## Психологический настрой урока на процесс обучения

Форма проведения: пед.совет

Дата: 22 ноября 2013 года

Докладчик: Самойлова С.В.

В настоящее время учёные в области педагогики и психологии, учителя - практики говорят и пишут о гуманизации образования, об индивидуальном подходе к ученику в процессе обучения и воспитания, о внимании к каждому ребёнку, о создании в школе психологического комфорта. Да, пришло то время, когда, именно, важнейшим условием для развития личности школьника является психологический комфорт на уроке.

Словарь Ожегова определяет понятие «комфорт» как бытовые удобства. Наша речь пойдёт о комфорте психологическом.

Не для кого не секрет, что создание положительного настроя перед любым видом деятельности - важнейшая составляющая часть при дальнейшей работе. Атлет, придя на тренировку, не хватается за штангу без разминки, каратисты начинают с медитации. Нужен настрой на определённый тип работы, деятельности. Для этого существует процедура «вход в класс». Сама процедура может быть разной. В зависимости от возраста учащихся и опыта учителя, учебного предмета и других условий. Несколько лет назад распространённым входом в класс был такой: все встали, замерли, посмотрели в глаза учителю. По команде сели. Не хочу сказать, что он плох. Всё хорошо или плохо только в зависимости от конкретных условий. Скажу только, что это не единственный способ на сегодняшний день и явно недостаточный.

К сожалению, сегодня в образовательном процессе присутствуют негативные тенденции явления: падение интереса к знаниям, пропуски уроков учащимися, жалобы родителей и учащихся на поведение учителей, конфликтные ситуации, возникающие на уроках. Постоянное состояние повышенной тревожности учащихся на уроках приводит к нервным срывам. Всё это приводит к тому, что в школе ребёнок не чувствует себя безопасно и комфортно, а ведь задача школы - создать такое психологическое пространство, чтобы в нём было хорошо каждому ребёнку. В современных образовательных системах принцип психологической комфортности является ведущим. Он предполагает снятие по возможности всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание не только в школе, но и на каждом уроке такой атмосферы, которая расковывает детей, и в которой они чувствуют себя «как дома».

Ещё в 1941 году психологом Джонсоном был введён термин «Школьная фобия». Это не просто нежелание ребёнка посещать школу, а невротическое состояние, характеризующееся расстройством сна, повышенной тревогой, сопровождающееся расстройством пищеварения, энурезом, тиками, при этом могут обостриться хронические заболевания - гастрит, язва, астма.

Существует два вида школьной фобии:

1. Боязнь школы .

2. Боязнь учителя.

Что может ещё оказать разрушительное воздействие на психику ребёнка?

- скука;

- предельное напряжение умственных сил ребёнка в процессе выполнения домашних заданий;

- перегрузки;

- педагогический и родительский психоз отличных отметок;

- нервозность школьной обстановки, в которой царит торопливость, напряжение и т. д.

Однако психологическая комфортность необходима не только для развития ребёнка и усвоения им знаний, от этого зависит физическое состояние детей.

Нельзя допустить у детей комплексов неуверенности в себе. В классе не должно быть деления на хороших и плохих, умных и глупых. Каждый ребёнок должен ощущать веру учителя в свои силы.

Задача каждого учителя организовать определённую систему мер по созданию психологического комфорта, настроя всего урока в целом и это положительно скажется на всём процессе обучения.

Давайте попробуем сегодня вместе разработать такую систему мер.

С чего начинается урок? Любой ответит - с вводной части. А точнее учитель начинает урок с настройки. Или как сейчас говорят с оргпсихологического момента. Он позволяет настроить учеников, организовать их внимание.

Здравствуйте! Этим словом принято приветствовать друг друга при встрече. Мы уже привыкли к подобным приветствиям и отвечаем на них почти автоматически. А как можно по -другому поприветствовать друг друга? Например:

- Здравствуйте, ребята! Мы как всегда рады видеть друг друга и готовы к совместной творческой работе. Перед вами на столах лежат полоски : красная, синяя, зелёная. Посмотрите на них внимательно и выберите ту, которая соответствует вашему эмоциональному настроению именно сейчас. Красный цвет - вы полны энергии, готовы активно работать. Зелёный цвет - вы спокойны. Синий цвет - вы испытываете чувство тревоги, беспокойства.

- Первые фразы могут звучать по - разному, но всегда доброжелательно и настраивать на деловой лад. Например: Здравствуйте мои дорогие, я рада вас видеть. Усаживайтесь поудобнее, мне поскорее хочется вас научить. Или . Сегодня замечательное утро, какие добрые у вас лица и умные глаза, приступим к делу. Добрый день всем! Надеюсь вы все здоровы и дома у вас всё в порядке. Сегодня у нас на уроке будет много интересного!

