



Фоксфорд

# КАК МОТИВИРОВАТЬ УЧЕНИКОВ УЧИТЬСЯ?



6 ключевых потребностей учеников в обучении  
и  
18 вариантов облегчить жизнь учителя

Фоксфорд.Учителю

Трудиться в образовании всё интереснее и сложнее. Условия постоянно меняются: ФГОС, профстандарт, оценка квалификации и другие нововведения теперь не просто слова, а реальность, в которой оказался каждый педагог и управленец. Понять, что со всем этим делать, сложно.

Мы, Фоксфорд, стремимся всячески поддержать учителя в его ежедневном труде, именно поэтому мы организовали бесплатную библиотеку онлайн материалов с ответами на самые важные вопросы.



Перед вами одно из изданий нашей электронной библиотеки. Искренне надеюсь, что пособие окажется полезным. Его можно распечатать и принести в свою школу. Или же достаточно поделиться ссылкой [books.foxford.ru/teacher](https://books.foxford.ru/teacher), и тогда каждый наш коллега получит поддержку в работе. Я призываю вас делиться полезной информацией — вместе мы найдём верные решения и сделаем отечественное образование лучше.

С Уважением,

**Алексей Половинкин, директор онлайн-школы Фоксфорд**

<b>Приветствие</b>	4
<b>Введение</b>	4
Учитель лицом к лицу с немотивированностью учеников	4
Ловушка внешней мотивации: как не попасть в нее в погоне за результатом?	5
Что такое внутренняя мотивация и как её развивать?	6
Потребности учеников в обучении и путь к внутренней мотивации	6
<b>Глава 1. Потребность в безопасности: мотивация в обучении и доверительная атмосфера в классе</b>	8
Инстинкт самосохранения не дает человеку думать	8
Чек-лист самопроверки «Уровень безопасности атмосферы в классе»	9
Правила группы защитят от агрессии и травли	10
<b>Глава 2. Потребность в активности: физическое и интеллектуальное движения улучшают работу мозга</b>	12
Что происходит с детьми, пока мы активны?	12
4 простые идеи для физической активности учеников на уроке	12
Учимся вносить разнообразие в интеллектуальные активности	14
<b>Глава 3. Потребность испытывать интерес и положительные эмоции: так ли зазорно повеселиться на уроке?</b>	15
Учеба только на усилки воли не продлится долго	15
Концепция «Edutainment»: учеба и развлечения	15
Включаем эмоции и воображение	16
<b>Глава 4. Потребность в признании и связи с другими людьми</b>	19
Эмоциональная связь с учителем — подарок для ученика	19
Как взрослые развивают у детей выученную беспомощность и куда она ведет?	19
Способы проявить больше внимания к своим словам и обратной связи	20
<b>Глава 5. Потребность учеников в свободе: как нам поделиться своей властью?</b>	23
Почему мы стремимся все делать сами?	23
Принципы разделения ответственности между учителем и учениками	23
Как развивать самоорганизацию в процессе обучения?	24
<b>Глава 6. Потребность в наличии смысла: связано ли обучение с интересами самих учеников?</b>	26
Какие ошибки мы совершаем, озвучивая тему урока или задание?	26
Способы заинтересовать учеников темой урока	26
Упражнение для развития смысловой сферы учеников	27
<b>Заключение</b>	29
<b>Литература</b>	30

## Уважаемые читатели!

Давайте познакомимся. Мы педагоги и тренеры неформального образования. Мы видим своей задачей поддержать вас в том, чтобы ваши ученики становились более самостоятельными в жизни и в обучении. Однако мы уверены, что именно учитель способен создать условия для развития у учеников способности учиться эффективно и с удовольствием.

Мы хотим помочь вам разобраться в ключевых потребностях, которые связаны с мотивацией учения и поделиться с вами практическими инструментами мотивации обучающихся.

Как пользоваться этой методичкой? Она состоит из 6 глав, каждая из которых касается одной базовой потребности в обучении. Глава содержит один теоретический и два практических блока с чек-листами, списками идей и упражнениями. Приятного прочтения!

### **Валерия Гайдамака,**

организатор работы с молодежью, педагог, автор проекта профессионального самоопределения для подростков



### **Ольга Скобина,**

Международный тренер и фасилитатор Ассоциации российских тренеров АРТa



## Учитель лицом к лицу с немотивированностью учеников

«Скучно... Зачем мне нужно это учить? Когда уже перемена?!» — это те мысли и реплики, которые так неприятно услышать от учеников.

Является ли нашей задачей, работать с мотивацией учащихся? Как доносить необходимые знания по предмету, когда ребята постоянно скучают, отвлекаются, игнорируют, занимаются не тем или даже проявляют грубость или агрессию?

Видя немотивированного учащегося, мы можем чувствовать беспомощность. А это чувство, в свою очередь, вызывает стресс. Когда мы в стрессе, то неосознанно используем 2 стратегии: «бей» или «беги». Бей в нашем случае: ругайся, заставляй, наказывай, угрожай. Беги: игнорируй, не замечай. Эти стратегии не работают в долгосрочной перспективе. За такие реакции учащиеся перестают нас уважать и наша удовлетворенность падает.

Иногда мы начинаем критично думать о самих себе: «Человек не учится, значит я плохой профессионал, так как не могу его вовлечь». Или вытесняем проблему, думая, что нам просто достался плохой ученик. Такой ученик часто вызывает у нас неприятие. Любой человек это чувствует. Он может начать делать назло неприятные для нас вещи: провоцировать, игнорировать, отвлекать других. Это влияет на атмосферу в группе.

Нормально ли то, что дети не хотят учиться? Можно ли с этим что-то сделать? Как замотивировать учеников быть активными на уроке, выполнять задания по предмету, интересоваться дополнительными материалами? Можно ли взрастить в них внутреннюю мотивацию к обучению? Как помочь себе справиться с эмоциями и возникающим в связи с этим стрессом? На эти вопросы мы постараемся ответить в этой методичке.

## Ловушка внешней мотивации: как не попасть в нее в погоне за результатом?

Мы тоже работали в школе и детских организациях. В один момент мы заметили, что мотивируем учеников для получения результатов необходимым нам, педагогам. Каких? Хороших оценок учеников по предмету, достойных баллов на экзамене, выученного текста для выступления...

Казалось бы всё правильно: мотивировать детей — наша задача. Однако в глубине души мы понимали, что эти результаты не очень то нужны самим ребятам. Получается, что мы в большей степени работали на свои потребности? Подтверждение этому можно было увидеть в том, что сразу после этого активность учеников гасла и нужно было прилагать усилия снова и снова. А это значит, что настоящей мотивации у учеников не возникало, а наши действия затрагивали только мотивацию внешнюю.

