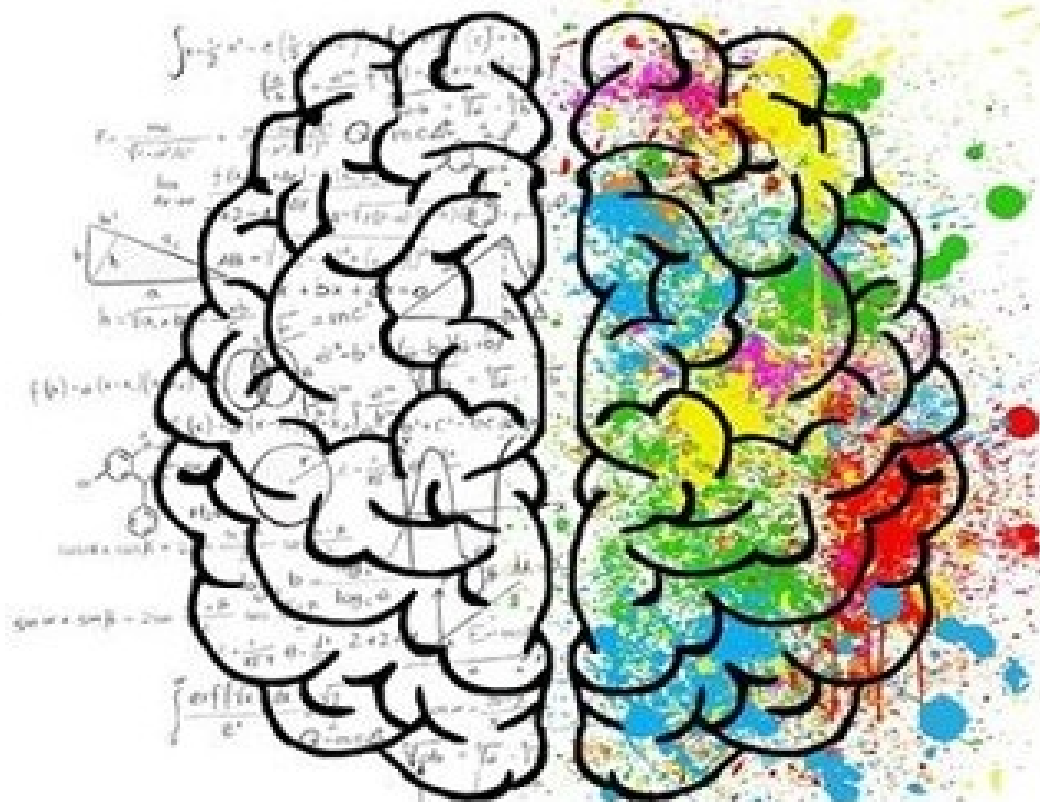


Рената Кирилина

ЛОГИКА



ТВОРЧЕСТВО

# ТЕХНИКИ ЭФФЕКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ ОТ А ДО Я

Энциклопедия для родителей

## Annotation

*Книга содержит 33 техники эффективного обучения, которые позволяют детям лучше учиться, запоминать в разы больше информации, быстро готовиться к экзаменам, писать без ошибок, учить иностранные слова, готовить сочинения и пересказы быстрее и легче, а родителям окончательно делегировать процесс обучения детям.*

---

- 
- [Введение](#)
- [Рецензии](#)
- [Об авторе](#)
- [Как развивается мозг ребенка и как помочь ребенку учиться](#)
- [Аудиал, кинестет, логик, визуал](#)
- [Быстрые результаты](#)
- [Вера в себя](#)
- [Готовые решения и их необходимость](#)
- [Долговременная память](#)
- [Если бы не ошибки!](#)
- [Ё-мое, ребенок медленно читает!](#)
- [Желание учиться](#)
- [Запоминание разных видов информации](#)
- [Интеллект-карты](#)
- [Киты эффективного обучения](#)
- [Лень и ее проявления](#)
- [Мнемотехника](#)
- [На ковер!](#)
- [Обратная связь](#)
- [Память](#)
- [Результат – как не бросить на полпути](#)
- [Связная речь](#)
- [Тайм-менеджмент для детей](#)
- [Упрощаем процесс обучения](#)
- [Формы обучения](#)
- [Хвалить. Как и зачем?](#)
- [Циклы внимания](#)
- [Час и учебник освоен!](#)

- [Школьные будни и окружение детей](#)
  - [Эффективное состояние потока](#)
  - [Юрко и быстро](#)
  - [Я сам!](#)
  - [107 примеров, как использовать техники эффективного обучения в жизни](#)
  - [Приложения](#)
  - [Вместо заключения](#)
- 

ISBN 9785449049469

## Введение

В книге, которую вы держите в руках, речь пойдет об обучении наших детей.

Почему мне «можно» рассказывать о техниках эффективного обучения, о работе с информацией, об обучении детей и родителей?

Отвечаю.

Меня зовут Рената Кирилина. Учить я Вас не буду. Навязывать свое мнение тем более не стану. Я поделюсь своим опытом и взглядом на обучение. И это уже будет Ваш выбор – воспользоваться технологиями эффективного обучения или нет.

Почему мой опыт может быть полезен кому-то?

Потому что я понимаю, как происходит процесс обучения в школе, знаю, как грамотно выбрать и подать информацию – работала в школе, учитель высшей квалификационной категории, заместитель директора, директор школы г. Санкт-Петербурга.

Понимаю, как учат и как на самом деле учишься – имею два образования, весьма полярных. По первому образованию я инженер-программист, по второму – учитель логопед-дефектолог.

Понимаю, как работают нейрофизиологические процессы, процессы запоминания и воспроизведения.

Понимаю, что такое обучать детей.

Понимаю, как важно не сидеть с детьми, каждый раз выполняя домашние задания вместе с ними, вместо них и за них, и знаю как помочь им организовать процесс выполнения домашних заданий. Потому что в первом случае Вам придется все время сидеть рядом и тратить свое время: все 11 лет обучения в школе детей, во втором – нужно лишь один раз наладить процесс обучения и дальше только его контролировать.

Понимаю, как важно сегодня уметь быстро запоминать и быстро реагировать – очень много раз мы считали главный сэкономленный ресурс – время родителей, которые освоили эти техники.

Умею планировать и оптимизировать процесс обучения – сама многократно готовилась к экзаменам за 2 часа, к госэкзамену за 1 день, с собственным ребенком изучила годовую школьную программу по английскому языку за 2 недели, прочитала сто книг за год!

Это все процесс. Поэтому я хочу поделиться с Вами фактами,

которыми я горжусь.

Тот момент, когда я стала обучать других родителей техникам эффективного обучения волшебен! Потому что сегодня я могу гордиться не только собой, но и моими учениками, ведь:

- Светлана открыла свой образовательный центр в г. Калининграде и работает по нашим технологиям;

- Наталья ушла с работы и обучает других женщин найти свое призвание;

- у Анны ребенок исправил двойки по нелюбимым английскому и математике на четверки;

- Зоя освободила время на себя :) и впервые, имея троих детей, слетала одна на Кипр, оставив детей с мужем, и не переживала за их обучение;

- у Ирины сын Сергей поступил в институт на бюджет (!);

- сын Марины постоянно допускал ошибки в словарных словах. Благодаря технике «Воронка» он перестал это делать. Из 300 слов было 59 с ошибкой. Сейчас – ноль ошибок;

- все мамы делегировали детям выполнение домашних заданий (!);

- подготовила 98-бальника по ЕГЭ;

- мы с детьми пропустили целую учебную четверть, зимуя в Таиланде;

- выучила английский язык с 0 до уровня Intermediat (+4 уровня) засчет грамотного использования методик и ресурсов за 3 месяца;

- в этом году я перевела своих детей на семейное обучение;

- Много путешествую, потому что благодаря техникам эффективного обучения я владею французским, турецким, арабским, немецким языками – уровень А1—А2 (Pre-Elementary, словарный запас 200—800 слов). Изучение языков занимает неделю перед путешествием + активная практика в поездке, что дает свободу передвижения, дружелюбный прием, отличное настроение и уверенность.

Как Вы думаете, могу ли быть Вам полезна? Возможно.

Может ли что-то из того, что я расскажу, у Вас не сработать? Может. Все зависит от внедрения. У меня работает.

Вы узнаете, технологии эффективного обучения, как правильно работать с информацией, сформируете навык быстрого получения новых знаний, научитесь эффективно помогать детям учиться запоминать большие объемы информации за небольшое время, самостоятельно делать домашние задания и освободите время для себя и исполнения своих желаний в то время, когда ваши дети будут учиться с удовольствием и сами.

## Рецензии

Новая книга от автора Рената Кирилина и Сергей Кирилин.

«Техники эффективного обучения от А до Я. Энциклопедия родителей школьников.», которая выходит в январе 2018 года.

Я плохо умею что-то рекламировать, но это пожалуй лучшая книга для родителей школьников и дошкольников.

В книге описана большая часть техник, которые облегчают процесс обучения. Теперь не нужно искать и собирать по-крупичкам, то что может помочь в обучении. Все собрано в этой книге:

Как запоминать большой объем информации, сложные названия;

Как учить иностранные слова;

Как исправить ошибки в словарных словах;

Повысить скорость чтения;

Быстро пересказать параграф, выделить главную мысль;

Запоминание чисел, дат, номеров телефонов;

и многое другое.

Кроме того в книге описаны и психологические аспекты обучения:

Как грамотно построить разговор с учителем;

Как повысить самооценку ребенка;

Мотивация и т. п.

Наш мозг (и мозг ребенка) способен на колоссальные вещи, нужно лишь знать как правильно запоминать, воспроизводить, повторять, представлять,...И если делать это по определенным алгоритмам, то сил и времени затрачивается значительно меньше, а результат будет 100%.

Я с такой уверенностью всё это пишу, т.к. сама изучаю и внедряю в жизнь техники эффективного обучения. И вижу, что они работают.

Сейчас мой старший ребенок ходит только в подготовку, но мы уже используем с ним некоторые из этих техник:

«Зеленая ручка» – для мотивации;

Мнемотехника «Мультик» – для иностранных слов;

Правильное повторение по «кривой Эббингауза» для наилучшего запоминания;

Интеллект-карты для структурирования информации и тренировки связной речи;

Техника «Воронка» для устранения ошибок;

Техника «Художник» для запоминания стихотворений и многое другое.

И, опробовав эти методы на себе и своем ребенке, я убедилась, что учиться можно легче, быстрее, результативнее и интереснее.

Дорогие родители, если Вы не просто прочитаете, а именно внедрите в свою жизнь хотя бы часть рекомендаций из этой книги, Вы сразу заметите положительный отклик, увидите насколько улучшился процесс обучения ребенка в школе:

У ребенка повысится успеваемость, самооценка, сократится время на домашнее задание;

У родителей уменьшится количество потраченных нервных клеток, сэкономятся деньги на репетиторов.

Научите ребенка учиться и это будет лучшая инвестиция для всей Вашей семьи.

Светлана Григорьева

Посчастливилось мне прочитать книгу «Техники эффективного обучения. Энциклопедия родителей школьников». Каждая строчка находит отклик в душе и вызывает воспоминания о собственном школьном опыте, заставляет анализировать и по новому смотреть на мотивы поступков и стили преподавания учителей. Кое что из написанного инстинктивно применяла я сама уже тогда. Например, ассоциации. И это всегда работало. Книга составлена очень удобно. Очень порадовало описание 4х типов восприятия информации людьми. Доступно и понятно. Вообще язык изложения очень простой для чтения и понимания. Много примеров практического применения тех или иных техник. Книга – кладезь инструментов в изучении любого школьного предмета и не только. Как поставить достижимую цель и прийти к ней, повысить самооценку – хорошо бы знать и некоторым взрослым. Описанные мнемотехники – это по истине диво дивное. И главное, что овладеть ими можно легко и играючи в прямом смысле слова. Практически все проблемы, с которыми

так или иначе может встретиться семья при обучении ребёнка, освещены. Остаётся только открыть книгу на нужной странице и попробовать применить написанное к своей ситуации. Одним словом – книга чудо. Рада, что она у меня есть.

Вера Захарова

То, что сейчас происходит в системе образования, можно обобщить в одно слово ХАОС. Система отсутствует абсолютно. Кто-то пытается ухватиться за советскую систему (она там хотя бы была), кто-то смотрит на 5 шагов вперед и находится в поисках новой системы. Я не знаю, как у других, но моего ребенка нельзя заинтересовать советской системой, пробовали, не получилось:) Пришлось смотреть вперед. Я долго (2 года) искала подходы, методики, системы и многое нашла в Американской системе образования. Как бы не ругали американцев, но у меня это была вынужденная мера. Нашла такие небольшие крупички, которые, как не странно заработали и заработали на УРА. Благодаря этим самым крупичкам, я вышла в дальнейшем на блог Реннаты Кириллиной, где она (за что огромное спасибо!!!), расписывает и объясняет инновационные методики подробно, четко и понятно.

Книга техники эффективного обучения от А до Я – это, по моему мнению, система образования будущего! И если кто-то смотрит на 5 шагов вперед, эта книга для него. Все методики рабочие, многие уже опробованы мной в занятиях с сыном. Некоторые техники в книге были для меня открытием, и мы обязательно попробуем их.

Обязательно куплю бумажную версию книги, как только она выйдет!

Рекомендую, родителям школьников! Ира Греева

Хочу вам рассказать о книге «Техники эффективного обучения от А до Я. Энциклопедия родителей школьников» Реннаты Кириллиной и Сергея Кирилина.

Моя мечта сбылась! Появилась книга, в которой собраны все известные техники эффективного обучения. Я с огромным интересом читала статьи Р. Кириллиной «ВКонтакте» и переживала, что надо потратить много времени, чтобы найти в нужное время нужную статью. А теперь всё в одной книге с очень грамотным, как всегда у этих авторов, оглавлением. В следующем году дочь идёт в первый класс, эта книга – просто подарок

для меня, я стала увереннее и спокойнее, я знаю, как смогу помочь своей будущей школьнице.

Книга – просто СУПЕР! Даже затрудняюсь выделить какие-то статьи, все содержат ОЧЕНЬ ценные сведения!

И очень сожалею, что многого не знала, когда училась сама, тратила много времени впустую.

Жду появление в печатном виде. Рекомендую не только родителям школьников, но и студентам, и учителям школ!

Света Рязанова

Взяла на рецензию книгу Ренаты Кирилиной «Техники эффективного обучения от А до Я» – это поистине кладёзь информации..

Не смотря на то, что часть из написанного знали (опять же из рассылок @rkirilina «Обучения с удовольствием») и применяли в жизни и обучении, но часть стала открытием, намерены пробовать и получать результаты.

Особенно ценно то, что все техники поданы в игровой, интересной для детей форме.

Несомненным плюсом является понимание и выстраивание всех приемов с опорой на особенности психики и особенности взросления детей.

Информация дана в структурированном, хотя и в сжатом виде, но для думающего и радующего за своего ребенка родителя этих ориентиров вполне должно хватить для понимания и внедрения в жизнь. Рекомендую!

Наташа Литовкина

Рецензия на книгу «Техники эффективного обучения от А до Я»

Автор: Рената Кирилина

Книга «Техники эффективного обучения от А до Я» – это просто клад для родителей, которые хотят, чтобы их дети учились легко и с удовольствием. В ней очень много техник-помогаторов, с помощью которых ребёнку станет намного легче учиться. Пошаговое описание каждого помогатора доступно объясняет что и как делать в конкретной технике. Прочитала книгу на одном дыхании. Советую всем родителям прочитать книгу. С помощью советов из книги вы упростите восприятие ребёнку учебной информации. И сделаете так, чтобы эта информация запомнилась ему навсегда.

Светлана Белых

## Об авторе



Рената Кирилина

Эксперт №1 по эффективному обучению детей в школе. Мама двух сыновей-школьников и дочери. С 2016 года Рената забрала сыновей на семейное обучение.

Прошла путь от учителя до директора государственной школы и знает все подводные камни системы образования.

Практик, все техники эффективного обучения прошли проверку на тысячах детей.

Автор методики «Сложное простыми словами» и «Техник эффективного обучения».

География учеников охватывает всю Россию, страны СНГ, Европы, США, Канаду.

Основатель и директор «Школы умных детей».

Автор блога «Обучение с удовольствием» – <http://gladtolearn.ru/blog/>

Основатель портала помощи родителям школьников «Учим в школе» – <http://uchimvshkole.ru/>.

# Как развивается мозг ребенка и как помочь ребенку учиться

*Основные моменты, которые помогут Вам узнать, как дети усваивают новые знания, умения, навыки*

Если Вы обеспокоены развитием Вашего ребенка, то помните, что есть учебные стратегии и методы обучения, которые могут помочь ему учиться проще.

Предлагаю совсем немного углубиться в теорию, для того чтобы понять, как работает мозг и как в него встраиваются новые знания, умения и навыки.

А после разберем лучшие учебные стратегии на каждом этапе созревания мозга ребенка.

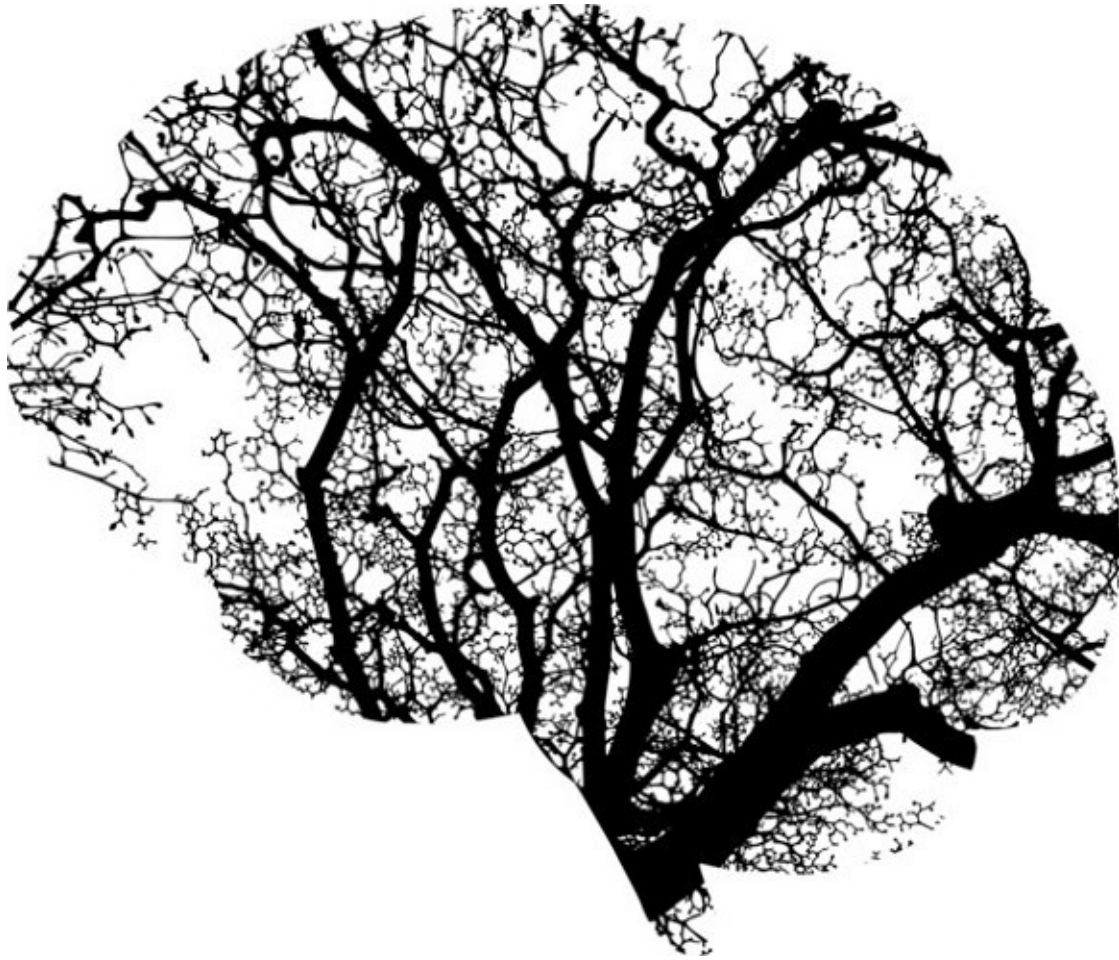
Но вначале несколько важных фактов:

Дети учатся, создавая связи между клетками мозга, которые называются «нейронными путями».

Чем чаще нейронные пути используются, тем они сильнее. Вот почему практика помогает выстраиванию навыка.

*Создание проводной системы мозга*

Каждая клетка мозга (нейрон) выглядит как обыкновенное дерево.



Когда дети узнают информацию о мире, их нейроны разветвляются и создают связи друг с другом. Вызываемые нейронные пути, эти соединения подобны электропроводке. Каждый нейрон может иметь несколько соединений с другими нейронами.

«Провода» не касаются друг друга.

Вместо этого они пропускают информацию в промежутках между нейронами, известными как синапсы. Мозговые химические вещества (нейротрансмиттеры) помогают системе получать сообщения.

### *Как работают нейронные пути*

Каждый нейронный путь – это схема. Когда электричество проходит

через цепь, оно подает ответ.

Например, когда Вы переключаете выключатель света, загорается свет. Некоторые мозговые цепи, такие, как: дыхание и кровообращение, уже развиваются при рождении.

*Другие схемы «зависят от активности».*

Им нужен вход для работы, и чем больше входных данных они получают, тем лучше они работают. Этот вход более сложный, чем просто переключение выключателя света.

Это происходит из всех переживаний и событий, которые испытывают дети.

Звуки, взгляды, вкусы, запахи, а также чувства и эмоции помогают мозгу выпускать нейротрансмиттеры и управлять этими схемами.

*Обрезка путей или забывание*

Нейронные пути, которые используются чаще, становятся сильнее. Это как заасфальтированная дорога против обычной тропы.

Схемы, которые не используются, ослабевают и исчезают с течением времени. Этот процесс называют «обрезка» или просто – забывание.

Это нормально – любой человек имеет больше схем, чем нужно. «Обрезка» происходит постепенно на протяжении всей жизни.

При этом мозг детей достаточно гибкий, чтобы постоянно работать, чтобы создавать новые схемы и улучшать часто используемые нейронные пути. Этот процесс называется «пластичностью».

*Сила пластичности*

Пластичность особенно важна для детей. Их мозг обрабатывает информацию по-разному, но не всегда эффективно использует мозговые химические вещества.

Эти различия затрудняют создание или укрепление некоторых нейронных путей.

Обучение детей техникам эффективного обучения и обработки информации позволяет научить детей использовать пластичность мозга.

Дети не только лучше и легче обучаются, но и испытывают меньше трудностей и стресса.

*Обучение через чувства*

Детям не нужно думать о развитии нервных путей.

Это происходит естественно, просто когда они исследуют мир и узнают о мире.

Швейцарский психолог Жан Пиаже создал известную теорию о том, как у детей развиваются навыки познания и мышления.

Первоначально дети используют свои чувства – зрение, звук, осязание,

вкус и запах – чтобы начать устанавливать связи. Они пробуют, встряхивают и бросают предметы. Они также начинают катиться, добираться до вещей и, в конце концов, ползать и ходить.

Все эти действия помогают строить нейронные пути, которые управляют такими вещами, как движение, зрение и развитие языка.

Например, дети начинают пародировать звуки, которые привлекают их внимание.

Потом они продолжают пробовать на вкус и исследовать мир, который их окружает, они продолжают перемещаться в места, которые они хотят видеть. Мозг усиливает эти схемы и ребенок развивается.

#### *Обучение через речь*

В возрасте от 2 до 7 лет развитие языка усиливается, когда дети учатся говорить и понимать больше слов, используют более сложные предложения.

Это критическое время, чтобы создать для детей богатую речевую среду.

На этом этапе чем больше с детьми говорить, чем больше слов они произнесут, узнают, чем больше новых навыков они попробуют, тем больше у них сформируется нейронных путей.

Теперь дети более творчески могут использовать объекты для игры.

Например, Вы можете увидеть, как Ваш ребенок использует большую палку в качестве лошади или превращает коробку в ракетный корабль.

Социальные навыки развиваются медленно в этом возрасте, потому что дети не готовы понимать логику, рассуждения и другие взгляды людей.

Они часто испытывают трудности с тем, чтобы оказаться в незнакомой компании, также могут открыто критиковать и говорить то, что им не нравится или комментировать поведение других людей.

#### *Обучение через логику*

С 7 лет до средней школы дети начинают думать более логично.

На этом этапе дети способны устанавливать связи между вещами. Они становятся «детективами», которые способны видеть подсказки и умеют объединять их.

В социальном плане дети развивают способность по очереди ставить себя на место другого человека и понимать, что действия имеют последствия.

На этом этапе взрослые могут поддерживать детей, помогая им размышлять о таких вещах, как причина и следствие в том или ином событии.

#### *Обучение через рассуждения*

Перейдя в подростковый возраст, дети начинают думать более абстрактно и с большей сложностью.

Они рассуждают по принципу «что, если» и могут представить последствия ситуации.

Дети способны решать и понимать более сложную математику, осваивать химию и физику, вникать более глубоко в сюжеты и рассуждать над прочитанной литературой.

Дети могут сочетать разные типы навыков, чтобы делать более сложные вещи, например, обучаться вождению или осваивать профессии.

Система электропроводки мозга становится более сложной, с цепями, переплетающимися с другими цепями, чтобы все эти навыки могли работать вместе.

### ***Основные выводы***

Новые впечатления помогают вашему ребенку формировать нейронные пути. Изучение мира помогает мозгу расти.

Различные методы обучения и другие стратегии вмешательства могут помочь детям разработать новые пути и освоить больше навыков.

На каждом этапе развития есть вещи, которые вы можете сделать, чтобы помочь Вашему ребенку учиться.

## ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

1. Изучить техники эффективного обучения – научиться структурировать текстовую информацию, создавать «интеллект-карты», использовать метод «от общего к частному», искать и убирать ошибки, учиться связной речи, развивать оба полушария мозга.

2. Работать над мотивацией, интересом, вниманием и дисциплиной.

3. Развивать память и повторять в соответствии с «кривыми забывания».

4. Развивать воображение, изучить кодирование и декодирование информации, научиться управлять рабочим состоянием.

5. Выявить тип восприятия (визуал, аудиал, кинестет, логик) и использовать ведущий тип при обучении.

6. Не сдаваться, искать как помочь именно Вашему ребенку учиться, пока не найдете!

7. Сократить время на поиск и подбор лучшей стратегии и внедрить ее,

пройдя программу «Гениальный ребенок. Техники эффективного обучения».

# Аудиал, кинестет, логик, визуал

## *Техника «ЛАВКА». Как тип восприятия влияет на обучение*



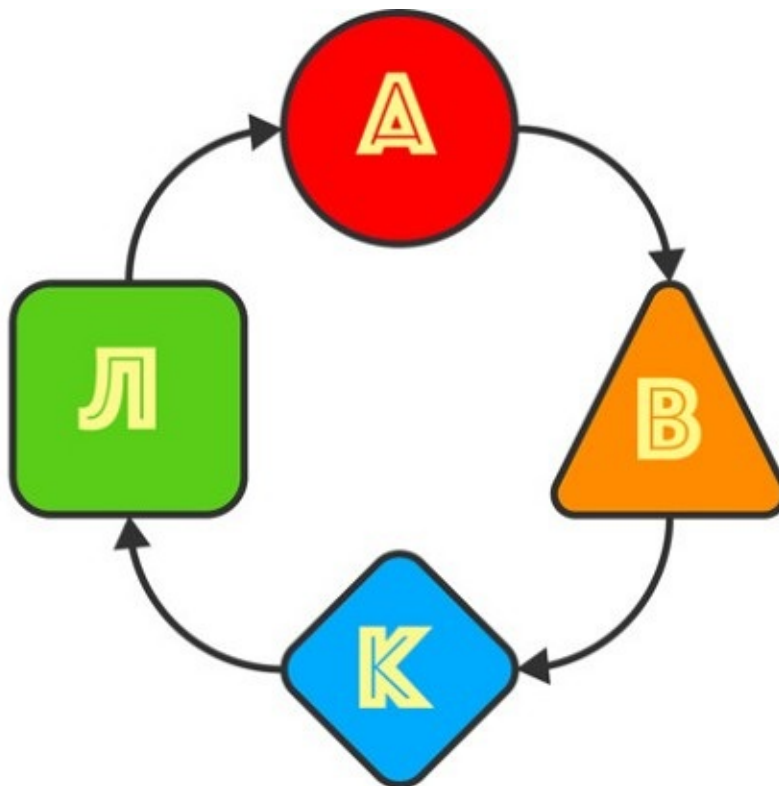
Л – логик А – аудиал В – визуал К – кинестет

У нас есть 5 органов чувств, и за их восприятие отвечает правое – образное – полушарие головного мозга. Мы видим, слышим, осязаем, ощущаем вкусы и чувствуем запахи. Яркий образ, сформированный сразу несколькими ощущениями, запоминается автоматически и без усилий.

Если же мы пытаемся запомнить заучиванием, не эмоционально, не вспоминая или не представляя запоминаемые объекты, или читаем книгу, не представляя себе образами каждое слово, каждое предложение, – эти процессы для нас не интересны, скучны и требуют усилий. Когда мы читаем учебники, у нас не возникает картинок, нам читать их трудно, через силу. А вот любимый жанр художественной литературы создает мультик (фильм) или картинки, и мы не задумываемся о том, насколько быстро мы

читаем, и не прилагаем усилий к формированию образов.

Итак, восприятие. В каждом человеке ярко выражены 4 основных шкалы восприятия: слуховое, тактильное, визуальное, логическое. Насколько широко развито то или иное, говорит нам о том, какой человек по своему восприятию в целом. По восприятию мы делимся на 4 группы – визуалы, аудиалы, кинестеты, логики.



### Типы восприятия

Самая многочисленная категория людей – визуалы – те люди, которые наибольший объем информации переводят в знания через органы зрения.

Практически все визуалы используют в собственной речи обороты «смотри», «давай, я тебе покажу». Они не воспринимают на слух как, куда пойти, где направо, где налево повернуть, они, как правило, любят посмотреть на карту, и идут только со 100% представлением.

Есть кинестеты, которым нужно проделать действие прежде, чем понять его. Как бы мы ни обучали кинестета танцам на своем примере – «смотри, как надо», «смотри, как я делаю», пока он не повторит сам и не освоит физическое действие – он никогда не научится.

Логика понимают четко структурированную информацию, алгоритмы: 1, 2, 3, 4. Только когда они эту информацию таким образом структурируют – у них есть четкое понимание картины. Окружающий мир у логиков строго разбит на иерархию объектов.

Аудиалы – это те люди, которые в собственной речи играют тембром, глубиной, громкостью голоса (все это составляет просодическую (интонационную) сторону речи). Они очень любят слушать и слышать. Монотонная без эмоциональной окраски речь для них не понятна, скучна.

Давайте рассмотрим каждый тип более подробно.

Мы будем рассматривать несколько критериев: как человек ходит; какой у него ведущий тип восприятия информации; каким образом его легче всего научить. Понятно, что у людей то или иное восприятие выражено в большей или меньшей степени.

