

## **Рекомендации родителям**

### **«Как правильно помочь ребенку с РАС при выполнении домашнего задания»**

Очень важно с первых дней ребенка с РАС в школе сформировать у него положительное отношение к домашним заданиям. Для формирования у обучающегося положительного настроения и стереотипа к выполнению домашних заданий рекомендовано работать в нескольких направлениях:

#### **1. Формирование правильного настроения.**

С самого начала нужно ребёнку дать понять, что его уроки так же важны, как и самые серьезные дела взрослых. Нельзя показывать ребёнку с РАС, что его «работа» может быть отодвинута на второй план по сравнению с другими более важными делами. Очень важно, чтобы при выполнении домашнего задания обучающийся был в хорошем настроении. Если мы видим, что он угрюмый и неулыбчивый, нужно обязательно развеселить его: пошутить, поиграть вместе в весёлую игру, спеть любимую песню. Необходимо найти тот способ, который подойдёт конкретному ребёнку.

#### **2. Формирование уверенности в своих силах.**

Выполнение домашнего задания предусматривает значительную долю самостоятельной работы ребёнком. Учитывая особенности детей с РАС, проявление самостоятельности у них бывает затруднено. Главная задача родителей — не дать ребёнку почувствовать себя беспомощным перед тем или иным заданием, вовремя оказать ему необходимую помощь. Не следует оставлять ребёнка одного, если нет гарантии, что он сам точно справится с заданием. Только в состоянии покоя и уверенности у ребенка будет возникать меньше отрицательных эмоций от столь трудной для него учебной деятельности.

#### **3. Формирование правильной мотивации.**

Выполнение домашних заданий не должно использоваться в качестве наказания за проступки, нельзя говорить: «Если ты не перестанешь баловаться, мы будем делать уроки», «Пока ты не сделаешь уроки, мультики я тебе не включу». Нужно преподнести домашнее задание как нечто интересное. Для этого в ходе выполнения задания можно использовать какие-нибудь маленькие сюрпризы, похвалу, которые обязательно вдохновят ребёнка на «подвиги». При этом нужно действовать очень аккуратно, чтобы не получилось, что ребёнок будет что-либо делать только за вознаграждение. Хотя в определённых случаях такой способ, если он является единственно возможным на данном этапе работы, тоже допустим. Похвала имеет очень большое значение! Ребёнка нужно хвалить за любые затраченные усилия, отмечать любые, даже незначительные успехи.

#### **4. Формирование адекватного восприятия ошибок.**

Выполняя вместе с ребёнком домашнее задание, нужно постараться не делать слишком большой акцент на допускаемых им ошибках. Необходимо отмечать положительные моменты, обращать внимание на то, что сделано правильно. Можно предложить ребёнку поиграть: пусть он станет учителем, сам проверит свою работу. У ребёнка не должно возникнуть отношения к трудностям и ошибкам, как к чему-то непреодолимому. Нужно помочь ему почувствовать, что сначала с помощью взрослого, а потом и самостоятельно он может с ними справиться.

#### **5. Создание условий для выполнения домашних заданий.**

➤ **Учебное пространство** (привычное рабочее место, привычный распорядок дня, привычные места для необходимых принадлежностей).



Учебное пространство должно быть не просто удобным в эргономическом плане (правильно подобранная мебель, достаточный уровень освещённости), но и чётко структурированным. Ребёнку с РАС нужен лёгкий и быстрый доступ к его учебным принадлежностям. Очень удобно, когда все учебники и рабочие тетради по одному предмету обернуты в обложки одинакового цвета, лежат в подписанной или обозначенной картинкой-символом папке. Письменные принадлежности, ножницы, линейки, ластик, циркуль аккуратно лежат в пенале. Если это необходимо, место в пенале тоже можно подписать. Ребёнок должен самостоятельно ориентироваться в дневнике, понимать, по каким предметам у него есть домашнее задание, и знать, как его выполнить. Для этого должны быть таблицы, визуальные схемы-опоры, помогающие ребёнку определить, что и как он будет делать. Такие схемы могут понадобиться как при организации базовых учебных действий (сбор портфеля, запись числа, поиск нужной страницы и задания в учебнике, поиск чистой страницы в тетради и т.д.), так и при выполнении непосредственно учебных заданий. Взрослым необходимо научить ребёнка пользоваться такими опорами. В дальнейшем он сможет не только с помощью них выполнять задания самостоятельно, но и научиться сам для себя их создавать.

