

---

# В помощь учителям и родителям: рекомендации по выполнению домашних заданий. Быстро? Вместе? С помощью?<sup>1</sup>

---

**П.Л. Богорад,**  
учитель-дефектолог, методист  
Центра психолого-медико-социального сопровождения  
детей и подростков  
Московского городского психолого-педагогического университета.  
Москва, Россия  
*E-mail: polina.bogorad@gmail.com*

**О.В. Загуменная,**  
учитель начальных классов, методист  
Центра психолого-медико-социального сопровождения  
детей и подростков  
Московского городского психолого-педагогического университета.  
Москва, Россия  
*E-mail: alexmk@yandex.ru*

В окончании статьи перечислены условия для успешного выполнения домашних заданий детьми с расстройствами аутистического спектра, начиная с создания рабочей атмосферы, повышения самостоятельности и заканчивая укреплением базовых привязанностей ребенка.

**Ключевые слова:** расстройства аутистического спектра, домашнее задание, планирование времени. Ресурс самостоятельности, базовые привязанности, визуальные опоры

**В** заключительной части нашей статьи мы хотим остановиться на следующих аспектах:

- Рабочая атмосфера;
- Планирование времени;
- Ресурс самостоятельности;
- Делегирование ответственности;
- Значимость результата;
- Обучение в игре;
- Укрепление базовых привязанностей.

## Рабочая атмосфера

Во время выполнения домашнего задания необходимо учитывать особенности восприятия у Вашего ребенка.

Очень большое значение имеет звуковой фон. Могут быть разные варианты организации: поддерживающий фон или отсутствующий. Если ребенок нуждается в полной тишине, необходимо ее организо-

---

<sup>1</sup> Окончание. Начало см. в № 3 (44) 2014 г., в № 1 (46) 2015 г.

вать. Этого можно добиться, например, с помощью специальных наушников.

В ситуации, когда ребенок, наоборот, постоянно стремится создавать сам разнообразные шумы и отвлекается на любые звуки: тихие, механические, удаленные, также можно использовать наушники, но уже с любимой музыкой ребенка или любыми другими записями.

Помимо звуковых раздражителей, большое значение для ребенка могут иметь запахи. Один и тот же запах для одного ребенка может быть дискомфортным, а для другого быть сверхзначимым и вызывать повышенный интерес. И в том и в другом случае следует избегать возникновения этих запахов, чтобы не нарушить рабочую атмосферу.

Однако, если у ребенка отмечаются пристрастия к каким-либо конкретным запахам, это можно использовать для привлечения его внимания, увеличения работоспособности и для поддержания рабочей атмосферы. Например, если Ваш ребенок часто и подолгу нюхает что-то определенное: мандарины, зубную пасту, Ваши духи, бумагу, необходимо предоставить ему возможность ощущать этот запах во время выполнения домашнего задания. Для этого можно использовать эфирные ароматические масла.

Во время работы ребенок должен иметь возможность отвлечься, либо успокоиться, либо, наоборот, сосредоточиться с помощью стимулирования проприоцептивной, тактильной чувствительности. Так, например, многим детям с РАС помогает наличие балансировочной подушки на стуле, фитбола, специальной покачивающейся подставки под ноги, вращающегося кресла. Если ребенок испытывает потребность передвигать что-то руками, манипулировать предметами, Вы можете вмонтировать в рабочий стол «игрушку», замещающую эту активность. А для детей, которые любят гладить, тереть и трогать всевозможные материалы, можно использовать приклеенные на внутренней поверхности крышки стола панели с различной текстурой: раз-

нообразными тканями, наждачной бумагой, деревом, пластиком, металлом, веревочками, шнурочками, атласными ленточками и т. д.

Даже если ребенок в перечисленных средствах не нуждается, следует обратить внимание на то, насколько комфортны для него прикосновения к учебным принадлежностям. Так, при выборе ручки важны и ее толщина, и материал, из которого сделан корпус, и качество скольжения по листу. Покупая тетрадь, обратите внимание на цвет и контрастность разлиновки, толщину и качество листов. При таком богатом выборе, как сейчас, вы можете найти ручки, фломастеры, карандаши не только из различных материалов, но и разной толщины, формы, веса и даже ароматизированные.

## Планирование времени

Часто школьнику очень сложно *начать* выполнять задания, потому что он не знает, когда сможет *закончить*. Необходимо, планируя работу над домашним заданием, вводить временные ограничения. До тех пор пока Вы хотя бы приблизительно не будете представлять себе, какое время занимает выполнение задания по конкретному предмету, весь процесс нужно поделить на равные интервалы, перемежая их перерывами. Очень важно четко следовать регламенту. Тогда ребенок постепенно привыкнет, и процесс переключения с одного задания на другое будет проходить спокойнее.