Определить свой тип восприятия важно, так как это влияет на обучение. Если урок (лекция, тренинг) строится с опорой на все 4 типа восприятия людей, запоминают и понимают все. Если при обучении происходит работа только с «визуалкой» (плакаты, схемы), с монотонной речью без четкого определения структуры – запомнят единицы, лишь те, у кого визуальное восприятие развито на высшем уровне.

Итак, как определить кто ты?

**Кинестеты** – перемещаются, как правило, тихо, медленно, незаметно. Например, если кинестет опоздал в театр, на тренинг или на урок, он либо вообще не пойдет в аудиторию, пропустит 1 часть спектакля, лекцию, либо будет ждать и зайдет в перерывах, лишь бы не привлечь к себе внимание.

Воспринимают все через ощущения, любят теплую, приятную к телу одежду. Их мало заботит сочетание цветов или сочетание предметов одежды, однако обязательно ему в этом должно быть комфортно и приятно.

Обувь без каблуков, комфортная, удобная. Кинестету не важна мода, стиль одежды. Возможно, это будут и пуговицы, и молнии, и вещи без аксессуаров. Внимание на это они не обращают. Одежду подарить ему достаточно сложно, угодить практически невозможно. Дизайн их мало интересует, им важно приятно носить вещь или нет.

Обучение проходит через действие. Сколько раз ни повторяй кинестету любым голосом (тихим, громким), какие ни показывай яркие плакаты, пока он сам не возьмет и не проделает действие, он не научится. Можно взять руку и помочь, иначе он не воспримет. Запомнить некоторую последовательность действий кинестеты могут только физически отработав, повторив ее. Для запоминания кинестету может потребоваться написать что-либо самому, перерисовать карту (изображение).

**Аудиалы** . Просодика (оформление речи) очень разнообразна. Они говорят либо тихо, либо громко, либо объемно, либо низко, обязательно используют логическое ударение. Они очень любят интонации, следят за ними.

Если проходят и слышат интересную не монотонную речь, они вслушиваются, интересуются. Обучение аудиалов должно проходить именно на своеобразной игре голосом. Крик не любят.

Любят слушать подобную себе речь. При опоздании будут слушать около двери и, по их мнению, в нужный момент (смена выступающего, пауза, аплодисменты) войдут в аудиторию тихо, на цыпочках, стараясь не привлечь к себе внимания. Поздороваются, если это требуется, но непременно тихо, шепотом.

Аудиалов немного, в основном этот тип восприятия сочетается с чем-либо еще.

Тип восприятия можно изменить, если работать с ним. Мы можем сочетать два и более типа восприятия, быть одновременно и аудиалом, и кинестетом.

**Логики** . Каждый из нас хоть раз в жизни сталкивался с логиком. Обычно эти встречи проходят в институтах, университетах. К логикам причислял себя А. Эйнштейн. Речь их однотонна, монотонна, лекторы-логики стоят за кафедрой, они абсолютно не задумываются о том, чтобы кто-либо их слышал. Они все структурируют. На лекции всегда вначале дают план (подробный), с большим количеством разделов и подразделов. Любят использовать многоуровневые классификации: 1.1., 1.1.1 и т. п. Конспекты, написанные во время лекции логика, понятны, интересны, однако слушать такие лекции скучно и не интересно. Это отличные ученые, на 100% разбираются в науке. Экзамен сдать у таких преподавателей сложно. Одежда функциональна. Например, известный факт: А. Эйнштейн мог выйти из дома в разной обуви (на одной ноге кроссовок, на другой – ботинок). Причем на вопрос и замечание о неправильном выборе обуви, он отвечал, что: «И то, и другое обувь. И там и там, одинаковая по высоте подошва. На левой ноге – левый предмет обуви, на правой – правый. Мне удобно и одной ногой, и другой. Не вижу здесь ошибки».

Не важно, по мнению некоторых логиков, и сочетать по цвету или по парам носки. Есть версия, что именно поэтому существует студенческая примета – одевать на экзамен разные носки (с разных пар, возможно, отличающиеся даже по цвету) для того, чтобы успешно сдать. То есть, чтобы сдать экзамен с легкостью, не пятаки нужно подкладывать в ботинки, а использовать «Метод Эйнштейна» и просто одевать разные

носки (с ботинками, боюсь может сработать наоборот). Неизвестно, но возможно так мы становимся немного Эйнштейнами.

Если логик опоздал, он постучится, подождет нужный момент как аудиал, а далее обязательно даст четкую аргументированную причину своего опоздания: «Добрый день, я опоздал, так как 1, 2, 3, 4... Я войду или дождусь окончания лекции?» По этому пути пойду или по другому. Предоставляет выбор лектору – можно войти, войду. Нельзя – нет проблем, останусь. В отличие от логиков, кинестеты даже не задумываются о том, что можно попробовать войти, они лучше останутся за дверью.

Логики имеют на все четкий алгоритм. Все свои действия разбивают на конкретные шаги, например, даже приготовление яичницы, вплоть до выбора специальной сковородки. Есть любимый маршрут, самый короткий обычно, шагов на 50—200 короче удобного. Статичны, редко меняют привычки.

**Визуалы** – самая многочисленная категория. Его Вы узнаете всегда по быстрой и четкой речи. Порой за его мыслью сложно уследить. Часто переключают внимание. Речь сопровождается большим количеством ярких оборотов, эмоциональной окраской. Яркая одежда, прическа. Следят за своим внешним видом. Визуал, если опоздает на лекцию, всегда позволит себе войти в любой момент. Постучит – не постучит – как получится. Войдет громко, привлечет внимание. Не будет прогуливать или ожидать окончания лекции из-за опоздания. Может сказать: «Извините, продолжайте» и т. п. В отличие от аудиалов, которые будут ждать подходящий момент, не утруждают себя этим. Подошел – вошел. Визуалы смотрят собеседнику в глаза. Используют в своей речи обороты «смотри». Это тот тип людей, которые все воспринимают глазами.

Определить, что у Вашего ребенка больше всего развито можно в процессе наблюдения, и тем самым Вы поймете, что Вам нужно развивать, для того чтобы восприятие окружающей действительности было стопроцентным. Не забывайте, что это 4 шкалы, и выражено то или иное восприятие может быть в разной степени. Однако ведущий тип восприятия выявить возможно и важно.

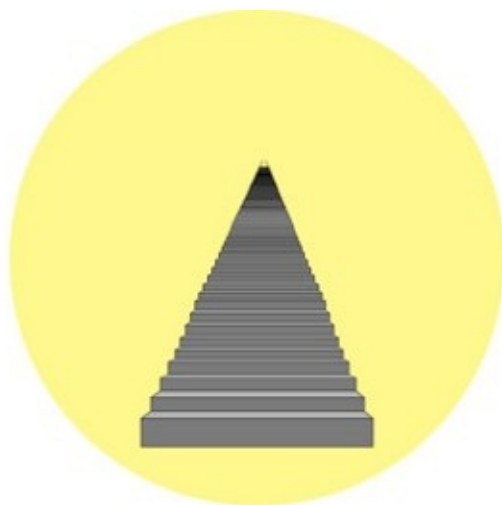
При обучении мы будем стараться опираться по большей части на визуальный канал, однако для полного понимания необходимо использовать абсолютно все типы восприятия.

***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Определить тип восприятия. С учетом ведущего типа восприятия строить систему обучения.
- Развивать неявные типы восприятия

# Быстрые результаты

*Техника «Лестница». Как поставить близкую и верную цель*



Переходим к букве «Б» нашей энциклопедии – «Быстрый результат. Близкая цель».

На данном этапе совершенно не важно, какой тип восприятия у Вас или Вашего ребенка. Самое главное – ставить перед ребенком выполнимые цели, которые ему понятны.

По сути, процесс обучения в глазах детей – некая бесконечная лестница, которая ведет неизвестно куда. Результат обучения находится в необозримом будущем и не виден.

«Учись, мой родной, на „отлично“! Тогда поступишь в престижный университет, устроишься на высокооплачиваемую работу, и все в жизни у тебя будет просто замечательно!» – говорят Вы.

Подобные слова для ребенка пустой звук. Он не видит дальше одной или двух ступенек лестницы обучения, не говоря уже о пятой, шестой и других ступеньках.

Дети любят получать быстрые результаты. Далекие цели ребенок не

будет принимать близко к сердцу подсознательно. В тот момент, когда Вы будете обрисовывать Вашему ребенку счастливое будущее, его мозг просто не будет воспринимать это, такие цели будут для него пустым звуком.

Аналогичным образом работает подсознание и у взрослого человека. Вспомните, какие цели Вы ставили себе несколько лет назад. Все из них сбылись? Выучить английский до уровня разговорного, регулярно заниматься спортом, вести здоровый образ жизни, побывать во всех странах Европы...

Есть цели, которые по ряду причин не были достигнуты быстро. И постепенно они начали переходить в мечты, нереализованные желания, мысли о которых уже не вызывают у Вас никаких эмоций.

Именно поэтому очень важно ставить перед ребенком такие цели, которые он сможет достичь в ближайшее время, и они не перейдут в невыполнимую мечту.

Как нужно действовать? Составим чек-лист для проверки цели на достижимость:

1) Цель должна быть близкой и ощутимой для ребенка.

2) Важно зафиксировать достижение цели, подъем на еще одну ступеньку учебной лестницы (ребенок закончил еще один год школы, самостоятельно сделал домашнее задание, сам проснулся без будильника, принес из школы три пятерки и т. д.).

3) Поощряйте. Достижение очередной ступеньки учебной (и не только) лестницы должно приносить ребенку приятные эмоции. Представьте, если Вы долго и монотонно поднимаетесь по ступенькам, Вы очень быстро устанете и перестанете получать от процесса удовольствие, так и ребенок. Но если он будет находить на очередной ступеньке небольшой «приз», подниматься станет гораздо легче. Должны быть эмоциональные вкусности: ласка, развернутая похвала, совместный поход туда, куда ребенок давно хотел (кино, аквапарк, цирк, детский праздник) и т. д.

Это будет стимулом двигаться вперед.

Хвалить можно по-разному. Можно искать негатив во всем и хвалить так: «Можешь ведь, когда захочешь!» или так: «Не мог раньше так сделать? Ленился, наверное!»

Это как если бы Вам, уставшему от подъема на высокую лестницу, сказали: «Ну, и что ты расселся тут на ступеньке! Не мог выше подняться?» Я думаю, Вам будет не очень приятно. И вряд ли поспособствует достижению к цели.

Правильно будет сказать ребенку такие слова:

«Какой же ты молодец! Я так горжусь тобой, ты сделал уроки за 20

минут и освободил себе вечер!»

«Умница моя! Иди сюда, я тебя обниму!»

«Спасибо, что положил грязные трусы в стиральную машинку! Какой молодец, что не бросил, сам убрал!»

Хвалите ребенка за его достижение, за его очередной шаг, ступеньку к самостоятельности. Сам он может этого и не заметить. Важно это заметить именно Вам и поощрить ребенка. И тогда в следующий раз он осознанно уберет за собой, сделает уроки быстрее, сам соберет портфель...

«Я тобой горжусь!», «Ты у меня такой молодец!», «Мне так приятно!» – вот те фразы, которые действительно помогают достигать целей.

Ну и, конечно, помните про быстрый результат.

«Учись хорошо и когда-нибудь будешь успешным!» – работает очень плохо.

«Учись сейчас и уже завтра ты сможешь применить это и получить результат» – гораздо лучше.

Следующий этап – мотивировать ребенка изучать тот или иной предмет.

Сейчас не в каждом классе говорят, когда и зачем может пригодиться та или иная школьная дисциплина. Важно, чтобы это сделали Вы. Найдите вместе с ребенком плюсы от изучения того или иного предмета. То ценное, что он получит, когда применит новые знания. И тогда в его голове родится понимание, зачем он это делает. Это поможет достигать близких целей, например, самостоятельно делать уроки.

Очень часто бывает так, что Вы хотите, чтобы сын или дочка достигли определенной цели, но не понимаете, что это цель не ребенка, а Ваша. Например, чтобы он сам легко вставал в школу по утрам.

Приведу пример одной из наших учениц – Татьяны. Она рассказывала, как ее раздражает то, что ребенок не может проснуться утром вовремя.

«Моя дочь совсем не хочет вставать с постели! Приходится на полчаса раньше подходить к ней, теревить ее каждые пять минут, поднимать, одевать. Это происходит независимо от того, как рано она легла вечером спать. Мы каждый раз ссоримся. Я переживаю, говорю, что она проспит всю свою жизнь, все важные события!» – рассказывала Татьяна.

То есть она поставила дочери цели, которые были очень далекими для нее.

После того, как мы обсудили основные принципы постановки целей, Татьяна изменила тактику. Она разбила свою цель (чтобы ребенок сам просыпался по звонку будильника и быстро собирался в школу) на короткие, легко выполнимые для себя и дочери шаги.

Первым шагом у нее стал подъем утром с первого раза. Обратите внимание на трансформацию цели: не «всегда сразу и быстро», а «один раз завтра».

Татьяна сделала следующее. Купила заранее много разных маленьких сувениров и сладостей. И когда стала будить дочку следующим утром, сказала ей: «Если ты сейчас быстро встанешь с кровати, ты успеешь найти сюрприз, который я тебе приготовила! Я тебе не скажу, что это такое, найди его сама».

Ребенок понял, что если сейчас поднимется, «дотянется до новой ступеньки», то получит приз. Ребенку понравилось: «Мамочка, а завтра ты меня так же разбудишь?»

Какое-то время они вместе играли в эту игру.

Следующей целью для себя Татьяна поставила, чтобы дочь вставала по утрам самостоятельно, и не нужно было ее подходить и будить. Они договорились, что сюрприз будет ждать дочку, когда она сама встанет по будильнику. И за две недели ребенок научилась делать это.

Дальше мама изменила систему поощрения. Наградой стали совместные походы на прогулку или какие-то мероприятия, куда ребенок хотел попасть. Так они и двигались дальше к своей большой цели, короткими осязаемыми для ребенка шагами.

Аналогично нужно поступить с любой целью: разбить ее на ступеньки и идти по ним не спеша, получая удовольствие от каждого шага. Ведь бесконечное изнурительное путешествие с непонятным концом вряд ли приведет куда-нибудь.

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

- Определить близкую цель, достижимую для ребенка.
- Разбить цель на шаги для ее достижения. Визуализировать «лестницей».
- Использовать конструктивную похвалу и фиксировать прогресс.

# Вера в себя

## Техника «Гирлянда». 5 способов поднять самооценку ребенка



Часто у детей с поступлением в школу и началом учебной деятельности падает вера в себя, а у родителей появляется проблема: Как поднять самооценку ребенка?

Ребенок попадает в среду тотального оценивания и, в следствие чего, подвергается сравнению не только с самим собой, но и идеалами, нормами, другими детьми.

У ребенка что-то не получается, и тогда он может начать бросать на полпути, обзывать себя или избегать любых сложностей, проявлять гипербеспокойство, стать излишне эмоциональным и чаще плакать от того, что у него не получится или не получается.

Иногда бывает достаточно сложно помочь ребенку поверить в себя. Однако есть простая система из пяти шагов, которая может поднять самооценку ребенку.

Но вначале давайте подумаем, почему у детей снижается самооценка?

До включения лобных долей и осознанности (13—14 лет) дети

осознают себя как личность через призму восприятия окружающими.

Если ребенку говорить: ты балбес, ты безнадежный, ты безответственный, ты глупый, ты неряшливый, ты ленивый и т. д., – он себя начинает таким считать, таким и растет.

Взрослые всегда влияют на ребенка. И если учитель в школе или родители высказываются в адрес ребенка подобными суждениями, то это сказывается на жизни ребенка и семьи в целом.

Существуют 4 модели воспитания: «Ты плохой, мир плохой», «Ты плохой, мир хороший», «Ты хороший, мир плохой», «Ты хороший, мир хороший».



Воспитание в первой, второй и третьей модели снижает самооценку ребенка и убивает на корню его стремления.

Типичные фразы для модели «Ты плохой, мир плохой»:

- Не будешь учиться, никто тебя на работу не возьмет;
- Не сможешь читать – только дворником сможешь работать;
- Не будешь писать, паспорт даже получить не сможешь, тебе его просто не дадут;
- Не сможешь считать, тебя во всех магазинах будут обманывать;
- Будешь неучем, что из тебя вырастет, в жизни тебе будет сложно;

- Сколько можно сидеть и делать эти уроки? Ты тупой что ль;
- Как же ты медленно читаешь, с такой скоростью тебя вряд ли переведут в следующий класс.

Типичные фразы для модели «Ты хороший, мир плохой»:

- Слоги перепутал? Немудрено, тут так напечатано, что и взрослый не разберет;
- Читаешь невнятно? Ну, кому надо, тот поймет;
- Хоть и медленно, да сам. Ничего, сказки слушать, скорости не надо;
- Хотелось бы посмотреть на составителей учебников;
- При ребенке – «Я совершенно не согласна с их методами»;
- Не слушай никого, я знаю ты читаешь лучше других;
- Не бери в голову ты для меня умный, а они сами все неучи.

Типичные фразы для модели «Ты плохой, мир хороший»:

- Ну что же ты опять слоги перепутал, а Даша прочитала и ни одной ошибочки;
- Я в твоём возрасте читала быстро и была отличницей;
- Ты посмотри, читаешь по слогам, все твои одноклассники уже бегло читают;
- Ты так плохо читаешь, по технике чтения не сможешь прочитать, всех переведут, а ты останешься на 2 год;
- Ну что такое, таблицу умножения на 2 запомнить не можешь, другие уже на 9 сдали;
- Ну что же ты пишешь как курица лапой, все буквы кривые, ошибка на ошибке, посмотри как Петя и Ваня пишут красиво.

Если человеку сто раз сказать, что он свинья, он захрюкает.

Поэтому первый шаг – стараться строить систему воспитания согласно четвертой модели – «Мир хороший, ты хороший».

Для этого в речи при общении ребенка используйте конструкции:

«Ты молодец, ты справишься, а будут вопросы и трудности – тебе помогут».

«Знай, что я в тебя верю! На соревнованиях у тебя будут сильные соперники, но я уверена, что ты сможешь проявить себя с лучшей стороны».

«О, молодец, смотри ты вчера прочитал 30 слов в мин, а сейчас 34, у тебя прогресс, умничка».

«О, ты уже запомнил таблицу умножения на 2, я рада за тебя, у тебя обязательно получится и остальную таблицу выучить. Но это не значит, что она запомнится сама собой».

«Смотри как у тебя буква А хорошо получилась и О, давай постараемся следующие так же красиво написать».

«Слоги перепутал, давай-ка найдем им правильные места».

«Чем больше ты вкладываешь в дело, тем больший результат ты получишь».

Шаг 2 – Найдите сильные стороны Вашего ребенка

Сильные стороны ребенка могут быть очевидными и не очевидными, большими и маленькими.

Лучше это сделать следующим образом: Вы на узких листах бумаги перечисляете различные качества, которые можно вообще отнести к сильным сторонам человека.

Личностные качества, социальные, навыки общения и знания, математические навыки.

Далее Вы садитесь за стол вместе с ребенком и просите его помочь Вам выбрать те качества, которыми уже обладает Ваш ребенок.

Чтобы Вам было проще составить контрольный список, используйте помогатор «Гирлянда». В нем вы найдете перечень сильных качеств, разбитых на категории. Останется только распечатать и выбрать вместе с ребенком, что относится именно к нему.

Шаг 3 – Визуализируйте достижения.

Для детей лучшее подтверждение их успешности – результат – дипломы, грамоты, любое физическое подтверждение слов.

Поэтому можно вести таблицу достижений или рекордов, где, например, фиксировать лучший результат по чтению.

Так же из сильных сторон Вашего ребенка, которые Вы определите в предыдущем шаге, сделайте гирлянду, склеив ленточки друг с другом.

Повесьте гирлянду на видное место в детской комнате у кровати или над столом.

Так, каждый раз, проходя мимо гирлянды, ребенок будет иметь наглядное подтверждение Вашим словам.

## Практические действия, чтобы определить сильные стороны вашего ребенка

Готовы приступить к определению сильных сторон вашего ребенка? Все, что вам нужно, чтобы начать – маркеры или цветные карандаши, ножницы и скотч.

### Шаг 1



Попросите ребенка выбрать цвет для каждой группы сильных сторон, перечисленных здесь. Выделение цветом поможет вам и вашему ребенку увидеть его самые сильные стороны. Используйте пробелы на последней странице, чтобы написать дополнительные сильные стороны.

### Шаг 2



Вырежьте сильные стороны, которые относятся к вашему ребенку. Вы или ваш ребенок можете выбрать несколько характеристик, в которых он преуспевает. Такой подход особенно полезен, если вы делаете упражнение для более чем одного ребенка.

### Шаг 3



Используйте ленту, чтобы сделать бумажную цепочку из отдельных сильных сторон. Вы можете повесить цепь на стене и добавлять к ней новые звенья по мере приобретения ребенком новых навыков.



Соедините звено цепочки скотчем



Нанизывайте следующую полоску, чтобы сделать цепочку



Шаг 4 – Постоянно фиксируйте прогресс

Один или два раза в неделю пересматривайте невыбранные ленточки и смотрите, что можно добавить в гирлянду. Так же можно добавлять новые знания, которые обрел ребенок за этот период.

Данный способ повысить самооценку не только простой, но и важный.

## Шаг 5 – Принимайте во внимание интересы ребенка

Самооценка ребенка растет, когда ваш ребенок занимается тем, что ему действительно интересно.

Ваш ребенок может не знать сразу, что ему действительно нравится. Исследование может занять некоторое время. Но это важно выяснить.

Это означает что Вам, возможно, придется отказаться от своей собственной мечты, что он будет любить футбол или станет великим художником.

Но как только ребенок найдет свою собственную страсть, Вы получите более счастливого и уверенного в себе ребенка.

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

1. Не вешайте на ребенка нежелательные ярлыки и роли, пусть даже преследуя благую цель – подстегнуть ребенка к переменам. Лучше покажите ему, что он многое может, а Вы поможете.

2. Определите сильные стороны ребенка, для этого используйте помощник «Гирлянду».

3. Визуализируйте достижения.

4. Фиксируйте прогресс.

5. Учитывайте мнение и интересы ребенка.

И тогда Ваш ребенок будет достойного мнения о себе, сможет не бояться ошибок, идти вперед и будет брать на себя ответственность за свою жизнь.

Он сможет ставить цели и достигать их не смотря ни на что и вопреки обстоятельствам.

# Готовые решения и их необходимость

## Техника «Договор на уроки»



Как правило, мы предпочитаем уже готовые, опробованные решения, не стремимся к принятию новых. Это дает известные результаты: понятные, ожидаемые, поэтому нам такая модель поведения взрослых понятна и комфортна.

Ведь, с одной стороны, зачем затруднять себе жизнь поиском ответа, если можно спросить и получить ответ. С другой стороны, – это некоторая гарантия получения 100% результата.

Но не стоит стараться целиком упростить жизнь себе и своим детям, с утра до вечера общаясь с ними а уровне готовых решений.

- А где еда? – В холодильнике.
- Мам, а что одеть? – Одень синие штаны и рубашку в горошек.
- Мама, хочу пить. – Вот вода, держи.
- У меня не получается решить задачу, А....! – Вот, нужно решать

так... – и даем детям сразу готовое решение. Это первое действие, второе, третье...

– А где мои ботинки? – вон стоят, у двери...

И этот список можно продолжать бесконечно.

Знаком ли он вам?

Предлагаем вам следующее упражнение:

В течение дня нужно вести дневник наблюдений, где Вы записываете, сколько раз ребенок переложил на Вас ответственность, а Вы с радостью ее и взяли.

И дали готовое решение. И подумали вместо него. И показали, что ему думать и принимать решения и не очень-то важно. Можно плыть по течению и ждать, пока кто-нибудь решит.

Не всегда ребенку нужно давать готовые решения, важно делегировать ребенку процесс обучения.

Например, домашнее задание может стать настоящей проблемой.

Заключение Договора «Домашнее задание» является хорошим способом снять часть возникшей напряженности и избежать борьбы и сражения за выполнение домашних заданий.

Это также способ убедиться, что Вы и Ваш ребенок – оба знаете свои обязанности.

Что такое Договор «Домашнее задание»?

Договор «Домашнее задание» представляет собой соглашение, которое описывает то, что Вы и Ваш ребенок будете делать, чтобы убедиться, что домашняя работа будет завершена вовремя и хорошо.

В нем рассматриваются вопросы, которые являются специфическими для домашней работы Вашего ребенка.

Например, если Ваш ребенок имеет проблемы с управлением временем, Вы можете указать время суток и время, когда ребенок будет делать домашнее задание.

Если ребенок обращается к вам за помощью чаще, чем Вы думаете, ему следует делать, Вы можете наметить, когда и как Вы будете помогать ребенку в выполнении домашних заданий.

Договор «Домашнее задание» Вашего ребенка может также наметить награды и последствия за успешное выполнение или невыполнение контракта.

Как может Договор «Домашнее задание» помочь Вашему ребенку?

Разработка полезных привычек и ритуалов является важной частью обучения. Эти привычки не всегда приходят естественно, они не возникают «сами по себе».

Договор «Домашнее задание» может помочь укрепить навыки Вашего ребенка, и создан для того, чтобы помочь привить ребенку хорошие привычки.

Использование образца Договора «Домашнее задание».

Вы можете использовать договор сразу после загрузки и заполнения, а также укажите дополнительно в нем пункты, которые отвечают уникальным потребностям Вашего ребенка.

Имейте в виду, что Вам, возможно, придется пересмотреть договор, в случае изменения рабочей нагрузки Вашего ребенка, или если что-то не работает, как Вы ожидали, через неделю после его внедрения.

Для этих целей в договоре предусмотрен соответствующий пункт.

Скачать договор на компьютер Вы можете на почту, воспользовавшись ссылкой [gladtolearn.ru/lp/dogovor\\_dz/](http://gladtolearn.ru/lp/dogovor_dz/)

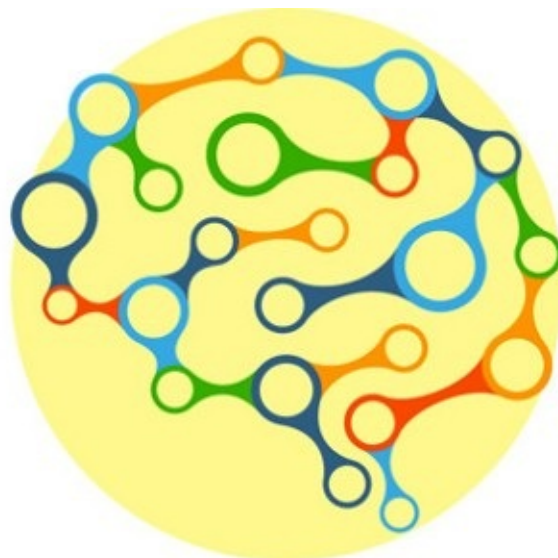
Так же договор находится в приложении.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Избегать готовых решений.
- Заключить договор-соглашение о выполнении домашних заданий.

# Долговременная память

*Техника «Вундеркинд». Как правильно повторять информацию*



Многие родители и дети допускают самую главную ошибку обучения, сами того не осознавая.

Когда я работала завучем по воспитательной работе, часто имел место разговор:

– Мы вчера весь вечер учили! И вечером он мне все рассказал, я не понимаю за что и почему опять двойка!

– Она вчера это знала! Не может же быть, чтобы вчера ребенок все помнил и рассказал, а сегодня забыл?!

Отвечаю: может. Причем, забывается материал одинаково легко независимо от того, как происходил процесс запоминания.

Когда домой задают что-то учить, не все родители знают и используют мнемотехники, техники эффективного обучения.

И если, используя техники, выучить алфавит, таблицу умножения или

классификацию по биологии не составляет труда, то с помощью классической зубрежки на простое задание можно убить весь вечер.

При этом и в первом, и во втором случае ребенок забывает вновь изученный материал практически с одинаковой скоростью.

Немецкий ученый Генрих Эббингауз доказал, что использование мнемотехники упрощает процесс запоминания, но никак не влияет на скорость забывания вновь изученного материала.

Экспериментальным путем он выявил, что в первый час забывается 60% новой информации.

Получается, что когда ребенок учит весь вечер домашнее задание и «сдает» его родителям, то обе стороны уверены, что уж теперь-то точно завтра в дневнике не будет плохой оценки.

Однако, придя в школу, ребенок может не помнить и половины!

Чтобы этого не случилось, важно знать, какими бы способами вы не учили, наименьшую ценность представляет то, как Вы или ребенок информацию повторяете.

Генрих посвятил этому жизнь и выявил, что оптимальное повторение выглядит следующим образом:

первое повторение – сразу по окончании чтения;

второе повторение – через 20 минут после первого повторения;

третье повторение – через 8 часов после второго;

четвертое повторение – через 24 часа после третьего.

Получается, что правильное повторение – больше половины успеха школьного обучения. Потому что если неправильно повторять, быстро забудешь то, что уже выучил.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

– Правильно повторять информацию.

Режим рационального повторения *если есть два дня*:

первое повторение – сразу по окончании чтения;

второе повторение – через 20 минут после первого повторения;

третье повторение – через 8 часов после второго;

четвертое повторение – через 24 часа после третьего.

*Если нужно помнить очень долго:*

первое повторение – сразу по окончании чтения;

второе повторение – через 20—30 минут после первого повторения;  
третье повторение – через 1 день после второго;  
четвертое повторение – через 2—3 недели после третьего;  
пятое повторение – через 2—3 месяца после четвертого повторения.

## Если бы не ошибки!

### *Техника «Воронка». Как убрать ошибки в обучении*



В нашей жизни, в наших действиях очень сильную роль играет, прежде всего, уверенность в результате (и вообще в наших действиях – на веру в себя, на желание что-то делать). Либо это будет уверенность в положительном результате, либо это будет уверенность в отрицательном результате, но, так или иначе существуют три варианта уверенности: полная уверенность в победе, сомнение, и ожидание провала.

Итак, первый вариант – мы твердо знаем, что мы правы.

Например, Вас убеждают в том, что Вы нарушили правила дорожного движения, когда ехали без габаритных огней в дневное время суток. А Вы можете твердо сказать о том, что да, я нарушил, я знаю, я понимаю, и что в правилах дорожного движения за это единственное наказание – это либо предупреждение, либо штраф 300 рублей, а не 1000, которую Вы озвучили.

Есть второй вариант – вы знаете, но с сомнениями. Знание на плюс-минус.

Например, вы знаете, что на «зеленый» можно ехать, но вы сомневаетесь, а на «зеленый-желтый» можно ехать или нельзя, точно это

или не так? А как пишется слово «искусство», там однозначно где-то две «с», а во втором ли случае или в первом? И сидит такой червячок сомнения.

Есть третий вариант – когда мы не знаем совершенно и не уверены в себе.

На самом деле в обучении, в основном, все сводится к тому чтобы поймать и выявить у детей вот эти два момента: сомнения и незнание.

На это очень хорошо нацелены тесты. Тест не показывает плюсов. Тест ловит ошибки.

