенок сможет распределять самостоятельно. Таким образом, время, затрачиваемое на учёбу, будет «осязаемо» и станет не таким пугающим. Это тоже поможет ребенку настроиться на учёбу.

Шаг 6. Обозначьте для ребенка время на раскачку.

Пусть первая неделя будет для ребенка вводной. Обсудите с ним этот вопрос, чтобы он посещал занятия и делал, например, по одному домашнему заданию в день. Но со второй недели, должна начаться серьезная работа.