Выбор способов временных ограничений полностью зависит от умения ребенка ориентироваться по часам. В Вашем распоряжении обычные часы, электронные часы, часы с будильником, таймеры и песочные часы. Так, например, если Вы выбрали рабочий интервал продолжительностью 15 минут, а длительность перерыва 7 минут, можно установить временные рамки и ориентироваться по обычным часам или же использовать песочные часы для рабочего интервала на 15 минут и кухонный таймер на 7 минут.

Для того чтобы понять, какой интервал подходит именно Вашему ребенку, следите внимательно, сколько минут он работает наиболее эффективно. Лучше всего рабочий интервал наращивать постепенно и переключаться на перерыв до того, как ребенок начнет уставать.

Очень важно, чтобы все время занятий и рабочие интервалы, и перерывы между ними проходили в быстром темпе. Причем паузы должны быть веселыми, с упором на подвижные совместные со взрослым и приятные для ребенка игры. Тогда они станут эмоционально значимым фоном, который будет мотивировать ребенка на выполнение домашнего задания.

А когда Вы поймете, сколько времени нужно ребенку на выполнение всего домашнего задания по тому или иному предмету, и когда продолжительность рабочего интервала значительно увеличится, можно будет четко планировать регламент.

### Ресурс самостоятельности

Родители часто жалуются, что ребенок не выполняет домашнее задание сам, а нуждается в постоянном контроле и помощи. Необходимо учитывать, что способность действовать самостоятельно нужно тренировать как отдельный навык. Самыми главными помощниками в этом деле являются все виды визуальных опор, в том числе, расписание, алгоритмы, таблицы, схемы и пр.

Ребенка нужно обучить пользоваться данными видами подсказок. И как только ученик овладеет этими навыками, взрослому необходимо уменьшать свою помощь. Следует соблюдать три правила. *Когда ребенок выполняет задание самостоятельно, взрослый молчит, не использует жесты и находится вне поля зрения ребенка.*

Например, ребенку нужно списать текст и подчеркнуть красным карандашом гласные буквы. Допустим, что он хорошо декодирует печатный текст в письменный и совсем не умеет выделять гласные буквы.

В этом случае с первым пунктом задания он должен справляться совершенно самостоятельно, а для второго пункта необходимо сделать визуальную подсказку в виде таблицы гласных букв с образцом подчеркивания, изображением красного карандаша и линейки.

Нужно постараться *избегать ситуаций неуспеха*, чтобы в опыте ребенка был только положительный результат. Необходимо заранее прогнозировать, при выполнении каких заданий могут возникнуть затруднения, и предоставлять необходимые подсказки.

Необходимо постоянно *поощрять самостоятельное выполнение любых, даже простейших заданий*, делая акцент на словах «сам», «совсем сам», «самостоятельно».

При этом нужно не забывать, что темп работы должен быть высоким. Поэтому задания, которые ребенок пока самостоятельно не выполняет, необходимо обеспечивать достаточной помощью для поддержания этого темпа.

Чем больше поощрять ребенка за самостоятельное выполнение отдельных заданий, тем быстрее у него возникнет желание выполнять самостоятельно все больший объем.

### Делегирование ответственности

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

Зачастую родители предлагают ребенку проявить самостоятельность, в первую очередь, при непосредственном выполнении учебного задания, придавая этому наибольшее значение. Однако для расширения ресурса самостоятельности начинать делегировать ответственность необходимо с бо-

## Особые дети — особый взгляд на мир



лее простых действий, например, с уборки рабочего места. И по мере того как ребенок совершенствуется в выполнении того или иного компонента домашнего задания, нужно доверять ему все большую и большую часть работы.

Увеличение объема ответственности предоставляет детям новые возможности и, наоборот, новые возможности влекут за собой увеличение ответственности.

Самым лучшим поощрением для ребенка будет каждый новый элемент, который ему доверили, а мотивом станет желание получить полную ответственность.

### Значимость результата

Для того чтобы ребенок стал более самостоятельным и ответственным, необходимо повысить значимость результата его деятельности.

В этом нам может помочь, например, награждение каждого члена семьи за то, чему он научился на этой неделе. Позитивное влияние могут оказать семейные вечера по пятницам или в выходные, на которых ребенок вместе с другими членами семьи будет награждаться медалями, сертификатами, грамотами, дипломами за каждую освоенную компетентность, даже самую маленькую.