Главная задача эффективного обучения – это знать, как сомнения и минусы перевести в плюсы.

Существует метод работы с ошибками «Воронка».

Давайте разберем данную технику на простом примере – изучение словарных слов.

Итак, в 5-м классе изучают за год 300 словарных слов.

### **Шаг первый – найти сомнения и незнание.**

Продиктуйте ребенку слова из списка слов в конце учебника и попросите назвать их по слогам (можно не писать).

Если ребенок быстро и правильно говорит как пишется слово, мы ничего не делаем.

Если ребенок сомневается, но отвечает верно – ставим напротив слова «птичку».

Сомневается, и говорит неверно – ставим «птичку».

Ребенок ошибся – ставим «птичку».

### **Шаг второй – считаем количество «птичек».**

Например, у нашей ученицы Марины и ее сына, из 300 слов было 59 с ошибкой (или сомнениями).

Именно с этими найденными словами мы и будем дальше работать.

### **Шаг третий – использовать приемы «оживления» слов.**

Чтобы запомнить словарное слово, надо представить себе его и добавить в полученный образ слово, начинающееся на букву, которую мы запоминаем.

Все Вы знаете азбуку. А – арбуз, Б – барабан, О – осел и т. д.

В словарных словах возможно несколько типов ошибок. Первая – ребенок заменяет какую-то букву (вместо А пишет О, вместо И – Е). Второй вид ошибок – это удвоенная буква, то есть нужно поставить, например, две буквы Л или две буквы С, или что-то еще, а ребенок не

пишет этого.

При работе с ошибками первой категории, когда Вам просто нужно запомнить какую-то букву, Вы делаете следующее:

Первым шагом представляете слово, которое нужно будет запомнить, само, то есть как оно представляется.

Например, «апельсин». Вы с ребенком берете и представляете себе обычный круглый апельсин. Это на первом этапе, то есть у нас же всегда на слово «апельсин» есть какая-то реакция. Вот она, реакция – это пусть будет сам апельсинчик оранжевенький, и не важно, на тарелке он лежит, в воздухе или на ладошке.

Вторым шагом к этому слову (как оно у нас запоминается) добавить очень сильную реакцию – правильную букву. Например, ребенок думает, что «апЕльсин» пишем через И – «апИльсин».

Нам нужно запомнить там букву Е. А что начинается на букву Е, какое слово? И Вам говорит ребенок, или Вы сами предлагаете, что на Е у Вас начинается «Ель». И теперь Вам нужно прямо так ярко-ярко проговорить и представить себе: «Давай теперь представим, что у нас на новогодней ели вместо шаров висят апельсины...»



Может быть, в слове «апельсин» ребенок не знает первую букву, и думает, что пишется «Опельсин».

Тогда вы представляете не просто апельсин, а апельсин, который в автобусе (автобус – на букву А). Автобус полный апельсинов и управляет им апельсин (например, тоже такой – с ручками, с ножками). При всем при этом он там что-то зазевался и попал в аварию, и в итоге повис на ёлке. И вот Вы с ним хохочете – представляете апельсин, который на ёлке, и еще все эти апельсины в автобусе.

ШОфер – машина, в которой шофер Ослик.

ПОРхает – Ослик пОРхает, как облачко.

ТренЕр – тренер сидит на Ели и следит за группой.

ТренИроваться – дети тренИруются и получают в награду Ириски.

ВИнегрет – винегрет, заправленный ВИном.

Запоминание удвоенной буквы происходит иначе. Можно, конечно, по «алЛее» представить, что «скачут две Лошади».

Но в памяти это работает гораздо хуже, потому что всякие удвоения, в принципе, у нас плохо читаются.

Поэтому на удвоенные буквы договоритесь с ребенком и представляйте какую-то характеристику добавляемого слова.

Например, у меня удвоенные буквы – тот же образ что и на одну букву, но в медицинском халате.

Представьте себе, например, лошадь в халате. То есть, если это «аллея» с двумя Л пишется, то по аллее скачет уже не просто лошадь, а лошадь в медицинском халате. Если в слове «искусство» мы хотим запомнить, где там одна С, где две, то одна С – это просто слон, а две буквы С – это слон в халате медицинском.

Запомним слово «искусство».

Представьте картинную галерею. И вот у нас в эту картинную галерею, чтобы посмотреть такие замечательные произведения искусства, которые висят на стене, пришли слоны! С – слоны.

И для того, чтобы попасть внутрь, им нужно пройти через турникет. Слоны же большие, они не могут сразу все влезть. И в этот турникет проходить только один слон... (представляем себе вначале, потому что «искусство» – две С во втором случае, в первом – один слон). Вот у нас здесь такой замечательный слон стоит один. А за ним в очереди стоит тоже слон (у нас же слоны пошли в галерею). Но второй слон, он уже будет в халате – слон-врач.

И как происходит? Когда Вы пишете слово, в этот момент в голове вспоминается вот этот стимул-реакция (ожившая картинка со слонами), и у вас начинаются метаморфозы, всплывает правильный образ и дело в

шляпе!

#### **Шаг четвертый – Проверка.**

Через 20—30 минут после закодирования последнего слова нужно провести проверку.

Диктуйте ребенку только слова с «птичками».

И вновь сомнения и минусы отмечайте, а слова, которые вспомнил верно, пропускайте.

#### **Шаг пятый – Считаем количество «ошибок».**

#### **Шаг шестой – Усиливаем ассоциации.**

Далее четвертый – шестой шаги проверяем до тех пор, пока не будет 0 ошибок.

Суть «воронки» заключается в том, что Вы работаете только с ошибками, Вы отлавливаете ошибки и работаете с ними. Вы переводите свои сомнения, Вы переводите свои минусы в утвердительное состояние.

Точно так же можно и нужно проработать таблицу умножения.

В таблице умножения всего 100 примеров, из них 36 уникальных.

Проверьте ребенка.

Например, из 100 примеров ошибочных у вас будет 32.

Возможно, ребенок думает, что он таблицу умножения не знает вообще, а вы говорите: «Так ты в 32-х примерах всего из 100 ошибся, 68 ты знаешь!!!» Ребенок думает: «Ого, ничего себе, значит, я выучил больше половины!»

И дальше Вы по таблице умножения работаете только с ошибочными примерами.

#### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

- Найти ошибки в словарных словах, таблице умножения.
- Проработать, добавив ассоциации.
- Проверить и вновь отловить «минусы и сомнения», пока не станет 0 ошибок.

## Ё-мое, ребенок медленно читает!

*Техника «Чудесный домик». Как повысить скорость чтения*



Чтение – один из трех учебных навыков, который необходим человеку, наравне с умением писать и считать.

60 слов в минуту – именно с этой цифры начинается понимание прочитанного текста. Ребенок, читающий меньше, не понимает, о чем шла речь в тексте или в задаче, а следовательно, ему гораздо труднее учиться, чем читающему от 60 слов.

6 класс или 12—13 лет, именно к этому возрасту у человека формируется его постоянная скорость чтения. Именно в этот период она выходит на «плато» и больше не растет или растет медленно, если не использовать специальные техники, разгоняющие чтение (например, фоточтение или скорочтение).

Средняя скорость чтения человека колеблется между 180—300 словами в минуту.

Нарушение способности к овладению навыком чтения и письма при сохранении общей способности к обучению называется – дислексия.

При оценивании скорости чтения учитывают три фактора: скорость, количество ошибок и понимание прочитанного.

А когда можно учить ребенка читать? На самом деле, здесь нет возрастных норм или ограничений. Главное, что учить читать ребенка можно тогда, когда он знает буквы.

Это можно делать и в три года, и в пять.

Конечно, желательно научить читать будущего первоклассника заранее, тогда процесс обучения будет для него проще и легче.

Чтобы научить ребенка читать, воспользуйтесь авторской разработкой учителя начальных классов Стрекаловской Любви и учителя-логопеда Кирилиной Ренаты – методикой для обучения чтению «Чудесный домик».

Это замечательная разработка уже покорила сердца тысяч родителей.

Преимущество «Чудесного домика» в том, что его легко брать с собой куда угодно, а заниматься легко и интересно.

Методика повышения чтения заключается в отдельном чтении слогов русского языка, при этом обучение происходит основываясь на трех базовых китах успеха: интенсивность, изолированность и обратная связь.

Необходимо скачать, распечатать книжку и вырезать домик с окошечком.

Методика «Чудесный домик», в первую очередь, предназначена для детей, которые не умеют читать, или для детей, которые читают по слогам, и Вы хотите перейти к словесному чтению.

#### **Плюсы:**

- ничто не отвлекает внимание ребенка во время чтения;
- ребенок читает и запоминает только указанную букву, слог;
- увеличивается темп чтения;
- ребенок может составлять слова, имена и т. д.;
- можно взять с собой в дорогу, в поликлинику и др.

**Скачать чудесный домик: <http://gladtolearn.ru/lp/domik>**

### ***Как повысить скорость чтения ребенка?***

После того, как ребенок научился соединять буквы в слоги (чтение в русском языке слоговое), необходимо преобразовать новое умение в навык.

Предлагаем Вашему вниманию подборку простых, но действенных техник, которые увеличат скорость чтения в два, а то в три раза.

#### **Способ первый – Секундомер.**

Для этого нужно засечь, сколько слов ребенок прочитает за 1 минуту. Далее, ребенок читает второй раз тот же самый текст, ровно одну минуту. Прогресс фиксируется.

В течение недели тренируемся на разных текстах. Лучше всего для чтения подойдут тексты-диктанты соответствующего класса, в котором учится ребенок. Таким образом, кроме скорости чтения, повышается грамотность ребенка.

Для тренировки чтения нам понадобится детская книга и секундомер. Попросите ребенка начать читать и засекайте минуту. После попросите прочитать еще раз тот же участок текста за минуту.

И Вы, и ребенок увидите, что во второй раз он прочитал больше, чем в первый! А в третий еще на одно-два слова больше, чем во второй. Значит, скорость чтения растет. Важно отметить, что тренировка должна проходить обязательно на одном и том же участке текста.

### **Способ второй – Чтение стихотворений.**

Для этого способа подойдут стихотворения С. Я. Маршака, К. И. Чуковского, которые ребенок читает в течение недели. Неделю – одно стихотворение. Благодаря этому способу, чтение для ребенка становится простым, он видит прогресс, а также переходит от слогового чтения к чтению «словами».

### **Способ третий – Лучший результат.**

Выбираем текст (это может быть текст учебника по литературе или любой другой по возрасту ребенка).

Текст читается на время.

Далее тот же текст читается еще раз, так же на время. Фиксируется, на сколько секунд ребенок улучшил свой результат.

Здорово, если в чтении на время принимает участие вся семья, и каждый зафиксировывает свой прогресс. Соревнование проходит не друг с другом, а самим с собой – первое и второе время соответственно.

Чтение – основа успешного обучения в школе. Потому что какой бы мы ни взяли предмет, везде надо читать и понимать прочитанное. Уметь отвечать на вопросы и ориентироваться в тексте. Понимание текста происходит при скорости чтения от 60 слов в минуту и выше.

Если ребенок читает меньше, то прочитанный впервые текст он не поймет. Прочитанную задачу, прочитанное задание – не поймет.

Именно поэтому чтением и скоростью чтения заниматься важно и необходимо.

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

1. Использовать «Чудесный домик». Домик позволяет играть во множество игр с ребенком, которые увеличивают скорость чтения.
2. Читать на время, используя «Секундомер».
3. Читать стихотворения.

# Желание учиться

*Техника «Цена<Ценность». Формируем внутреннюю мотивацию*



В тренинге «Гениальный ребенок» мы всегда поднимаем вопросы желания или нежелания учиться у ребенка, и порой родители спрашивают: «А как мне заставить ее (или его) полюбить учиться?»

Обычно я отвечаю вопросом на вопрос и парирую: «А Вы действительно думаете, что можно заставить кого-то что-то полюбить?»

И ведь действительно, можно либо заставить ребенка делать что-то (но тогда нет смысла переживать, что ребенок делает это неохотно), либо ребенок полюбит учебу. Но полюбит ее сам.

Можно лишь помочь ребенку полюбить процесс обучения, можно помочь ребенку расжечь жажду знаний.

Для этого нужно упростить для ребенка процесс обучения (чтобы не было трудно) и повысить интерес и ценность обучения (чтобы нравился процесс).

Дело в том, что внутренняя мотивация взрослых и детей различна.

Взрослый человек ради результата может заниматься достаточно

трудным или скучным, неинтересным процессом. Но тот результат, который взрослый получит в итоге, перевешивает трудозатраты на его достижение.

У детей все иначе. Внутренняя мотивация ребенка исходит не из конечного результата, а из процесса, которым ребенку предстоит заниматься.

Результат для ребенка – вторичен. Для него первичен процесс. Трудно или просто. Интересно или скучно. Получается или нет.

Если учиться просто, у ребенка получается и ему интересно, то тогда ребенок полюбит учиться. Полюбит всем сердцем, по-настоящему, но сам.

Если отбросить «полюбить» и просто заставить ребенка учиться – он будет сопротивляться, ныть, говорить, что скучно или трудно, делать бестолковые глаза или беспомощный вид, саботировать уроки и многое другое.

Как помочь ребенку полюбить учебу?

На самом деле для этого нужно сделать достаточно простое действие – упростить процесс обучения.

Но прежде чем я расскажу, как это сделать, давайте разбираться, почему дети не любят учиться?

С какими трудностями Ваш ребенок сталкивается при обучении:

- его ругают в школе;
- он не хочет учиться;
- он не любит школу, учителя;
- ему не интересно;
- ему необходимо постоянно что-то зубрить;
- ребенок устает и перегружен;
- в компьютере ему интереснее;
- ему много задают;
- у него не получается;
- ему трудно.

Только 1—2 подобных трудности уже отбивают охоту от обучения. А если их больше?

Итак, у нас есть пул детских проблем.

А теперь давайте представим, что все проблемы решены. По взмаху чудесной волшебной палочки.

Представьте, что ребенка:

- хвалят;
- ему хочется учиться;
- ему нравится учитель;

- ему интересно;
- ему не надо зубрить, само запоминается;
- у него нет усталости;
- ему интереснее на занятии, чем в компьютере;
- ему либо мало, либо совсем не задают домашних заданий, а что задают можно сделать за 15 минут;
- у него получается;
- ему легко учиться.

Как Вы думаете, будет ли такой ребенок саботировать процесс обучения? Не будет.

Да, конечно, в обычной жизни никто не взмахнет волшебной палочкой, и учеба ребенка является сложным процессом, который он, конечно, же саботирует.

Но родители могут помочь ребенку упростить процесс обучения, и кто знает, может быть случится волшебство, и ребенок полюбит учебу?

***7 шагов, которые можно сделать уже сейчас, чтобы облегчить процесс обучения ребенка***

**Шаг №1. Говорить с ребенком, хвалить его и показывать то, что получилось.**

Сначала отмечайте плюсы, а потом уже считайте ошибки.

Тут можно использовать технику «Зеленая ручка», когда Вы берете зеленую пасту и отмечаете, что у ребенка получилось.

**Шаг №2. Повысить «Ценность обучения».**

Для этого необходимо:

- Создать рабочую атмосферу;
- Заякорить рабочее состояние;
- Сделать рабочее место, в котором ребенок не отвлекается;
- Учесть типы восприятия (техника «ЛАВКА»);
- Опирается на психотип ребенка;
- Использовать «Гирлянду» и отмечать прогресс.

**Шаг №3. Искать лучших учителей, которые болеют за свое дело.**

Творческий педагог – это половина успеха в обучении ребенка. Когда у учителя горят глаза, они загораются у всего класса.

Если Вашему ребенку не повезло, и у учителя ребенка глаза потухли,

то именно Вы можете стать тем человеком, у кого горят глаза, или найти для него такого педагога, например сменив школу.

#### **Шаг №4. Снизить «цену обучения».**

Упростить процесс самого обучения, внедряя техники эффективного обучения, научить структурировать текстовую информацию, создавать «интеллект-карты», использовать метод «от общего к частному», развивать оба полушария мозга, учиться техникам запоминания стихотворений и определений.

Все необходимые техники Вы найдете в этой энциклопедии.

#### **Шаг №5. Развивать память и внимание.**

Лучше всего память и внимание развиваются в игре, а также Вы можете внедрять в обучение мнемотехнические приемы.

Для этого нужно развивать воображение и использовать силу ассоциаций.

Вначале может быть очень трудно, однако уже через несколько занятий даже самые «плохо представляющие» дети втягиваются и развивают в себе эту суперсилу.

Как говорится, нет сразу людей с медицинским или парикмахерским мышлением, но оно формируется.

#### **Шаг №6. Использовать разминки, техники отдыха.**

Детям очень трудно удерживать внимание на одной волне. Для этого важно переключать вид деятельности, сменять вид занятий.

Подойдут как веселые песенки, так и пальчиковая гимнастика, разминка или различные зарядки для глаз и мозга.

#### **Шаг №7. Создавать для ребенка ситуации успеха.**

Детям мало говорить про их успехи. Дети должны сами видеть подтверждение.

Например, если ребенок за 20 минут выучит 30 новых испанских слов – это и будет лучшим подтверждением того, что он может легко учить язык.

Если ребенок за 15 минут запомнит 20 фактов о новой стране – это будет лучшим подтверждением сильной памяти.

Когда ребенок 2 минуты без перерыва сможет говорить на одну тему – это будет лучшим подтверждением того, что он умеет красиво говорить.

Когда ребенок после одного прочтения и заполнения помощника «Рыба» запомнит параграф и сможет пересказать его – это будет лучшим подтверждением того, что учиться можно просто.

Но, к сожалению, школа не дает техники эффективного обучения. В школе вообще процесс обучения проходит на уровне прошлого века: с зубрежкой, кучей повторений, переписыванием, копированием. Всем тем, что уже давно устарело.

Это как ездить на «Москвиче 407» 1960 года выпуска. Вроде едет, но постоянно ломается, да и комфорта мало.

Так и в процессе обучения детей, ребенок использует устаревшие принципы работы мозга и еле-еле справляется со школьной нагрузкой.

А ведь уже почти век существует «Феррари» в принципах работы мозга, с которыми Ваш ребенок будет «ездить» по школьным предметам быстрее всех своих одноклассников, при этом тратя на учебу намного меньше времени и сил.

И тогда вопрос «Как заставить ребенка полюбить учебу» уйдет сам собой.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

1. Снижаем цену, упрощая процесс обучения с помощью техник эффективного обучения.
2. Повышаем ценность с помощью техник эффективного обучения.

# Запоминание разных видов информации

## *Техники работы с информацией*



Современный мир – это сплошной поток информации. И зачастую бывает очень сложно в этой информации выделить рациональное зерно.

Научите ваших детей как отделять нужное от ненужного, важное от неважного, как среди массы информации найти «полезное» – и вы научите их главному полезному навыку современной жизни.

Научите работать с информацией, структурировать ее, и тогда дети смогут учиться по любым книгам и у любых учителей.

Информации не просто много, ее очень много. А как было бы хорошо, если бы вся информация была разложена по полочкам, в простой и наглядной форме. Данная статья посвящена инструментам, которые позволят быстро и просто структурировать любые потоки информации.

Учебники начальных классов сейчас выглядят цветно и аляписто. Цветные рабочие тетради, лабиринты и кроссворды, упрощенные задания «вставь букву» – все это формат новых учебников, которые не дают детям

главного – системности и общей картины.

Дети выполняют задания, день за днем открывают новые страницы книги и не видят главного – системы.

Иначе дело обстоит в средней и старшей школе. Сплошной текст учебника, логические списки и пошаговые алгоритмы действий – все это помогает ученикам среднего звена приобрести новые знания, но не вызывает особого энтузиазма. Дети теряют интерес к чтению сплошного текста и успеваемость падает. Буквы, слова и абзацы сливаются воедино, и взгляду не за что зацепиться.

Системы по-прежнему нет, а вместе с ней и понимания предметов.

Предлагаем вашему вниманию «помогаторы», которые позволят организовать работу с информацией.

### **Помогатор 1. Солнце-карты для написания сочинений-описаний**

Используйте эту карту, чтобы помочь ребенку подготовить сочинение.

1. Напишите Вашу тему или заголовок в центре.
2. Запишите в лучиках 5 блоков, которые хотите или можете раскрыть в сочинении (первое знакомство, характер, внешность, действия, эмоции).
3. По каждому из блоков, запишите два-три описывающих слова или нарисуйте пиктограммы.

### Солнце-карты для написания сочинений-описаний



Используйте эту карту, чтобы подготовить сочинение.

1. Напишите вашу тему или заголовок в центре.
2. Запишите в лучиках 5 блоков, которые хотите или можете раскрыть в сочинении (первое знакомство, характер, внешность, действия, эмоции)
3. По каждому из блоков, запишите два-три описывающих слова или нарисуйте пиктограммы
4. По карте расскажите вслух, что получилось. Используя карту, напишите сочинение. Не забывайте, что каждый блок – новый абзац.



Еще больше материалов на сайте  
<http://gladtolearn.ru/blog/>



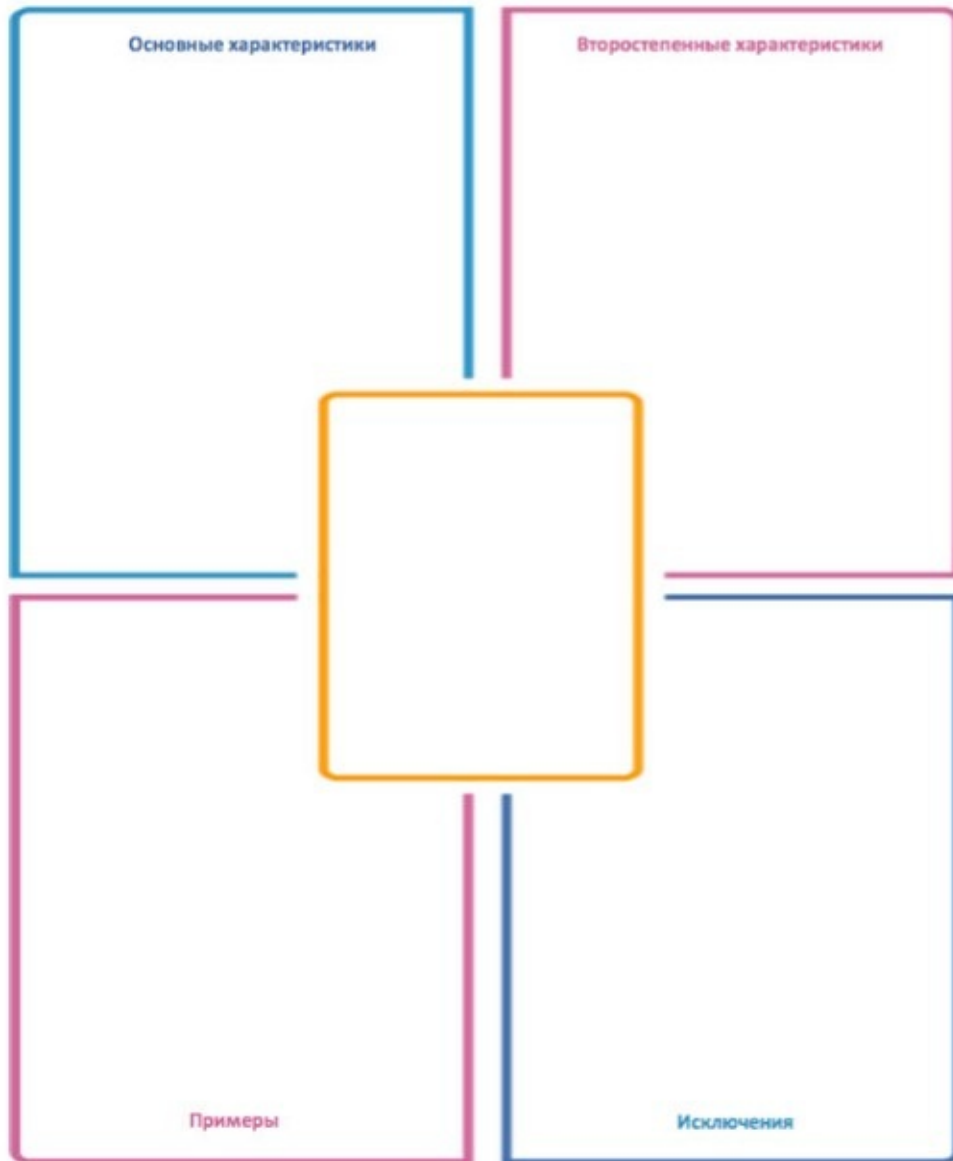
По карте расскажите вслух, что получилось. Используя карту, напишите сочинение. Не забывайте, что каждый блок – новый абзац.

### Помогатор 2. Образовательная модель Фраера

В России вообще не то что не популярна, а совсем не известна. Впервые я увидела эту модель во время моего обучения по-обмену в Финляндии, еще 13 лет назад.

В отличие от классического запоминания определения, модель помогает лучше понять сложные понятия или ЛЮБУЮ тему школы.

## Модель Фраера



В центральный квадрат напишите термин. Попросите ребенка в верхний левый прямоугольник написать основные характеристики, в верхний правый – вспомогательные (и формулы). В нижнем левом – важно указать примеры, а в нижнем правом – исключения.

Заполняя, ребенок распределяет информацию по «местам» и раскладывает ее «по полочкам».

Вспомнить просто! Видеть все на одном листе легко! Пользоваться удобно!

Посмотрите, как использовать модель на примере темы «Периметр».



Еще больше материалов на сайте  
<http://gladtolearn.ru/blog/>

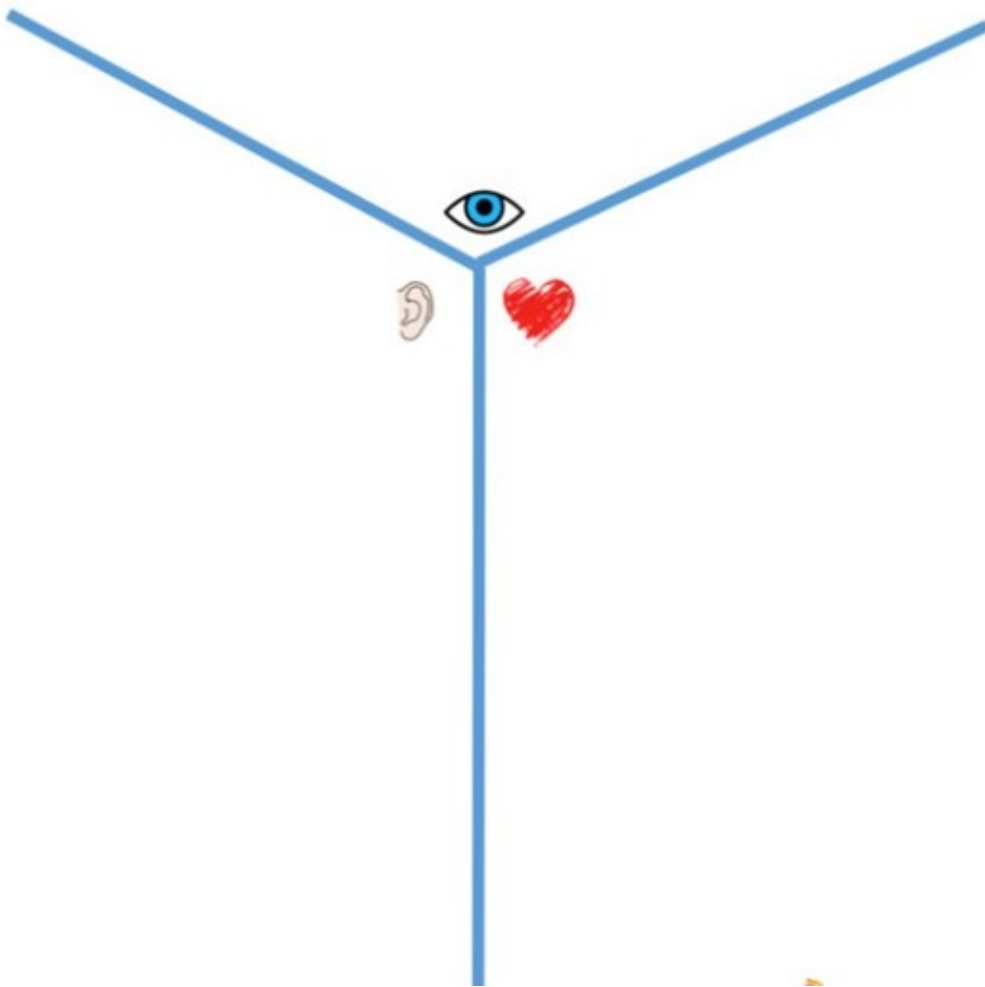


«Y-диаграмма» состоит из трех частей.

Это графический органайзер мыслей, который используется для описания трех аспектов темы: наблюдение, описание и чувства.

Или может использоваться для характеристики трех направлений: визуальная характеристика, слуховая, чувственная.

А также для принятия решения: минусы, плюсы, вывод.



Она применяется для анализа существующей информации и работы с ней. (Например, можно расписать виды власти: законодательная, исполнительная, судебная.)

А также можно применять диаграмму для решения конфликта или спора. Для этого стороны заполняют свое видение ситуации, как что они слышат и думают, что чувствуют. Далее следует обменяться карточками и дополнить диаграмму друг друга. Это приводит к устранению непонимания.

#### **Помогатор 4. «Бирка»**

Простой помогатор для детей и родителей, который поможет ребенку собирать портфель и ничего не забывать – бирка на рюкзак.

Сделайте бирку, как в образце. Для этого с одной стороны таблички напишите, что ребенок должен проверить перед выходом в школу, с другой – из школы.

Сложите и склейте табличку пополам. Заклейте с двух сторон скотчем, чтобы она не обтрепалась или заламинируйте табличку. Остается прикрепить ее на рюкзак (это можно сделать ленточкой или хомутиками).



Линия сгиба

В школу	Из школы
У меня есть: Выполненная Домашняя работа?	У меня есть: Задание для домашней работы?
Обед/Деньги на обед?	Контейнер для обеда/Сдача?
Тетради?	Тетради?
Учебники?	Учебники?
Пенал/Карандаши/Ручки	Пенал?
Спортивная форма?	Спортивная форма?
Дневник?	Дневник?
Сменка?	Сменка?

вырезать



Напишите  
Свой список

Линия сгиба

В школу	Из школы
У меня есть:	У меня есть:



вырезать



Такой простой скулхак помогает избежать массы проблем и раздражения. Пользуйтесь на здоровье!

### Помогатор 5. Интеллект-карты или карты ума

Это инструмент, который позволяет быстро и просто структурировать любые потоки информации. Майнд-карта – это особая схема древовидной

структуры, где для каждого нового уровня есть предшественник более низкого уровня.

Плюсом таких карт является разложение любой информации на логические группы и возможность быстрого чтения информации.



Так же они известны, как один из самых наглядных способов конспектирования. Создатель майндмэпов – Тони Бьюзен (англ. Tony Buzan), известный во всем мире консультант по вопросам психологии обучения, проблем мышления и развития интеллекта.