Когда учеба сама по себе не интересна, взрослые — учителя, родители — вынуждены придумывать какие-то внешние стимулы: оценки, награды или наказания. Для чего учатся некоторые ребята? Чтобы учитель оценил, папа купил новый смартфон, мама не наказывала или чтобы в будущем получить хорошую работу. Это внешняя мотивация. Чтобы «продержаться» на ней, нужно все время придумывать более яркие стимулы. Во-первых, это тяжело и утомительно для взрослых. А во-вторых, это не устойчиво для самого ребенка. Альтернативой этому является внутренняя мотивация.

## Что такое внутренняя мотивация и как её развивать?

Путь к возникновению внутренней мотивации не такой близкий и не очень простой. Внутренняя мотивация рождается тогда, когда у человека появляется свой персональный интерес или ему становится понятно, для чего учится. Тогда обучение и деятельность приобретают смысл, становятся более продуктивными и радостными.

Внутреннюю мотивацию могут сопровождать примерно такие фразы: «интересно», «это затягивает», «забываю о времени, когда занимаюсь этим», «это сложно, но мне нравится», «готов заниматься этим и в выходные». Хотелось бы слышать такие слова от учеников чаще, правда?

У этого типа мотивации гораздо больше преимуществ как для личности обучающегося, так и для окружающих его людей. Как же возникает внутренняя мотивация и где её найти?

Не забегая далеко вперед, отметим, что нам нравится следующая фраза: «Главный источник мотивации людей — это интерес к ним».

Давайте проявим исследовательский интерес к потребностям наших учеников?

## Потребности учеников в обучении и путь к внутренней мотивации

Мы уже поговорили о том, чего нам, педагогам, чаще всего хочется от учеников в обучении. Но чего же хотят сами ребята? Есть ли у них потребности кроме желаний отдохнуть, поиграть в игры, початиться в социальных сетях?

Мы верим, что в каждом человеке с самого рождения заложена естественная тяга к обучению. И эта тяга не угасает тогда, когда есть благоприятная среда для обучения. О чем идет речь? В мотивации учения исследователи выделяют шесть больших факторов или потребностей, которые оказывают на мотивацию самое большое влияние.

Это потребности:

- в безопасности;
- в проявлении активности;
- испытывать интерес и положительные эмоции;
- в признании и связи с другими людьми;
- в наличии смысла обучения;
- в свободе и независимости.

Работа с этими потребностями — ключик к хорошей успеваемости и приподнятому настроению всех участников учебного процесса.

Давайте разберемся, откуда они возникают и что мы можем сделать для их удовлетворения в своей повседневной деятельности?

Ну что, поехали? Начнем с самой базовой потребности — потребности в безопасности.

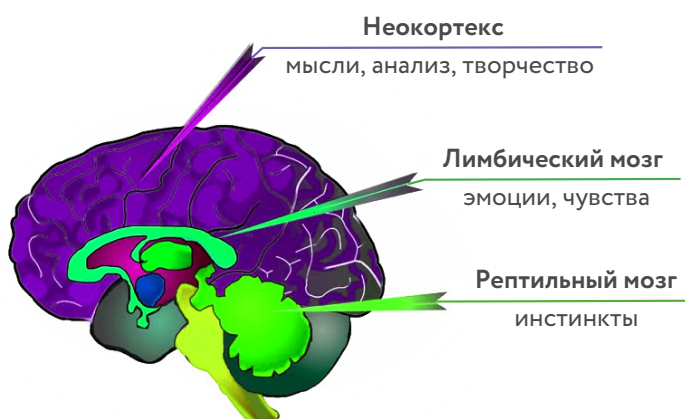
### Инстинкт самосохранения не дает человеку думать

Что это значит и как это связано с обучением? Начнем с повторения простых основ о том, как устроен наш мозг и как он влияет на нас.

Нейрофизиолог Поль Маклин утверждал, что у человека мозг состоит из трех частей, которые насажены одна на другую, словно матрешки: рептильный мозг, лимбический мозг, неокортекс.

За что отвечают эти части?

- 1** **Центральная часть** — древний рептильный мозг. Он отвечает за инстинкты, быстрое действие и выживание. Реагирует не задумываясь с целью защитить тело: «Бей! Беги! Замри!» Благодаря именно этим реакциям живые существа спасались от своих врагов. И эти команды в случае опасности наш мозг запускает до сих пор. Какие опасности в школьной жизни встречаются ученикам?
- 2** **Вторая часть** — лимбическая система. Она обхватывает рептильный мозг как перчатка. И отвечает за эмоции и поведение в стае, то есть коллективизм, командность, семейность. Лимбический мозг связан с чувством доминирования, с обучением, защитой, осознанием настоящего, похожестью и желанием придерживаться привычных моделей жизни, слуховым восприятием и различением ритма речи и интонаций. Можно сказать, что социальная жизнь школьников живет в этой части мозга.
- 3** **Третья часть** — это неокортекс. Он умеет анализировать, синтезировать, обобщать, планировать и рассуждать. Неокортекс позволяет визуализировать будущее, предвидеть, фантазировать и мечтать, умеет выражать мысли при помощи слов. Кстати, языковая система — самая молодая в неокортексе.



Система обучения чаще всего обращается к самой молодой зоне мозга – неокортексу.

Однако другие отделы мозга продолжают реагировать на всё, что происходит вокруг.



В буквальном смысле инстинкт самосохранения мешает человеку думать над сложными вещами, которые не касаются его физической или социальной безопасности. Конечно, речь идет про ситуации, когда человек чувствует себя по-настоящему не в своей тарелке. Стоит ли говорить, что и детям, и взрослым важно ощущать себя комфортно на физическом и социальном уровне, чтобы начать нормально учиться? Если ученик боится учителя или кого-то в классе, если он голоден или сильно устал, если он слишком долго сидел на одном месте – ему сложно перейти к интеллектуальной деятельности. Есть ли повод думать об этом в современной школе? Предлагаем вам обратить на это внимание сейчас.

## Чек-лист самопроверки «Уровень безопасности атмосферы в классе»

Попробуйте оценить степень безопасности атмосферы в классе с помощью 8 вопросов. Поставьте для самого себя оценку «высокий» (В), «средний» (С), «низкий» (Н) по каждому из критериев и посмотрите, какой параметр преобладает.

Помните, что это только для вас.