Кроме этого, по мере совершенствования какого бы то ни было навыка, можно ввести награду в виде личного «кубка прогресса». Например, если раньше ребенок, убирая свое рабочее место, оставлял на столе три предмета, а через какое-то время стал оставлять два, этот факт нужно непременно отметить вручением «медного кубка прогресса». После того как на столе вместо двух предметов останется один, этот кубок «превратится» из «медного» в «серебряный», а со временем в «золотой». И, наконец, когда ребенок сам легко и быстро начнет убирать свое рабочее место, он будет торжественно награжден дипломом. При этом все «награды» ребенка можно размещать на «стене почета», в «книге личных достижений», в «книге рекордов».

Поощрять и отмечать необходимо не только совершенствование навыка, но и сокращение времени, затраченного на выполнение задания и даже уменьшение количества допущенных при этом ошибок. Поощряйте любые положительные изменения. Тем самым мы, в первую очередь, повышаем *значимость результата*, и доверяя ребенку все больше и больше, мы повышаем его уверенность в собственных силах.

Нужно быть очень внимательным в использовании критики. Довольно часто дети очень болезненно и остро реагируют на любые замечания, вплоть до полного отказа от деятельности. Постарайтесь избегать упоминания того, чего не надо делать: «не трати время», «не калякай», «не отвлекайся», «не грызи карандаш». А акцентируйте внимание на том, что делать следует: «сиди за временем», «пиши аккуратно», «сосредоточься», «вынь карандаш изо рта». Для этого лучше всего использовать визуальные подсказки в виде картинок, пиктограмм.

### Обучение в игре

В последнее время у учащихся начальных классов можно наблюдать низкий уровень учебной мотивации. К сожалению, даже игровая деятельность не всегда является ведущей. Однако вовлечение ребенка через моделирование игровых ситуаций оказывает положительное воздействие на укрепление интереса к тому, чем он занят.

Есть несколько стратегий использования игры в процессе выполнения домашних заданий. На поверхности лежит простое и понятное обыгрывание школьных ситуаций. Дома ребенок с семьей играет в школу, копируя и подражая своим учителям: он «дает задания» своим близким или игрушкам, «вызывает их к доске», «ставит» им оценки, «делает замечания». Такую игру необходимо поддерживать, развивать, ни в коем случае не прерывая ее выяснением, правда ли это было сегодня в классе или ребенок нафантазировал.

Очень важно, чтобы игра была не только интересна, но и понятна. Не следует пытаться превращать веселую игру в обучение, привнося в нее элементы и задания для ребенка новые или сложные. Чем больше вы будете смеяться во время этой игры, тем более значимым мотивом этот процесс станет для Вашего ребенка.

Еще одна не менее значимая стратегия, необходимая для успешного и плодотворного обучения, — это обыгрывание, «проживание» конкретных ситуаций, будь то стратегии социального поведения, сюжеты школьных текстов и даже математических задач. В моделировании таких игровых ситуаций необходимо использовать атрибутику, предметы-заместители, понятные Вашему ребенку.

В литературных текстах часто встречаются не только глаголы и прилагательные с очень узким конкретным смыслом, но и существительные, за которыми у детей зачастую нет сформированного образа: уздцы, веретено, ладья, огниво, руно, коромысло, кудесник, сажень и т. д. К сожалению, не достаточно показать детям картинку. Необходимо не только найти фотографию, видеоролик, но и, по возможности, смастерить этот предмет «понарошку» и обыграть его в соответствии с функциональным назначением.

Для лучшего понимания текстов необходимо изображать ситуации и события с помощью движений, жестов, мимики, использовать разные интонации, рисовать, манипулировать слепленными из пластилина фигурками. Таким образом, через игру мы создаем возможность лучшего понимания учебного материала.

Также мы можем использовать игру, для того чтобы ребенок более успешно мог принимать самостоятельные решения при выполнении того или иного задания. Для этого мы применяем одну из форм так называемых «косвенных инструкций». Под этим понятием мы подразумеваем побуждение ребенка к действию не прямой инструкцией с глаголом повелительного наклонения, а инструкцией, сформулированной в другой форме.

«Косвенная инструкция» может звучать как абстрактное правило, не относящееся лично к ребенку, например: «Учебники стоят на подставке», «Сказуемое подчеркивается двумя чертами», «После классной работы необходимо отступить две строчки». Другой вариант «косвенных инструкций» подразумевает игровую составляющую, когда учебные принадлежности, задействованные при выполнении задания, становятся непосредственными участниками игровой ситуации. При этом мы можем использовать два разных подхода с учетом развития уровня игровой деятельности ребенка.

Если ребенок хорошо принимает и удерживает роль, при формулировке косвенной инструкции мы обращаемся непосредственно к учебному предмету: например, «Тетрадь, открывайся», «Ручка, что случилось? Ты забыла, как пишется буква Я?». В таких ситуациях можно даже попросить ребенка, чтобы он обратился к учебнику, ручке и договорился с ними о том, как надо выполнять это задание.