Однако способы структурирования информации, похожие на интеллект-карты, советские ученые и педагоги использовали задолго до Бьюзена (в информатике такое изображение информации носит гордое название – семантические схемы).

Интеллект-карты применяют для принятия решений, структурирования задач, планирования времени, проведения презентаций, для выделения и запоминания больших объемов информации, обучения, проведения мозгового штурма и т. д. Существует много платных и бесплатных компьютерных программ для майндмэпинга. Наиболее

популярные из них: MindManager и XMind.

Например, карты можно применять для работы с текстом учебника.

Можно рисовать майнд-карты и от руки.

Возьмите чистый лист бумаги (желательно формата А4), ручку и цветные карандаши (их можно заменить фломастерами, маркерами или красками). Расположите лист в альбомном формате, то есть по горизонтали. В центре напишите крупными печатными буквами тему майндмэпа.

А теперь наполните каждый раздел ключевыми словами – основными мыслями текста.

Нарисуйте пиктограммы или картинки – они улучшают читабельность и помогают лучше запомнить содержание. Для этого вовсе необязательно уметь рисовать, главное, чтобы смысл изображения был понятен Вам или тем, для кого Вы составляете майндмэп.

Помогаторы – это визуализация техник эффективного обучения.

Интеллект-карты – это мощные умственные инструменты, которые помогут Вашим детям овладеть сложными предметами, новой информацией, а вам упростить себе период школьного обучения ребенка.



Еще больше материалов на сайте  
<http://gizdotolearn.ru/biog/>

БУЧЕНИЕ С  
ДОБРОЛЮБИЕМ

**Техника эффективного обучения «Гамбургер»**

Текст учебника как гамбургер: они оба имеют несколько слоев. Только в гамбургере – это котлета и сыр, а в тексте – введение, основная мысль, детали, кульминация, заключение.

Используйте этот графический организатор, чтобы помочь ребенку построить пересказ текста.

1. Для верхнего слоя, напишите основную мысль, которая представляет главную идею.

2. Заполните средние слои поддерживающими деталями.

3. Нижний слой держит все это вместе с заключительным выводом.

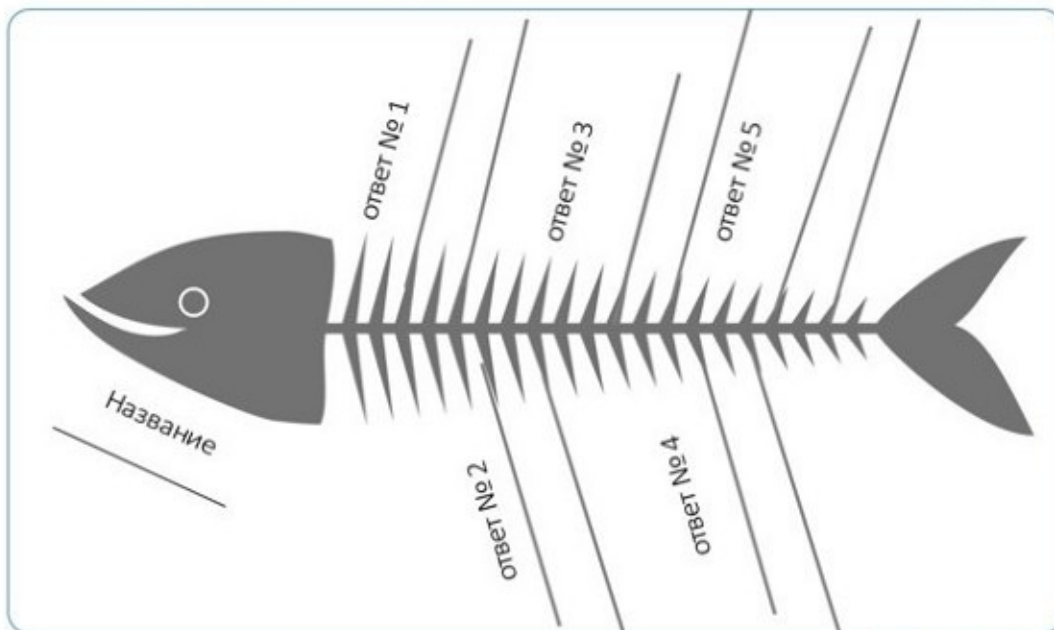
### ***Техника эффективного обучения «Рыба»***

Чтобы упростить подготовку по устным предметам используйте «Рыбу». Для этого нарисуйте голову, скелет рыбы. И вдоль скелета запишите ответы на вопросы, которые заданы в конце параграфа.

Можно писать краткий ответ или 1—2 ключевых слова.

Такую «Рыбу» можно положить на парту, и во время устного ответа параграфа или выполнения письменной работы одного взгляда будет достаточно, чтобы вспомнить материал учебника.

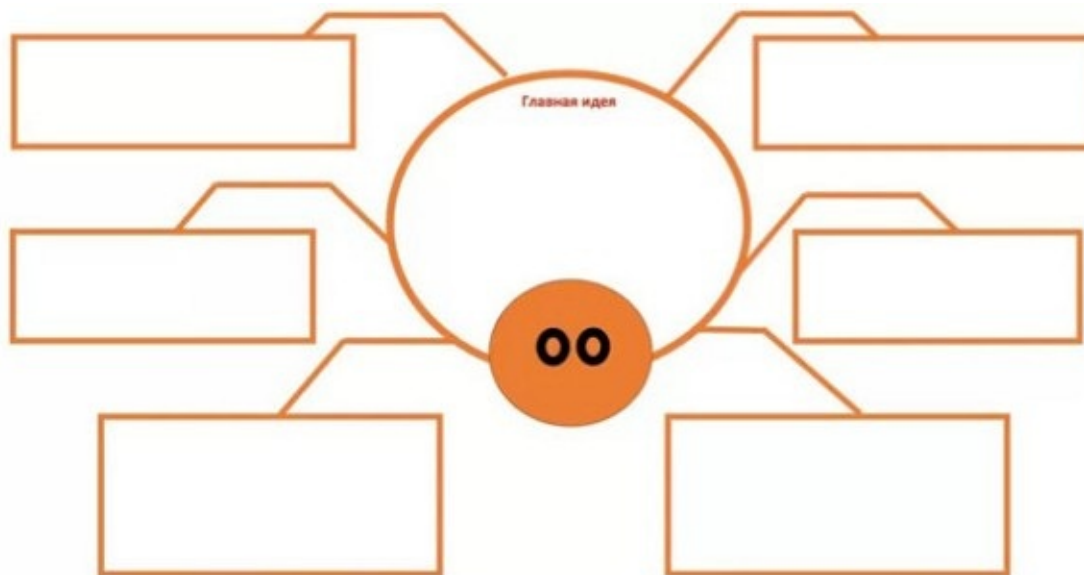
Эта простая техника позволяет затрачивать меньше сил и лучше запоминать материал. Вы можете составить много рыбок, и сложить их в папку. Это упростит процесс подготовки к четвертным и итоговым контрольным работам.



Еще больше материалов на сайте  
<http://gladtolearn.ru/blog/>



**Техника эффективного обучения «Паук-карта»**



Еще больше материалов на сайте  
<http://gladtolearn.ru/blog/>



Используйте карту, чтобы систематизировать мысли и упростить для понимания и пересказа текст учебника.

Сделать это вам поможет «Паук-карта».

1. Напишите название параграфа в центре.
2. В каждой клетке паутины напишите подробно аргументы и основные факты, которые были перечислены в тексте.

### ***Как пересказывать художественный текст? Техника шести вопросов***

Для пересказа художественного текста можно для ребенка подготовить план, состоящий из шести вопросов.

Эта техника поможет Вашему ребенку думать о различных элементах рассказа.

Вырежьте вопросы и приклейте каждый к палочке (или трубочке).

Когда Вы читаете вместе, периодически останавливайтесь и передавайте ребенку палочку, чтобы использовать ее в качестве подсказки.

Так же вопросы просто можно распечатать и приклеить скотчем на обложку учебника.

Ребенок, отвечая на вопросы, с успехом перескажет о чем прочитал и систематизирует прочитанное.

- О ком рассказывается в этом тексте? Это рассказ или сказка?
- С чего все началось?
- Что было потом?
- Чем закончилось?
- Хорошие герои? Почему они хорошие?
- Плохие герои? Почему они плохие?
- Какие сложности есть в истории? Как их решили?

## Техника вопросов «Палочка»

Эта техника поможет вашему ребенку думать о различных элементах рассказа. Вырежьте вопросы и приклейте каждый в ремесленной палочке. Когда вы читаете вместе, периодически останавливайтесь и передавайте ребенку палочку, чтобы использовать в качестве подсказки.

Кто является персонажами?

Что произошло дальше?

Место действия рассказа?

О чем эта история?

Какие сложности есть в рассказе?

Как эти трудности решаются?

Как начинается история?

Как заканчивается история?

Что произошло в середине истории?

Еще больше материалов на сайте  
<http://jelasto-ezrn.ru/ru/qa/>



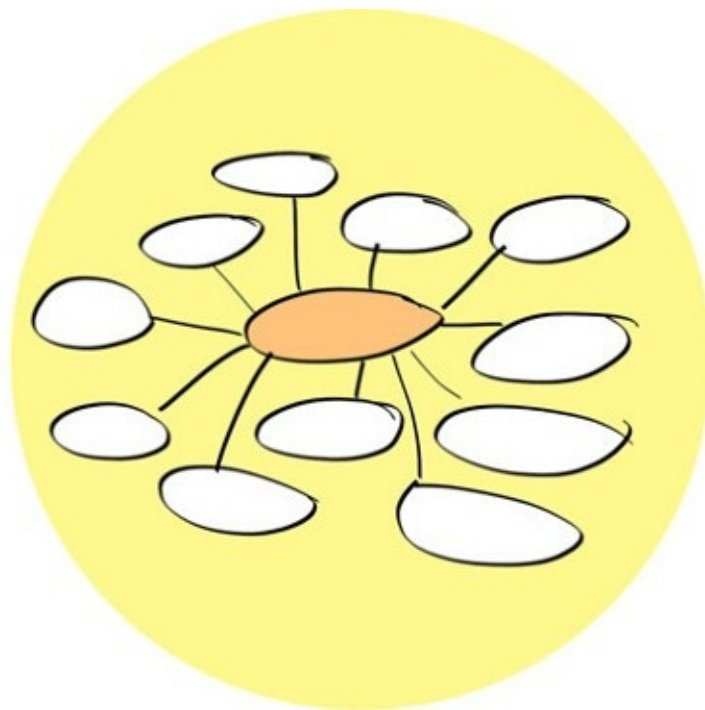
### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

- Для написания сочинений использовать помогатор «Солнце-карта».
- Для работы с определениями использовать «модель Фраера».
- Для обучения изучить и использовать интеллект-карты.

– Для пересказа текста использовать «паук-карту», «гамбургер» и «рыбу»

# Интеллект-карты

*Техника «Карты». Зачем нужны и как составлять*



Зачастую в потоке информации сложно выделить рациональное зерно. А как было бы хорошо, если бы вся информация была разложена по полочкам в простой и наглядной форме!

Создание карт ума – это инструмент, который позволяет быстро и просто структурировать любые потоки информации.

Сейчас существует множество вариантов перевода термина MindMaps.

Ниже приведен список самых часто встречающихся вариантов:

ментальные карты

интеллект-карты

карты ума

мыслительные карты

карты мозга

концепт-карты

карты знаний  
карты памяти  
ассоциативные карты

Интеллект-карты – это лучший инструмент на сегодняшний день для структурирования и обработки информации. Они позволяют ускорить процесс изучения учебных материалов, повысить количество и скорость запоминаемой информации, ускорить разработку проектов, правильно планировать и научить ребенка учиться.

Концепция карт основана на теории Дэвида Осубела. Его основная идея – это представление новых идей, теорий и понятий через уже имеющиеся идеи, опыт и понятия.

В 60-е годы теорию развил профессор Джозеф Новак. Он разработал правила создания концепт-карт (инструмент для проработки новых концепций).

Дальнейшее развитие теория получила благодаря Тони Бьюзену. В 1974 году он опубликовал книгу «Работай головой», где описал метод ментальных карт MindMaps. На основе его работы были разработаны десятки компьютерных программ, а концепция составления карт постепенно стала распространяться.

В настоящий момент создание интеллект-карт как самого эффективного способа обучения игнорируют лишь... государственные образовательные структуры (школы, колледжи, институты).

О данном инструменте нет информации ни в одном школьном учебнике, и ни один предмет в рамках образовательных программ не предполагает объяснение и проработку с помощью интеллект-карт.

Интеллект-карты упорно игнорируются при обучении детей и студентов в школе, институте и активно используются в учреждениях, которые подготавливают некоторые категории специалистов: разведчиков, сотрудников спецслужб, военных.

Лишь некоторые педагоги, самостоятельно освоив данный инструмент и убедившись в полезности и актуальности, используют его.

В основе теории карт лежит представление о принципах работы человеческого мозга: ассоциативное (или нелинейное) мышление, визуализация мысленных образов и целостное восприятие.

Области применения карт:

1 – Обучение.

- создание ясных и понятных конспектов;
- максимальная отдача от прочтения книг/учебников;
- написание рефератов, курсовых проектов, дипломов;
- подготовка сочинения, изложения;
- структурирование любого материала, что позволяет понять суть, мысль автора, разложить по полочкам трудный материал;
- анализ текста учебника (ниже представлена карта по Биологии, 7 класс).

## 2 – Запоминание.

- подготовка к экзаменам/ЕГЭ/зачетам;
- запоминание списков: что сделать/кому позвонить и т. д.;
- запомнить смысл статьи, параграфа. Интеллект-карты запоминаются в разы легче, чем любой текстовый материал;
- запоминание речи, текста выступления;
- запоминание больших объемов данных.

## 3 – Планирование

Составление плана на день, неделю, месяц, год, жизнь... Простановка приоритетов по делам. Понимание того, насколько план сбалансирован.

Разработка сложных проектов: нового бизнеса, нового направления, новой должности, новой работы, нового места жительства.

Разбиение проекта на основные этапы и подэтапы. Представление этих этапов на карте. Можно запланировать проекты, начиная с празднования своего дня рождения или похода в магазин, завершая проектом открытия своей компании.

Планирование бюджета. Когда бюджет прорисован в виде карты – видна вся картина целиком. Легко проставить приоритеты по важности затрат.

## 5 – Презентации и мозговой штурм

- проведение деловых встреч и переговоров эффективно (Вы за меньшее время даете больше информации, при этом Вас лучше понимают и запоминают);
- мозговой штурм (генерация новых идей, творчество);
- коллективное решение сложных задач.

## 6 – Принятие решений.

- четкое видение всех «за» и «против»;

– более взвешенное и продуманное решение (Интеллект-карты позволяют собрать всю информацию, относящуюся к задаче на одном листе, и окинуть ее одним взглядом. Держать в поле зрения все плюсы и минусы того или иного решения.)



Карта по истории, 5 класс

Как создать карты? Законы содержания и оформления карт по Тони Бьюзену:

1. Творите!

Всегда используйте визуальный образ, пиктограммы.

Для центрального образа используйте три и более цветов.

Чаще придавайте изображению объем, а также используйте выпуклые буквы.

Варьируйте размеры букв, толщину линий и масштаб графики.

Стремитесь к оптимальному размещению элементов на интеллект-карте.

2. Ассоциируйте.

Используйте стрелки, когда необходимо показать связи между

элементами интеллект-карты.

Используйте цвета.

Используйте кодирование информации.

3. Стремитесь к ясности в выражении мыслей.

Придерживайтесь принципа: по одному ключевому слову на каждую линию.

Используйте печатные буквы.

Размещайте ключевые слова над соответствующими линиями.

Делайте главные линии плавными и более жирными.

Следите за тем, чтобы ваши рисунки (образы) были предельно ясными.

4. Выработывайте собственный стиль.

Карты можно составлять абсолютно разные:

Карта решение дилеммы

Карта для планирования (дня, недели, месяца, года)

Карта для презентации

Карта для подготовки выступления

Карта-отчет

Карта-конспект

Карта-стратегия

Карта-самопрезентация

Карта для планирования отпуска

Карта для сбора вещей

Карта для выбора иностранных слов для путешествия

Карта для управления временем

Карта для собеседования

Карта для поиска работы и призвания

Карты для мозгового штурма

Карты для подготовка диплома, курсовой работы

Карта для подготовки к экзаменам

Карта для проверки знаний ребенка

Карта-ошибок

Карта для пересказа текста

Карты для написания сочинений и изложений

Карта по устным предметам

Карта по точным наукам

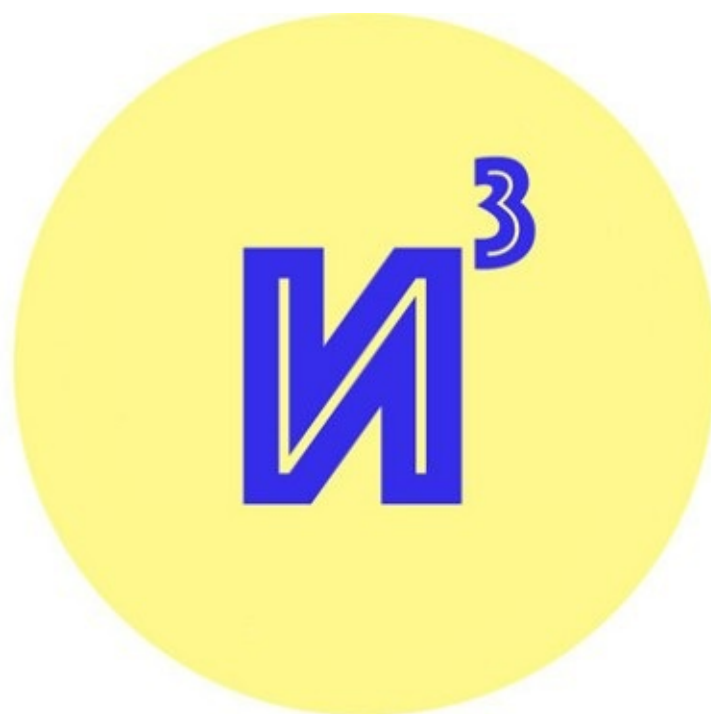
Карта-алгоритм подготовки к урокам, отхода ко сну, уборки в комнате  
Карта режима дня ребенка  
Карта, чтобы разложить по полочкам трудный материал

***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Создавать майд-карты.
- Практиковать создание карт по параграфам учебника, статьям, видео и текстовой информации.
- Скачать карты по предметам начальной школы и отмечать изученные темы.

# Киты эффективного обучения

## *Техника «И в кубе» или главное правило обучения*



Все знают, что если заложить неправильный фундамент дома, дом может разрушиться.

Но мало кто задумывается о фундаменте обучения для наших детей.

А ведь все точно так же: правильно сформированный фундамент – залог успешного обучения ребенка. Неправильный старт – и учеба у ребенка превращается в настоящую проблему для всей семьи.

«Готовь сани летом» – гласит известная пословица, а мы предлагаем Вам летом подготовиться к новому учебному году. Но сделать это не только интересно, но и эффективно.

Главное правило обучения – «И в кубе» или «Правило Трех И».

Первое правило – Изолированность.

В школе предметы изучаются одновременно, навыки тренируются смешанно.

Однако научно доказано, что лучший эффект дают изолированные упражнения.

Например, совершенно разного эффекта можно достичь, если: попросить ребенка решить 100 примеров на счет в пределах 10-ти, где будут примеры и на сложение, и на вычитание вперемешку. Ребенок, решив примеры, может в дальнейшем точно так же допускать в них ошибки.

Если тренировку проводить в режиме изолированности, то больший эффект можно достичь, решив меньшее количество примеров.

Например:

Решив 25 примеров на сложение

И потом 25 примеров только на вычитание,

А потом 25 примеров на сложение и вычитание вперемешку,

Ребенок не только решит примеры быстрее, но и автоматизирует навык счета.

Правило второе – Интенсивность.

Решить пример в день или с интервалом в несколько часов, не то же самое, что интенсивно заниматься 10 минут.

Тренируя один навык, его нужно тренировать некоторое время. Не отвлекаясь ни на что другое.

Например, если учиться водить машину и проводить тренировки 1 раз в день в течение недели или заниматься два дня по три-пять часов, мы получим разный результат.

В случае наработки навыка интенсивно, наш мозг быстрее сообразит, что мы от него хотим.

Правило третье – Измерение результатов.

Очень важно постоянно измерять результат обучения.

Например, это можно сделать с помощью чек-листов, в которых перечислить, что должен знать ребенок (подойдет даже оглавление учебника, которое можно переписать и красиво оформить, в формате интеллект-карты)

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

– Периодически, раз в неделю или две недели, можно ставить + / – напротив тем, которые узнал ребенок или которые наоборот не усвоил.

Это позволит следить за прогрессом и мотивировать на достижения.

# Лень и ее проявления

*Техника «Ритуал» или как усадить ребенка за домашнее задание*



Для многих родителей самое трудное в школьном периоде – это домашние задания, потому что детей нужно дисциплинировать, усаживать за уроки и тратить на это свои силы, а им просто лень делать уроки.

Чтобы побороть лень ребенка, используйте следующие стратегии.

## **1. Используйте карту захвата уроков.**

Вы можете помочь своему ребенку составить карту школьных предметов и повесить ее над столом. Для этого нужно просто перечислить школьные предметы, изобразив их на специальной «Школьной карте».

Каждый раз ребенок может выбирать маршрут, по которому идти, а может менять захват территорий местами. Сегодня начнет с победы над страной «Матляндией», а завтра с захвата мира «Литературы».

Все, в чем ребенок нуждается, так это в небольшом листе бумаги, на

котором он может записать план захвата уроков этого дня, перечислив свои задания в течение дня. Когда он заканчивает каждый из них, он может вычеркнуть его из списка.

## **2. Сделайте вместе с ребенком расписание.**

Дайте возможность самому выбирать последовательность выполнения уроков.

Русский или математика, технология или английский – ребенок сам может выбрать с чего ему начать. Возможно, он начнет с простых уроков, возможно, – с самых сложных.

Вы можете использовать договор на уроки.

## **3. Используйте таймер на домашнее задание и вопрос: «А сколько времени мне не жалко?»**

ДЗ-таймеры являются отличным помощником, чтобы держать легкоотвлекающегося ребенка в нужном русле. Таймер может так же дать Вашему ребенку чувство времени.

Есть много типов таймеров, чтобы выбрать тот, который лучше всего подойдет Вашему ребенку. Если он отвлекается на звуки, то таймер «тикающие часы» не может быть идеальным выбором. Вместо этого попробуйте песочные часы или электронный таймер с виброрежимом.

Так же очень хорошо до момента выполнения уроков задавать вопрос: «За какое время я хочу сделать урок?» Поставив себе определенные временные рамки, дети с легкостью в них вписываются.

## **4. Придумайте ритуал перед домашним заданием.**

Событие, которое будет настраивать его на уроки (например, песня или игра «Муха в кубе»).

Ритуалы могут быть разными:

одна и та же музыка, которую ребенок слушает перед уроками.

- пальчиковая гимнастика;
- стакан воды и шоколад;
- заведение ДЗ-таймера;
- проверка карты захвата уроков.

Ну и самое главное правило – все действия выше должны быть регулярными и повторяемыми.

Если у ребенка есть расписание выполнения домашних заданий, специальное место, в котором он только делает уроки, ритуал перед уроками и понимание, что задачу нужно выполнить, сесть за уроки больше

не будет проблемой.

***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Создать рабочее место и атмосферу.
- Создать карту захвата уроков.
- Заключить с ребенком договор «Домашние задания».
- Придумать ритуал и использовать его.

# Мнемотехника

## *Как мнемотехника может помочь в обучении*



Искусство запоминания было особенно важным в дописьменные периоды истории.

Выступления по бумажкам считались позорными и с появлением письменности, будь ты политик, философ, актер амфитеатра.

Искусство запоминания развивалось средневековыми монахами, которым нужно было помнить огромное количество богослужебных текстов.

В эпоху Возрождения знания стали считаться силой, способность держать знания в голове ценилась очень и очень высоко.

Но в чем же был секрет этих людей? Как они без запинки произносили многочасовые речи, помнили огромные формулы и тексты?

Они пользовались специальным приемом запоминания информации – мнемотехникой. За многие века она претерпела колоссальные изменения, но суть ее осталась прежней.

Техника, которая позволяет быстро и эффективно запоминать огромные объемы информации, существует уже более 2500 лет.

Но в то же время парадокс налицо: почему, когда есть эффективные технологии, ребенок тратит 3 недели для того, чтобы запомнить страны Европы, когда это делается за 30 минут?

Почему на запоминание правил дорожного движения люди тратят несколько недель вместо одного вечера?

Зачем ребенку ходить днями напролет и зубрить стихотворение, когда это можно сделать за несколько элементарных действий и получить хорошую оценку.

Зачем зубрить таблицу умножения, когда ее можно понять и выучить за два вечера?

Почему нужно учить определения и формулы, когда их легко можно запомнить приемами мнемотехники?

Я убеждена, что техники эффективного обучения, в первую очередь мнемотехнику, просто необходимо интегрировать в нашу систему образования.

Мнемотехника – набор приемов и методов для более легкого запоминания информации. Простыми словами – это специальные приемы, позволяющие запоминать трудное и сложное.

Многие простые приемы мнемотехники Вам наверняка знакомы.

Первый прием мнемотехники – **Акростих**.

Когда на первые буквы запоминания информации придумываются небольшая рифма или шуточная история:

Каждый Охотник Желает Знать Где Сидит Фазан (первая буква совпадает с буквами цветов).

Иван Родил Девчонку, Велел Тащить Пеленку (падежи)

Второй прием мнемотехники – **Мнемофраза**.

Фраза или предложение, которые позволят легко запомнить нужную информацию:

Надеваю одежду, одеваю Надежду.

Биссектриса – это крыса, которая бежит по углам и делит угол пополам.

Третий прием мнемотехники – **Мнемостих**.

«Чтобы ПИ запомнить, братцы,

Надо чаще повторять

Три, четырнадцать, пятнадцать

Девять, двадцать шесть и пять».

«Гнать, держать, смотреть и видеть,  
Дышать, слышать, ненавидеть  
И обидеть, и терпеть,  
И зависеть и вертеть.  
Вы запомните, друзья.  
Их на – Е спрягать нельзя».

Не обязательно использовать готовые мнемотехнические запоминалки, тем более, что готовых не так много, как нужно. Их можно составлять самостоятельно, например, придумать фразу для того, чтобы запомнить с ребенком месяца. Посмотрите, как это сделала выпускница курса «Умный ребенок» Мария. Она совместила мнемофразу и акростих:

Зима —З (вся одета в зимнее – шуба, шапка и т.д.) и внизу подписано ДЯФ (месяца – декабрь, январь, февраль).

Весна – В (добротная мамушка или большая мама) и подписано МАМ (март – апрель – май).

Лето – Л (Лошадка с венком на голове бежит и кричит – ИИА (июнь, июль, август).

Осень – О (оранжевая О и подпись СОН (сентябрь, октябрь, ноябрь).

Так же можно по первым буквам придумать фразу, чтобы запомнить планеты или стихотворение для запоминания алфавита, дней недели.

Это самые простые приемы мнемотехник. С помощью этих приемов нельзя запомнить номера телефонов, большие объемы информации, даты и формулы, ПДД или определения, но уже можно запомнить многое.

Для более сложной информации существуют более продвинутый уровень техник запоминания, которые позволяют учиться быстрее и эффективнее.

С ними Вы познакомитесь далее.

***Техника «Репка». Как научиться запоминать списки данных***



Мнемотехнические приемы запоминания основаны на очень простом, но главном правиле мнемотехники – преобразование любой информации в визуальный образ.

Человеческий мозг не способен быстро запоминать точную информацию. Мы не можем быстро запомнить последовательность чисел, дети с трудом запоминают содержание скучных учебников. Но при этом без особого труда можем воспроизвести сюжет художественной книги, которую прочитали несколько лет назад.

Почему так происходит?

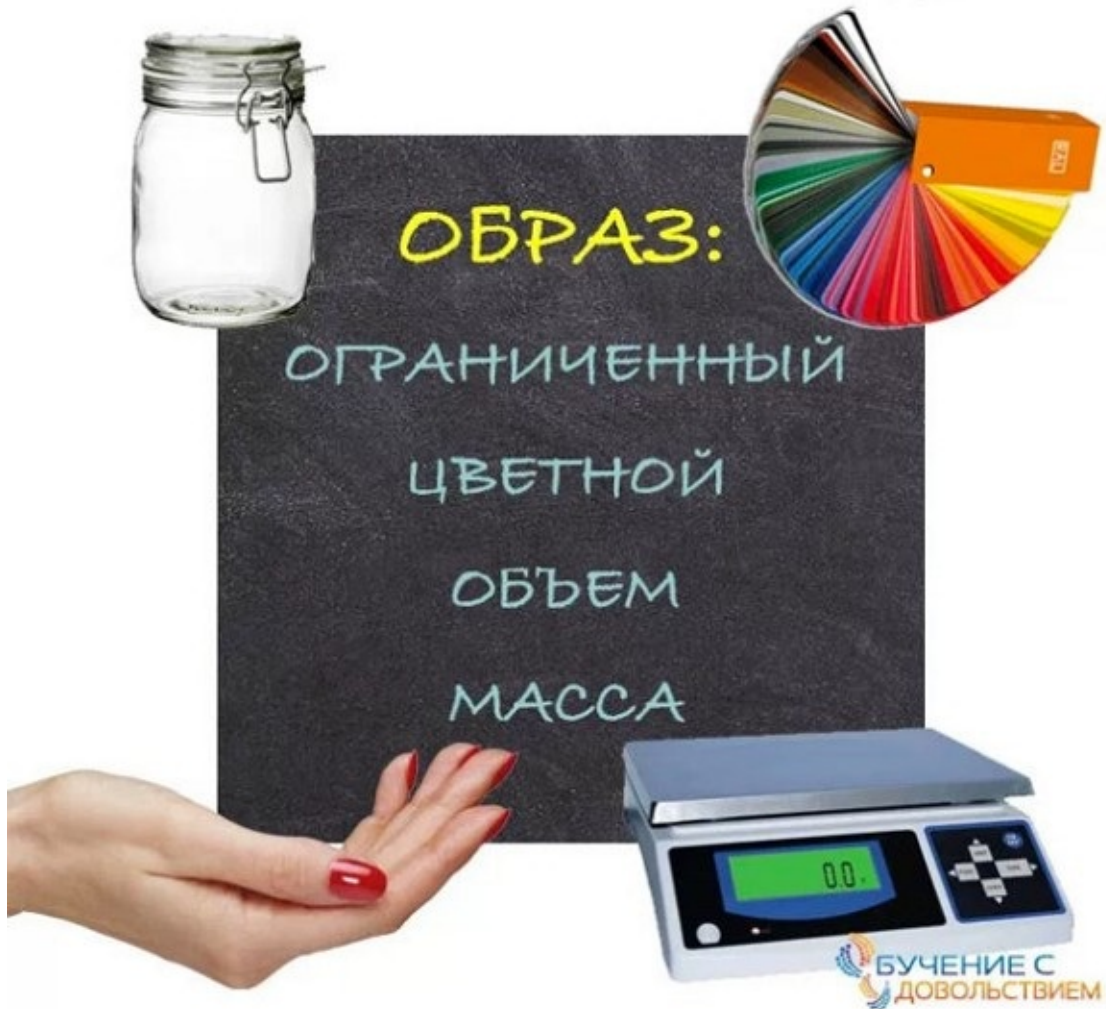
При чтении художественной литературы наш мозг создает большое количество разных образов. Мы как будто смотрим фильм, который происходит у нас в голове.