Оцените степень проявленности критерия по шкале: «высокий» (В), «средний» (С), «низкий» (Н)

Пункт для самопроверки		
1	В какой степени в классе осуществляется забота о физическом комфорте всех участников: вода, еда, кислород?	
2	Какова степень достаточности физического движения и активности учеников во время учебы?	
3	Существуют ли в классе правила? Следуют ли им взрослые и дети? В какой степени правила реально используются всеми участниками и работают?	
4	Какова степень предсказуемости в планировании и реализации учебной программы?	
5	В какой степени ученики, на ваш взгляд, справляются с интеллектуальной и психической нагрузкой на вашем уроке?	
6	В какой степени, по вашему мнению, ваш темп речи подходит всем ученикам?	
7	Какова степень реальной возможности учитывать разные темпы в обучении во время урока?	
8	Каков уровень эмоционального спокойствия учеников, свободы от агрессии?	

Какие получились итоги?

Высокий	Средний	Низкий

Какие выводы вы можете сделать о безопасности обстановки в вашем классе?

Что уже хорошо, что можно улучшить? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Правила группы защитят от агрессии и травли

А что если в классе появились признаки буллинга?

Что если вы заметили, что кого-то из класса обзывают, унижают, бьют, травят?

В своей методичке в рамках проекта «Травле – нет» известный российский психолог Л. Петрановская[5] предлагает разобраться в сути таких явлений как травля, буллинг или групповая агрессия. Методичка помогает учителю, который читает эти материалы научиться зорко распознавать опасные ситуации, отличать непопулярность конкретных детей от травли и освоить эффективные способы предотвращения агрессии.

По мнению Л. Петрановской и других экспертов в этой теме – одним из важных принципов противодействия буллингу являются создаваемые учителем условия для открытого и честного диалога в группе. Задумывались ли вы о том, что травлю важно считать проблемой группы, а не отдельных людей?

Специалисты в этой теме утверждают, что нельзя перекладывать такие проблемы на школьных психологов. С проблемой буллинга должен иметь дело учитель, потому что именно он работает с группой как с целым. Как это сделать? Например, организовать хороший классный час. Если есть возможность – лучше перенести такое мероприятие в неформальную обстановку: на улицу, в креативное молодежное пространство или просто в уютное место в школе. О том, как увидеть корень проблемы, разобрать с учениками волнующие ситуации, не совершить типовых ошибок педагога вы можете прочитать в методичке, о которой мы пишем выше.

А мы поговорим о том, как сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт, который должен задать твердые границы допустимого и недопустимого.

Если ситуация действительно серьезная, то до момента формулирования правил нужно пройти с группой длинный путь: показать детям свою реакцию на агрессию в классе, назвать явление без прикрас и дать ему однозначную оценку, активировать моральное чувство и осознанность. Если мы просто запретим детям обзывать, отнимать у «ботаника» портфель, нападать на самого пухленького одноклассника, злорадствовать над «подлизой» и не дадим других способов, мы провоцируем стресс, растерянность и возвращение к старому.

### Предложим несколько вариантов для разработки «правил группы»:

#### Метод «Рейтинга»

Напишите на плотных листах бумаги в виде фигур около 7 правил, которые вы считаете важными. Например, «правило взаимоуважения», «правило отмены оскорблений», «правило внимательности к проблемам других». Разложите эти фигуры на полу или развесьте по периметру класса. Предложите каждому ребенку проголосовать за 2 самых важных правила, отметив их точкой. Дальше сделайте рейтинг правил, разложив их от самого популярного к самому забытому. Обсудите результаты с учениками и договоритесь с группой о соблюдении избранных правил.

#### Метод «Дилеммы»

Составьте карточки-дилеммы на волнующие темы: это заготовки с двумя вариантами, между которыми предстоит выбирать ученикам. Дилеммы могут звучать так: «открытое обсуждение конфликтов или безопасность», «словесные перепалки нужны или недопустимы», «быть чаще одному или быть чаще с группой». Вытягивайте дилеммы, начиная с самых безобидных. Предложите детям проголосовать за тот или иной вариант, попросите кого-то объяснить свой выбор. Важно никого не осуждать (даже обидчиков) и позволить высказаться всем в безоценочной обстановке. Затем сделать выводы и зафиксировать устраивающие группу варианты.

#### Метод «Контракт класса»

В режиме мозгового штурма набросайте разные правила и запишите их на большой лист ватмана. Затем проголосуйте за те правила, которые все разделяют и обязуются выполнять. Подпишитесь под этим плакатом и попросите всех детей поставить свою подпись. В дальнейшем важно периодически обращаться к этому плакату и проверять, выполняются ли правила. Имеет значение совпадение декларируемых педагогом ценностей с его собственным поведением (говорим об уважении – проявляем уважение к учащимся).

Если в классе все в порядке с физической и социальной безопасностью, то можно двигаться на следующий уровень. Перейдем к разговору про потребности учеников в активности.

### Что происходит с детьми, пока мы активны?

Представим простую и знакомую нам всем ситуацию: нам предстоит объяснить классу новую тему. Задумывались ли вы о том, что нередко при необходимости передать информацию или чему-то научить, мы занимаем «весь эфир?» То есть, 70 – 80% времени «мяч активности» находится у учителя и только 20–30% времени – у учеников.

При этом, даже те учителя, которые стараются максимально вовлекать детей, часто отмечают у учеников сложности с концентрацией и усвояемостью материала. То есть, пока мы проявляем активность, наши ученики «растекаются» по парте, «ловят ворон», отвлекаются или испытывают усталость. Почему так происходит?

Продолжая разговор об особенностях нашего мозга, важно упомянуть о том, что для его нормальной работы человеку необходима постоянная активность. Что это значит? Даже самый мотивированный ученик начнет «сникать», если засидится за партой, не будет двигаться, переключать внимание. Иными словами – мы можем помочь ученику учиться, если дадим ему больше возможности двигаться и «шевелить мозгами».

### 4 простые идеи для физической активности учеников на уроке:

**1** Не делайте все сами. Пусть участники сами берут листы бумаги, приклеивают стикеры, раздают тетради, стирают с доски, пишут на ней и т.д. Перечислите, какие действия вы смело можете отдать своим ученикам? \_\_\_\_\_

**2** Используйте подвижные игры.  
Энерджайзеры (бодрящие коллективные игры), разминки или пальчиковые упражнения, которые синхронизируют работу полушарий – отличная возможность снять напряжение, размяться.  
Например, можно провести в коридоре игру «Переселение белок». Она проходит так: два участника строят с помощью рук дом (поднимают руки вверх, берутся за руки и изображают дом). В дом заходит третий участник – белка. Одна белка остается без дома. Чтобы получить дом, этот участник произносит три разные команды.

