

«Не хочу-Не буду!» Или как бороться с ленью.

Очень часто можно услышать жалобы родителей на то, что их дети ничем не интересуются и ничего не хотят делать.

Первым делом нужно выяснить основные причины, почему малыш ленится, а уже потом предпринимать какие-либо меры для того, чтобы это преодолеть.

Ребенку бывает трудно пояснить, почему он должен что-то делать, психология школьника зачастую устроена не так, как у взрослых.

Выделяют основные причины детской лени:

- Монотонность и обыденность;
- Усталость, переутомление;
- Завышенные ожидания близких. Боязнь неудачи, неуверенность в своих силах, возможностях.
- Неумение быть самостоятельным, гиперопека родителей.
- Отсутствие интереса.
- Особенности темперамента.
- Проблемы общения.
- Отсутствие мотивации.

Существуют универсальные методы борьбы с ленью, разработанные:

1. Поощрение. Вознаграждайте себя за хорошо выполненную работу, которой изначально совсем не хотелось заниматься. Купите шоколадку или посетите кинотеатр. Регулярно меняйте «призы», чтобы не приелись.
2. Возьмите за правило планировать. Даже всемирно известный миллиардер Билл Гейтс признается, что планирование – неотъемлемая часть его жизни. Пусть каждый час не проходит для вас даром. Выработайте привычку расписывать последующий день еще с

предыдущего вечера. Если этого не сделать, утром наверняка найдется масса отговорок и причин, процесс застопорится. При этом соблюдайте важное правило – чередуйте физическую и умственную активность, между которыми выделяйте 10-15 минут на отдых и релаксацию.

3. Принимайтесь сначала за сложные дела. С самого утра, когда вы еще бодры и полны сил, выполняйте наибольший объем работы. Не пытайтесь заняться самообманом, оставляя важные дела на потом.

4. Наведите порядок на своем рабочем месте. Пересмотрите и выбросите все ненужные бумаги с вашего стола. Пусть под рукой находится только самое необходимое.

Как родителям повышать учебную мотивацию школьников

1. Обсудите с вашим ребенком важность школы и образования. Это очень важно.
2. Спрашивайте вашего ребенка каждый день, как прошел его день в школе. Удостоверьтесь, что он вам рассказывает подробности.
3. Прочтите и поговорите с вашим ребенком о каких-либо признаках его прогресса, который он делает дома. Если необходимо, поставьте какие-либо ограничения на его действия или сделайте что-либо по поводу его плохого поведения.
4. Поощряйте позитивные действия. Не надо концентрировать ваше внимание только на его негативных действиях или плохом поведении.
5. Поддержите вашего ребенка, если даже он плохо сдал какой-либо экзамен или тест.
6. Самое главное: регулярно будьте в постоянном контакте с учителями вашего ребенка, которые следят за успеваемостью и поведением вашего ребенка в школе.

7. Чётко ставьте цели перед подростком: чего хотим добиться, какими знаниями обладать.
8. Определяйте и оглашайте сроки реализации поставленной цели (когда я это исправлю, выучу).
9. Разработайте приемы поощрения (похвала при всей семье). Хвалите за дело – стимулируйте мотивацию.
10. Позитивно, регулярно поддерживайте ребенка. Доброе слово и дельный совет лучше порицания.
11. Не сравнивайте результаты обучения вашего ребенка с ребятами из класса, это может привести к раздражению.
12. Любите ребенка.

Как учителям повышать учебную мотивацию школьников

1. Интерес и радость должны быть основными переживаниями школьнику в процессе обучения
2. При обучении необходимо учитывать запросы, интересы и устремления детей.
3. Самой мощный стимул в обучении «Получилось!!!» Отсутствие этого стимула, означает отсутствие смысла учебы. Нужно научить разбираться ребенка в том, что ему непонятно, начиная с малого. Одну большую задачу разбить на подзадачи так, чтобы ребенок смог самостоятельно их сделать. Если, ребенок в каком то виде деятельности достигнет мастерства, то внутренняя мотивация будет расти.
5. Отмечайте достижения ребенка. Оценка его достижений поможет продолжить обучение. Например, список успехов может способствовать тому, чтобы он стал самостоятельным.
6. Не наказывать за неудачу, неудача сама по себе является наказанием. Страх и напряжённость затрудняет процесс обучения. Неудачи снижают мотивацию.

7. По возможности стараться на уроке чаще обратиться к каждому ученику, осуществляя постоянную «обратную связь» – корректировать непонятное или неправильно понятое.
8. Постоянно и целенаправленно заниматься развитием качеств, лежащих в основе развития познавательных способностей: быстрота реакции, все виды памяти, внимание, воображение и т. д. Основная задача каждого учителя – не только научить, а и развить мышление ребенка средствами своего предмета.
9. Всеми возможными способами пробуждать в учениках интерес к учебе – быть самым интересным, сделать интересными методы преподнесения информации и сделать интересной свою дисциплину.
10. Игра является мощным стимулом интереса к окружающей жизни. Казалось бы, игра — дело лишь маленьких детей. Но практика показывает, что это не так. Наибольшую эффективность игровая мотивация показывает в среднем школьном возрасте.
11. Младшие более управляемы, старшие — взрослее и целеустремленнее. Средний же возраст как раз и надо цеплять чем-то азартным и вдохновенным. Различные возрасты диктуют совершенно различные игры. Связано это с теми новообразованиями, которые формируются в психике человека по мере взросления.
12. Игры младшего возраста более линейны, младшего среднего — командные, старшего среднего — подразумевают яркую реализацию в личных поступках, в старших классах становится важным отыгрыш и реконструкция незнакомых образов, интересные и необычные модели действительности.
13. Каждый возраст находит в игре свое, и в целом игровая деятельность оказывает огромный эффект в деле формирования личности человека, его знаний и мышления.

14. Включение учащихся в коллективную деятельность, через организацию работы в группах, игровые и соревновательные формы, взаимопроверку, коллективный поиск решения проблемы, приём «метод проб и ошибок», оказание учащимися помощи друг другу.
15. Стимулирование деятельности, через оценку, благодарность, словесное поощрение, выставку лучших работ, оказание учителем незначительной помощи, усложнение заданий.
16. Выяснить, что является причиной низкой мотивации учеников: неумение учиться или ошибки воспитательного характера. После этого поработать с проблемными сторонами.
17. В деле повышения интереса ребенка к учебному процессу очень важен контакт с ребенком и доверительная атмосфера.
18. Уважайте личность каждого ребенка.