Поэтому наша задача состоит в том, чтобы научиться любую информацию, которую необходимо запомнить, ловко преобразовывать в образ.

Образ – это основа мнемотехники. Без правильно созданного образа не получится ничего.

Технику создания правильных образов называют мнемотехнический квадрат. Квадрат, потому что так проще запомнить, что правил – 4.

## МНЕМОТЕХНИЧЕСКИЙ КВАДРАТ



Первое правило – образ должен быть объемным.

Второе правило – образ должен быть цветным и четким.

Третье правило – образ должен быть ограниченным.

Четвертое правило – иметь относительные равнозначные другим образам размеры, массу.

Если образ правильный, его можно повернуть в своем воображении, приблизить или отдалить, даже перекрасить.

*Как научиться представлять правильные образы?*

Представьте машину. Какого она цвета?

Где она находится?

Попробуйте, поверните ее по часовой стрелке.

Против.

Поставьте машину на капот. На крышу.

Отдалите от себя.

Приблизьте.

Если получается, то выбранный образ отличный и правильный.

Представлять понятные и существующие объекты не трудно: кошка, стол, стул, человек, собака, кровать, машина – все это предметы, которые легко можно представить.

А что делать с абстрактными понятиями? И с теми, которые нельзя представить ограниченным?

Например, нежность или любовь? Солнце или дождь?

Для этого можно воспользоваться следующим принципом – слова (действия, признаки), которые нельзя представить однозначно, мы представляем с помощью подручных ассоциаций:

Нежность – Мама гладит ребенка.

Любовь – сердце или фантик конфеты «Love is...».

Солнце можно представить в виде мягкой игрушки в форме солнца.

А дождь – мокрый зонтик.

Эти ассоциации со временем найти становится очень и очень просто. Здесь дело практики и тренировки.

Сложные и непонятные определения и термины можно закодировать в образ по звучанию:

Например, штат Америки Аляска, если прислушаться, очень похож на «Коляска», и можно представить всех жителей штата с колясками.

А элемент таблицы Менделеева Рений – по звучанию похож на четкое образное слово «Ремень».

Чтобы найти подходящий образ, нужно либо несколько раз произнести кодируемое слово, либо закрывая правую часть и сокращая слово искать подходящее в родном языке.

Сделайте небольшое упражнение, закодируйте в образы эти слова. Напоминаю, они должны быть ограниченные, цветные, объемные и иметь массу.

Кошка

Стол

Лето

Сноуборд

Двигатель

Кольцо

Иголка

Ежик

Ель

Облако

Пылесос

Насос

Вертолет

Теперь давайте попробуем, используя технику «Репка», связать их между собой.

В сказке «Репка» герои держатся друг за друга: дедка за репку, бабка за дедку и т. д. Именно из-за этой связи мы запоминаем всех героев легко и просто.

Главное в технике «Репка» – представить запоминаемые образы и связать их друг с другом.

Можно представить кошку, которая прыгнула на стол. На столе лежала картина, на которой изображено лето. На картине сверху лежал сноуборд, а на нем перевозили двигатель. Сверху на двигателе было примагничено кольцо, на нем была большая иголка. Иголку стал отбирать ежик, и пошел спрятаться под ель. На ель сверху село отдохнуть облако, а кто-то пытался его запылесосить. Пылесос сломался и взяли насос. Насос убрали в вертолет.

Как можно соединять образы?



Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться

1. Освоить приемы мнемотехники.
2. Запоминать с ребенком последовательности слов.
3. Развивать образную память.
4. Придумывать фразы и аббревиатуры для запоминания.

***Техника «Мнемотехническое выражение». Как запоминать формулы с помощью мнемотехники***



В школе детей знакомят с новой темой и новой формулой и начинают решать задачи.

Считается, что после многократного применения формула отложится в голове. Если не отложится, то ее просто надо вызубрить.

Однако, некоторые учителя забывают, что объем информации, которую получает ребенок, огромен. И помимо новой формулы по математике, ребенку надо выучить страны и столицы по географии, десяток дат и событий по истории, пару правил по русскому языку, грамматическое правило и десяток слов по английскому и т. д.

В итоге формулы просто теряются в потоке информации и забываются первыми, потому что в отличие от другой информации, формулы – совершенно необразные, а порой и непонятные детям.

Мозг решает их первыми забыть.

Приемы которым я Вас хочу сейчас обучить, сначала могут показаться ужасно нелепыми. Мы будем использовать технику эффективного обучения «Мнемотехническое выражение».

К нелепостям очень быстро привыкаешь, тем более, что именно благодаря глупостям, смешным моментам обычно бывает легко запомнить сложную для зазубривания информацию.

Например, падежи русского языка легко запомнить с помощью

довольно нелепой фразы: Иван родил девочку, велел тащить пеленку.

Начнем с математики, царицы наук.  
Запомним формулу площади круга:

$$S = \pi r^2$$

Супермен (S) бегал ровно (=) по всей площади круга за мышью (Пи), излучающей радиацию в квадрате ( $r^2$ ).

Желательно, чтобы в выражении был намек на то, о чем эта формула. Число Пи можно сравнить с мышью, ведь мышь пищит.

Эта формула легко выводится логически, однако такие подсказки позволяют вспомнить ее в трудный момент (например, на контрольной).

Запомним формулу посложнее. Перейдем к интегралу.

Помню, в свое время хохотала над анекдотом:

Встречает мастер своего преподавателя по вышке лет через восемь после окончания вуза, разговорились, вспомнили время былое. Профессор спрашивает:

– Вот я Вам читал три года высшую математику, скажи, в жизни тебе мои знания когда-нибудь пригодились?

Студент, подумав:

– А ведь был один случай.

– Очень интересно, расскажи, я его буду на лекциях рассказывать, что высшая математика не такая абстрактная наука и в жизни бывает нужна.

– Шел я как-то по улице, и мне шляпу ветром в лужу сдуло. Так я взял кусок проволоки, загнул его в форме интеграла и шляпу достал.

Предлагаю запомнить формулу Ньютона-Лейбница (связь между интегралом и первообразной).

Если  $f(x)$  непрерывна на отрезке  $[a, b]$  и  $\Phi(x)$  – её любая первообразная на этом отрезке, то имеет место равенство

$$\int_a^b f(x)dx = \Phi(b) - \Phi(a) = \Phi(x)\Big|_a^b$$

А и Б сидели... на этот раз не на простой трубе, а на интегральной. Рядом с ними были фантастические  $f$  хоромы, окутанные забором ( $x$ ), в хоромаш было что-то драгоценное, и А и Б помечтали. Они все это приравнивали (=) к разнице между Фантастическим имуществом ( $b$ ) и фантастическим имуществом ( $a$ ), ну а по факту фантастическими были только хоромы ( $x$ ), а А и Б лишь наблюдали за этим с трубы.

Подобные размышления над формулами позволяют запомнить их гораздо лучше, нежели простое зубуривание.

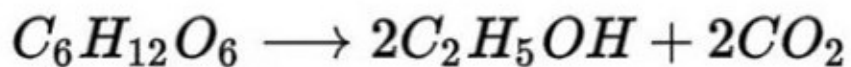
Закон всемирного тяготения можно запомнить так:

Фыркающая сила ( $F$ ) подошла и поравнялась с гигантским ( $G$ ) двухэтажным (дробь) домом, где на втором этаже (числитель) были две мышки (первая и вторая), изучающие с Ньютоном закон тяготения, а на первом этаже (знаменатель) был работник ( $r$ ) с квадратной головой.

$$F = G \cdot \frac{m_1 \cdot m_2}{r^2}$$

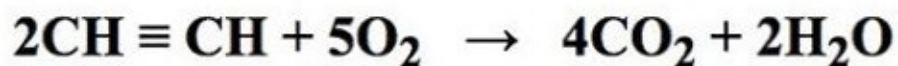
Выучим несколько формул по химии. Для того, чтобы их запомнить

так же можно использовать мнемотехническое выражение.



Формула процесса спиртового брожения глюкозы (виноградного сахара)

СНОва (С...Н...О...) брожение вина (сопровожаемое двумя шестерками по краям С6 и О6) и их суммой (12) посередине (...Н12...). Ну а после брожения СНачала (СН, но два раза двоечник, потом отличник 2С2Н5) приходит к ОН (..ОН) и прибавляет двойные газы (+2СО2), которые испаряются в воздухе.



Формула горения ацетилен

Двоечники Углерод (С) и водород (Н) тождественно равны углероду и

водороду (СН) и пяти отличникам (О), получившим двойку. В результате взаимодействия получим, что углерод получил четверку (4С) вместе с молекулой кислорода О2 и так вспотел, что выступили две капли воды (2Н2О).

Такой анализ и творческий подход к запоминанию поможет не только понять формулу, но и придумать свое необычное объяснение. Что запоминается гораздо лучше механического заучивания.

Далее формулы можно нанести на карточки размером с визитную карточку и положить в карман.

С одной стороны написать формулу, с другой – что она обозначает.

В любую удобную минутку можно достать из кармана карточки и, глядя на формулу, назвать, о чем она. А по обратной стороне карточки можно восстановить историю и вспомнить формулу.

Такие процессы называются – кодирование и декодирование (расшифровка).

Чтобы в совершенстве овладеть этим навыком нужны специальные тренировки, упражнения и хорошая компания.

***Техника «Художник». Как запоминать стихи с помощью мнемотехники***



Существует несколько способов выучить стихотворения.

Метод первый – **механическое заучивание**.

Стихотворение можно выучить механически, без применения какой-либо техники.

Для этого нужно сначала прочитать первую строчку стихотворения и попробовать по памяти повторить ее.

Далее вместе, первую и вторую строчку.

Потом добавляем третью строчку и повторяем все вместе. И так до конца.

Если после первого чтения ребенок не смог повторить какую-то строчку, то ее надо повторить отдельно, не менее 6-ти раз (столько повторов нужно для формирования связей в голове при механическом запоминании).

Метод второй – **метод пиктограмм или техника «Художник»**.

Для этого надо зашифровать стихотворение путем кодирования каждого слова в пиктограмму (картинку).

После этого стихотворение нужно декодировать или расшифровать.

Для тренировки можно «рисовать» и басни, и даже прозу.

Мы делали так: я читала строчку произведения, а дальше мы думали, как каждое слово можно нарисовать? Как его закодировать одной простой картинкой?

После первой кодировки, мы поиграли с детьми в игру, в которой по моим пиктограммам они отгадывали произведения, известные им.

Получилось весело, задорно и результативно!

Каждый участник выучил стихотворение. В работу брали «Про одного ученика и 6 единиц» С. Я. Маршака, «Машинку» Б. Драгилев.

Посмотрите, как мы закодировали первые строчки стихотворения С. Я. Маршака «Про одного ученика и шесть единиц»:

*Пришел из школы ученик*

*И запер в ящик свой дневник.*

*– Где твой дневник? – спросила мать.*

*Пришлось дневник ей показать.*

*Не удержалась мать от вздоха,*

*Увидев надпись: «Очень плохо».*



### На что обратить внимание

Изначально дети не будут сами «рисовать стихотворение» и оживлять его. Важно, чтобы на первых порах был человек, который покажет эту технику, создаст ситуацию успеха и, не давая готовых решений, научит ребенка находить пиктограмму.

Сами дети сказали, что сегодня мы рисовали «комиксы» по стихотворениям.

Данный метод задействует слуховую, кинестетическую и зрительную память.

Дети без проблем вспомнили стихотворение, а потом смогли его рассказать без опоры на пиктограммы.

Метод третий – метод «Якорных слов».

В этом методе строчка стихотворения превращается в одно слово — главное, якорное.

Что это может быть? Какое слово передает основную мысль?

Мы составляем список ключевых слов.

Слова из этого списка служат напоминанием, и мы, взглянув на очередное слово и вспомнив его, вспоминаем и очередную строчку стихотворения.

Этот метод хорошо сочетать с чувствами. И если до этого мы хорошо представили себе происходящее в стихотворении и прочувствовали (ведь чувства очень хорошо стимулируют память), то вспомнить стихотворение будет просто.

Якорные слова мы связываем в цепочку и по ним воспроизводим стихотворение.

Фрагмент стихотворения «Машинка», автор Б. Драгилев:

*Вот какую мне машинку  
Подарил папаня мой!  
Вот такую мне машинку  
Подарил папаня мой!  
У нее внутри пружинка  
И моторчик заводной  
У нее внутри «кружинка»  
Сама катится собой  
Тут как тут мою машинку  
Стал выпрашивать мой друг  
– Это ведь твоя машинка  
Наиграешься еще.*



У каждого из этих методов (метод пиктограмм, якорных слов и механического заучивания) есть свои плюсы и минусы.

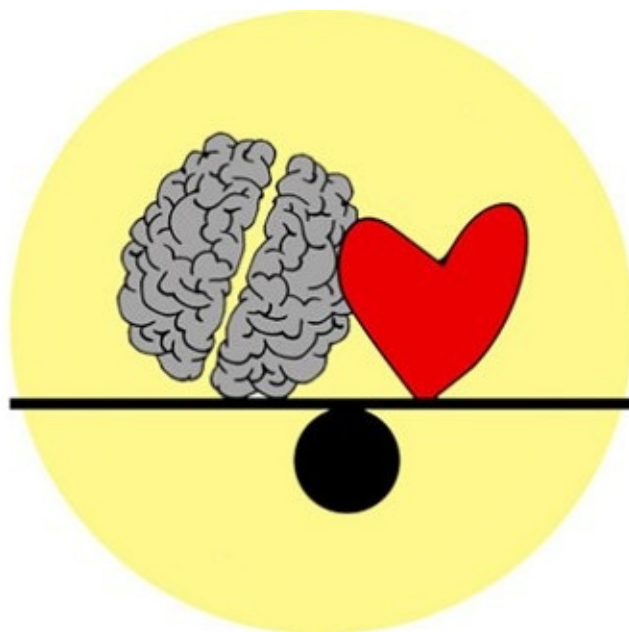
Например, у механического метода плюс в том, что не надо возиться со всякими списками, пиктограммами, а нужно просто выучить наизусть.

Но минус в том, что по сравнению с ассоциативными способами нагрузка на память довольно большая.

Меньшая нагрузка на память – это несомненный плюс метода пиктограмм, но с другой стороны этот метод требует от нас некоторой изобретательности, он поначалу непривычен, отнимает время и силы. Но впоследствии мы к нему привыкаем.

Для ассоциативных методов нужна определенная сноровка, однако работает после пары тренировок метод как «часы».

**Мнемотехника для запоминания иностранных слов. Техника «Мульттик», Техника «Угадайка»**



Если с русским или математикой помочь ребенку в начальной школе можно самостоятельно, то с английским языком дело обстоит совсем иначе.

В лучшем случае уходят часы на домашние задания, в худшем – репетиторы и огромные расходы.

В свое время мы с ребенком, используя техники эффективного обучения, за неделю прошли годовую школьную программу английского и смогли поступить в лучшую школу в районе.

Помню, мы за неделю выучили 150 слов английского языка, Андрей просто прыгал от радости!

Однако она оказалась недолгой, и сбита учителем английского в школе, потому что основной способ запоминания слов, применяемый учителями английского – это многократное повторение слова.

Но мы не считаем его самым лучшим. Почему?

Представьте, что перед вами лежит словарь (с картинками или без), и вам надо запомнить те 5—10 слов, которые заданы на дом.

Чаще всего мы смотрим на слова и проговариваем их слова – перевод.

Просмотрев так раз пять, мы уже считаем, что выучили все.

Но на утро в классе эти слова почему-то не вспоминаются, совсем или частично.

**Заучивание повторением – это самый распространенный способ, но при этом не очень эффективный.**

Дело в том, что наш мозг привык к тому, что если он видит слово не первый раз, то он считает, что уже его знает. То есть, увидев несколько раз одно и то же слово, мозг уже уверен, что слово уже выучил.

Память при этом практически не задействована и поэтому при воспроизведении слов, как устно, так и письменно, часто возникают серьезные трудности.

Хорошо таким методом можно выучить слово только тогда, когда слово часто встречается.

Кроме того, выучить слово за минуту – не проблема.

3 слова за три минуты – просто.

А 60 слов за 60 минут – трудно и сложно, т.к. они будут забываться быстрее, чем запоминаться.

Следующий по популярности прием для запоминания иностранных слов, применяемый в школе – это **использование прописей**.

Этот способ лучше чем первый, так как в этом случае учащийся кроме того что видит слово зрительно еще и использует свою мышечную память, прописывая слова.

Метод этот будет гораздо эффективнее, если стараться задействовать все органы чувств:

- 1) мы смотрим на иностранное слово;
- 2) проговариваем его на иностранном языке;
- 3) прописываем его.

Если при этом еще и вспоминать перевод каждого слова – метод окажется довольно эффективным.

Главный минус – в большом количестве затраченных на прописывание усилий, так как часто это делается чисто механически, соответственно тратится много времени и сил впустую.

### **Третий способ – карточки со словами и фразами**

Они очень удобны и приветствуются детьми, так как Вы можете увидеть свой реальный прогресс!

Разделите карточки на группы согласно тому, насколько хорошо Вы их запомнили.

Например, 1 стопка – Хорошо помню, 2 – не очень хорошо, надо повторить и 3 – Стопка новых карточек со словами, которые Вы только начинаете изучать.

Храните их в разных коробочках и берите с собой, чтобы проводить

время с пользой, даже когда Вы стоите в пробке по дороге домой.

Записывать слова на карточки можно по 7—10 штук, а после их удобно повторять, просто перелистывая карточки, как карты в колоде.

**Четвертый способ – техника эффективного обучения «Угадайка», или запонимание слова через контекст.**

Контекст может быть как иностранный, так и русский.

Например, когда мы берем слово на иностранном языке и вписываем его русское предложение так, чтобы по контексту это слово стопроцентно понятно.

Мне нужны keys (т.е. ключи), чтобы я заперла двери.

Этот метод можно совместить с карточками или использовать в качестве игры дома или с друзьями.

Он был препровожден обратно в свою комнату, где получил чашку кофе, два яйца в смятку и белый BREAD с маслом.

И последний и очень эффективный метод так же, как предыдущий, – это добавлять к слову ассоциации, оживлять его.

**Техника называется «Мультик».**

Нам надо составить мультик, придумать как связать иностранное и русское слово.

У нас есть слово на иностранном языке, и мы по звучанию слова подбираем ассоциацию к этому слову.

Aunt [a: nt] (аант) – тетя. Здесь «ант» похоже на «бант», и мы легко можем представить женщину с бантиками.

Вспомнив это или схематично нарисовав на карточке, Вы легко сможете вспомнить нужное слово.



**AUNT**

Детям очень нравится этот способ, и они с удовольствием осваивают его.

*Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться:*

- Использовать для запоминания слов карточки.
- Запоминать слова, применяя техники «Угадайка» и «Мультик».

***Все времена английского просто. Техника эффективного обучения  
«Небоскреб»***



Несколько лет назад, на уроке информатики я провела необычный урок на тему «Способы представления информации», на актуальной для детей проблеме объяснив тему

На уроке у меня сидел 8 класс, и тогда детям я задала вопрос – а какой предмет для вас самый сложный в школе? Какой предмет понять сложнее всего? Дети хором закричали «Английский!»

При этом их ответ сопровождался неким выдохом, в котором была заключена и боль и бессилие одновременно. А в английском, что сложнее всего? – Слова учить, но больше всего времена! – Мы вообще не понимаем, когда что! Как это работает, что нужно отмечать в тестах. – Где континиум, где нет – А у меня все нормально, я понимаю – Да-да, а самое трудное, это даже не тесты, а разобраться во временах! – А вы знаете, их там 12!! – Нет, ты дурак что ли? Там 16 времен вообще-то! – Как это вообще понять-то можно???

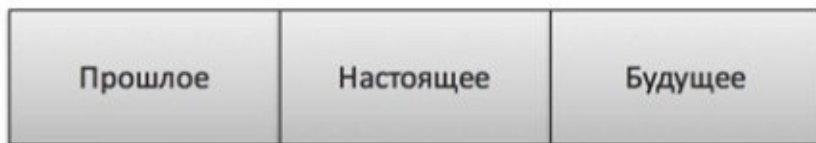
Дети перебивали друг друга, и каждый выносил свои предположения. Когда эмоции угасли, я начертила дом.

Смотрите, обычный пятиэтажный дом. Три подъезда, и много окошек.

# Русский язык



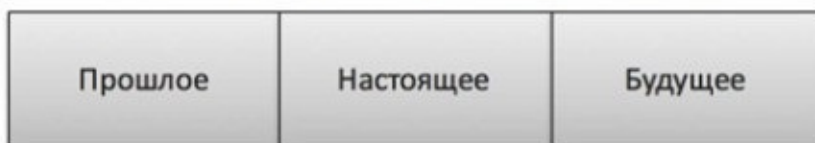
**Всегда,  
Вообще**



Так устроена грамматика русского языка. Прошлое (первый подъезд), настоящее (центральный), и будущее (третий подъезд)

В первом подъезде есть подвал, или погреб, если угодно. В нем что хранят? – Закрутки, велосипеды и еще много чего, что сейчас не нужно? – Да, верно. В нем «совершенное» прошлое. Или глаголы совершенного вида, отвечающие на вопрос «что сделал?» Закрутили банку огурцов на зиму – в подпол ее. Прокатились на велосипеде – убрали и его тоже. Выучили английский (дети смеются) – положили грамоту в подвал, получили школьный аттестат (улыбки на лицах) – тоже, спрятали в «хранилище прошлого» – Все просто! – сказали дети – А окна? – А окна – это наша система словообразования – приставки, суффиксы. Мы поиграли в русскую грамматику, а потом, стерев с доски обычную пятиэтажку, я нарисовала перед детьми небоскреб. А это – английский язык.

# АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК



Именно так, не иначе, выглядит система времен языка. А главное, знаете что? Тут так же три входа в дом. Три времени. Прошлое, настоящее, и будущее. Да и подвала никакого нет. Зато есть уровни. Первый, второй, третий и четвертый. В них и заключается самый секретный секрет времен английского языка. С первого уровня все начинается. Вообще, это типично входить в дом и попадать на первый этаж. Поэтому на первом уровне находится время, которое можно иначе назвать «вообще, или типично»

Я работаю учителем – для меня это типично. Вы ученики. Или каждый день встаете в школу. Это то, происходит постоянно в вашей жизни. Кто-то из вас не любит английский. И это тоже типично. Кто-то не любит оливки (смеются) Видимо все, да?

Но есть и второй уровень. Пусть это будет офис. Это уровень, на котором кипит работа. Каждый занят делом. Там происходит процесс, некое действие. Кто-то прямо сейчас работает, кто-то ест, кто-то разговаривает по телефону. Третий уровень нашего небоскреба – это


выставочный зал, или зал результатов. Именно на него попадают все наши достижения, да в общем-то и антидостижения тоже. Я разбила чашку – скажет англоговорящий человек на третьем уровне настоящего времени. Четвертый уровень небоскреба не для всех. На него не так часто поднимаются люди, а только когда хотят сказать о том, как долго они шли к результату или к достижению.

Мы изобразили дом, и стали по-полочкам раскладывать времена английского языка. Это было невероятное путешествие, после которого каждый ребенок сказал, что благодаря «Небоскребу» понял, как «работает» английский, понял больше, чем за предыдущие 8 лет, и теперь даже немного влюбился в язык. После понимания принципов английской грамматики, мы сделали следующее: Вначале тренировались на русском языке определять время в нужное место (прошлое, настоящее, будущее, 1,2,3 или 4 ярус)



Далее в модель небоскреба добавили формулы формирования высказываний на английском языке.

Продолжили тренировку с английскими предложениями (стали определять, какое время и обьснять почему)

				
<b>Д</b>	☺ had been <u>V<sub>ing</sub></u>	☺ have been <u>V<sub>ing</sub></u>	☺ will have been <u>V<sub>ing</sub></u>	<b>Долго- Долго</b>
<b>Р</b>	☺ had к <u>V<sub>ed/3</sub></u> ☑	☺ have/has <u>V<sub>ed/3</sub></u> ☑	☺ will have к/а <u>V<sub>ed/3</sub></u> ☑	<b>Результат</b>
<b>П</b>	☺ was/were <u>V<sub>ing</sub></u>	☺ am/are/is <u>V<sub>ing</sub></u>	☺ will be <u>V<sub>ing</sub></u>	<b>Процесс</b>
<b>В</b>	☺ <u>V<sub>ed</sub>/V<sub>2</sub></u>	☺ V	☺ will V	<b>Всегда, Вообще, Типично</b>
	Прошлое	Настоящее	Будущее	

После такой практики и тренировки у детей не осталось ни одного пробела в отношении такой сложной и непростой темы – времена английского языка. А самое главное, каждый увидел, что времен в английском все-таки три: прошлое, настоящее и будущее.

Просто за каждым из них скрывается простая логика, зашифрованная в небольшом небоскребе. Детям не терпелось удивить знаниями и пониманием свою учительницу!



Для запоминания чисел можно использовать численно-буквенный код (ЧБК).

Суть данного метода заключается в том, что каждому числу приписывают определенную согласную букву.

Как правило, это буква, на которую начинается цифра. Исключение составляют 1 (т.к. начинается на гласную, и заменяется согласной буквой К) и 2 (так как Д используется в том числе в цифре Девять, поэтому в двойке приписывают согласную Л).

Итак: 0 – Н, 1 – К (кол), 2 – Л (лебедь), 3 – Т, 4 – Ч, 5 – П, 6 – Ш, 7 – С, 8 – В, 9 – Д



Дальше задача состоит в том, чтобы к запоминаемому числу подобрать образное слово, содержащее в себе буквы кодируемых цифр.

Например,

24 – ЛЧ – луч, личико, лечо.

27 – ЛС – лиса.

34 – ТЧ – туча, точка, тачка.

75 – СП – спасатель и т. д.

Как показывает практика, дети и взрослые довольно быстро, в течение нескольких недель, хорошо усваивают и активно используют этот прием.

Достаточно немного потренироваться в переводе чисел в образы, например, на номерах проезжающих машин, чтобы запомнить код, а потом создать список.

Ниже мы приводим пример численно-буквенной системы. Желательно, чтобы Вы сначала сами составили свой список, а только потом сравнили его с нашим.

Удачи в экспериментах!

00 аНаНас

01 НаКоленник

02 НЛо

- 03 баНТ
- 04 Наручники
- 05 НаПерсток
- 06 НауШники
- 07 НоСок
- 08 НаВигатор
- 09 иНДюк
- 10 КиНжал
- 11 КаКтус
- 12 КЛюч
- 13 КиТ
- 14 КаЧели
- 15 КаПуста
- 16 КоШка
- 17 КаСка
- 18 КуВшин
- 19 КеДы
- 20 ЛаНдыш
- 21 ЛуК
- 22 ЛиЛия
- 23 уЛиТка
- 24 ЛаЧуга
- 25 ЛуПа
- 26 ЛоШадь
- 27 ЛоСь
- 28 ЛеВ
- 29 ЛоДка
- 30 ТаНк
- 31 ТаКси
- 32 ТуФли
- 33 ТорТ
- 34 ТаЧка
- 35 ТоПор
- 36 ТорШер
- 37 ТиСки
- 38 ТелеВизор
- 39 ТаңДем
- 40 ЧайНик
- 41 очКи

42 ЧуЛок  
43 ЧеТки  
44 ЧуЧело  
45 Череп  
46 ЧаШа  
47 ЧаСы  
48 ЧерВяк  
49 ЧемоДан  
50 ПиНгвин  
51 ПауК  
52 ПиЛа  
53 ПеТух  
54 ПЧела  
55 ПоПугай  
56 ПуШка  
57 ПиСтолет  
58 ПаВлин  
59 ПеДаль  
60 ШиНа  
61 ШКаф  
62 ШЛабbaum  
63 ШТаны  
64 ЩуЧка  
65 ШуруП  
66 ШиШка  
67 ШеСтеренка  
68 ШВабра  
69 ШреДер  
70 СуНдук  
71 СКалка  
72 СЛон  
73 СТакан  
74 СЧеты  
75 СаПог  
76 СуШка  
77 СоСка  
78 СВеча  
79 СеДло  
80 ВеНик

- 81 ВулКан
- 82 ВиЛка
- 83 ВаТрушка
- 84 оВеЧка
- 85 ВамПир
- 86 ВыШка
- 87 ВеСло
- 88 ВереВка
- 89 ВеДро
- 90 ДиНозавр
- 91 ДыроКол
- 92 ДеЛьфин
- 93 ДяТел
- 94 уДоЧка
- 95 ДиПлом
- 96 ДуШ
- 97 ДоСка
- 98 ДиВан
- 99 ДуДка

### **Примеры запоминания с помощью ЧБК**

#### **Запомним несколько дат Мировой истории:**

1700 – 1721 гг Северная война

Война, длившаяся с 1700 по 1721 год между Швецией и коалицией северо-европейских государств за обладание прибалтийскими землями и закончившаяся поражением Швеции. С окончанием войны в Европе возникла новая империя – Российская, имеющая выход в Балтийское море и обладающая мощной армией и флотом. Столицей империи стал Санкт-Петербург, расположенный в месте впадения реки Невы в Балтийское море.

Шведы в каске (17) с ананасами (00) против русских в каске (17) с луком (21).

1756 – 1763 гг Семилетняя война

В войне приняли участие все европейские великие державы того времени, а также большинство средних и мелких государств Европы и даже некоторые индейские племена.

Начинали Семилетнюю войну в каске с пушками (56) и закончили в

касках и в штанах (63).

1773 г «Бостонское чаепитие»

Акция протеста американских колонистов 16 декабря 1773 года в ответ на действия британского правительства, в результате которой в Бостонской гавани был уничтожен груз чая, принадлежавший Английской Ост-Индской компании. Это событие стало толчком в американской истории, положив начало Американской революции.