При команде «переселение» все белки должны искать себе новый дом. При команде «дом строится» все дома должны построить новый дом над другой белкой. При команде «землетрясение» все должны менять свои позиции. Кто остается лишним, дает новые команды. Игра проходит бурно, весело, снимает напряжение и дает участникам возможность сконцентрироваться.

**3**

Перемещайтесь в пространстве. Меняйте иногда места, двигайте стулья, делайте что-то стоя. А еще используйте разные «подвижные методы социометрии».

Упражнение «барометр мнений» помогает «разместить себя в пространстве» относительно какого-то вопроса. Например, учитель предлагает тезис в начале урока: «Пётр I изменил жизнь России исключительно к лучшему». И добавляет: «Те, кто согласен – встают у двери, те, кто не согласен – у окна». Можно попросить ребят высказать свою точку зрения и поменять положение в пространстве, если мнение изменится. Или учитель предлагает тезис в конце урока, чтобы подвести итоги: «Тот, кто считает, что сегодня на уроке был максимально включен – встает здесь, а тот, кто сегодня скучал и мысленно отсутствовал – идет вот сюда». Можно занять промежуточное положение в пространстве.

Напишите несколько тезисов для проведения «барометра мнений» к предстоящим вам урокам. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**4**

Меняйте форматы участия. Например, предлагайте периодически то индивидуальные задания, то упражнения в паре, то в небольшой группе из 3 – 5 человек. Иногда просите ребят сделать что-то всем коллективом. Для разделения на малые группы можно использовать метод «пазл». Возьмите несколько открыток или старых рисунков (количество открыток соответствует количеству групп), нарежьте открытки по количеству человек, которые должны быть в малой группе, перемешайте кусочки. Затем раздайте каждому участнику по одному кусочку. Их задача сложить найти свою группу, сложив свою открытку из кусочков.

Напишите, что ребята могут делать в разных форматах участия на следующих уроках?

Индивидуально	В паре	В группе	Все вместе

Итак, мы взбудрили наших учеников физически, а теперь перейдем к процессу интеллектуальной работы.

# Учимся вносить разнообразие в интеллектуальные активности

Балансировать разные интеллектуальные задачи помогает модель «SAVI», что переводится как «система анализа вербальных взаимодействий».

Согласно этой модели во время учебного процесса участники должны:

- S = somatisch: двигаться, что-то делать
- A = Auditiv: слушать и говорить
- V = Visuell: учиться через наблюдение и внутренние образы (фантазия)
- I = Intellektuell: решать проблемы и рефлексировать

## Проверяем себя по чек-лист «SAVI»:

1. Сколько я позволяю (допускаю) движения на уроке?

---

2. Ученики в основном слушают или у них есть возможность говорить в общем кругу или между собой?

---

3. Как часто ученики делают что-то самостоятельно?

---

4. Как часто я работаю с визуализацией: предлагаю картинки, схемы, делаю поясняющие иллюстрации и даю это делать ученикам? Использую ли я средства медиа?

---

5. Как часто я побуждаю учеников использовать свое воображение?

---

6. Достаточно ли на моем уроке проблем, задач, решение которых ученики с воодушевлением ищут сами?

---

7. Сколько времени уделяется рефлексии полученного опыта?

---

Физическая и интеллектуальная активность действительно способны разбудить интерес у «спящего» ученика. А про потребность в новизне и положительных эмоциях речь пойдет в следующей главе.

# Потребность испытывать интерес и положительные эмоции: так ли зазорно повеселиться на уроке?

### Учеба только на усилия воли не продлится долго

Исключительно на силе воле учиться сложно, поэтому, на наш взгляд, учебный процесс должен быть эмоциональным. Эмоции – ключ к преодолению апатии, скуки, трудностей, то, что помогает рассказать просто о сложном и увлечь учеников.

**Эмоции** – естественная и важная часть человеческой психики. Испытывать эмоции в процессе обучения так же важно, как и в других ситуациях.

Включить эмоции в учебный процесс поможет концепция «Edutainment»[4]. Эта концепция соединяет в себе учебу и развлечения. Кто-то скажет: наша задача учить, а не развлекать! Однако ощущение удивления, предвкушение чего-то нового, чувство драйва от учебного процесса способны посеять зерно в почву внутренней мотивации.

### Концепция «Edutainment»: учеба и развлечения

Понятие образовалось с помощью слияния двух слов «education» – образование и «edutainment» – развлечение. Эдьютеймент – особый тип обучения, который основывается на развлечении и получении удовольствия от процесса, что влечет за собой формирование стойкого интереса. Развлечение можно понимать как игру, эмоциональное проживание созданных ситуаций, творчество, использование интерактивных средств медиа. Эдьютейнмент стал актуальным в связи с тем, что в современном мире знания стали очень доступными. Задача педагога теперь, прежде всего, вовлечение учеников в учебный процесс.

**Эдьютейнмент базируется на следующих принципах:**

- 1** Обучение через вовлечение (не принуждаем, не давим, а заинтересовываем играми, интригуем интересными заданиями, иллюстрациями, медиа);
- 2** Обучение через действие (создаем условия для того, чтобы ребята что-то делали сами, пробовали, экспериментировали, работали руками и головой);
- 3** Акцент на современность (не запрещаем, а активно используем технологии 21 века: мобильные телефоны, приложения, интернет);

## 5 компонентов Эдьютейнмент:

- Истории;
- Реквизит и предметы;
- Пространство;
- Медиа;
- Игра.

Разберем два первых компонента Эдьютейнмент: истории и предметы.

## Включаем эмоции и воображение

Почему истории важны? Истории вызывают образы в голове, они увлекательны, хорошо запоминаются, вызывают эмоции, их можно применить на любом уроке.

Какие истории можно использовать?

Сказки, анекдоты, истории-загадки, зловещие истории, истории-дилеммы, истории из реальной жизни, истории великих людей.

### Какой импульс может дать история?

**Творчество:** развивает фантазию и креативность стимулирует к придумыванию идей.

**Рефлексия:** заставляет задуматься, пересмотреть или осознать что-то.

**Концентрация:** запускает размышления по сложной теме, готовит к напряженному интеллектуальному процессу.

**Критическое мышление:** заставляет обратить внимание на неочевидные вещи, включить бдительность и внимательность.

Что можно сделать с историей? Читать или рассказать самому, дать как раздатку, проиграть вместе с учениками, продолжить или придумать самим.

### Упражнение «Составь историю об этой четверти» [3]

Попросите учеников написать историю с помощью карты-путешествия. На карте нужно отметить важные события, с которыми сталкивались ученики во время четверти. Это упражнение направлено на анализ личных чувств и открытий и может помочь в формировании дальнейшего пути личностного развития.





