**ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ**

**ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ ВДОМА**

**СЕРЕДНЯ ШКОЛА**

**У школярів середньої школи під час підліткової кризи зазвичай страждає навчальна мотивація, тому що в мозку в цей час інші завдання**. Підлітковий вік – це час, коли мозок складно сприймає нову інформацію. Щоб це відбулося, треба обмежити приймання нової інформації.

Дитина в цей момент стає дуже сонливою і починає трохи “гальмувати”. У неї потерпає довгострокова пам’ять. Вона, не те що б не хоче – а фізично не може запам’ятовувати обсяги інформації, які їй пропонують. Її мозок має інші завдання. Можна сказати, як не шкода це визнавати, що в середній школі мотивації до навчання практично немає, або вона зароджується.

Ще Лєв Толстой казав, що існує “пустеля отроцтва”. Це саме про те, що переживають підлітки. Мало того, що це криза самотності, криза особистості – зараз вони взагалі обмежені у спілкуванні. Добре, якщо в них є вдома інтернет, щоб вони могли спілкуватись хоч у соцмережах.

**1.** Для підлітків **добре, якщо їхній робочий день і день взагалі починається не о 8:30, а хоча б на годину пізніше**. Це був би величезний внесок у їхнє здоров’я. Адже їхні потреби у сні  більші, ніж зазвичай.

**2.** Підлітки чинять опір материнській фігурі, вчителькам дуже складно працювати з підлітками. Якщо мама ще й починає керувати його навчанням – це вдвічі гірше. Тому було б чудово **разом із підлітком обрати та встановити певний звуковий сигнал, який кличе його робити уроки**. Так можна організувати весь денний розклад. Чим менше материнського голосу, який наказує, що робити, – тим краще. Усе, що стосується наказів, краще перенести в повідомлення у месенджер чи якісь звукові сигнали.

**3.** **Підлітку важливо, аби ми бачили в ньому авторитетну фігуру**. Тож якщо ми зараз перекладемо частину родинної відповідальності на нього, якщо він готовий її взяти, – це буде внесок і в наші стосунки, і у відчуття сили самим підлітком.

Ми можемо поставити пряме запитання: *“Чим я можу бути для тебе корисним, що я можу зробити для тебе зараз?”*. Наступний крок: *“Я не хочу, аби твій день перетворювався на суцільне навчання, давай подумаємо, що там буде ще”.* Щодо навчання можна сказати: *“Давай сплануємо, скільки часу потрібно на кожен предмет, і скажи мені сам – тебе контролювати чи не треба?”.*

**4.** Треба **запитати підлітка, як краще облаштувати його місце**. І тут, оскільки ми маємо справу зі спротивом, можливо, підліток вирішить робити уроки на підлозі, лежачи. Треба поставитись до цього з розумінням – це також буде внесок у стосунки і в повагу до особистого простору підлітка.

**5.** **Якщо підліток відчуває, що його контролюють – він буде бунтувати**. Але йому також важливо бачити, що якщо він щось зробив – це він, умовно кажучи, зробив не даремно. Треба **говорити, як ви цінуєте те, що він робить**.

**6.** Підліток може спитати:*“Чому я маю це все робити, якщо ти взагалі нічого не робиш?”.* **Ми можемо вимагати чогось від дитини тільки тоді, коли їй є, що від нас дзеркалити**. Я можу очікувати, що мої діти займаються зарядкою, якщо я сама займаюсь. Вони мають бачити, що ми вчимось або працюємо з дому. І це буде геніально – якщо ми всідаємось або разом, або кожен у своїй кімнаті, і до нього долітає, як ви слухаєте лекцію або працюєте.

**Зараз непростий час і випробування для всіх – тож зичу сил батькам, дітям і вчителям.**