Пьют остатки уничтоженного чая в касках (17) и из стаканов (73)

1776 г – Принятие Декларации независимости и образование США  
Декларацию принимают в касках (17) и едят в этот момент сушки (76)

1792 г – Свержение монархии во Франции  
Французского монарха свергли в касках с помощью дельфинов (92)

1825 г – Построена первая железная дорога  
18 – КВ (корова), 25 – ЛП (лопата)  
Когда строили дорогу, коровы подавали лопаты

1889 г. – Строительство Эйфелевой башни  
Когда строили Эйфелеву башню, коровы подавали ведра ВД-89  
Самая наивысшая точка мира – гора Джомолунгма (Эверест) – 8848 м  
Кодируем 88 – ВВ – ВереВка, 48 – ЧВ – ЧерВяк  
И представляем, как на самую высокую точку мира, Эверест, по веревке забирается червяк. А потом на вершине победно танцует

Наивысшие точки Европы:  
Гора Монблан – 4807 м  
48 – ЧВ – червяк, 07-НС – носок  
Червяк залез в носок, и таким образом совершил восхождение на гору Монблан в Европе

Скандинавский полуостров: наивысшая точка – 2469 м  
24 – ЛЧ – Лечо, 69 – ШД – Шредер (устройство для разрезания бумаги)

Фин и норвежец забрались на гору и решили поесть лечо. Когда поели, чтобы не мусорить, пропустили банку через шредер

Карпаты: наивысшая точка – гора Герлаховский Штит 2655 м, расположена в Венгрии

26 – ЛШ – ЛоШадь, 55 – ПП – ПоПугай

Можно представить венгерца, который на лошади забирается в горы, а на плече у него попугай

Напоминаем, что после запоминания, необходимо правильно повторить информацию, через определенные промежутки времени:

первое повторение – сразу по окончании чтения; второе повторение – через 20 минут после первого повторения; третье повторение – через 8 часов после второго; четвертое повторение – через 24 часа после третьего.

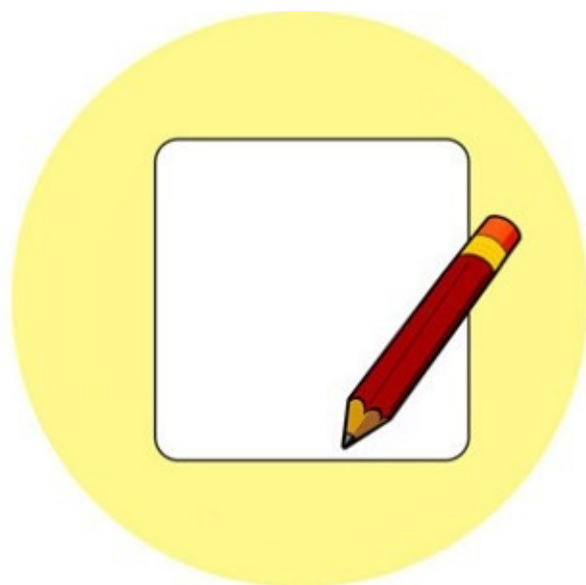
### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться:

- Освоить приемы мнемотехники.
- Запоминать с ребенком последовательности слов.
- Развивать образную память.
- Придумывать фразы и аббревиатуры для запоминания.
- Освоить технику численно-буквенного кода и внедрять ее в обучение.
- Разрезать листы бумаги А4 на карточки, размером с визитку.
- С одной стороны карточки написать формулу.
- С другой – придумать и написать мнемотехническое выражение.
- Повторять карточки согласно кривым забывания.

# На ковер!

## *Как составить обращение директору школы в случае проблемы*



Как часто бывает ситуация, когда нужно защитить себя, своего ребенка.

В школе спорные ситуации не редкость и, решая их, надо сделать так, чтобы ребенка не стали потом «гнобить», да и чтобы учителя не обозлились.

Для этого важно соблюдать иерархию обращений во время решения спорных ситуаций. Конечно, можно сразу написать Президенту.

Однако он лично не в курсе Вашей проблемы, и спустит письмо в Комитет города, те в Отдел образования, в район, в школу и... директор позовет учителя.

Поэтому действовать лучше последовательно.

Иерархия решения конфликтов в школе примерно следующая:

1. Разговор с учителем.
2. Привлечение заместителя директора.
3. Обращение к директору.
4. Если в рамках школы ситуация не решилась, то следует обратиться в

отдел образования.

5. Комитет образования.

6. Прокуратура.

7. Уполномоченный по правам ребенка.

Однако, как бы не развивались события, мы за то, чтобы интеллигентно и грамотно действовать в сложных ситуациях.

Мы предлагаем Вам пример обращения к директору школы, в которое Вам нужно будет лишь подставить собственные данные и подробнее описать текущую ситуацию.

Для этих целей мы составили обращение, которое можно отправить в каждую из вышеперечисленных инстанций. Так же именно в таком ключе можно строить усный разговор.

Нужно лишь будет менять шапку письма.

Важно отметить, что данное обращение составлено совместно с юристами и лучшими методистами. Оно подчеркивает Вашу грамотность, владение ситуацией и Вашу позицию.

Обращаю Ваше внимание, что обращение носит ознакомительно-рекомендательный характер. Вы можете его использовать, но обязательно делайте это исходя из интересов ребенка.

Образец Обращения директору школы вы найдете в приложении

Важно знать, что обращение – не панацея.

И после него родителей приглашают на беседу. Здесь важно не терять самообладание и отстаивать свои позиции четко, уверенно, без криков и эмоций.

***7 Фраз, которые полезно использовать при разговоре с учителем***



Если вы хотите, чтобы общение с учителем вашего ребенка прошло эффективно, попробуйте использовать в разговоре данные фразы:

**«Я обеспокоена учебой моего ребенка...»**

Сказать: «Я обеспокоена прогрессом моего ребенка по математике», намного менее конфронтационно, чем сказать: «Вы должны сделать больше, чтобы помочь моему сыну с математикой. Почему он ничего не понимает? Вы плохо объясняете материал!»

Использование «Я» -сообщений вместо «Вы» -заявлений позволят учителю понять, что Вы хотите работать вместе в качестве союзников, и что Вы не играете в «поиск виноватых».

**«Подскажите, что я могу сделать?...»**

Даже в те моменты, когда Вы не согласны с учителем, говоря: «Помогите мне понять» или «Подскажите, что я могу сделать?», Вы поддерживаете конструктивный способ решения вопроса.

Кроме того, становится ясно, что Вы слушаете и заинтересованы в решении вопроса.

«Какова была цель этого задания?»

Важно убедиться, что Вы и учитель работаете над одними и теми же целями.

Прояснение целей обучения ребенка является важным фактором. Нет ничего плохого в том, чтобы задать учителю вопрос о целях того или иного

задания или упражнения.

Хорошим продолжением беседы с учителем может быть следующий вопрос: «Есть ли у Вас какие-либо предложения, что мой ребенок мог бы сделать, чтобы поработать над навыками, которые у него должны быть сформированы? Какие еще

#### **«Рассматривали ли Вы...»**

Это вежливый способ обмена информацией и хороший вопрос для того, чтобы поинтересоваться теми мерами и шагами, которые были предприняты со стороны школы.

В то же время, благодаря данной вводной, учитель не будет чувствовать необходимость обороняться.

#### **«Я вижу...»**

Эта фраза позволяет обмениваться информацией и с уважением признать, что родители и учителя часто видят детей с разных точек зрения.

Например, Вы могли бы сказать: «Я заметила, что мой ребенок может пересказать историю более подробно после того, как прочитает параграф вслух. Существуют ли возможности для чтения вслух во время обучения в классе?»

#### **«Кажется, как будто...»**

«Кажется», «Как будто» – это полезные слова при попытке достичь общего понимания при разговоре об успеваемости ребенка.

Эти слова скрывают категоричность и позволяют перевести диалог в обмен мнениями, где каждый участник не судит, а вносит предположения и наблюдения.

«Мне кажется, как будто мой ребенок очень долго выполняет домашние задания. Для нее эти объемы очень большие».

#### **«Чем могу помочь?»**

У учителя помимо Вашего ребенка еще полный класс детей.

Эти три слова позволят учителю понять, что Вы готовы играть определенную роль в образовании Вашего ребенка, а не просто переложили ответственность за обучение ребенка на школу.

Конфликты всегда сложная и неприятная тема. Особенно когда они касаются третьих лиц, в виде Вашего ребенка.

Грамотное решение конфликтов возможно в случае хорошей стрессоустойчивости и самообладания родителей.

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

- Защищать ребенка, отстаивать его права.
- При обращении в школу соблюдать иерархию и использовать шаблон обращения и 7 фраз к учителю.

# Обратная связь

*Техника «Зеленая ручка». Как давать ребенку обратную связь*



Обратная связь очень важна. Именно по ней мы понимаем, что еще надо учесть, над чем поработать.

Обычно на протяжении всей школы нас и наших детей просто программируют концентрироваться на ошибках, на недочетах. И дают в основном негативную обратную связь, выделяя ошибки.

За них ставят галочки на полях, их подчеркивают, снижают оценки. Их учат считать... По факту, человек вырастает с четкой программой – замечать ошибки и «подчеркивать их» – указывать на них.

Когда я работала обычным учителем, я всегда искала что-то новое и нестандартное в подходах к обучению детей. И однажды, я попробовала технику, которую описала блоггер Татьяна Иванкова. Техника называется «зеленая ручка».

Техника очень проста и эффективна.

При проверке детских работ использовала не красную ручку, а

зеленую. И выделяла ей не ошибки, а верно написанное. Правильно решенную задачу, верно указанный вариант в тесте и т. п. В итоге ставила количество верных/неверных ответов и отметку. Дети знали критерии (сколько нужно сделать ПРАВИЛЬНО на какую отметку).

Нам всем очень понравилась эта методика. И успеваемость в классе заметно повысилась, как и мотивация к предмету.

Потом эту практику я внедрила в свою семью. Когда мои дети учились писать, и писали целую строчку палочек или букв, одинаковых цифр, я брала в руки зеленую ручку и обводила в кружок (или подчеркивала) самые красивые и правильные.

Тем самым, концентрируя детей на успехе, а не на ошибках.

Потому что если фокусироваться только на ошибках: не так вымыл посуду, не там оставил носки, плохо сидишь, держишь спину и т. д. – жизнь превращается в вечный поиск и контроль.

Когда ребенок прибегает и с ажиотажем начинает рассказывать о чем-то, мы перебиваем и тут же интересуемся: «А ты вообще уроки сделал?», «А портфель собрал», «А почему у тебя рубашка криво застегнута» и т. п.

А надо уметь заметить положительное и отметить это. Сказать: «как хорошо ты написал эту букву», «как ровно заправил кровать», «когда ты меня обнимаешь, я обо всем забываю», «ты такой сильный», «так нежно сегодня гладил...» и т. п.

В течение дня мы всех «учим» и «воспитываем». При этом страдают от этой несчастной красной пасты все: прежде всего мы сами, наши дети и вторые половины.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Подмечать и выделять зеленой ручкой то, что получилось хорошо.
- Внедрить технику «зеленой ручки» в повседневную жизнь.

# Память

## Виды памяти

Существуют 4 вида памяти:



При этом доказано, что лучше всего мы запоминаем эмоционально-окрашенную информацию.

События, которые оставили сильное эмоциональное потрясение (положительное или отрицательное) буквально впечатываются в память и остаются с нами на всю жизнь. Эмоции – фактически та главная «шестеренка», которая позволяет запустить процесс запоминания.

Поэтому чтобы помочь ребенку лучше запоминать прочитанное, увиденное и услышанное – надо научить его автоматически подключать к изучению эмоции, а так же использовать образную, ассоциативную память.

Для того, чтобы информация запоминалась, нужно:

### **Прием первый – Интерес.**

Когда ребенку интересно учиться, ребенку интересно на занятии – ребенок лучше запоминает и усваивает материал.

Интерес на занятии можно вызвать по-разному. Горящие глаза учителя, интонация, необычные гости на уроке – все это стимулирует интерес детей к учебе.

На урок может прийти мягкая игрушка и попросить помощи.

Ребенок может, выполняя задания, получать буквы, из которых в последующем нужно сложить слово.

Можно помочь супергерою.

Урок может быть представлен в виде путешествия, в ходе которого нужно выполнить определенные задания.

И многое, многое другое.

Недавно мы запустили курс по обучению для детей. С одной стороны казалось, что провести онлайн-курс для маленьких детей (7—13 лет) невозможно. Ведь им придется сидеть перед экраном монитора! С другой – была задача напрямую научить детей учиться, научить детей техникам эффективного обучения. Тогда занятия мы постороили в виде игры – где наши маленькие ученики становятся спецагентами и проходят специальный курс по подготовке спецагентов.

Они узнают, какие спецагенты бывают, чем они отличаются и что умеют делать. А потом, выполняя специальные тренировки на развитие памяти, внимания, запоминание иностранных слов, не только приближаются к званию спецагента, но и учатся учиться.

Оказалось, что дети с радостью выполняют задания, им интересно учиться и открывать в себе суперспособности.

### **Прием второй – наглядность и карты.**

Информацию можно представить по-разному. Можно в виде текста, можно в виде схемы, можно дать ребенку алгоритм действия, а можно научить его «майнд-меппингу».

Это интеллектуальный современный вид спорта, при котором ребенок учится представлять информацию в виде интеллект-карты.

Это не только сокращает время на подготовку материала и изучение нового, но и позволяет быстро вспомнить нужный материал.

Например, одна наша ученица составила карту по учебнику физике 8 класса, где закодировала все темы, которые в этом году будут изучаться.

Другой ученик легко разобрал вместе с мамой историю 5 класса.



Научите ребенка составлять карты и покажите, как они упрощают процесс обучения. Подробнее о создании карт в главе Интеллект-карты.

После обучения этому навыку дети с удовольствием создают свои карты и используют их.

### Прием третий – необычные объяснения, связанные с жизнью.

Рассмотрим на примере уравнений. Школьные пособия предлагают следующий алгоритм действий, который нужно ребенку выучить и научиться применять:

*План решения уравнений:*

1. *Определи, какой компонент действия надо найти*
2. *Вспомни правило нахождения этого неизвестного компонента и запиши его для уравнения*
3. *Вычисли значение неизвестного компонента*
4. *Проверь правильность вычислений:*
  - а) *подставь найденное значение буквы в уравнение*
  - б) *определи значение выражений в левой и правой частях уравнения*
  - в) *убедись в том, что они равны*

## 5. Подчеркни корень уравнения

Я представила как, показывая уравнение с неизвестным  $X$ , скажу сыну (цитирую справочник, или любой учебник по математике):

«Никита, это уравнение. Знаешь что это?»

Это равенство, содержащее неизвестное число, которое надо найти.

Неизвестные числа в математике обозначают буквами. Значение буквы, при котором равенство верное, называют корнем уравнения. А чтобы его найти надо:

определить какой компонент действия надо найти;

вспомнить правило нахождения данного компонента (выше);

вычислить значение компонента;

проверить правильность;

подчеркнуть корень уравнения.

Итак, давай посмотрим, какой компонент действия надо найти? Вместо какого компонента стоит  $X$ ?»

Вы знаете, что мне ответит мой сын?

Ничего не ответит. Потому что с самого начала беседы интеллектуальный сквозняк сделает свое дело.

И в мыслях будет думать о чем-то своем и интересном. Возможно, он попытается меня слушать и даже понять. Но у него не выйдет. А даже если поймет сейчас, то оставь я его с примерами наедине, ребенок растеряется.

Родители часто меня спрашивают, как замотивировать детей на домашние задания. Вы верите, что на такое решение можно мотивировать?

А верите в то, что чтобы ребенок научился решать уравнения, ему нужно просто больше тренироваться и практиковаться? И чтобы закрепить тему, надо уравнения «задать на дом»?

Я – нет. Я верю в то, что успех обучения зависит, прежде всего, от понимания. А оно, в свою очередь, от того, как объяснили ребенку ту или иную тему.

Теперь представьте другую картину.

Я написала на листе маркером пример,  $3 + 5 = 8$  Взяла кружку (да-да, самую обычную кружку!).

Перевернула ее и на дне маркером написала  $X$ .

Дальше, кружкой закрыла число 5. И позвала сына.



– Никита!!! У меня тут под кружкой спряталось одно число! Давай попробуем угадать, какое!

Никита, только взглянув, скажет, там 5-ка спряталась!

Мы отодвинем кружку и посмотрим – точно!

Дальше мы продолжаем играть в «прятки с числами». Примеры усложняются, плюс и минус перемешиваются, а «кружка» продолжает хулиганить.

Дальше, сам ребенок выводит правило, по которому получается найти «что под кружкой».

И я рассказываю, что кружку с собой не поносишь, поэтому математики, научились прятать числа иначе. Наша кружка называется «х» (и показываю другие варианты «имен»).

И просто, добавив в пример вместо одного из чисел «х», мы получаем настоящую математическую загадку.

Для закрепления правила и для того, чтобы ребенок научился решать уравнения, нам потребуется немного потренироваться. Впрочем, это уже совсем другая история.

**Прием четвертый – используя приемы мнемотехники (образной памяти) научить ребенка запоминать много и просто.**

В этом возрасте ВАЖНО показать ребенку его суперсилу!

Например, научите ребенка мнемотехникам и технике запоминания

«Репка». Подробно техника описана в разделе «Техника Репка».

Прием пятый. Поиск «главных слов».

Для этого Вы читаете ребенку текст (или его читает ребенок). После нужно сделать следующее: из каждого предложения зачеркнуть все слова, кроме одного, главного слова.

Пример текста:

Корабль вошел в бухту. Море сильно волновалось. Ночь простояли на якоре. Утром подошли к пристани. 18 моряков отпустили на берег. 10 человек ушли в музей. Восемь матросов решили просто погулять по городу. К вечеру собрались все вместе в городском парке, а в 11 часов вечера вернулись на корабль. К этому времени оставшиеся моряки провели выгрузку. Вскоре корабль отправился в другой порт.

Пример выполнения задания

*Корабль вошел в бухту. Море сильно волновалось. Ночь простояли на якоре. Утром подошли к пристани. 18 моряков отпустили на берег. 10 человек ушли в музей. Восемь матросов решили просто погулять по городу. К вечеру собрались все вместе в городском парке, а в 11 часов вечера вернулись на корабль. К этому времени оставшиеся моряки провели выгрузку. Вскоре корабль отправился в другой порт.*

Вначале ребенку можно помогать.

Дальше, только с опорой на главные слова (их можно выписать отдельно), ребенок пробует дословно повторить весь текст и передать его смысл.

Такие тренировки позволяют не только развить память, но и научить ребенка не бояться изложений и хорошо их писать.

**Прием шестой – научить ребенка использовать карточки для запоминания новой информации.**

Карточки можно вырезать самостоятельно из плотной бумаги. Размер

карточек может быть любым, однако удобнее делать их размером с «визитную карточку».

Такой способ повторения материала очень удобен и приветствуются детьми, так как они видят свой реальный прогресс.

Вначале на карточку нужно записать новую формулу или правило, или иностранное слово, с обратной стороны – пояснение (перевод слова).

Создав 10 карточек их можно перелистывать и отвечать на поставленный вопрос, а перевернув карточку быстро узнать правильный ответ.

Но это еще не все.

Можно сделать 4 коробки (банки) и каждую из них подписать.

На первой коробке можно написать «раз в день» – там будут храниться карточки с новым материалом. И один раз в день нужно будет их брать, чтобы повторить.

На второй коробке написать «раз в неделю». Те карточки, которые при ежедневном повторении легко вспоминаются, нужно переложить в эту коробку и брать для повторения один раз в неделю. Например, в среду.

Коробка номер три – «раз в месяц». Когда ребенок из коробки «раз в неделю» будет повторять карточки, он многие вспомнит легко. Их можно убрать в коробку «Раз в месяц».

Карточки можно брать с собой, чтобы проводить время с пользой, даже когда Вы, например, едете в транспорте, или проводите минуты ожидания.

Благодаря этим приемам вы можете помочь ребенку развить суперпамять.

### ***Что делать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Включать интерес и эмоции.
- Запоминать информацию на «карточках».
- Использовать мнемотехнические приемы.
- Создавать интеллект-карты.

## Как запомнить таблицу умножения



В начальной школе многих детей и родителей мучает один вопрос: как выучить таблицу умножения, чтобы ребенок ее запомнил и понял.

Согласно программам обучения, изучение таблицы умножения практически полностью делегировано семье. В рамках школьных уроков просто нет времени на это.

Программа знакомит детей с таблицей от 2 до 9 буквально за два месяца. Дети не успевают ее запомнить на уроках. И каждый день ребенок приходит из школы с новой задачей: выучить еще один «столбик таблицы».

Но мало не просто выучить таблицу, важно не забыть выученную.

К сожалению, маленькие дети склонны быстро забывать учебную информацию. Таблица умножения (Таблица Пифагора) – это самый популярный математический инструмент для вычислений.

Но как показывает практика, что не смотря на то, что ученики знакомятся с таблицей умножения уже во 2 классе и постоянно ее применяют, многие школьники так и не могут ее выучить полностью.

И даже если весь вечер просидят за зазубриванием «столбиков», утром на контрольной ребенок снова впадает в «ступор».

Вначале нужно обязательно поиграть с ребенком, помочь понять

смысл действия умножение.

Потому что когда дети не понимают смысл действия умножения, они ошибаются в задачах, не могут быстро посчитать в уме. С одной стороны, смысл таблицы прост – сложение одинаковых чисел. С другой – для ребенка это очень трудное понятие.

Поэтому вначале продиктуйте ребенку примеры:

$$100+100+100+100+100 =$$

$$2+2+2+2+2+2+2+2+2 =$$

$$50+50+50+50+50=$$

Можно даже с большими числами:  $1000+1000+1000+1000$  и предложите сосчитать.

– Легко считать? (Обязательно ему помогайте.)

– Да! – скажет ребенок.

– А писать?

– Нет, писать долго.

А ведь математики очень ленивые люди. Они всегда все упрощают и сокращают. Поэтому вместо того, чтобы так длинно писать, они сократили пример, и получилось «по 100 взяли 4 раза», «по 2 взяли 9 раз», «по 50 взяли 5 раз».

Но писать тоже длинно, поэтому запись еще упростили, и поставили между числами точку, которую назвали – умножением:

$$100*4=200, 2*9=18, 50*5=200$$

Поиграйте с ребенком. Напишите примеры сложением с одной стороны, со знаком умножения с другой стороны. Предложите соединить стрелочкой.

Для большего эффекта можно дополнить примерами, которые нельзя свернуть в умножение (например,  $71 + 17$ ).

$$17+17+17=$$

$$71+17=$$

$$71+71+71+71+71=$$

Вторая проблема связана с тем, что дети забывают выученные примеры таблицы умножения.

Согласно исследованиям немецкого ученого Генриха Эббингауза в первый час забывается 60% новой информации.

Чтобы этого не случилось, важно знать, какими бы способами вы не учили, не меньшую ценность представляет то, как Вы или ребенок информацию повторяет.

Напоминаем, что оптимальное повторение выглядит следующим

образом:

первое повторение – сразу по окончании чтения;

второе повторение – через 20 минут после первого повторения;

третье повторение – через 8 часов после второго;

четвертое повторение – через 24 часа после третьего.

Обязательно делайте 4 повторения (по интервалам выше) с каждым выученным блоком таблиц. Тогда ребенок запомнит их навсегда.

Проблема №3 – зазубривание чисел очень тяжело дается.

Число – понятие абстрактное. И запомнить  $7*7=49$ , ровно как и  $9*9=81$  для ребенка очень трудно.

Поэтому лучше использовать стихотворения для запоминания сложных примеров таблицы умножения.

Свинка свиненка решила проверить:

– Сколько получится «девять на девять»?

– Восемьдесят – хрю – один! —

Так ответил юный свин.

У семи матрешек

Вся семья внутри:

Семью девять крошек —

Шестьдесят три.

Четвертое – При проверке повторяется ВСЯ таблица, а так как примеров много, невыученные теряются.

Важно не повторять «все подряд», а только те примеры, в которых у ребенка есть трудности. Для этого необходимо «найти» потенциальные ошибки.

Возьмите таблицу умножения, начните спрашивать ребенка. Если он отвечает верно – ничего не отмечайте.

Если ошибается или путается, поставьте напротив примера «точку» или «галочку». Так Вы увидите, в скольких примерах ребенок допускает ошибки. Эти примеры и нужно выучить.

Их будет не так много, как может показаться вначале.

Пятое. Дети не понимают смысл переместительного закона.

Взрослым-то понятно, что  $4*2=2*4$ . А вот ребенку нужно объяснить, что если поменять местами сомножители, результат не изменится.

Возьмите по 4 карандаша в две руки. Посчитайте, сколько всего карандашей.

А потом возьмите с ребенком по два карандаша в 4 руки. Посчитайте. Отметьте, что общее количество карандашей не изменилось.

Так Вы покажете ребенку что от перестановки множителей произведение не меняется, а значит полтаблицы можно не учить, просто меняя.

Для запоминания сложных примеров таблицы умножения можно использовать Игру Мемори.

Описание игры – в приложении.

### ***Что можно следать, чтобы помочь ребенку учиться?***

- Убедиться что ребенок понял смысл действия умножение.
- Прогнать примеры по «воронке» (глава «Техника работы с ошибками») и найти примеры, в которых ребенок ошибается и сомневается.
- Играть в игру Мемори ТУ.

## Результат – как не бросить на полпути

### *Техника «Сильные стороны»*



Бывает ситуация, когда опускаются руки и совершенно не хочется что-то делать. Пропадает желание, мотивация и есть высокая вероятность бросить на полпути.

Чтобы этого не случилось, используйте технику «Сильные стороны», состоящую из восьми шагов.

Шаг 1. Поговорите с Вашим ребенком о его сильных сторонах.

Дети, возможно, и не задумываются о своих сильных или слабых сторонах. Но так или иначе они обращают внимание и соотносят свои успехи с результатами других детей.

Начните разговор с наблюдения: «Иногда кажется, что тебе трудно читать вслух. Я уверена, что в Вашем классе ты видишь детей, которые читают довольно легко. Но это не значит, что они умнее тебя».

Это открывает ему возможность поговорить. Такой разговор также может побудить ребенка говорить о том, что для него является важным.

Шаг 2. Наймите репетитора или учителя по тому предмету, где у ребенка «Пятерка».

Такой подход позволяет углубить знания ребенка по любимому предмету и сделать его непобедимым в этой сфере.

Шаг 3. Помогите ребенку увидеть всю картину

У ребенка могут возникнуть трудности с одним из школьных предметов или даже серии смежных дисциплин.

Например, у него могут быть проблемы с чтением вслух, и тогда он решит, что ненавидит чтение вообще. Из-за низкой скорости чтения могут быть трудности по математике, русскому и так далее.

Напомните ребенку, что чтение вслух для обучения это только одна часть применения этого навыка. Скажите ему, если он любит читать, то может использовать это не только для учебы, а чтобы узнать гениальные идеи или общаться с друзьями, или читать секретные записки от мамы.

Покажите ребенку, где он может использовать в жизни те знания, которые ему трудно даются.

Шаг 4. Не избегайте показать ребенку то, над чем еще предстоит поработать.

Детям нужно говорить о том, в чем они хороши, но им также нужно проговорить о том, в чем они не очень хороши.

Поговорите с Вашим ребенком о том, с чем он испытывает трудности – не в обидном ключе «ты не можешь делать этого! у тебя ничего не получается (или получается плохо!)», а в ключе: «Я знаю, что это трудно для тебя, но верю, что ты справишься».

Шаг 5. Свяжите навыки с жизнью.

Вашему ребенку нужно знать, что его слабые стороны не будут мешать ему во всех аспектах его жизни.

Дело в том, что если у ребенка проблемы с математикой, это не такая уж большая проблема для того, чтобы стать прекрасным пловцом. В то же время он должен знать, что его сильные стороны помогут ему двигаться вперед.

Например, его способность подружиться и найти общий язык со всеми, куда бы он ни пошел, может помешать ему на уроках, если он там будет общаться. Но умение заводить друзей может облегчить ему работу, когда придет время.

Шаг 6. Рассказывайте о семейной истории.

В большинстве семей есть особенности и личные качества членов семьи, которые все знают и добродушно принимают.

Возможно, мама никогда не помнит номера телефонов. Или, может быть, одежда дедушки никогда не сочетается, потому что он не умеет выбирать и сочетать цвета.

Говорить об этих семейных чертах – отличный способ начать разговоры о сильных и слабых сторонах.

Шаг 7. Держите планку достаточно высокой, но достижимой.

Просто потому, что у Вашего ребенка могут быть трудности в учебе, это не значит, что Вам нужно меньше ждать от него.

Постарайтесь, чтобы Ваши ожидания были реалистичными, но не слишком низкими. И не забудьте корректировать цели с течением времени.

Например, забота о собаке, возможно, не подходит ему, но он может быть готов ухаживать за ней в следующем году. А в этом может сам кормить рыбок.

Шаг 8. Поощряйте его найти свою страсть

Ваш ребенок может не знать сразу, в чем он хорош, и что он любит делать. Для выяснения этого может потребоваться некоторое время.

Это означает, что Вам, возможно, придется отказаться от своей мечты, что он полюбит футбол или станет великим художником.

Но как только он найдет свою собственную страсть, у Вас, вероятно, будет более счастливый и уверенный в себе ребенок.

Современная школа заточена на усреднее и развитие слабых сторон, чтобы работало «хотя бы средне».

Это хорошо, но этого недостаточно.

Принцип школы понятен: «двойка» – репетитор, «тройка» – репетитор. Чтобы работало «хотя бы средне».

Но в жизни обычно именно наши сильные стороны являются самым сильным звеном!

Мало кто хочет пойти к специалисту, который «неплохо разбирается во всем, средне, но зато во всем». Мы, как правило, предпочитаем экспертов, мастеров своего дела: лучшего или как минимум хорошего стоматолога, гинеколога, педагога, парикмахера.

И вот он главный парадокс современного образования: уделяя внимания слабым сторонам, мы рискуем упустить сильные.

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

- Разговаривать с ним по системе восьми шагов.
- Развивать сильные стороны, уделяя им большее внимание, чем слабым сторонам.

## Связная речь

*Техника «Бредогенератор». Как научить детей выразить свои мысли*



Однажды один студент не подготовился к экзамену и, придя на экзамен, успел прочитать только первый билет, про блох. Но вытащил билет «Рыба».

Тогда он подумал: «Так, про рыб я не расскажу, про блоху знаю хорошо». И у него созрел план. Отвечая, он говорит: «Это рыба... у нее голова, вот, хвост, туловище, плавники и чешуя. Соответственно, поскольку у рыбы чешуя и она плавает все время в воде, у нее не может быть, блох. А вот если бы у нее была бы шерсть, а не чешуя, у нее были бы блохи». И продолжает дальше рассказывать про блоху. За экзамен получил отлично.

Потому что один из самых важных навыков для детей и взрослых – уметь говорить, пересказывать информацию, рассказывать истории, связно отвечать на вопросы.

Навык связной устной беглой речи – важный в современном мире.

Алгоритм тренировки связной речи простой, для этого нам

понадобится техника «Бредогенератор».

Его можно применять в двух видах.

Первый вариант.