А теперь поговорим о предметах как средстве активизации эмоций и воображения.

Для чего нужны предметы?

- Предметы добавляют эмоций;
- Предметы включают многие органы восприятия, что способствует лучшему запоминанию;
- Предметы повышают внимательность и сосредоточенность;
- Предметы говорят больше, чем слова;
- Предметы помогают найти креативные решения.

Какие предметы можно использовать?

- Канцелярку;
- Мячи, крышечки, шишки, камушки;
- Предметы домашнего обихода (сувениры, фигурки, чашки);
- Игры, игрушки, фигурки из киндер-сюрприза;
- Измерители времени (песочные часы).

### Упражнение «Предмет находит меня»

В каких случаях это можно использовать?

**Знакомство:** «Пусть вас найдет предмет, который говорит что-то о вас».

**Решение проблемы:** «Пусть вас найдет предмет, который сообщает, что вам может помочь выйти из трудной ситуации, кризиса»;

**Обратная связь:** «Пусть вас найдет предмет, который что-то выражает о вашем однокласснике».

**Завершение и трансфер опыта:** «Пусть вас найдет предмет, который будет вам напоминать о ваших намерениях после урока».

Как проводить упражнение?

Недостаточно просто разложить предметы и сказать участникам: «Найдите предмет, который имеет с вами что-то общее и расскажите, почему вы его выбрали». Лучше так: «Здесь есть предмет, который вас найдет. Спокойно подождите, вы почувствуете, когда это произойдет. Затем осторожно возьмите его в руки и послушайте, что он вам говорит». Затем участники говорят от лица предмета.

Когда интерес учеников активизирован, можно обратить внимание на вопрос взаимоотношений в классе: углубить их, сделать более доверительными, теплыми и искренними. Для чего это нужно и как это сделать? Разберемся в следующей главе.

### Эмоциональная связь с учителем – подарок для ученика

Помните ли вы таких учителей, которые просто вам нравились, у вас была с ними эмоциональная связь, и поэтому вы учились? Или вы ощущали особую атмосферу на уроке, чувствовали себя защищено, безопасно, могли открыто выражать себя, и это было самым главным?

Если ребенок доверяет людям вокруг, чувствует их одобрение и верит в то, что он многое может, у него растет заинтересованность в обучении.

Возможность общаться с другими людьми лучше влияет на учебную мотивацию, чем когда ученик делает что-то один. То есть каждый ученик нуждается в позитивных взаимоотношениях с окружающими: с учителем и другими ребятами.

### Как взрослые развивают у детей выученную беспомощность и куда она ведет?

А вот если человеку внушать, что он ничего не может и не умеет, то у него падает мотивация: учиться, общаться, жить.

Так у ученика может развиваться так называемая «выученная беспомощность». Она возникает в силу того, что ребенок или взрослый оказывается в ситуациях, когда его действиям придают негативную окраску. Этот опыт запечатлевается. Потом, в ситуации, где можно что-то сделать, он беспомощен и не может справиться с задачей.

Выученную беспомощность открыл Мартин Селигман в экспериментах с собаками. Собак били током, невредным для здоровья, но болезненным. Одна группа собак могла избежать этого, нажимая на рычаг. Другая группа собак получала те же самые воздействия, но ничего не могла сделать. После этого обе группы попали в ситуацию, где ток можно отключить. Первая группа собак успешно это делала, вторая же так ничего и не смогла предпринять. После этого эксперименты многократно повторялись на людях. Результаты были теми же.

К чему мы об этом говорим? Иногда мы так нацелены на результат, что забываем о силе произносимых слов и оценок. Как быть, если нам что-то не нравится в поведении учеников, что-то сильно раздражает?

# Способы проявить больше внимания к своим словам и обратной связи

Представим ситуацию, которая произошла с вымышленным учителем английского языка: его ученик по имени Геральд в который раз не сделал домашнее задание. Учитель применил все доступные способы, а в один момент в сердцах высказался: «Геральд, ты ведешь себя просто невыносимо! Когда ты начнешь учиться? Вон из класса, иди и думай о своем поведении!» Наши нервы не железные, но часто ли работают такие высказывания? Есть ли альтернатива?

## Ненасильственная коммуникация

Известный психолог М. Розенберг развивал подход под названием «ненасильственная коммуникация»[6]. Этот подход позволяет нам лучше понять свои чувства и точнее донести до собеседника свои потребности и просьбы.

«Ненасильственная коммуникация» предлагает обратить внимание на 4 компонента общения:

- наблюдение (то, что мы увидели в ситуации);
- чувства (то, что мы испытываем по этому поводу);
- потребности (то, чего мы хотим достичь);
- просьба (то, что мы озвучиваем собеседнику).

В этом высказывании присутствуют все 4 компонента, которые описаны выше:

«Геральд, когда я вижу, что в твоей тетради снова пусто и ты не сделал домашнее задание (наблюдение), я чувствую раздражение и даже злость (чувства), потому что вчера было точно так же. Мне хотелось бы, чтобы договоренности соблюдались, мне очень важна твоя успеваемость (потребность). Мы можем обсудить это прямо сейчас? (просьба)».

Попробуйте потренироваться в формулировании высказываний с четырьмя компонентами по ненасильственной коммуникации. Вспомните проблемную ситуацию, запишите ее в нескольких фразах и попробуйте составить целостное высказывание, пользуясь этим инструментом.

---

---

---

---

## Как вы считаете: нормально ли говорить ученикам о своих чувствах?

Высказывания, в которых собеседнику честно сообщаются наблюдения, чувства и потребности в психологии называются конгруэнтными.

К. Роджерс [2], основатель человеко-центрированного подхода, считал, что конгруэнтное высказывание в несколько раз увеличивает вероятность возникновения взаимопонимания и благополучного решения вопроса.

## Про обратную связь ученикам

Есть в работе учителя и ситуации, когда ученик вроде бы и старается, но результат объективно оставляет желать лучшего. Как быть в таких случаях? Какую форму для обратной связи выбрать, чтобы действительно скорректировать ученика, но не обидеть его.

Предложим вам для этой цели «принцип бургера».

Обратная связь строится по этому принципу строится так:

- +** **«плюс»:** сначала мы отмечаем, что было объективно удачно.  
Что вам понравилось и что было хорошо в том, что сделал ученик?
- **«минус»:** затем отмечаем, на что стоит обратить внимание.  
Что следует улучшить?
- +** **«плюс»:** в конце даем конструктивное решение ситуации.  
Какой ситуацию вы бы хотели видеть?

