

В этом буклете вы найдёте

Список :

4 практических шага
(планирование, таймер,
контроль, ошибки)

Готовые фразы для разговора
с ребёнком

Чек-лист «Что попробовать
завтра»

Типичные ошибки родителей
(и как их избежать)

Примеры диалогов вместо
скандалов

Пример режима дня



Выделение:

Переверните буклет — там
самое важное!

О чём мы говорили на собрании

Почему это важно именно в 4 классе

В 4 классе дети уже умеют читать, считать,
писать. Но многие не могут:

- сесть за уроки без напоминаний;
- распределить время;
- проверить себя;
- не бояться ошибок.



Если не развить самостоятельность сейчас, в
5 классе появятся двойки, стресс и
конфликты.

Цель нашей встречи:
дать вам не теорию, а конкретные приёмы,
которые работают дома.

Вопрос для родителей (из собрания):
Что мешает вашему ребёнку делать уроки
самостоятельно?
(Вспомните ответы: отвлекается, зовёт на
помощь, боится ошибок, не садится без
скандала).

СЕКРЕТЫ ДОМАШНЕЙ РАБОТЫ без стресса и скандалов

Памятка для родителей 4 класса



Переход в 5 класс — это новый
этап. Ребёнку придётся самому
планировать время, запоминать
расписание, отвечать за
домашние задания.

Навык самостоятельности не
появляется сам — его нужно
тренировать уже сейчас.

«Самостоятельность не рождается
за один день. Она вырастает из
маленьких шагов и вашего
доверия».

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ БЛОК

Типичные ошибки родителей

Ошибка Как исправить

Сидеть рядом и каждую минуту проверять

Подходить раз в 10–15 минут

Кричать за ошибки Сказать «Давай разберёмся»

Делать уроки за ребёнка Спросить «Что ты

думаешь?», но не решать вместо него

Награждать деньгами за пятёрки Хвалить за

старание, а не за результат

Сравнивать с другими детьми Сравнивать только

с его вчерашним результатом

Чек-лист «Что я попробую завтра»

Поставьте галочки:

- ☐ Составить вечерний план вместе с ребёнком
- ☐ Использовать таймер (25/5)
- ☐ Не сидеть рядом во время уроков
- ☐ Заменить критику фразой «Давай разберёмся»
- ☐ Похвалить за старание, а не за оценку
- ☐ Сказать ребёнку: «Я верю, что ты справишься»

«Лучшая помощь — та, которая становится ненужной. Наша цель — вырастить человека, который умеет учиться сам»

Таймер — друг самостоятельности

Как работает:

- Работаем 20–25 минут (без телефона, без игрушек).
- Отдых 5 минут (попить, размяться, но не за комп).
- После 3–4 циклов — большая перемена 15–20 минут.

Что использовать:

Кухонный таймер, будильник на телефоне, песочные часы.

Пример режима дня (4 класс):

Время Что делаем

16:00 – 16:15 Перекус, отдых после школы

16:15 – 16:40 Уроки (таймер 25 мин)

16:40 – 16:45 Перерыв 5 мин

16:45 – 17:10 Уроки (таймер 25 мин)

17:10 – 17:30 Большой перерыв

17:30 – 17:55 Уроки (таймер 25 мин)

17:55 – 18:00 Проверка, сбор портфеля

Важно:

Режим составляете вместе с ребёнком.

Он должен согласиться.

Планируем вместе

Что делать:

Каждый вечер (или утро) садитесь с ребёнком и составляйте список дел на сегодня.

Ребёнок сам записывает уроки и важные дела.

Пример:

«Давай посмотрим, что задали. Русский, математика, чтение. Что сделаем первым? Что легче, что сложнее?»

Правило:

Ребёнок сам отмечает галочкой выполненное — это даёт чувство прогресса.

Чего НЕ делать:

Не составляйте список за ребёнка и не контролируйте каждую минуту. Список — его инструмент.

Почему это работает:

Визуальный план снижает тревожность («я не знаю, сколько всего») и учит видеть объём работы.

Готовая фраза:

«Давай придумаем, в каком порядке удобнее делать уроки. Ты решаешь, я помогаю».