- стихотворная зарисовка: долгожданный дан звонок, начинается урок. Здравствуйте юные любители природы, я рада приветствовать вас на уроке, где мы узнаем много интересного и удивительного.

- «Век живи - век учись», «с малой удачи начинается большой успех.» - девиз урока.

Знакомство с планом урока можно сделать в полушутливой форме: « сначала мы вместе восхитимся вашими глубокими знаниями, а для этого проведём маленький устный опрос. Потом попробуем ответить на вопрос…. затем потренируем мозги - порешаем задачи. И наконец вытащим из тайников памяти что - то ценное, т. е. займёмся повторением.

- хорошей настройкой на урок может стать короткое музыкальное введение.

- можно начать урок с традиционного разбора домашнего задания или интеллектуальной разминки - два, три не слишком сложных вопроса на размышление.

Возможны и другие варианты вхождения в класс.

Педагогу стоит учитывать , какой это урок в расписании - после завтрака или физкультуры, первый в понедельник или последний в пятницу, потому что в этом случае приходится разрешить дожевать пищу, отдышаться и привести себя в порядок, разбудить или успокоить.

Продумывая вход в урок , целесообразно помнить о связи между работоспособностью учащихся и временем урока.

Динамика активности обучающихся на уроке

1 - 4 минуты - врабатываемость в урок ( орг. момент)

5 - 20 минуты - самая высокая работоспособность ( новый материал, сам. работы)

21 - 35 минуты - снижение работоспособности ( закрепление материала)

36 - 40 минуты - полное утомление( подведение итогов, дом. задание)

Элементы цветотерапии - один из компонентов, которые также можно успешно использовать. Например, наличие комнатных растений благотворно влияет не только на органы дыхания, но и на цветовосприятие. Цвет необходимо учитывать и в дизайне кабинета.

Не нужно забывать и о том, что отдых - это смена видов деятельности. Нормой считается смена 4 - 5 видов деятельности.

Положительно воздействуют на психоэмоциональную сферу релаксационные паузы, фиксирование, любование явлениями природы - внезапным листопадом за окном, танцем снежинок ( любование рассветом).

В некоторых случаях можно ставить оценки в кредит. Это шанс для ученика проявить себя и доказать свою состоятельность. ( случай с Фоменковым Валерой)

Хорошая, продуманная презентация , просто показ слайдов - раскрепощает и настраивает детей на плодотворную работу.

Медики и педагоги считают, что массаж благотворно влияет на нервную систему. Таланты детей находятся на кончиках их пальцев - утверждают известные психологи. Самомассаж пальцев рук снижает усталость, уменьшает мышечное и эмоциональное напряжение. Всего 60 секунд и вы включили основные системы организма на полные обороты.

Достижение обязательных результатов обучения всеми учащимися становится на современном этапе одной из важнейших задач обучения. Естественно , что их уровень проверяется учителем посредством контрольных работ различного типа. Не для кого не будет секретом, что во время проведения контрольной работы большинство учащихся испытывают состояние тревоги. Подумаем, как можно управлять этой ситуацией, чтобы необходимая процедура контроля проходила для детей в наиболее комфортных условиях.

Первый этап- подготовка учащихся к контрольной работе : повторить пройденное, разобрать наиболее трудные вопросы.

Второй этап - нацелить детей на свою деятельность, для этого необходимо детям ответить на вопрос: «Что бы вы хотели знать перед тем, как приступить к контрольной работе? Естественно к целеполаганию учащиеся привыкнут не сразу. Но в ходе постоянного применения данной методики у детей сложится основа мотивации дальнейшей деятельности по подготовке к контрольной работе.

Ни для кого не секрет, что профессия учителя относится к разряду стрессогенных и требует от него больших резервов самообладания и саморегуляции. Создать психологический комфорт для ученика может учитель, которому и самому комфортно на уроке. Обеспечить эмоциональное благополучие ребёнка может только эмоционально благополучный педагог. Сейчас очень много говорят о проблеме эмоционального выгорания. Психологические службы проводят семинары для поддержки учителя. В прошлом году у нас был пед. совет на данную тему.

Напомню вам восточную притчу о трёх камнетёсах. « Однажды путник набрёл в горах на трёх камнетёсов. Они были грязны от пыли и рубахи их мокры от пота. Что ты делаешь? Спросил путник у первого камнетёса. Я зарабатываю на хлеб насущный для своей семьи, мы еле - еле сводим концы с концами. Что делаешь ты? Спросил путник у второго камнетёса. Он был таким же уставшим, но в нём не было обречённости. Я работаю. Отвечал второй камнетёс. Моя работа такая же как у всех, не лучше и не хуже. А третий камнетёс на вопрос путника ответил: Я строю храм! И путника поразило, насколько одухотворённым было его лицо.