Полезно знать

## Обратная связь как процесс

### 1. Положительные аспекты

В тебе/ситуации мне нравится следующее...  
Тебе удалось хорошо разрешить следующее...  
Эта идея - хорошая.



### 2.a. Собственные наблюдения и впечатления

Я воспринял(а) это так...  
У меня возникло впечатление, что...  
Или...



### 2.b. Предложения

В следующий раз ты мог(ла) бы...  
На будущее мне хотелось бы, чтобы...

### 3. Положительный финал

Я доверяю тебе.  
Я уверен(а), что ты/мы справишься/справимся с этим вместе.



Этому принципу можно научить и учеников.

А что можно сделать, чтобы утеплить отношения между ребятами?

### Упражнение «Послание на спине»

Приклейте каждому ученику на спину малярным скотчем чистый лист бумаги. Каждый пишет на листах своих одноклассников хорошее качество, которое ценит в нем. Важно настроить учеников, чтобы они не писали на листах всякую ерунду. Обычно ребята с большим интересом снимают со спины послания и вдохновляются, увидев, как много хорошего им написали разные люди. После таких упражнений атмосфера в классе может стать более рабочей и конструктивной.

Если отношения выходят на более качественный уровень, то учитель сам начинает доверять ученикам больше, передавать им ответственность. О том, как помочь ребятам становиться более самостоятельными, поговорим в следующем разделе.

### Почему мы стремимся все делать сами?

- Мы знаем материал лучше и хотим успеть его донести;
- На уроке не так много времени для того, чтобы включить упражнения на отработку и тем более какие-то игры;
- Мы беспокоимся за знания и успеваемость учеников, мы заботимся о них и контролируем процесс.

Психологи экспериментально исследовали, как внешняя мотивация и внешнее стимулирование влияют на внутреннюю мотивацию, и получили очень интересные результаты. Выяснилось, что появление внешней мотивации, как правило, ослабляет внутреннюю! То есть, когда учитель чрезмерно активен и все делает сам, у ребенка возникает реакция пассивности. При этом у любого человека есть естественная потребность быть самостоятельным, самому принимать решения.

### Принципы разделения ответственности между учителем и учениками

При планировании урока решите, что можно сделать вместе с учениками, а что они полностью могут сделать сами?

**Можно взять во внимание следующие компоненты планирования:**

#### 1. Цель («для чего мы это делаем?»).

Ученики могут формулировать и говорить свои ожидания и цели перед уроком.

#### 2. Содержание («что будем изучать, что останется в голове?»).

Ученики могут выбрать материал в рамках темы или даже найти дома то, что им интересно и рассказать друг другу на уроке в интересной форме.

#### 3. Метод («как и с помощью чего будем учиться?»).

Ученики могут сами выбрать упражнение для передачи или оценки знаний, генерации идей, обмена мнениями или презентации творческих заданий (можно предложить им несколько вариантов).

#### 4. Атмосфера («в какой обстановке пройдут занятия?»).

Ученики могут оформить помещение, включать музыку, двигать стулья в пространстве.

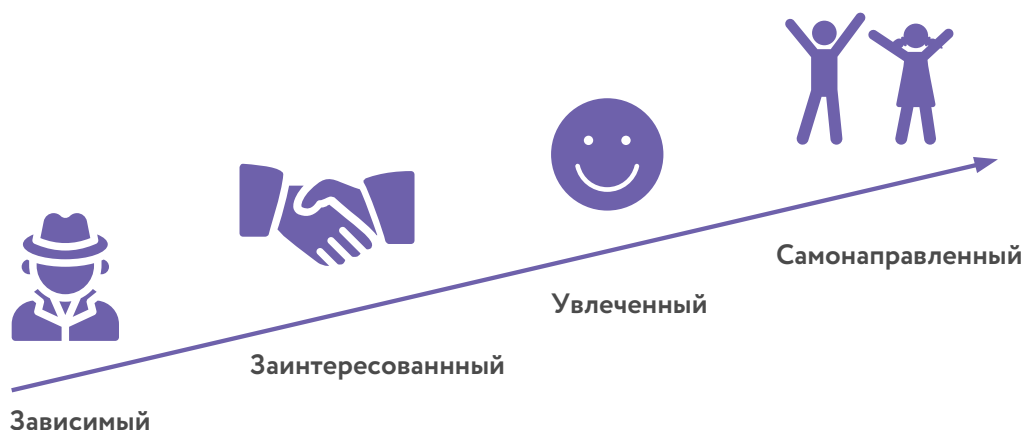
Подчеркивайте, что урок делает не учитель, а весь класс. Напоминайте ученикам о том, что учитель не повар, который должен накормить класс «вкусной едой», класс готовит «блюдо дня» (урок) вместе.

# Как развивать самоорганизацию в процессе обучения?

Предлагаем вам рассмотреть стадии развития участников в концепции «Самонаправленного обучения» по Г. Гроу[1].

В широком смысле самонаправленное обучение – это процесс, в котором индивид движется по собственной инициативе, организует себя и понимает, чему и как хочет научиться.

Согласно этой концепции каждый ученик и вся группа проходят в своем развитии 4 стадии от «зависимого» к «самонаправленному».



Дадим некоторые пояснения рекомендации для прохождения этих стадий и эволюции степени ответственности в процессе обучения

Стадия	Чем характеризуется стадия?	Описание и рекомендации для учителя
<b>Стадия 1: Зависимые ученики</b>	Ученики либо впервые знакомятся с предметом и темой, либо у них пока нет интереса, не развита внутренняя мотивация. Обучение строится вокруг фигуры ведущего.	Давайте четкие инструкции, контролируйте процесс и результат. Предлагайте задания с немедленной обратной связью. Вносите элементы из концепции edutainment, чтобы заинтересовать.
<b>Стадия 2: Заинтересован- ные ученики</b>	Ученики охотно выполняют задания, получают одобрение, начинают больше интересоваться предметом или темой. Ведущий вдохновляет, объясняет смысл заданий и предлагает поддержку.	Постепенно передавайте слово ученикам, для этого проводите управляемые дискуссии, предлагайте задания, где нет одного правильного ответа и нужно высказать свою точку зрения. Давайте конструктивную и поддерживающую обратную связь, создавайте больше возможностей для того, чтобы ученики получили похвалу от одноклассников.



**Стадия 3:  
Вовлеченные  
ученики**

Учитель и ученики на равных. Ученики готовы начать действовать автономно: их не так часто нужно контролировать, но им нужно руководство. Ученики заинтересованы, но все еще ждут поддержки и заданий от учителя.