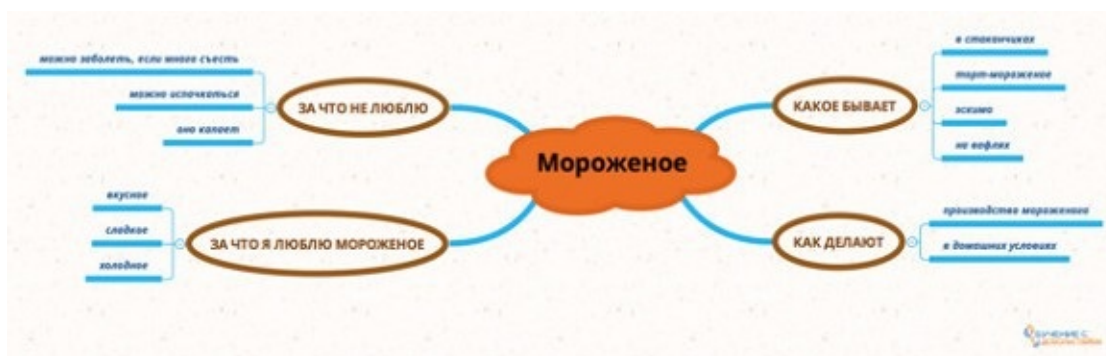
Берем любую тему (предмет): ручка, мороженое, любовь, игра и т.п и говорим об этом и только об этом по таймеру три минуты.

Можно начинать с минуты, потом две, потом три.

Пробовать можно где угодно и обязательно надо тренировать этому навыку детей!

Вначале можно создать интеллект-карту, в которой продумать разделы/секции, про которые будете вести речь. А потом «зачитать карту». Еще этот прием называют «разделение думания и делания».

Например, по теме «мороженое» карта может получиться такая:



Второй вариант техники «Бредогенератор».

Начинаем говорить о чем-то. Например: Открываю холодильник, а там сидит обезьяна.

Второе предложение начинаем с того слова, на котором закончили первое, третье – с последнего слова второго предложения и так далее.

Обезьяна смотрит на меня и улыбается.

Ее улыбка похожа на улыбку из рекламного ролика.

Недавно, кстати, в одной рекламе увидел очень знакомое лицо.

И так далее.

Истории получаются отличные, но поначалу очень нелегко, однако, с каждым разом будет проще и легче.

Добавятся слова-связки, плавные переходы и Вы начнете легко и экспромтом формулировать свои мысли в прекрасную, плавную речь.

***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Развивать связную речь.
- Играть в «Бредогенератор».

# Тайм-менеджмент для детей

## Техника «Таймер»



Заблуждение думать, что режим установится сам или чем больше загружен уроками ребенок, тем лучше. Так же не стоит загружать ребенка «от рассвета и до заката». Это принесет только физическое и эмоциональное переутомление.

Большая загруженность не равна знаниям, умениям и навыкам. Наоборот, многие вещи можно делать быстрее и эффективнее.

Да, ребенок должен ощущать личную ответственность за результаты школьного процесса. Но при этом самостоятельно управлять временем и распределять задачи ребенку не по силам.

Можно использовать различные методики детского тайм-менеджмента.

Техника «Таймер».

Очень часто дети, чтобы не сидеть за уроками постоянно от них отвлекаются и бегают к маме или папе с 1001 уточнением, дополнением, описанием.

Цель ребенка понятна: так он старается минимизировать время на скучные вещи и добавить в них интерактива.

В этом случае можно подключить элемент игры.

«А давай я включу сейчас таймер и посмотрим сколько ты за 10 минут сможешь задач решить/строк написать/текста прочитать. Но только чтобы сделать максимальное число задач, тебе нужно не отвлекаться, поэтому давай ты прочитаешь все задания заранее и задашь сразу все вопросы, которые тебе непонятны».

Дальше Вы с ребенком прорабатываете материал, который ему нужно будет сделать, обговариваете все моменты, которые ему непонятны и включаете таймер.

Дальше можно сделать таблицу достижений и вносить в нее результаты за каждый день, чтобы ребенок видел свой прогресс. Таблицы нужно делать по отдельным предметам, например таблица по русскому языку на количество строк или таблица по чтению на количество прочитанных слов и т. д.

Если игру делать с легким настроением, то через какое-то время ребенок сам начнет просить заводить ему таймер, а через какое-то время и сам будет его заводить, чтобы видеть свой прогресс. Не бросайте ребенка на этом этапе, поддерживайте его и тогда эффект соревнования с собой будет иметь результаты.

Способ второй – Составление чек-листов.



### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

1. Использовать таймер.
2. Составлять карты и чек-листы, по которым ребенок может закрывать задачи или использовать часы-помогатор, в которых указать время уроков, сна или подготовки ко сну.

# Упрощаем процесс обучения

## Применение вспомогательных технологий



Адаптивные инструменты являются довольно важной частью любого обучения и имеют очень высокий эффект помощи ребенку. Итак, что еще может помочь в обучении детей:

Аудио-плееры и диктофоны

Многие электронные книги имеют аудиофайлы, а смартфоны и планшетные компьютеры оснащены программным обеспечением для преобразования текста в речь, которое может читать вслух что угодно с экрана планшета Вашего ребенка.

Если у ребенка трудности с восприятием информации на слух, то аудиозаписывающее устройство (диктофон) может записывать то, что говорит учитель в классе, чтобы Ваш ребенок мог прослушать урок снова дома.

Таймеры (от наручных часов до таймеров песочных часов).

Эти недорогие устройства помогают детям, у которых есть проблемы с мотивацией и учетом времени. Таймеры могут использоваться как

наглядные пособия, чтобы показать, сколько времени осталось для завершения работы (уроков). Если ваш ребенок испытывает трудности при переходе от задачи к задаче, таймеры могут помочь ему мысленно подготовиться к переключению.

### **Аудиокниги.**

Аудиокниги – хорошие инструменты для детей, у которых есть проблемы с чтением и которым нужна помощь в обучении.

Благодаря тому, что ребенок может слушать текст аудиокниги, он может узнавать в несколько раз больше, чем при самостоятельном чтении.

Так же аудиосказки – хороший способ подготовить ребенка ко сну и настроить на отдых. Во время прослушивания записи, особенно эмоциональной и качественной, у детей развивается воображение и происходит процесс развития головного мозга.

### **Подушки для сидений.**

Надувная подушка на сиденье или специальное детское кресло могут помочь детям с проблемами внимания и гиперактивностью. Подушка может обеспечить комфорт, чтобы помочь ребенку максимально сосредоточиться, не вставать с места и не ходить, сделать положение ребенка на кресле более удобным и комфортным.

### **Классическая музыка.**

Прослушивание ребенком классической музыки во время выполнения домашних заданий позволяет уменьшить фоновый шум, настраивая ребенка на работу.

Слушать легкую музыку можно в наушниках. Такой подход позволяет ребенку отключиться от внешних раздражителей (телевизор, братья/сестры) и сосредоточиться на уроках.

### **Калькуляторы.**

В зависимости от математических проблем Вашего ребенка может быть целесообразным использовать базовый калькулятор во время выполнения домашних заданий.

Существуют также калькуляторы с большим дисплеем и даже говорящие калькуляторы. Говорящий калькулятор имеет встроенный речевой выход для считывания цифр, символов и клавиш управления вслух. Это может помочь вашему ребенку подтвердить, что он нажал правильные клавиши.

На калькуляторе можно проверять ответы, а также использовать в качестве дополнительного тренажера при изучении таблицы умножения.

Резиночка для удержания ручки, а также специальные держатели.

Если у Вашего ребенка возникают проблемы с письмом, попробуйте использовать резиночку для того, чтобы правильно зафиксировать ручку в руке ребенка.



### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

– Использовать вспомогательные и адаптивные технологии, наравне с техниками эффективного обучения.

# Формы обучения

## *Виды и формы обучения в России*



Существует несколько форм получения образования:  
очное обучение (в школе);  
дистанционное обучение (прикрепление к школе дистанционно);  
экстернат (прохождение ребенком по ускоренной программе и сдача за год – двух, трех ступеней);  
домашнее обучение;  
семейное обучение.

Часто происходит подмена понятий семейное и домашнее обучение.

Домашнее обучение – это форма получения ребенком знаний, при которой за процесс обучения все так же отвечает школа. Ребенок числится в контингенте образовательного учреждения, за ним закрепляются педагоги. Ребенок числится в определенном классе среди очно обучаемых детей. Проходит по графику все аттестации, контрольные работы.

На домашнее обучение сейчас можно выйти строго по медицинским или педагогическим показаниям через психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК).

Дети на домашнем обучении действительно часто являются вырванными из основной системы образования. При этом часто домашнее обучение действительно лишает детей социализации и общения со сверстниками.

Плюс – ребенок учится практически индивидуально с учителями.

Минус – ребенок часто заперт в четырех стенах.

За период работы в школе у меня было несколько «домашников». Все они уже были учениками старшей школы.

Обычно ребята проводили почти все время дома, а родители принимали минимальное участие в обучении детей, лишь подсчитывая, все ли дни и уроки были «отведены» или им что-то «недодали».

Основное отличие домашнего обучения от семейного – ответственность за обучение в данном случае все-таки на школе.

Программу составляет школа, обучают педагоги. Обучение происходит либо на дому, либо по договоренности родители приводят ребенка в школу в определенное время после уроков.

Но это бывает редко, потому что родителям от банального «лень» до «у нас вообще-то включено обучение на дому». И получается, что ребенок лишен даже минимальной прогулки до школы и обратно.

Кроме того, слышали ли Вы о том, что «у семи нянек дитя без глаза»? Так иногда случается на домашнем обучении.

Школа ожидает поддержки и активного участия родителей, родители требуют результаты от школы. Когда отвечают оба – не отвечает никто. Ребенок оказывается банально «упущенным»...

Мне порой было искренне жалко детей, которые оказывались заперты в четырех стенах, потому что родители оказывали им все так же мало внимания, дети даже больше их раздражали.

И все общение сводилось к контролю все тех же домашних заданий. А учителя обучали «постольку поскольку», совершенно не уделяя детям важного внимания и поддержки.

Семейное обучение – абсолютная противоположность

Это не только важный для семьи и ребенка шаг, но и с исключительной ответственностью родителей.

Ответственность за образование детей лежит только на родителях. И нет возможности спихнуть на то, что «плохой учебник», «плохо объяснили», «в понедельник не пришли», «были не все уроки», «мы болели» и т. п.

Ребенок не числится в школе, а лишь зачисляется в определенную

школу для сдачи аттестаций. Обычно аттестации сдаются два раза в год, возможно даже дистанционно.

При этом программы обучения, форму обучения, время и режим занятий, учебники – все это ложится на плечи родителей.

Все мои знакомые, кто находится на семейном обучении, настолько увлечены этим процессом и взятой на себя ответственностью, что они не сидят дома.

Посещают музеи, ходят на кружки и секции, изучают новые способы обучения, ведут блог, путешествуют, много учатся и при этом сдают аттестации в срок.

Сейчас есть множество «анскулеров» или людей, отрицающих школу как таковую.

Прошу сразу заметить, я к таким не отношусь и твердо убеждена в необходимости получения детьми обязательного образования.

Мои дети прикреплены к школе и сдают в срок положенные аттестации, корпя над полученными заданиями, я выбрала для детей семейную форму обучения.

Мне очень нравится быть свободной, выбирать учебники и путешествовать, не вставать утром по будильнику, не лечить детей от принесенной в дом инфекции от одноклассников, не отмечать нужное количество клеточек.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться?***

- Ответственно подходить к выбору формы обучения.
- Помнить, что задача родителей помочь ребенку найти свое призвание и получить образование.

## Хвалить. Как и зачем?

### *Три рецепта эффективной похвалы*

Рецепт №1 – Возьмите на вооружение золотое правило: хвалить исполнителя, критиковать исполнение.



Часто ругают целиком ребенка, а не отдельный промах. Разделяйте оценку ребенка в целом и оценку его работы.

Так у ребенка появится уверенность в себе, а желание учиться не будет отбито вечной критикой.

Когда ребенок гиперактивный или медлительный, родители и учителя нарушают данное правило и часто ругают самого ребенка, а не то, как он выполнил задание.

Учите ребенка вопросу: «За сколько времени я это сделаю?»

Имея фокус на времени, дети постепенно учатся не отвлекаться и делать задание к нужному времени. Ребенок в два раза быстрее и качественнее будет делать уроки, так как перестанет отвлекаться на посторонние дела.

Рецепт №2 – Не сравнивайте сына или дочь с другими детьми.

Даже если на языке крутится пресловутое «а вот я в твоём возрасте» или хочется поставить в пример Машу из параллельного класса. Ваши дети индивидуальны.

Сравнивать и оценивать нужно только вчерашние достижения и сегодняшние. Когда будет фокус на прогрессе, прогресс не заставит себя ждать.

Рецепт №3 – Научите ребенка самостоятельной оценке себя и своих знаний.

Это формирует уверенность, а также дает представление о том, над чем еще следует поработать. В жизни очень важно уметь полагаться именно на свое мнение о себе и своей работе. Тогда это двигает вперед не смотря ни на что и вопреки всему.

Похвала хорошо воздействует, когда Вы:

Говорите ребенку в лицо, что Вы собираетесь его похвалить за... Глаза должны находиться на уровне детских глаз.

Хвалите, не откладывая.

Конкретно говорите ребенку, что он сделал правильно! Что Вам больше всего понравилось и почему.

Говорите ребенку, как Вам приятно то, что он сделал правильно, как это поможет ему и даже всему классу.

Обязательно делайте паузу, чтобы дать ребенку почувствовать, как Вам приятно.

Побуждайте их добиваться еще больших успехов. (Например, предложив в следующий раз красиво написать не 2 буквы, а 4.)

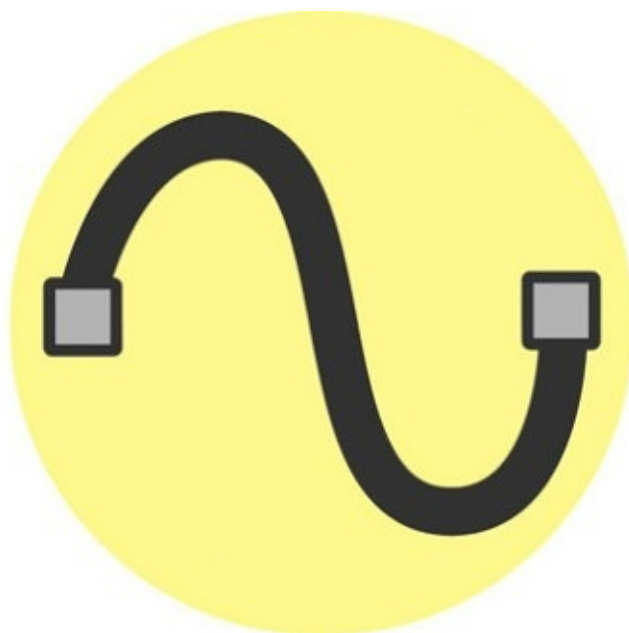
Пожимайте руки или иным образом устанавливаете контакт (погладить по голове, улыбнуться), чтобы стало ясно, что Вы поддерживаете успех ребенка!

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Хвалить исполнение, а не исполнителя.
- Сравнивать ребенка только с собой.

# Циклы внимания

## Техника «Синус»



Внимание – это избирательная направленность восприятия на тот или иной объект. От него зависит, будем мы сейчас запоминать, или нет. В зону внимания попадают лишь объекты, имеющие в данный момент для человека устойчивую или ситуативную значимость. Она определяется соответствием свойств объекта актуальным потребностям человека. Направленность сознания на значимый объект необходимо в течение определенного времени удерживать на нем. Этот момент удержания описывает понятие «сосредоточенность».

Сконцентрировать внимание можно, применяя маяки, якоря. Благодаря тому, что Вы знакомы с пирамидой Маслоу, Вы можете удовлетворить все низшие уровни потребностей и перейти на 5 уровень – получение знаний.

Однако в процессе работы у нас так или иначе происходит остановка, мы не можем выполнять монотонно и долго одну и ту же операцию. У любого человека есть циклы внимания и необходимость переключения внимания.

Циклы внимания – это синусоида.

Для каждого она индивидуальна, однако в большинстве случаев циклы внимания подобны. Как правило, 30 минут мы можем продуктивно работать, потом на 5 минут произвольное внимание отключается, потом постепенно нарастает, и через 30 минут снова падает на 5 минут, через следующе 30 минут внимание на спаде на продолжительный период (около 15 минут) у кого-то больше, у кого-то меньше.

Что нужно делать? В эти перерывы нельзя пытаться заставить себя сконцентрироваться, внимание нужно переключить. Это может быть правильно проведенные 5 минут, либо нет. Правильно менять вид деятельности, например, умственный труд сменить легким физическим (приседание, упражнение на мелкую моторику).

Работаешь сидя – отдыхай стоя.

Работали за компьютером, а теперь 5 минут за компьютером играем – это не отдых. Это неправильное проведение 5-ти минутного перерыва. Так же не рекомендуется производить прием пищи, так как кровь от головы отливает в желудок, кишечник, и далее сытое состояние плавно перетекает в сонное, а никак не в 100% работоспособность. Так же не рекомендуется делать силовых упражнений (спорт, бег, гантели) – разрешается легкая гимнастика для тела, глаз, рук.

Отложите книгу. Посмотрите несколько секунд вокруг себя. Закройте глаза и постарайтесь найти все предметы белого цвета. Теперь красного. Откройте глаза, найдите, что забыли. Повторите еще раз. Потрите ладони, уши. Сожмите – разожмите кулак.

Используйте несинхронные упражнения. Заставьте свой мозг работать по-другому. Пусть работает правое полушарие, дайте левому перерыв. При этом, кровь не отливает от головы в желудок, в мышцы.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

– Использовать циклы внимания и переключать вид деятельности во время перерыва.

# Час и учебник освоен!

## Как работать с учебником



Данная техника не просто универсальный помощник, но и позволяет в короткие сроки фактически подготовить ребенка к экзамену, контрольной работе или просто поднять его веру в себя.

Когда ребенок верит в себя, когда он знает, что он может, то сопротивление «не хочу учиться», «у меня не получится» и просьб «мама, помоги» становится меньше.

Ребенок, наконец, начинает брать ответственность за получение образования на себя.

Для кого необходима техника «Час и учебник освоен»:

для учеников 1—11 классов, студентов и родителей, кто ценит свое время и силы;

для тех, кто знает, что 20% действий приносят 80% результата, и хотят лучших результатов быстро;

кто учится на семейном обучении;

для гиперактивных/медлительных детей;

для тех, кто много пропускает школу;

когда нужно быстро и эффективно разобраться в материале;  
когда лень зубрить или мало времени.

Благодаря подобной проработке один учебник школьной программы с полным пониманием предмета можно разобрать всего 1 час, а не за год.

Для того, чтобы применить данную технику, нужно:

1. Взять учебник в руки и открыть его на содержании /оглавлении.
2. Создать по оглавлению интеллект-карту, упрощая названия разделов и приводя их к количеству 5—7.
3. По каждому разделу нарисовать говорящую, образную пиктограмму (например, физика 8 класса: три вида явлений: электромагнитные, оптические и тепловые. Значит, нужно нарисовать всего три стрелочки, и добавить яркий образ для каждого раздела).
4. Перерисовать карту, проверив, понятны ли разделы, которые изучаются в данном учебнике.
5. Добавить в карту второй уровень – по оглавлению выделяем, что в каждой главе изучается (в электромагнитных явлениях – ток, магнитное поле и т.п.).
6. После этого необходимо приступить к оживлению карты, вспоминая то, что уже изучалось, или просто листая учебник.

Карта может быть не понятна остальным и выглядеть как зашифрованное послание, однако создатель карты с легкостью в ней разберется.

Так в Вашей карте появится все больше деталей, образов, новых связей.

Таким образом, ребенок воспринимает информацию наглядно, образно и структурно.

Исключается синдром «отдельных непонятных блоков», а материал как будто оживает в голове.

Начинать читать любые учебники лучше всего с оглавления. Если оно легко читается, простое и понятное, значит и книга будет легко «ложиться», а если в оглавлении «черт ногу сломит», то такая книга так же будет сложной и трудной.

### **Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться**

- Оценивайте книгу перед тем, как ее начать читать или купить.
- Подержите в руках. Прочитайте оглавление, задайте книге вопрос:

что я узнаю, прочитав ее.

– Прочитайте, оценивая от 0 до 10 баллов, сколько ей можно дать? Насколько она хороша для вас?

– Если книга набрала менее 8 баллов, не берите ее. Смело ищите другую.

– Если Вы поставили книге 8—10 баллов, можно начать с ней работать.

– Создайте структуру книге по технике «Час и учебник освоен», прежде чем ребенок начнет читать учебник.

# Школьные будни и окружение детей

*Техника «Контуры»*



Кто больше всех влияет на наших детей, на их психологическое здоровье, состояние и стремления? Семья, улица, школа или друзья?

Давайте схематично нарисуем ребенка. И круг вокруг него.



Этот круг мы назовем первый контур. В нем находятся те люди, которые оказывают максимальное влияние на маленького человека.

Кто эти люди?

Те, кто живут вместе с ним, рядом, бок о бок, кого он видит каждое утро и каждый вечер. Конечно, это мы – родители. Это братья, сестры.

Если ребенок живет с бабушкой/дедушкой, то они так же находятся в первом контуре. И именно их поступки, действия и взгляды оказывают самое сильное влияние на ребенка.

Не надо говорить ребенку, что материться плохо. Сначала надо перестать материться самим.

Нет смысла говорить, что курение вредит здоровью, если кто-то в семье курит при ребенке.

Также бесполезно говорить ребенку о вреде алкоголя, если в семье кто-то при ребенке пьет.

Именно по тому, как ведут себя люди в первом контуре, что они делают – закладывается в ребенке основой мировоззрения и ценностей.

Нарисуем второй круг – второй контур.



На нем находятся лучшие друзья ребенка, бабушка/дедушка (если они живут не рядом), друзья по улице, площадке, те, с кем он проводит достаточно своего свободного времени.

Надо обязательно знать, с кем общается и дружит ребенок, потому что их влияние на ребенка очень высоко, как и их привычки.

Не зря говорят: скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты.

Третий контур.



Это контур школы. Там ребенок проводит достаточно времени, и на нем располагаются одноклассники, педагоги, воспитатели.

Ребенок воспринимает школу и правила поведения в ней, через призму уже сформированной родителями и друзьями картиной мира.

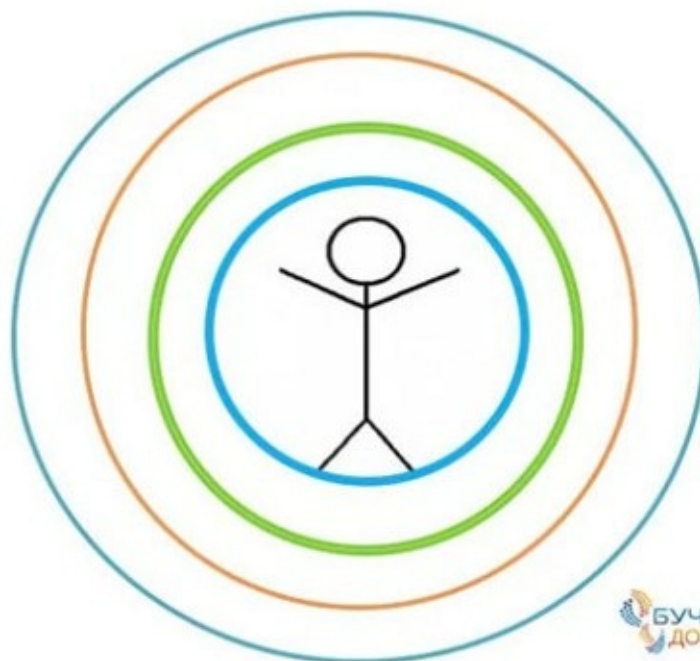
Если родители говорят об учителях плохие вещи, комментируют действия учителя при ребенке – то именно такое же отношение будет у ребенка к школе, родителям. (Ведь родители оказывают более сильное воздействие на ребенка!)

Учитель перестанет быть для ребенка авторитетом, и весь образовательный процесс полетит в тар-тарары.

Вот почему не стоит при ребенке критиковать педагога, его модель поведения и т.д., особенно если не планируете менять педагога или школу.

Ребенок должен принимать своего учителя, а если Вам что-то не нравится или не устраивает, нет смысла обсуждать ситуацию при ребенке. Сходите к педагогу, завучу или директору.

Четвертый контур – знакомые.



Друзья в Контакте, в Одноклассниках, с которыми можно лично не встречаться и даже не общаться годами.

Но все-таки, они входят в круг общения.

Этот контур обычно максимально заполнен. И именно на нем находится большое количество людей.

С ними дети обычно чувствуют себя свободно и вольготно. Но все-таки, не забывайте просматривать социальные страницы своих детей.

Сейчас появилась новая тенденция – проводить Live трансляции. На них подростки обычно кривляются, матерятся и показывают свою взрослость. Девочки могут обнажать грудь, вилять попой и так далее.

По социальным сетям ребенка можно многое сказать о его внутреннем мире. Дети стараются показать свою индивидуальность.

Задача родителей – помочь ребенку найти себя настоящего, а не через призму друзей или одноклассников.

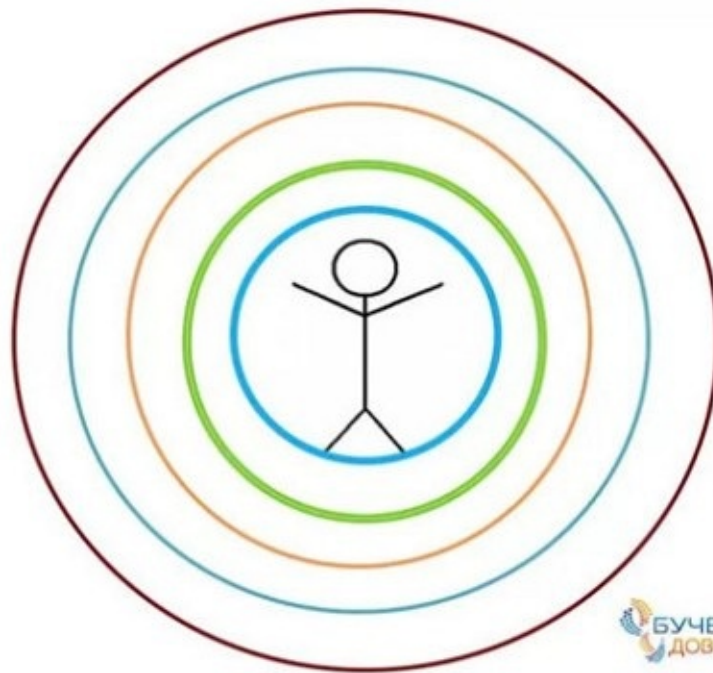
Пятый контур – бывшие.

Бывшие друзья, бывшие одноклассники, бывшие знакомые

Именно поэтому ребенку так трудно может даваться адаптация к новой школе, к новому классу.

Когда в миг третий контур становится пустым и одиноким, а пятый

шумным и забитым.



Для ребенка потерять третий контур и заселить его заново – большой стресс, который он может пережить, как и любой другой стресс и сложность, только опираясь на поддержку людей из первого/второго контура.

Главные задачи родителей – защитить и помочь ребенку пройти школу и остаться психологически и физически здоровым, не сломленным.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

1. Помнить, что для ребенка всегда школа, одноклассники будут восприниматься через призму родительского дома, воспитания.
2. Если ребенку привиты правильные и крепкие моральные устои, то никакая улица, школа не в силах их поколебать.
3. Если эти устои слабые, то школа вряд ли поможет, а улица вообще может толкнуть к неверным поступкам.

Школа находится достаточно близко к ребенку, чтобы могла сломать

его личность, натуру, но родители находятся ближе. И именно наша задача, задача родителей – помочь ребенку и защитить его.

# Эффективное состояние потока

*Техника «Ритуал». Как включиться в работу*



Наш мозг – это мышца, которую надо тренировать. И стоит только позволить ей войти в лайт-режим, разогнать потом себя очень трудно. Бездумье, как и безделье, затягивает. Но существуют приемы, которые могут включить взрослого или ребенка в работу легко и просто.

Вспомните, когда Вы находились на особом энергетическом подъеме и были способны переделать огромное количество дел за утро или день. Такое, что потом говорили себе: «Неужели это я? Вот это да!!!»

Когда Вам не надо было «настраиваться и раскачиваться», а все «само собой делалось»... Подобные ощущения можно «вызывать».

Способ первый – Воспоминание об эффективном состоянии. Можно закрыть глаза и вспомнить ощущения в теле, когда хотелось активничать и делать сотни дел буквально одновременно.

Очень хороший способ разогнаться музыкой. Причем в разное время дня и ночи разогнать наш мозг поможет разная музыка.

Учитывать собственные биоритмы и пики активности. Например, для «совы» пик интенсивности приходится на время перед обедом и ужином, ночь. Для жаворонка – лучшая продуктивность утром и в 3—4 часа дня. К вечеру «жаворонок» никакой и разогнать себя будет трудно.

Еще один способ включиться в эффективное состояние – химический (адреналин, испуг, энергетик), но важно помнить, что чем сильнее и быстрее происходит всплеск вверх, тем сильнее провал.

Спорт – хороший способ разгона. Пробежка, прыжки и даже приседания помогают разогнаться.

Послушать кого-то, кто разгоняет, или посмотреть активное позитивное видео. Можно утром, можно днем. Мне нравится смотреть уроки Тони Роббинса, например.

Живое общение с теми, кто более заряжен чем Вы. Думаю, что этот пункт не требует особых комментариев и пояснений.

Используйте эти приемы и включайтесь в эффективное состояние тогда, когда это нужно Вам.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Перед выполнением уроков включать «якорь», или музыку, которая поможет перейти в эффективное состояние.
- Придумать свой ритуал, который позволит настроиться на работу.

# Юрко и быстро

*Техника «ПРОСТО». Как научить ребенка быстро писать*



Научиться быстро и красиво писать ПРОСТО.

Мы разложили это слово на пять букв и каждая из них означает некую идею

**П – правильно писать буквы и соединения**

Но многие пишут буквы неправильно:

– а мне так хочется

– мне так проще

– я так привык

Не надо позволять себе писать неправильно!

Пиши красиво!

Аа Бб Вв Гг Дд

Ее Ёё Жж Зз Ии

Йй Кк Лл Мм Нн

Оо Пп Рр Сс Тт

Уу Фф Хх Цц Чч

Шш Щщ Ъъ Ыы

Ээ Юю Яя

1 2 3 4 5 6 7 8 9

**Р – ручку держать в удобной верной позиции**

Часто люди некрасиво пишут, потому что неправильно держат ручку.  
Но когда привык, так сложно переучиться!

Используйте технологию «Резиночка» для захвата ручки:



Техника «Резиночка»

### **О – Очень важен интерес**

Для тренировки пишите что-нибудь интересное!

Ведите дневник, или записывайте график настроения родителей:)

В общем, интерес – двигатель прогресса!

Для тренировки письма, чтобы сделать процесс интереснее, попробуйте написать предложение:

«Южно-эфиопский грач увёл за хобот мышь на съезд ящериц».

Напишите его строчными и заглавными буквами. Эта фраза (как и другие панграммы) содержит все буквы русского алфавита.

