

Упражнения для повышения мотивации для подростков

«Школьные дела»

Цель упражнения: развить положительное отношение к школе.

Ход упражнения: продолжить фразу «В школе мне нравится, что...».

Рефлексия: подумать, трудно ли было говорить о том, что нравится в школе.

«Мотивы моей учёбы»

Цель упражнения: осознать мотивы своего обучения.

Ход упражнения: написать 10–15 предложений «Я учусь в школе потому, что...»

Рефлексия: понять мотивы обучения.



Рекомендации родителям, как повысить мотивацию к учебе

Поощряйте самостоятельность подростка. Ему важно, чтобы старшие воспринимали его как равного. Покажите своему ребёнку, что верите в его собственные силы. Помогайте ему, только если он просит, и даже тогда не предлагайте готовых решений.

Сравнивайте достижения подростка только с его собственными. Сравнения с более успешными сверстниками вызовет лишь ревность и понизит самооценку.

Не критикуйте подростка в присутствии третьих лиц. Свои претензии высказывайте наедине и конструктивно. Фразы вроде «ты никогда ничего не добьёшься» никак не способствуют учебной мотивации.

Подавайте пример. Представление о том, что такое «быть взрослым», подросток получает прежде всего от вас. Если вы хотите, чтобы он стремился к знаниям, регулярно уделяйте внимание собственному развитию.

Мотивация подростка – это командная игра.

Подросток не хочет учиться?

Как повысить мотивацию к учебе



Барнаул 2022

Подростковым возрастом принято называть период от 9-11 до 14-15 лет (Д. Б. Эльконин). Его называют **переходным**, так как в это время ребенок переходит от детской модели поведения к взрослой.

Этот возраст называется «серьезной игрой» и описывается как промежуточный между детской игрой и серьезной ответственной деятельностью взрослого.



Что такое мотивация?

Мотивация побуждает человека к деятельности и помогает достигать поставленные цели.

Мотивация складывается из:

- удовольствия от занятий;
- личной выгоды;

- важности дела (как для себя, так и для окружающих);
- ясности задачи;
- позитивного настроения;
- предполагаемого результата.

Почему подростки начинают плохо учиться?

Переход в среднюю школу – стресс для многих детей. Вместо одного учителя, который был рядом 4 года и стал практически вторым родителем, приходится взаимодействовать сразу с десятком новых педагогов. У них разные взгляды на мир, подходы к обучению и требования к ученикам. Совершенно нормально, если оценки в этот период станут чуть хуже, но важно не испортить позитивное отношение к учебе, заинтересовать и поддержать ученика.

Особенности мотивации подростков

Если ребёнок с удовольствием учился в начальных классах, а с переходом в среднюю школу его интерес к учёбе начал снижаться, это может происходить по многим причинам. Возможно, пропал эффект новизны, или учебный азарт вытеснили новые увлечения.

Младшеклассника мотивирует учиться сам процесс получения новых знаний — достаточно лишь сделать его увлекательным. Подростку же важнее доказать миру, что он уже не ребёнок, получить уважение сверстников и признание старших.

Желание самореализации может стать хорошей основой мотивации подростков к учёбе. Объясните ему, что быть взрослым — значит брать на себя ответственность и принимать решения, а серьёзное отношение к учёбе будет лучшим способом доказать окружению свою состоятельность. Такая мотивация учебной деятельности, а также грамотная система поощрения и конструктивная критика позволят сформировать у подростка более зрелое отношение к учёбе, осознать важность самообразования и понять, зачем учёба необходима лично ему.