Постепенно переставайте контролировать и ставить четкие задачи. Предлагайте ученикам самостоятельно ставить задачи, поддерживать друг друга в процессе, оценивать задания друг у друга. Давайте ученикам возможность что-то предложить и реализовать это самостоятельно.

**Стадия 4:  
Самонаправлен-  
ные ученики**

Ученики сами формулируют цели своего процесса обучения, выбирают упражнения на отработку, берут ответственность, знают, за какой поддержкой обратиться. Учитель уверен, что ученики не забудут, не бросят задачу.

Выступайте в роли консультанта, постоянно подчеркивая самостоятельность учеников. Обращайтесь к ним за советом. Учите их понимать, какая помощь и поддержка им нужны. Учите ребят самих проводить дискуссии или упражнения.

На какой стадии находитесь вы и ваши ученики? Есть ли в ваших классах люди, стадия ответственности которых отличается от большинства учеников в классе? Отметим, что даже взрослые люди, попадая в новую ситуацию, оказываются на стадии «зависимого участника». Если наши ученики находятся на первых двух стадиях, бесполезно требовать от них ответственности и самостоятельности. Нужно придумать стратегию перевода их на следующую стадию. С другой стороны, когда среди наших учеников есть те, кто готов «вырваться вперед», наша задача дать им возможность для формирования самонаправленности.

Ответственность повышает самооценку человека, помогает ему повзрослеть. Ответственность дает ощущение, что я могу на что-то влиять. На этом этапе у ученика появляется устойчивая внутренняя мотивация, появляется ощущение смысла.

Рассмотрим потребность наличия смысла в следующей главе.

# Потребность в наличии смысла: связано ли обучение с интересами самих учеников?

### Какие ошибки мы совершаем, называя тему урока или озвучивая задание?

Давайте посмотрим на типичные инструкции, которые мы даем:

- | «Откройте учебник на странице 165, найдите задание №3, приступайте к выполнению».
- | «А сейчас у нас командное задание. Поделитесь на 4 группы. Придумайте 10 идей и подготовьте выступление. У вас 15 минут».

Какие ошибки допущены?

Участники не понимают: что принесет задание; как группа будет работать с полученными результатами; почему они выполняют именно это задание. У участников возникает ощущение, что они делают задание ради учителя и их внутренняя мотивация падает. Что же можно сказать ученикам, объясняя смысл задания? Как часто то чему мы учим связано с реальной жизнью учеников и с их жизненным интересам?

### Способы заинтересовать учеников темой урока

Продолжите фразу «Это задание может помочь вам»...

- решить проблему,
- сделать вас увереннее в...
- потренировать навык ...
- закрыть пробелы в знаниях,
- закрепить изученное или интегрировать изученное,
- повысить энергию, настроение,
- сблизить участников, сплотить класс.

Приведем конкретный пример. Мы оказались на уроке русского языка. Тема этого урока – «сложно-подчиненное предложение». Какую мотивацию можно предложить ученикам?

Можно сказать следующее: «После этого урока вы сможете говорить интереснее, сможете делать более привлекательные посты в социальных сетях, ощущать себя увереннее в общении».

## Практическое задание для мотивации учеников

Потренируйтесь в продумывании мотивирующих инструкций к предстоящим темам ваших уроков, чтобы ваши ученики еще больше захотели к вам на урок. Напишите тему своего урока и продолжите фразу «После этого урока вы...»

№	Тема урока	После этого урока вы...
1.		
2.		
3.		

## Упражнение для развития смысловой сферы

Мотивацию учиться может укрепить осознание своих целей и ориентиров. Упражнение, которое мы сейчас предложим связано с развитием смысловой сферы учеников. Его разработал доктор пед. наук С.В. Тетерский[7]. Оно подходит подросткам от 12 лет и его можно выполнить в рамках классного часа, на тематическом занятии или даже в определенной части урока.

Предложите каждому ученику вспомнить 3 – 5 людей, которые его вдохновляют. Это могут быть люди, знакомые ему лично, ныне здравствующие, ушедшие или великие. Предложите начертить и заполнить такую табличку.

Вдохновитель (как зовут и кто он?)	Какой он? Какие качества вдохновляют нем?	Что спросите его при встрече? Какие вопросы зададите?	Чем отблагодарите?
Пример. «Шерлок Холмс»	Пример. «Находчивый, внимательный, остроумный, изобретательный, умный»	Пример. «Как тебе удается замечать так много мелочей? Почему ты так предан своему делу?»	Пример. «Пожму ему руку, скажу “спасибо”»

Важно делать это упражнение в спокойной обстановке, настроить ребят на его выполнение. Побуждайте учеников заполнить все столбы, мотивируйте их тем, что скоро раскроете «ключ» упражнения. Итак, возможно вы уже догадались, что это проективная техника, то есть техника, которая косвенным путем помогает больше понять про личность. Что же все это значит?

Вдохновитель (как зовут и кто он?)	Какой он? Какие качества вдохновляют нем?	Что спросите его при встрече? Какие вопросы зададите?	Чем отблагодарите?
Ключ. «Достижения этих людей в своей жизни вы повторите или даже превзойдете»	Ключ. «Это ваши отличительные качества. Возможно, это в вас сейчас скрыто, но это точно присуще вам».	Ключ. «Это направления ваших открытий. То, над чем вам стоит задуматься в жизни».	Ключ. «То, чем скоро будут благодарить и вас самих».

В основе этого упражнения принцип, который гласит: «Мы не можем заметить то, чем сами не являемся». Обычно ключ упражнения вызывает удивление, воодушевление, иногда скепсис. Но не оставляет ребят равнодушными и заставляет их задуматься о себе, своих качествах, устремлениях и будущей профессии.

Мы думаем, что иногда можно посвятить таким заданиям немного времени, чтобы создать основу для внутренней мотивации, повлиять на развитие у ребят смысловой сферы, сознательного отношения к учебе и своей жизни.

Итак, мы рассмотрели 6 ключевых потребностей в обучении. Изучили некоторые источники их возникновения и подумали, что можно сделать, чтобы эти потребности удовлетворить.

Есть ли у вас понимание, куда можно встроить предложенные инструменты?

Есть ли силы создавать свои подходы в работе с значимыми потребностями своих учеников?

Предложенные нами принципы и техники не дают исчерпывающую информацию о том, как можно направлять свой фокус внимания на потребности, связанные с мотивацией в обучении.

