**«Комфортность – это условие жизни, прибывания, обстановка, обеспечивающие удобство, спокойствие и уют».**

(С.И.Ожегов)

Здоровье обучающихся, его социально – психологическая адаптация, развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Исследованиями установлено непосредственное влияние на формирование здоровья обучающихся условий внутришкольной среды, одной из которых является комфорт. От того , насколько комфортно ему в школе, зависит качество образования и психологическое здоровье обучающихся. В настоящее время большое количество обучающихся испытывают неустойчивое, дискомфортное состояние, затрудняющее выполнение ими школьных требований, испытывающих трудности в общении с педагогами и сверстниками. Это особенно видно в работе с обучающимися вечерней школы. Решение этой проблемы вижу в достижении обучающимися комфорта во время учебного процесса как состояния и качественной характеристики их деятельности. Существуют три структурные составляющие данного понятия. Комфортность: \* Психологическая

\* Интеллектуальная

\* Физическая

**Психологическая комфортность-** это такое состояние, возникающее в процессе жизнедеятельности , которое указывает на состояние радости, удовольствия, удовлетворения, испытываемые обучающимися, находящимися в учебном учреждении; это условия жизни, при которых любой человек чувствует себя спокойно, ему нет необходимости от кого-либо защищаться. Составляя конспект урока, я всегда знаю, для кого я это делаю, учитываю возрастные и индивидуальные возможности обучающихся. Считаю, что источником психологической комфортности является:

* положительное эмоциональное состояние как обучающихся так и учителя;
* доброжелательное отношение между учителем и обучающимися.

**Как добиться психологической комфортности на уроке?**

* использую в своей работе просьбы, а не требования;
* использую методы словесного убеждения, а не агрессивное словесное воздействие;
* использую компромиссные решения спорных вопросов , а не открытую или скрытую конфронтацию;
* не допускаю стрессообразующих ситуаций;
* использую на уроках методы эмоциональной разрядки (шутка, улыбка, поговорка, афоризм с комментариями).

**Принцип психологической комфортности является ведущим , т.к он предполагает снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание в школе атмосферы толерантности.**

**Интеллектуальная комфортность – это удовлетворенность обучающихся своей мыслительной деятельностью и ее результатами на уроке, а также удовлетворение потребности в получении новой информации.** Хорошо известно, что в подавляющем большинстве только 25-30% обучающихся успешно усваивают наиболее трудные предметы: математику, физику, химию. Остальные либо лучше справляются с гуманитарными предметами, либо плохо успевают почти по всем предметам. Фундаментальная человеческая потребность в самоутверждении заставляет обучающихся занижать ценность школьных знаний , любознательности, старательности, исполнительности, что связано с образом хорошего ученика и хорошей успеваемости.

**Как добиться интеллектуальной комфортности на уроке ?**

* использую смену видов учебной деятельности на уроке;
* использую методы, способствующие активизации и творчеству самовыражения самих обучающихся;
* наличие внешней мотивации (оценка, поддержка);
* стимулирую внутреннюю мотивацию обучающихся ( стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу);
* создаю ситуацию успеха на уроке (необходимо постоянное поощрение интеллектуальных способностей обучающихся);
* оценка должна помогать учебе, а не мешать учиться.

**Физическая комфортность обучающихся – это соответствие его телесными, соматическими потребностями и предметно –пространственными условиями внутришкольной среды.**

Состояние физической комфортности несет с собой чувство удовлетворенности собственной деятельностью, что ведет к индивидуальному росту каждого обучающегося.

**Как добиться физической комфортности в условиях вечерней школы?**

* соблюдение питьевого режима;
* соблюдение гигиенических условий и норм СанПина по рациональному освещению, проветриванию и температурному режиму в кабинетах.

Выводы:

* необходимо уважать обучающихся;
* не навреди, а ищи в них только хорошее;
* замечай и отмечай малейшие успехи обучающихся;
* ошиблась – извинись, но стараюсь не ошибаться;
* оценивай поступок, а не личность;
* хвали ученика в присутствии коллектива, а ругай наедине;
* даю возможность обучающимся ощутить веру в них.

Высокая степень напряженности, как правило, наблюдается у обучающихся, у которых психологическая адаптация была связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций.

**Наши успехи**

**По результатам итоговой (государственной) аттестации и в связи с достигнутыми успехами в изучении математики мои обучающиеся 12-х классов:**

* **Халтурин Владимир**
* **Черепанов Александр**

**администрацией школы были награждены грамотами.**

**В 2012-2013 учебном году с учеником «Бауманского лицея №18» Сабанцевым Александром, научным руководителем которого я являюсь, участвовали во Всероссийском заочном конкурсе «Познание и творчество» в номинации «Увлекательная математика (5-6кл.) . Сабанцев Александр награжден дипломом национальной образовательной программы «Интеллектуально – творческий потенциал России» , стал лауреатом Всероссийского заочного конкурса «Познание и творчество».**