Еще одна панграмма:

«Чушь: гид вёз кэб цапф, юный жмот съел хрящ»

Тексты для тренажеров:

- а) аммадама реберге ассамаса гесклалла ессанессас деталлата
- б) еналсстаде енадслат етальтаррс усокгата лиммодора клатимор
- в) ретабрерта норасотанна дебаруга каллихарра филлитадерра
- г) груммопд
- д) ватерпроофетта серафиннетастоле еммаседатонов
- е) грасембладовунт

- ж) гродераствератона хлорофонимата даррисватенорра
  - з) лайоносандера
  - и) миносепритамасторентали телигрантоллиадзе
  - к) мазовратонилотозакон
  - л) мусерлонгривавуптимонатолиг рафунитаре
  - м) адселаногривантебюдарочан
  - н) ермотинавучигтодебшожануй мстенатурепвадиолюзгличевя
- Справились?  
Такие строчки можно сочинять и самим

### **С – скоропись**

Я часто слышу от детей и родителей, что они не могут начать быстро писать

У них не получается

Почему?

На помощь придут элементы скорописи:



## **Т – тренироваться ежедневно**

К сожалению, научиться писать без многочасовой практики, невозможно. Что такое тренировки? Это маленький шаг.

Что такое маленький шаг?

Представьте, Вы лежите в кровати и думаете заняться спортом и представляете себе, как это трудно. И это кажется очень большим проектом. И кажется сложным.

Хотите съесть слона – ешьте по кусочкам.

Посмотрите, какой первый шаг можно сделать с ребенком. И сделайте простой шаг.

Виды тренировок:

Тренировка №1. Помоги рыцарю.

Как и большинство мальчишек, мои дети совершенно не усидчивые, и писать им просто скучно! Значит, нужно как-то заинтересовать. Что мы стали делать.

В начале каждой строчки я схематично рисую рыцаря, а в конце строчки – дракона, который держит в замке в заточении принцессу. И говорю детям, что для того, чтобы сразиться с драконом нужно построить к нему мост из букв.

Помогло! Дети с увлечением стали писать буквы, стараясь достроить мост. А дальше обязательно сражались с драконом. Так мы до сих пор иногда продолжаем тренироваться писать. Кривая буква – сломанный элемент моста. Так, мост развалится, и рыцарь до дракона не доберется...



Тренировка №2. Дневник.

Один раз в день мальчишки заполняют дневник, где пишут одно самое лучшее событие дня и одно самое худшее. Иногда пишут всего два слова. Но пишут.

В дневнике на полях обязательно рисуем погоду (солнышко, тучка) и пишем температуру. Потом очень интересно пересматривать страницы.

Тренировка №3. Крестики-циферки.

Из цифр играем с мальчишками в своеобразные «Крестики-нолики». Только вместо крестиков и ноликов у нас цифры. Иногда одинаковые. Те, которые в данный момент тренируем.

Например, тройки. Я пишу «тройки» одним цветом, Никитка другим. И поле у нас или 4 на 4, или даже 5 на 5. Получается очень увлекательно и интересно. А главное, цифры ребенок после таких игр стал писать гораздо лучше!

Тренировка №4. Волк и цифра.

Цифра должна занимать половину клетки. Поэтому мой ребенок во время тренировок, разделив клетку пополам, в левой половине нарисовал

«волка», и конечно, старательно вырисовывал цифру в «нужной, правой половинке», чтобы не дай Бог волк ее не скушал.

Даже сейчас, уже когда клеточку пополам не разделяем, Никита знает, что лучше, чтобы циферка жила в «домике», а то «волк скушает». Лайфхак от Никитки получился! И ему так было легче понять и запомнить, почему же цифра не должна занимать всю клетку.

Тренировка №5. Вода-вода.

Очень здорово помогает водная тренировка написания букв. Мы берем кисточку и воду, и на столе начинаем старательно водой выводить букву. Вода высыхает – и неудачный эксперимент в месте с ней.

А когда водные буквы начинают получаться, мы переходим к тренировке на доске маркером. Так, ребенок не боится ошибок. А этап тренировки проходит легко и без слез «у меня не получается».

Тренировка №6. Гиганчисла

Мы с детьми часто тренируемся писать цифры так. Я поочередно диктую цифры, и пишут дети их подряд в каждой клеточке, например: 654273292928292000298.

А потом мы «читаем», что за гигантское число у нас получилось. Для этого нужно всего лишь показать детям, что такое классы и разряды, и как прочитать супербольшое число. Дети в восторге! Они считают это настоящим волшебством.

Почерк – одна из самых больших проблем начальной школы, с которой сталкиваются дети.

**О – обратная связь по принципу зеленой ручки**

Хвалим ребенка и отмечаем, что хорошего и отличного у него получилось. Находим те самые элементы и буквы, которые получились хорошо. Подчеркиваем или обводим их зеленой ручкой.

Все эти простые идеи формируют аннаграмму ПРОСТО:

И я предлагаю не откладывать занятия почерком и письмом

Не откладывать занятия с

Не ждать что само случится

Или кто-то поможет.

А начать и сделать.

Все эти простые идеи формируют аннаграмму ПРОСТО:

- П – правильно писать буквы.
- Р – резиночка.
- О – очень важен интерес.
- С – скоропись.
- Т – тренироваться ежедневно.
- О – обратная связь по методике «зеленой ручки».

***Что можно сделать, чтобы помочь ребенку учиться***

- Использовать технику обучения «ПРОСТО».
- Использовать ежедневные тренировки для быстрого письма.

# Я сам!

*Как сделать так, чтобы ребенок сам делал домашние задания*



Напрашивается ответ – никак. Но это не так.

Основная задача техник эффективного обучения как раз делегировать процесс обучения детям, делегировать им выполнение домашних заданий и освободить себя.

Но прежде чем Вы узнаете, как делегировать ребенку уроки, позвольте рассказать Вам одну очень важную вещь.

Шаг №0.

На сто процентов передать ребенку выполнение домашних заданий не получится по следующим причинам:

1. Ребенок не заинтересован. До 14 лет даже не понимает, зачем учиться. До 14 лет люди не имеют осознанности, до включения лобных долей головного мозга. Ценность получения образования и самого факта знаний для ребенка минимальна.

2. Дети платят за обучение слишком большую для них цену: трудно читать, трудно писать, сложно учить английский, долго делать уроки, учить

неинтересные стихотворения, слышать недовольство учителя или родителей, лишаться удовольствий (компьютер, сладости), получать «нагоняй», быть постоянно в напряжении (не туда пошел, не там бегал).

А часто в школе детей «гнобят», указывают все недочеты и не дают никакого творчества.

И все это ради чего? Ради сомнительной для них ценности — обучения?

Чтобы было лучше понятно, что такое школа для ребенка, сделаем небольшую аллегию.

Представьте, что Вы работаете на работе с 9:00 до 18:00, с перерывом на обед и возможностью сделать перерыв через каждые 45 минут. Говорить с коллегами нельзя, только на перерыве. Вставать нельзя, только на перерыве. Даже пописать можно сходить, только оповестив весь коллектив о своем намерении.

Теперь представьте, что Вас заставляют на эту работу ходить, хотя она Вам не нравится.

А теперь убираем зарплату.

И добавляем постоянные упреки начальства, публичные выговоры, отсутствие возможности проявить себя и постоянную монотонную работу с утра до вечера...

Представили? Нравится?

А давайте добавим сюда то, что заниматься Вам этим еще 10 лет и, может быть, эта работа принесет Вам пользу в будущем, может быть и нет...

Так выглядит современная школа и такую цену платят наши дети за обязательное образование...

Очевидно, что Цена для детей ВЫШЕ, чем Ценность.

Отсюда вытекает отсутствие внутренней мотивации, трудности с тем, чтобы усадить ребенка за уроки, включение ребенком «беспомощности» и «бестолковости».

Ребенок не хочет думать, родители мучаются. Бесит, но надо.

Но есть и хорошая новость.

Детям можно делегировать процесс обучения на 80%.

Для этого нужно сделать три глобальных шага, благодаря которым дети начнут делать уроки сами, легко и с удовольствием.

### **Шаг №1. Снизить «цену» обучения.**

Для этого нужно сократить время на скучные и трудные дела для

ребенка (техники эффективного обучения, которые помогут это сделать, перечислены в скобках):

Увеличить скорость чтения («чудесный домик», «секундомер», скоротчение).

Научить быстро писать («скоропись», «резиночка»).

Использовать образное запоминание стихотворения и определений («репка», «художник», мнемотехнические фразы).

Учить иностранные слова в контексте («угадайка»).

Использовать майнд-карты для написания сочинений, изложений, рефератов, эссе («карта»).

Научить ребенка запоминать информацию (помогаторы).

Правильно повторять, чтобы снова не учить («Вундеркинд»).

В тренинге «Гениальный ребенок» все нужные для простого обучения навыки мы изучаем всего за одну неделю.

У родителей в данном месте всегда происходит подъем, и кажется, что теперь можно свернуть горы. Можно.

Но важно не забывать, что это не предел мечтаний.

Потому что после того, как цена для ребенка стала ниже и многое в обучении ему дается легко, нужно повысить ценность обучения.

## **Шаг №2. Повышаем «Ценность» обучения**

Для этого необходимо мотивировать ребенка учиться (техники эффективной мотивации, которые помогут это сделать, перечислены в скобках):

Создать рабочую атмосферу («Ритуал»).

Заякорить рабочее состояние («Якорь»).

Сделать рабочее место, в котором ребенок не отвлекается («Синус»).

Учесть типы восприятия («ЛАВКА»).

Использовать «Гирлянду».

Но и это не финальная точка, потому что на постоянной мотивации далеко не уедешь, а наоборот, можно очень быстро «перегореть» и выйти из строя.

Я помню, как мой ребенок с каждым днем ждал от меня новых «бонусов» и «плюшек» и «что я там еще придумаю», а если сил на мотивацию не было, он устраивал мне настоящие концерты.

Поэтому, чтобы участники тренинга не попали в точку «Мотивировала-мотивировала и устала», в тренинге «Гениальный ребенок» третья неделя проходит под флагом «Техники эффективной дисциплины».

### **Шаг №3. Делаем обучение регулярным.**

Для этого дисциплинируем процесс обучения ребенка (техники эффективной дисциплины, которые помогут это сделать, перечислены в скобках):

Используем 4 ступени мотивации (Просьба, Мотивация +, Мотивация —, Приказ).

Вводим тайм-менеджмент для ребенка (чек-листы, «таймер»).

Строим правила и договора («Договор на уроки»).

Правильно хвалим ребенка.

В итоге выполнение домашнего задания ребенком выходит на автопилот.

Все просто.

Снижаем цену, упрощая процесс обучения с помощью техник эффективного обучения, повышаем ценность через техники эффективной мотивации, делаем обучение регулярным с помощью техник эффективной дисциплины.

И уже через 3 недели ребенок, приходя из школы, после отдыха сам сядет за уроки, учится быстро.

Выполнение домашних заданий делегировано на 80%.

Остается только контролировать и направлять в трудных моментах.

Ребенок после курса понимает, что учиться просто и зачем ему учиться и сам это делает.

Ребенок без напоминаний садится за домашние задания.

Вы в это время можете уделять время другим детям, вязать, читать, разговаривать по телефону, готовить обед, общаться с друзьями или просто отдыхать. Вам больше не придется ловить ребенка по квартире.

Но не забудьте проконтролировать результат.

#### ***Что можно сделать, чтобы делегировать ребенку уроки***

1. Снизить цену, упрощая процесс обучения с помощью техник эффективного обучения.
2. Повысить ценность через техники эффективной мотивации.
3. Сделать обучение регулярным с помощью техник эффективной дисциплины.

## 107 примеров, как использовать техники эффективного обучения в жизни

Чем помогут техники эффективного обучения в жизни взрослому человеку?

Досуг

1. Запоминать карты и обыгрывать друзей легко.
2. Планировать поездки, посещение достопримечательностей.
3. Планировать праздники и любые мероприятия.
4. Выучить 150 важных слов любого языка за время перелета и говорить на языке страны, куда летишь.
5. Помнить много анекдотов, тостов, историй и быть душой компании.
6. Запоминать все факты с экскурсии с одного раза и поражать своей эрудицией.
7. Запоминать все вышедшие фишки «домино» и выигрывать.
8. Знать сотни игр с детьми, и просто в нужный момент их использовать.
9. Получить тысячи часов свободного времени для себя и досуга. Потому что обучаясь и работая с информацией в 2—3 раза быстрее, Вы тратите в несколько раз меньше времени для достижения результата.

Отношения

10. Запомнить даты рождения всех родных, коллег и всегда их поздравлять.
11. Запоминать имена, отчества и фамилии новых знакомых и обращаться по имени.
12. Знать чемпионов мира по футболу (хоккею, легкой атлетике) с датами или разобраться в любом другом вопросе в три раза быстрее других людей.
13. За вечер подготовиться к свиданию и поразить вторую половину тем, что полностью разбираешься в том, что ему или ей интересно.
14. За вечер разобраться в интересах второй половины и поддержать разговор.
15. Запомнить имена персонажей комиксов, мультфильмов и повысить авторитет в глазах ребенка.
16. Прочитать книгу об отношениях и запомнить ее, чтобы активно внедрять.

17. Выучить мужско-женский разговорник за 2 часа и никогда не ссориться с мужем.

18. Выучить детско-взрослый разговорник за 2 часа и никогда не спорить с детьми.

#### Карьера

19. Повысить эффективность работы. За час делать то, что раньше делали за 3 часа. Полученные навыки будут экономить много времени.

20. Получить повышение или прибавку к зарплате, потому что сотрудник, умеющий работать быстро и качественно дорого ценится на рынке.

21. Легко сможете обучаться самостоятельно в другой сфере и сменить нелюбимую работу на любимую.

22. Поскольку доход зависит от результата, вы сможете зарабатывать в разы больше.

23. За неделю проработать 3—4 книги профлитературы и знать больше своих коллег вместе взятых.

24. Пройти курсы повышения квалификации быстрее, потому что Вы в разы сократите время на обучение и получите лучшие и долговременные результаты.

25. Получить второе (третье) высшее образование экстерном.

26. Ориентироваться в сферах интересов начальника и коллег.

27. Генерировать идеи с помощью интеллект-карт.

28. Эффективно проводить совещания и мозговые штурмы.

29. Выучить еще один иностранный язык.

30. Знать всех клиентов, все продукты, на совещаниях апеллировать из головы фактами.

31. Быстро искать информацию по запросу для проектов.

32. Подготовиться к публичному выступлению.

33. Выступать без бумажек, держа с легкостью в голове нить выступления, а значит, выступать свободнее.

#### Быт

34. Запоминать список покупок, экономить в магазине не покупая «ненужное».

35. Запоминать адреса с одного прочтения.

36. Выучить меньше чем за час данные всех документов, номера и серии, пинкоды карт и экономить время.

37. Держать в голове интересные рецепты.

#### Саморазвитие

38. Развитие памяти и интеллекта ведет к увеличению сроков активной

жизни.

39. Профилактика болезни Альцгеймера (решение примеров, запоминание иностранных слов, стихов).

40. Быстро и эффективно проходить любые тренинги.

41. Расширить круг общения за счет расширения круга интересов и эрудиции.

42. Выучить ПДД за вечер, а не за месяц, как делают другие.

43. Освоить любое интересное направление (астрология, нумерология, садоводство).

44. Планировать время и ставить цели, делать план по их достижению.

45. Выучить факты истории за вечер.

46. Освоить всю географию за два часа, а не за несколько лет, как это делают школьники.

47. Запоминать притчи и к месту воспроизводить их при разговоре.

48. За 2—4 часа работы с информацией сделать больше, чем за 8-часовой рабочий день.

49. Управлять вниманием аудитории, вовремя добавляя истории.

50. Убрать все ошибки в словах, над которыми часто «думаете», как писать.

51. Научитесь управлять своим состоянием и эмоциями: узнаете, как перейти в состояние эффективного обучения и сможете его «якорить».

52. Сможете влиять на обучение, используя тип восприятия: визуал, аудиал, кинестет, логик.

53. Передать техники обучения ребенку и научить его учиться с интересом, легко и быстро.

54. Читая, выделять и запоминать в разы больше полезной информации, став еще более интересным и эрудированным собеседником.

55. Сможете запоминать тексты дословно.

Чем помогут техники эффективного обучения в жизни студенту?

56. Готовиться к экзаменам в два раза быстрее. Подготовиться к экзамену за вечер, если раньше потратили бы на это 2—3 дня.

57. Закончить ВУЗ не за 5 лет, а за 2 года экстерном.

58. Выучить сложные определения дословно и не путаться.

59. Готовить и сдавать сессии за неделю.

60. В случае ситуации отчисления, в короткий срок изучить материал и сдать экзамен, сохранив место.

61. Тратить на обучение в три раза меньше времени с сохранением текущих оценок.

62. Учиться на стипендию проще и легче.

63. Запомнить всех одноклассников в первый день учебы.
64. В голове держать целые книги.
65. Знать фамилии авторов, ссылаться на первоисточники.
66. Выучить в три раза быстрее иностранные слова.
67. Знать нужные таблицы, схемы, классификации и запоминать их в несколько раз быстрее.
68. Затрачивая то же самое время запоминать в три раза больше информации.
69. Успешно выполнять задания в стрессовых ситуациях.
70. Научиться связно выражать мысли, представлять себя, отвечать на экзаменах и выкрутиться в сложных ситуациях легко с помощью техник и навыка публичных выступлений.
71. Стать лучшим студентом на курсе, сдавая экзамены на «отлично».
72. Готовиться к курсовой работе за 1 день.
73. Подготовить дипломную работу за 1 неделю.
74. Удивлять преподавателя своими познаниями и 100% ориентацией в предмете.
75. Выучить имена, фамилии, отчества всех преподавателей и не путать их.  
Чем помогут техники эффективного обучения в жизни школьнику?
76. Запоминать текст параграфа с одного прочтения.
77. Выучить даты истории в начале года за вечер, а потом год наслаждаться предметом.
78. С помощью техники «Воронка» убрать ошибки в словарных словах.
79. Подготовиться к ЕГЭ за месяц и сдать на 90+ баллов.
80. Быстро читать.
81. Научиться красиво и быстро писать.
82. Запомнить все формулы по физике.
83. Запомнить все формулы и теоремы по математике с одного прочтения и с урока.
84. Запомнить таблицу Менделеева за вечер.
85. Запоминать стихотворения с одного прочтения и повторения и три раза быстрее, чем сверстники.
86. Делать домашние задания за 15 минут на предмет.
87. Освободить родителей от необходимости помогать с уроками.
88. Поражать учителей своей эрудицией, прочитав статью Википедии накануне урока и поразив учителя.
89. Затрачивая то же самое время запоминать в три раза больше

информации.

90. Уделять время спорту, музыке, рисованию не боясь снизить успеваемость.

91. Минимизировать количество потенциальных ошибок и свести их к нулю.

92. Это навык успешно выполнять задания в стрессовых ситуациях.

93. Уметь переключить внимание и быстро восстановить силы, следовательно ребенок повышает свои оценки, так как входит в эффективное состояние и лучше понимает задание.

94. Повышает оценки по предметам без особых усилий, лишь сократив количество ошибок.

95. Отработать навык удержания ручки, повышение скорости письма, за счет чего растёт аккуратность ребенка. Как результат ребенок пишет быстрее и чище.

96. Выражает свои мысли четко, грамотно и емко.

97. Лучше отвечает, пишет сочинения и умеет выражать свои мысли.

98. Умеет чувствовать темп времени. Задавать вопрос: «А сколько времени мне не жалко?»

99. Ребенок может запомнить информацию с первого раза и одного повторения.

100. Ребенок делает уроки в два раза быстрее.

101. Ребенок выигрывает олимпиады, уверен в себе. Имеет свободное время.

102. Может закончить класс или даже школу экстерном, перейти на семейное образование для обучения в свободном графике.

103. Сможет выучить таблицу умножения, даже если «она не учится».

104. Выучить сложные определения в три раза быстрее и дословно.

105. Выучить алфавит за полчаса, а не за месяц.

106. Выучить месяца по порядку за 10 минут.

107. Повысить самооценку за счет личных достижений и рекордов памяти.

# Приложения

## Обращение к директору школы

Дорогие родители!

Обращаю Ваше внимание, что обращение носит ознакомительно-рекомендательный характер. Составлялось с помощью юристов. И лучших методистов!!!

Вы можете его использовать, но обязательно делайте это исходя из интересов ребенка.

Желаю Вам беспрепятственного обучения!!!

Рената Кирилина.

Директору...

От....

Обращение

Уважаемый \_\_\_\_\_

Мы, родители ученика \_\_\_\_\_ класса ГБОУ СОШ \_\_\_\_\_ района г. \_\_\_\_\_ обращаемся к вам за защитой прав и интересов нашего ребенка \_\_\_\_\_ в связи со следующей сложившейся ситуацией:

В процессе обучения мы столкнулись с необъективным отношением к нашему ребенку со стороны (классного руководителя, учителя..., ученика, ... описываете к кому у вас есть претензии и вопросы, например, со стороны учителя начальных классов Ивановой Инны Ивановны)

Обращаем ваше внимание, что речь идет о нарушении прав ребенка, нанесении вреда его здоровью, нарушении Федеральных государственных образовательных стандартов, Федерального Закона об Образовании в РФ №273 – ФЗ, ст 41, п.1.3,1.4, Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, Образовательной программы начального общего образования школы от 16 июня 2015 г.

Основываясь на том, что п.п. 1.19., 1.27., 2.11., 2.19. Устава ГБОУ СОШ № \_\_\_\_\_ закреплено обязательство Образовательного учреждения обеспечивать охрану здоровья обучающихся, а также, опираясь на право, закрепленное в п. 9 ст. 34 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон) от 29.12.2012 N 273-ФЗ на уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия,

оскорбления личности, охрану жизни и здоровья, ответственность за исполнение которого несет образовательное учреждение, согласно п.1.3,1.4, ст. 41 Закона, обращаемся к вам с требованием:

(далее описываете ситуацию. Примеры ниже)

1. Проверить на каком основании выставляются отрицательные отметки за невыполнение домашнего задания в классный журнал, т.к. это является нарушением ФГОС (домашние задания несут цель использования педагогом их для актуализации знаний на уроке, а не проверки знаний ученика) и Образовательной программы начального общего образования ГБОУ СОШ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ (п. 1.11 Виды и формы промежуточного и итогового контроля) – обязательно посмотреть!!!! в образовательной программе своего учреждения

2. Проконтролировать объем суммарных домашних заданий, т.к. выполнение заданий занимает у ребенка (с учетом помощи родителей) более 3-х часов.

(Требований и просьб может быть больше)

Абзац ниже безумно важен

Уверены, что Вы, как директор школы, являясь центральной фигурой в учебно-образовательном и воспитательном процессе, разрешите данную конфликтную ситуацию максимально оперативно, обеспечивая закрепленную законодательством РФ реализацию прав обучающихся. Справки о состоянии ухудшения здоровья на основании давления на ребенка в результате учебного процесса, копии и фото документов будут предоставлены в вышестоящие инстанции, если Вы не сможете оказать нам помощь и содействие в разрешении этой ситуации.

С уважением, \_\_\_\_\_

(подписи родителей: Ф.И.О. с расшифровкой)

Дата

### ***Игра «Мемори». Таблица умножения***

Правила игры «Мемори»:

1) Каждую группу карточек (на два, на три, на четыре, на пять и т.д.) распечатайте на цветной бумаге. Обклейте листы бумаги скотчем, чтобы они дольше служили вам.

2) Вырежьте карточки таким образом, чтобы каждого примера было по два.

3) Для игры возьмите группу карточек на одну цифру умножения.

4) Карточки тщательно перемешиваются между собой и раскладываются в случайном порядке «рубашкой» вверх в любом порядке, главное, чтобы карточки не перекрывали друг друга. Каждый игрок может открывать любые две карточки за один ход. Если при открытии образовалась «парочка», то игрок называет ответ, проверяет его в таблице ответов и в случае верного ответа забирает обе карточки себе. После чего делает следующий ход. Если картинки на перевернутых карточках разные, то игрок кладет открытые карточки на их прежнее место лицевой стороной вверх так, чтобы все участники игры могли на них посмотреть и запомнить их расположение, после чего открытые карточки переворачивают обратно «рубашкой» вверх, и ход переходит к следующему игроку. Выигрывает тот, кто набирает больше всех парных карточек за игру.

Обязательно проговаривайте ответ. Если ребенок не знает таблицу умножения, или путается в ответах, то можно на каждой карточке написать **КРАСНЫМ** фломастером правильный ответ. Тогда это будет способствовать запоминанию таблицы умножения ребенком.

Если во время игры вы используете карточки вместе, то можно перед собой положить таблицу с правильными ответами и после того, как ребенок или родитель называет ответ, ребенок проверяет его в таблице умножения. Это способствует запоминанию таблицы и быстрому ориентированию в ней.

Скачать карточки – <https://yadi.sk/i/YREKbQ4Q3Ee2tQ>

*Договор на уроки*

## Договор о выполнении Домашней работы



Настоящий договор составлен между \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_  
вступает в силу с \_\_\_\_\_.

Стороны согласны пересмотреть договор через \_\_\_\_\_ неделю.

### Моя часть договора для заполнения

#### Я буду самостоятельно пытаться сделать мою домашнюю работу каждый день

Готовясь к домашнему заданию (отметьте все, что подходит) я буду:

- Самостоятельно отмечать/писать задания в тетради.
- Записывать в дневник домашние задания.
- Прежде чем уйти из школы, проверить, что у меня есть все необходимые тетради и учебники.
- Спросить моего учителя или одноклассников, если я не помню, что задано на дом.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Для выполнения домашнего задания (отметьте все подходящие варианты) я буду:

- Делать уроки в том месте, которое мы выбрали для домашней работы. Это место находится \_\_\_\_\_
- Сообщать родителям, если мне нужны дополнительные материалы для выполнения задания.
- Придерживаться следующего графика выполнения домашних заданий:

Понедельник с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

вторник с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

среда с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

четверг с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

пятница с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

- Потратить как минимум \_\_\_\_\_ минут на домашнее задание.
- Обратиться за помощью только после того, как я пытаюсь найти ответ на непонятное мне задание самостоятельно.
- Взять \_\_\_\_\_ минутный перерыв, если я расстроен(а) или не могу сосредоточиться.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Сделав мое домашнее задание в школу (отметьте все подходящие варианты) я:

- Попрошу моих родителей, чтобы проверить домашнюю работу.
- Положу учебники и выполненную работу по всем предметам в рюкзак.
- Положу в рюкзак пенал, проверив наличие в нем карандаша, ручки, линейки.
- \_\_\_\_\_

## Договор о выполнении Домашней работы (продолжение)

### Часть договора для заполнения родителями

Я согласен помочь моему ребенку иметь все, что ему необходимо для самостоятельного выполнения домашней работы

Я обязуюсь (отметьте все, что применимо):

- Проверить задания в тетради моего ребенка ежедневно.
- Обеспечить необходимыми расходными материалами.
- Обеспечить тихое место для выполнения домашнего задания.
- Буду готов ответить на вопросы во время выполнения домашнего задания, после того, как смогу убедиться, что мой ребенок попробовал найти ответ на вопрос самостоятельно. В таком случае, мы вместе найдем ответ на вопрос в другом учебнике или с помощью интернета.
- Помочь моему ребенку, когда необходимо, демонстрируя и обучая его, как найти ответы на вопросы
- Говорить с учителем моего ребенка о любых вопросах или проблемах, которые возникнут во время выполнения домашних заданий.
- Разрешить моему ребенку делать перерывы по мере необходимости.
- Проверить домашнее задание, когда это потребуется.
- Предоставить награды или последствия, согласованные в настоящем Договоре.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### Для совместного заполнения

#### Награды и последствия

За выполнение договора я буду получать следующие награды:

В конце дня \_\_\_\_\_

В конце недели \_\_\_\_\_

Если мы не будем соблюдать данный договор и я не выполню свое домашнее задание, последствия будут:

Для учащегося: \_\_\_\_\_

Для родителей: \_\_\_\_\_

Подпись родителей: \_\_\_\_\_ Подпись ребенка: \_\_\_\_\_

## Вместо заключения

У вас есть суперсила! И у ваших детей есть суперсила!

Может, ни как у супермена, но с вами или бывает очень весело, или очень интересно. Вы можете выслушать или дать нужный совет. Вы можете накричать в нужный момент, да так, что человек сразу начнет делать то, что давно хотел, но боялся. Вы можете помолчать рядом или развеселить любого. Я права?

Главное, свою суперсилу мы порой не замечаем. Мы даже не задумываемся, что она у нас есть!

А ведь стоит только начать замечать ее в себе и в людях вокруг!

Например у меня есть несколько суперсил.

Во-первых, я умею заряжать хорошим настроением и мотивировать людей на действия. Причем так, что мои собеседники сразу начинают верить в себя. И делать, то, что раньше боялись. Вот представьте, вы не верите в себя, у вас все валится из рук, кажется, что суете нет предела. И тут, вы проводите со мной всего несколько часов и «обезьяны» начинают разбегаться. И появляется ясность. И вера. И первый шаг, а за ним еще и еще...

Во-вторых, я умею создавать рядом с собой ауру абсолютного спокойствия. Вот представьте, у вас вся жизнь сплошной дедлайн нужно работать работу, делать дела, вы суетитесь и даже не успеваете подумать зачем это все?! Раздражаетесь на мужа, детей, родителей.

А потом проводите рядом со мной несколько минут и напрочь забываете обо всем, вам просто тихо и хорошо, словно лодка спокойствия несет вас по пологим волнам, вверх-вниз-вверх-вниз... И вы можете просто ни о чем не думать, голова пустая и легкая, никто и ничто не может потревожить. Это нереальное ощущение, это лучше, чем съездить в отпуск, и я могу делать это специально.

Еще я знаю все и обо всем. Конечно, в любой сфере есть настоящие профи, они лучше меня, но зато у меня в голове огромный массив информации, и я не только знаю ее, но и могу ее использовать, могу мгновенно предлагать решение проблемы из другой сферы, совмещать несовместимое, видеть неочевидные закономерности. Это моя суперсила :) И она делает меня интересным собеседником.

И теперь, прочитав книгу, вы получили часть суперсилы. А теперь

можете научить своих детей этому. Теперь Вы знаете, как можно в короткие сроки подготовиться к любому экзамену, как найти общий язык с детьми и мужем, как запомнить список покупок, как держать в голове карту или сотни слов любого иностранного языка. Структурировать огромные объемы информации и прочитать несколько книг в короткие сроки.

Я обожаю эту суперсилу! И передаю еще с легкостью и воодушевлением!..

Относитесь к своей суперсиле серьезно, это именно то что отличает вас от остальных, именно этим вы можете воспользоваться и развивать ее. Старайтесь по максимуму использовать ее, включать в свою жизнь. Развивайте суперсилу и у своих детей! Они будут вам премного благодарны!

Надеемся, что Вам путешествие в мир техник эффективного обучения понравилось.

Возвращайтесь к страницам книги, тренируйте навыки обучения.  
И помните, Вы и Ваши дети способны на многое.

Свои отзывы, пожелания и рекомендации Вы можете отправить на [vip@rkirilina.ru](mailto:vip@rkirilina.ru)

Мы надеемся, что данная книга сможет стать настольной в любой семье, где родители хотят помочь учиться своим детям легко и с удовольствием.

Команда проекта «Обучение с удовольствием» и Рената Кирилина