Возможно ли учение без мучения?

 Советы школьникам День среднестатистического школьника начинается словами: «А-а-а... Не хочу в эту ... школу», а заканчивается фразой: «До выходных (каникул) еще два (три, четыре, пять) дня (недель, месяцев)» - нужное подчеркнуть. Естественно, школа - не курорт, но когда она начинает казаться тебе каторгой... стоит задуматься, а что можно сделать? Ведь большинство проблем себе создаем мы сами, как бы печально это ни звучало. Но раз создаем сами - можем сами и решить. Итак, что же нужно сделать, чтобы учение не становилось мучением? 1. Научись настраиваться на хорошее. То есть, лучше представлять, как ты занимаешься несложным (и потому любимым) трудом, пишешь записочки своей обоже, сидящей через парту, чем как страдаешь на контрольной по алгебре и мучительно ковыряешься в своих мозгах. Позитив в мыслях - вообще лучшая штука от хандры и неуверенности в себе. 2. Распланируй свой день. О, нет! Планировка - вовсе не обязательно толстенный ежедневник с исписанными страничками или листок у изголовья кровати, где все обозначено поминутно. Просто прикинь, сколько примерно часов тебе надо на ненавистную домашнюю работу, сколько останется на отдых, включающий в себя зависание в чатах и форумах, прогулки, просмотр горячо любимых MTV и Муз-ТВ. 3. Научись… ложиться спать. Чаще всего школьники жалуются на школу из-за колоссального «недосыпа», но никто не говорит, что же помешало им выспаться. Идея проста, как табурет - хочешь больше спать, ложись раньше. Понятное дело, когда эта огромная гора уроков не отпускает тебя в объятия Морфея (хотя тут тоже можно поспорить - не стоит оставлять уроки на позднюю ночь, см. п. 2). Но ведь чаще всего находятся другие причины? Ах, South Park идет, клевый мульт, пропускать не хочу… или интересный собеседник в ICQ - давай еще поболтаем… или подруге надо позвонить, или, или… Большинство «важных» дел можно перенести на другой день или вообще отменить. А вставать будет значительно легче. 4. Не воспринимай учителей как врагов. Они тоже люди, да-да! И многие из них - очень даже неплохие. А вот если ты заранее предвзято относишься к преподавателям, ждешь от них подвоха и при каждом замечании смотришь на них прищуренными недоверчивыми глазами, они начинают реагировать соответственно. Я уж и не говорю о прекрасной перспективе проводить день за днем «в тылу врага», который ты выдумываешь себе сам. 5. Не откладывай ничего на «когда-нибудь, но только не сейчас». Если постоянно себе говорить: «А сочинение я напишу завтра. Нет, послезавтра. А, у меня все равно крайний срок - суббота. В пятницу напишу…», то рано или поздно накопится такое количество работы, что выполнить за один день ее будет действительно нереально. И ты ее не выполнишь. И получишь заслуженного «лебедя» напротив своей фамилии в журнале. А это точно не обрадует тебя, к тому же появится «хвост», который надо будет подтягивать. Если ты и это будешь откладывать на завтра, то к концу четверти рискуешь провести несколько дней в постоянной погоне за учителями с криками «Ну примите!», «Я принес доклад!», «А что мне еще принести?» и т.д. Ну и последнее, и едва ли не самое главное: 6. Отдыхай! Не надо воспринимать учебу как бесконечный страшный марафон, который прерывается лишь на время каникул. Если будешь круглосуточно думать только об «этой чертовой контрольной», «дуре-математичке» и тому подобным ужасам, не то, что учиться - жить не захочется! В свободное время занимайся любимыми делами, расслабляйся и помни - школа придумана, чтобы легче было усваивать знания, а не чтобы отравить жизнь всем подросткам мира. Удачи в учебе, и не только!

Автор: Татьяна Мансурова
Источник: <http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-5037/>
© Shkolazhizni.ru