#### ➤ **Рабочая атмосфера.**

Во время выполнения домашнего задания необходимо учитывать особенности восприятия у ребёнка. Очень большое значение имеет звуковой фон. Могут быть разные варианты организации: поддерживающий фон или отсутствующий. Если ребёнок нуждается в полной тишине, необходимо её организовать. Этого можно добиться, например, с помощью специальных наушников. В ситуации, когда ребенок, наоборот, постоянно стремится создавать сам разнообразные шумы и отвлекается на любые звуки: тихие, механические, удаленные, так же можно использовать наушники, но уже с любимой музыкой ребёнка или любыми другими записями. Во время работы обучающийся должен иметь возможность отвлечься, успокоиться или сосредоточиться с помощью стимулирования тактильной чувствительности.

Так, например, многим детям с РАС помогает наличие балансирующей подушки на стуле, специальной покачивающейся подставки под ноги, вращающегося кресла. Для детей, которые любят гладить, тереть и трогать всевозможные материалы, можно использовать приклеенные на внутренней поверхности стола панели с различной текстурой: разнообразными тканями, наждачной бумагой, деревом, пластиком, металлом, верёвочками, атласными ленточками и т. д. Даже если у ребёнка с РАС нет необходимости в перечисленном, нужно обратить внимание на то, насколько комфортны для него прикосновения к учебным принадлежностям. Так, при выборе ручки важны и её толщина, и материал, из которого сделан корпус, и качество скольжения по листу. Покупая тетрадь, обратите внимание на цвет и контрастность разлиновки, толщину и качество листов. При таком богатом выборе, как сейчас, можно найти ручки, фломастеры, карандаши не только из различных материалов, но и разной толщины, формы, веса и даже ароматизированные.



Массажно - балансировочная подушка на стуле

➤ **Планирование времени.**

Школьнику с РАС бывает очень сложно начать выполнять задания, потому что он не знает, когда сможет закончить. Необходимо, еще планируя работу над домашним заданием, вводить временные ограничения. До тех пор, пока взрослый хотя бы приблизительно не будет представлять себе, какое время занимает выполнение задания по конкретному предмету, весь процесс нужно поделить на равные интервалы с перерывами. Очень важно чётко следовать регламенту. Тогда ребёнок постепенно привыкнет, и процесс переключения с одного задания на другое будет проходить спокойнее. Выбор способов временных ограничений полностью зависит от умения ученика ориентироваться по часам. Можно использовать обычные часы, электронные, часы с будильником, таймеры и песочные часы. Так, например, если мы выбираем рабочий интервал продолжительностью 15 минут, а длительность перерыва 7 минут, можно установить временные рамки и ориентироваться по обычным часам. Для того чтобы понять, какой интервал подходит ребёнку, нужно внимательно проследить, сколько минут он работает наиболее эффективно. Лучше всего рабочий интервал наращивать постепенно и переключаться на перерыв до того, как обучающийся начнёт уставать. Очень важно, чтобы всё время занятий: и рабочие интервалы, и перерывы между ними, проходили в быстром темпе. Причём паузы должны быть весёлыми, с упором на подвижные совместные со взрослым и приятные для ребёнка игры.