Если же у ребенка уровень игровой деятельности ниже — присутствуют отдельные игровые действия, объединяемые в примитивный сюжет (функциональная игра), то в таких случаях мы будем применять другой вид игровой «косвенной инструкции», обращаясь к ребенку от имени конкретного предмета «мультикшным» голосом.

Например, если ребенок может хорошо держать ручку, но в данный момент утомился, забыл, отвлекся и стал держать ее слабо, в результате чего линии стали неровные, мы в свою очередь от лица ручки обращаемся к ребенку за помощью, конкретизируя причину затруднений: «Ай-ай-ай, я уже так много написала, я совсем отвлеклась, держи меня крепче... Ой, спасибо! Ты мне очень помог!»

И в той, и в другой ситуации мы применяем игровую «косвенную инструкцию» в понятной и веселой форме, для того чтобы у ребенка возник собственный мотив к преодолению затруднений. Таким образом, ис-

пользование данного приема способствует не только поддержанию положительного настроения и укреплению взаимоотношений со взрослым, но и повышает ресурс самостоятельности.

## Укрепление базовых привязанностей

Наиболее значимым в определении базовых привязанностей является то, что для социального и эмоционального развития ребенку необходимо установить прочные взаимоотношения с близким человеком.

К сожалению, часто складывается так, что выполнение домашних заданий становится мучительным делом для всей семьи. Ребенок не хочет делать уроки, боится, что снова столкнется с трудностями, боится, что взрослый снова будет сердиться, и всеми силами старается этого избежать или хотя бы оттянуть. Родители же, в свою очередь, тоже переживают, что ребенку будет сложно, что они не смогут объяснить ему сложное правило, что он быстро устанет, будет сопротивляться, что все это затянется до ночи, что снова будут конфликты, скандалы и ругань.

Мы постарались в каждом из девяти пунктов статьи: настрой, образец для подражания, учебное пространство, рабочая атмосфера, планирование времени, ресурс самостоятельности, делегирование ответственности, значимость результата, обучение в игре сделать акцент на том, что выполнение домашнего задания должно соответствовать следующим правилам:

- сопровождаться хорошим настроением как у ребенка, так и у взрослого;
- взрослый должен выступать в роли образца для подражания;
- учебное пространство должно быть организовано с учетом потребностей всех членов семьи. Необходимо, чтобы не только члены семьи не мешали ребенку заниматься, но и процесс выполнения домашней работы не вызывал недовольства у родственников, находящихся в данный момент в квартире;

- при создании рабочей атмосферы следует также учитывать потребности всех членов семьи. Если даже не непосредственные участники этого процесса, а третьи лица (старшие и младшие братья и сестры, бабушки и дедушки) постоянно испытывают дискомфорт, ребенок будет чувствовать это напряжение, и уровень его тревожности повысится;

- при планировании времени необходимо помнить, что перемены должны быть организованы в виде веселых активных, подвижных совместных игр;

- при планомерном повышении ресурса самостоятельности базовые привязанности укрепляются не только тогда, когда ребенок чувствует поддержку при возникновении трудностей, но и когда он может разделить с близким человеком свою радость от нового достижения;

- делегирование ответственности дает возможность все больше и больше доверять своему ребенку, что в свою очередь укрепляет его доверие к Вам;

- разнообразные способы повышения значимости результата вновь предоставляют нам возможности порадоваться даже за малейшие успехи;

- использование в процессе выполнения домашнего задания любых игровых приемов способствует поддержанию партнерских отношений и укреплению сотрудничества.

Не стремитесь сделать все и сразу. Начните с того, что Вам кажется самым простым, и двигайтесь к цели небольшими шагами.

Желаем Вам удачи! ■

**Tips for teachers and parents: recommendations for homework completion.  
Quickly? Together? With help?<sup>1</sup>**

**P.L. Bogorad,**

Special education teacher, methodologist of the Center for Psychological,  
Medical and Social Support to Children and Adolescents  
of the Moscow State University of Psychology and Education.  
Moscow, Russia  
*E-mail: polina.bogorad@gmail.com*

**O.V. Zagumennaya,**

Elementary school teacher, methodologist of the Center for Psychological,  
Medical and Social Support to Children and Adolescents  
of the Moscow State University of Psychology and Education.  
Moscow, Russia  
*E-mail: alexmk@yandex.ru*

In this conclusion of the article different conditions for successful completion of homework tasks by children with autism spectrum disorders are listed. These conditions include creation of the work environment, increase of independence and strengthening the basic attachments of a child.

**Keywords:** autism spectrum disorders, homework, time planning, independence resource, basic attachments, visual cues

<sup>1</sup> Conclusive part. See previous parts in № 3 (44) 2014, № 1 (46) 2015.