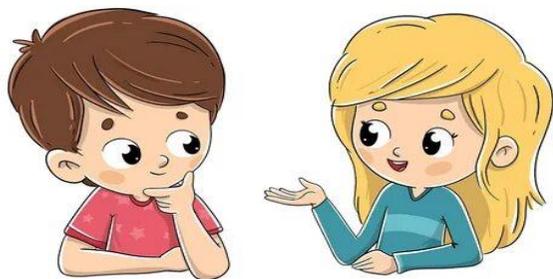


Собранность - состояние, выражаемое фразой «все под контролем», готовность действовать четко и оперативно. Спокойствие, внимательность, ни одного лишнего движения, но все что нужно - делается мгновенно и точно.

Организованность

– это состояние внутреннего и внешнего порядка, это дисциплина и самодисциплина, это ответственность и максимальная сосредоточенность на действии, которое в данный момент делается, это способность эффективно распределять силы и время, это расстановка приоритетов и контроль выполнения запланированного.



Навыкам организованности можно научить, но не с помощью повторений. Постоянные напоминания препятствуют развитию организаторских способностей, потому что дети становятся зависимыми от них и не используют собственные процессы мышления.

Перестаньте быть «навигатором» для вашего ребенка. Далее указаны простые шаги, которые помогут сделать ребенка организованнее.

1. Научите ребенка пользоваться календарем. Этот полезный навык поможет вашему ребенку, когда он станет самостоятельно контролировать свое расписание.

2. Сделайте визуальный чек-лист для ежедневных рутинных дел: как собраться в школу, как собрать рюкзак, дела после школы, домашнее задание, подготовка ко сну. Это поможет задействовать память ребенка, потому что он научится выполнять свои обязанности в определенной последовательности.

3. Используйте систему вознаграждения, чтобы наградить ребенка за следование чек-листу. Поощряйте ребенка, когда он делает что-то правильно, намного эффективнее, чем указывать ему на его ошибки.

4. Помогите ему со вспомогательными инструментами, например, сделайте папки для готовых домашних заданий и тех, что еще в работе. Сделайте эти школьные принадлежности веселыми, пусть ребенок сам выберет цвет и стиль, которые ему нравятся.

5. Привлекайте ребенка к занятиям, которые способствуют развитию организационных навыков. Пусть вместе с вами составляет список покупок, сортирует белье перед стиркой или готовит еду по рецепту.

6. Позвольте ребенку потерпеть неудачу, потому что ему важно увидеть последствия своей неорганизованности и

учиться на собственных ошибках. Не приносите забытое расписание или ланчбокс в школу, если ребенок постоянно забывает их.

Чтобы научить ребенка собранности, следует придерживаться следующих правил

- Нужно исключить на время, отведенное для занятий, все, что может отвлечь ребенка от получения полезной информации.

Очистите место занятий от всех предметов, которые не относятся к выполняемой в данный момент работе. Это касается не только игрушек, но и разного рода предметов, которые могут отвлекать ученика: лишние канцелярские принадлежности, цветные стикеры, телефоны и прочее.

- К занятиям нужно подходить в максимально спокойном состоянии, важно настроиться на предстоящее занятие.

Для этого следует минут за 20 до отведенного времени перестать играть в игры, смотреть мультипликационные, а



также любые другие (по возможности даже и познавательные) фильмы.

Это время лучше посвятить подготовке к занятию, просмотру материалов темы, определению плана. Очень полезно повторить уже пройденные разделы, чтобы проверить, не образовались ли пробелы, и при необходимости быстро повторить слабые места.

- Записывать и читать вслух.

Самостоятельно записывая новый материал, ученик проговаривает про себя отдельные фразы по несколько раз, и такое повторение увеличивает силу восприятия информации. Также это способствует концентрации на предмете, определениях и правилах, что положительно сказывается на понимании изучаемого материала.

Чтение нового материала вслух подключает к зрительному процессу получения информации слуховой.

- Чередовать направление умственных усилий.

Длительное занятие только чтением или записью нового материала, особенно на начальных этапах самоорганизации, часто вызывает психическое состояние монотонности, внимательность исчезает сама собой. Чтобы избежать этого, нужно переключать внимание с чтения и записи, то есть, с процесса получения знаний, на пересказ только что узнаваемого, обдумывание и рассуждения по этому поводу. Полезно решить несколько

заданий или самостоятельно придумать собственные примеры на изучаемую тему.

- Осознанно контролировать переключение внимания.

Часто бывает невозможно создать в условиях квартиры или дома библиотечные условия, где царил бы тишина и спокойствие. Внешние факторы, такие как звуки с улицы, от соседей, могут и будут непроизвольно отвлекать внимание от концентрации на предмете.

В этих случаях поможет только сознательный самоконтроль самого ребенка. Необходимо, чтобы он понимал самостоятельно, что мысль уходит в другое направление, приложил волевое усилие к возврату ее на то место, где произошло «отключение». Этот навык придет не сразу, для этого нужно потрудиться, но с каждым разом общая устойчивость внимания будет становиться все выше и сильнее.

- Не забывайте о комфорте и окружающей атмосфере.

Очень трудно сосредоточиться, если ученик испытывает какие-то неудобства: тесная одежда или обувь, неправильно организованное место учебы, в помещении душно или, наоборот, слишком холодно.

**Национальный центр усыновления
Министерства образования
Республики Беларусь**

Развитие организованности и собранности у детей



**Воспитывая детей, помните,
что вы воспитываете родителей
для своих внуков**

Народная мудрость

г. Минск, ул. Платонова, 22, 11 этаж
тел. 352 97 61