**Мы думаем, что просто важно периодически задавать себе эти вопросы:**

- Как у меня на уроке обстоят дела с физическим комфортом и социальной безопасностью?
- Делаю ли я достаточно, чтобы предоставить пространство для физической и интеллектуальной активности учеников?
- Какие небольшие действия с моей стороны могут помочь ученикам увлечься предметом или темой, как я могу повлиять на их интерес? Через что могу добавить положительных эмоций в процесс обучения?
- Направляю ли я внимание на сферу взаимоотношений, думаю ли о том, как давать конструктивную и поддерживающую обратную связь ученикам? Учю ли я ребят конструктивному и уважительному общению?
- Готов ли я периодически делиться своей властью и давать ребятам возможность для проявления инициативы и ответственности?
- Есть ли на моих уроках место и время для осмысления целей обучения? Помогаю ли я связать знания с реальной жизнью?

Спасибо за вашу пылкость и желание сделать свои уроки и образование лучше. Желаем вам успехов в вашем непростом и вдохновляющем труде!

1. Gerald O. Grow Teaching Learners To Be Self-Directed, 1991
2. Rogers, C. Freedom to Learn (3-rd edition) [Text] / C. Rogers, H.J.Freiberg. - New York - Oxford - Singapore - Sydney: Maxwell Macmillan International, 1994.
3. Авторский коллектив Ассоциации российских тренеров АРТа, пособие «Проектный менеджмент для педагогов: руководство к действию», 2018
4. Кобзева Н.А., Edutainment как современная технология обучения, 2012
5. Петрановская Л. ,методическое пособие для педагогов школ и школьных психологов «Травле – нет», 2018
6. Розенберг М., Язык жизни.Ненасильственное общение
7. Тетерский С.В., Сборник «Качели времени», 2013

- Фоксфорд — подразделение одного из крупнейших российских холдингов в сфере онлайн-обучения “Нетология-групп”
- Резидент Сколково и экспериментальная площадка ФИРО
- Более 1 700 000 школьников и 300 000 учителей
- Полный цикл создания образовательных продуктов: разработка методик и контента, создание платформ и интерфейсов
- Победитель конкурса “Виртуальная школа — 2017”

---

### Курсы для учителей

Образовательный контент от лучших преподавателей, изучив который вы сможете не только запастись новыми приемами для своих уроков, но и получить удостоверение о повышении квалификации или диплом о профпереподготовке.

В библиотеке курсов Фоксфорда более 100 как предметных, так и межпредметных курсов повышения квалификации и профпереподготовки. Пользователи платформы могут принимать участие в онлайн-конференциях, открытых занятиях и вебинарах, а также в выездных школах для педагогов и директоров.

Выберите подходящий курс на [foxford.ru/library/teacher](https://foxford.ru/library/teacher)

---

### Международный онлайн-конкурс и Олимпиада

Для детей Олимпиада Фоксфорда — это возможность оценить свои знания и сразиться со сверстниками в интеллектуальном турнире на международном уровне не выходя из дома. А также это возможность выиграть ценные призы и поездки в образовательные лагеря.

Фоксфорд проводит соревнования как по обычным школьным предметам, так и по неакадемическим (робототехника, логика, программирование и т.д.). Мы дарим дипломы и грамоты для учеников и сертификаты для учителей.

Подробнее о международном онлайн-конкурсе и Олимпиаде на сайте [special.foxford.ru](https://special.foxford.ru)

## Онлайн-тесты для ваших учеников

На платформе Фоксфорда учителя бесплатно используют онлайн-тесты как в качестве контрольных или проверочных работ на уроке, так и в качестве домашнего задания. Достаточно выбрать готовый тест, и ученики смогут выполнить задания в любое время с любого устройства.

### Онлайн-тесты Фоксфорда — это:

- | Соответствующие ФГОС авторские задания
- | Регулярно пополняемая база задач от лучших преподавателей России
- | Отслеживание результатов учеников в реальном времени
- | Экономия времени на проверке заданий
- | Выстраивание индивидуальных образовательных траекторий

**Выберите и задайте один из десятков тестов по основным дисциплинам с уровнем от входного тестирования до демо-варианта ЕГЭ на [digital.foxford.ru](https://digital.foxford.ru)**

---

## Курсы повышения квалификации с дополнительными материалами

После каждого занятия учитель получает готовые материалы для практической отработки навыков. Технические карты и планы уроков соответствуют ФГОС, экономят время на составление программы занятий и проверку домашних заданий.

### Направления курсов:

- Программирование на Python
- Программирование на Pascal
- Программирование в Scratch
- Робототехника
- Веб-разработка
- Ментальная арифметика
- Дискуссионные клубы на иностранном языке
- Настольные игры для изучения английского языка
- Педагогический дизайн

### Комплексное предложение:

- Цифровые УМК, соответствующие ФГОС: рабочая программа, технологические карты, дидактические и методические материалы
- Рекомендации и помощь по запуску кружка “с нуля” и организации занятий
- Обучение преподавателя методике преподавания и вебинары с экспертом



- Дистанционные технологии в формате “перевернутого класса” с использованием платформы Фоксфорд

Начать обучение на курсах можно в любое время. Программы обучения составлены экспертами Фоксфорда. **Узнайте подробнее и оставьте заявку на [program.foxford.ru](http://program.foxford.ru)**

---

## Образовательные лагеря и выездные школы для школьников

«Умный отдых» и очные занятия с преподавателями Фоксфорда для школьников. Сертификаты и доступ к курсам повышения квалификации для учителя.

- | Подготовка к олимпиадам и ЕГЭ/ОГЭ от ведущих преподавателей Фоксфорда в формате выездного интенсива. Результат - призовые места на Всероссийской олимпиаде школьников и перечневых университетских олимпиадах, а также в среднем +20 баллов на ЕГЭ/ОГЭ
- | Опытные вожатые и наставники обеспечивают интересный досуг на смене
- | Проверенные базы в России и за рубежом, идеальные для отдыха и обучения школьников

При наборе группы от 5 человек учитель едет бесплатно. Вы сможете обменяться опытом с преподавателями Фоксфорда и своими коллегами, поддержите ребят в стремлении достичь успехов в учёбе и получите доступ к курсам повышения квалификации.

Подробнее на [region.foxford.ru](http://region.foxford.ru)

## Наши контакты



[teacher@foxford.ru](mailto:teacher@foxford.ru)



+7 (495) 120-04-34,  
8 (800) 500-80-11

---

Использование сборника допускается в личных, информационных, научных, учебных, культурных целях (ст. 1273, 1274 Гражданского кодекса) с указанием авторов сборника и места его опубликования (добавить сайт, где сборник был опубликован). Использование сборника в иных целях осуществляется с предварительного письменного согласия правообладателя.

Вопросы и предложения по дальнейшим выпускам присылайте на [posobie@foxford.ru](mailto:posobie@foxford.ru).