➤ **Образец для подражания.**

Этим образцом может быть один из родителей, братья или сёстры, дедушки или бабушки и даже любимая игрушка. Необходимо создать игровую ситуацию, в которой в роли ученика, кроме ребёнка, будет выступать кто-то ещё. Для этого у всех «учеников» должны быть одинаковые учебные принадлежности, они должны сидеть рядом друг с другом, а не напротив, выполнять одинаковые задания приблизительно в одинаковом темпе. Со временем эту ситуацию можно усложнить, предоставив ребёнку возможность быть учителем, объяснять задания, проверять их выполнение, следить за поведением, ставить оценку и т.д. Одной из важных задач при выполнении домашних заданий является развитие у ребёнка ресурса самостоятельности.

➤ **Визуальные опоры.**

Необходимо учитывать, что способность действовать самостоятельно, нужно тренировать, как отдельный навык. Самыми главными помощниками в этом деле являются все виды визуальных опор, в том числе расписание, алгоритмы, таблицы, схемы и пр. Ребёнка нужно обучить пользоваться данными видами подсказок. И как только он овладеет этими навыками, взрослому необходимо сокращать свою помощь. Когда ребёнок выполняет задание самостоятельно, следует соблюдать три правила: взрослый молчит, не использует жесты и находится вне поля зрения ребёнка. Нужно постараться избежать ситуаций неуспеха, чтобы в опыте ребёнка были только положительные результаты.

Заранее прогнозировать, при выполнении каких заданий могут возникнуть затруднения, и предоставлять необходимые подсказки. Важно постоянно поощрять самостоятельное выполнение любых, даже простейших, заданий, делая акцент на словах «сам», «совсем сам», «самостоятельно». При этом не нужно забывать, что темп работы должен быть высоким. Поэтому задания, которые ребёнок пока выполняет не самостоятельно, необходимо обеспечивать достаточной помощью для поддержания этого темпа. Чем чаще поощрять ребёнка за самостоятельное выполнение отдельных заданий, тем быстрее у него возникнет желание выполнять самостоятельно всё больший объём.



**Самостоятельное выполнение домашнего задания включает в себя не только работу над конкретным упражнением, но и такие виды работы как:** организация своего рабочего места, определение последовательности выполнения заданий, подбор необходимых учебных принадлежностей, проверка качества выполнения, уборка рабочего места.

Для расширения ресурса самостоятельности начинать делегировать ответственность необходимо с более простых действий, например, с уборки рабочего места. И по мере того, как ребёнок совершенствуется в выполнении того или иного компонента домашнего задания, нужно доверять ему всё большую и большую часть работы. Увеличение объёма ответственности предоставляет детям новые возможности и, наоборот, новые возможности влекут за собой увеличение ответственности.

**Самым большим поощрением** для ребёнка с РАС будет каждый новый элемент, который ему доверили, а мотивом станет желание получить полную ответственность. Для того, чтобы ребёнок стал более самостоятельным и ответственным, необходимо повысить значимость результата его деятельности. Позитивное влияние могут оказать семейные вечера по пятницам или в выходные, на которых ребёнок вместе с другими членами семьи будет награждаться медалями, сертификатами, грамотами, дипломами за каждую освоенную компетенцию, даже самую маленькую. При этом все «награды» ребёнка можно размещать в «книге личных достижений». Поощрять и отмечать необходимо не только совершенствование навыка, но и сокращение времени, затраченного на выполнение задания, и даже за уменьшение количества допущенных при этом ошибок. Поощряя любые положительные изменения, мы подчёркиваем значимость результата, доверяя ребёнку всё больше и больше, мы повышаем его уверенность в собственных силах. Нужно быть внимательным в использовании критики. Часто дети очень болезненно реагируют на любые замечания, вплоть до полного отказа от деятельности. Нужно избегать упоминания того, чего не надо делать, акцентировать внимание на том, что делать следует: «следи за временем», «пиши аккуратно», «сосредоточься», «вынь карандаш изо рта». Для этого лучше всего использовать визуальные подсказки в виде картинок, пиктограмм.

**Успехов в учебе!**

**В.М. Лапченкова, педагог-психолог Ресурсной зоны**