Работа учителя трудна и не всегда благодарна, но подобно камнетёсу, отсекая лишнее, учитель строит будущее, воспитывая человека. Огонь разжигается огнём, личность формируется личностью.

Учитель - это актёр не имеющий права фальшивить. Из - за его фальши пострадает не только кошелёк зрителя, а чья - то жизнь.

Великий Песталоцци говорил: « Дети должны видеть на моём лице, что их счастье - моё счастье, их радость - моя радость.»

Одним из факторов обеспечения психологического комфорта на уроке является создание ситуации успеха на уроке. Об этом много сейчас говорят и пишут. Успех рождает сильный дополнительный импульс к активной работе, содействует становлению достоинства ученика, а это залог положительного отношения к учению, школе, науке, труду как таковому.

Каковы же эти условия?

1. Обязательное условие: атмосфера доброжелательности в классе на протяжении всего урока: улыбка, добрый взгляд, внимание друг к другу, интерес к каждому, расположенность, мягкие жесты.

2. Снятие страха - авансировать успех, т. е. объявить о положительных результатах до того , как они получены.

3. Ключевой момент. Высокая мотивация предлагаемых действий: во имя чего? Ради чего? Зачем?

4. Реальная помощь в продвижении к успеху - скрытая инструкция и пути её выполнения.

5. Краткое экспрессивное воздействие - педагогическое внушение, собранное в яркий фокус ( за дело! Приступаем!)

6. Педагогическая поддержка в процессе выполнения работы ( краткие реплики или мимические жесты)

7. Оценивание - оценка не производится в целом , она не произносится сверху, она ставит акцент на деталях выполненной работы. Здесь много вариантов, что сказать ученику:

- Это великолепно! Молодец! Ты сегодня сделал лучше , чем вчера! Благодарю за работу! Вы меня порадовали! Вы превзошли мои ожидания! У вас сегодня всё получилось! Я поражена вашими знаниями! Уже намного лучше! Грандиозно! Продолжай также хорошо работать! Это достижение. Я ценю то, что ты сделал!

Ожидание успеха - это прекрасно. С одной стороны - это благо, это состояние уверенности, защищённости, опоры на самого себя. Но с другой стороны - опасность переоценить свои возможности, успокоиться. Но ясно одно - неуспех - собственный разумеется - любить нельзя, радость он не приносит , но уважать его следует.

Мудрость здесь в том, чтобы радость успеха не порождала чрезмерное благодушие, а страх возможного поражения не парализовал волю.

Уроки нужно строить так, чтобы детям действительно было интересно и комфортно. В этом помогут разные виды уроков: уроки - игры, мастерские, КВН и т. д.

Систему мер по созданию психологического комфорта можно разделить на две группы

1 группа: Что можно?

- объективно оценивать учащихся, уважительно вести диалог с детьми, воспитывать добротой и т. д.

2 группа: Что нельзя?

- унижать личность, проявлять личную неприязнь к ученику, допускать бестактность, оскорблять, говорить повышенным тоном и т. д.

**Золотые правила психологического комфорта на уроке:**

1. Не пытайтесь за каждым отрицательным поступком школьника видеть только отрицательные моменты.

2. Тщательно готовиться к уроку, не допускайте даже малейшей некомпетентности в преподавании своего предмета.

3. Школьники склонны охотнее выполнять распоряжения учителей при опосредованном способе воздействия.

4. Школьника можно изменить к лучшему с помощью специальных приёмов оценки его личности.

5. Совместная деятельность сближает людей и повышает их авторитет, если она хорошо организованна.

6. Предусмотрительность и корректность поведения учителя снижают напряжение в общении.

**Памятка учителю.**

1. Уважай мнение ребёнка!

2. Не навреди! Ищи в детях хорошее. Порицай не за ошибки, а за бездействие!

3. Замечай и отмечай малейший успех ученика. От постоянных неудач дети озлобляются.

4. Не приписывай успех себе, а вину ученику.

5. Ошибся - извинись, но ошибайся реже. Будь великодушным, умей прощать.

6. На уроке создай ситуацию успеха.

7. Не кричи, не оскорбляй ученика ни при каких обстоятельствах.

8. Хвали в присутствии коллектива, а ругай наедине.

9. Только приблизив к себе ребёнка можно влиять на развитие его духовного мира.

10. Не ищи в лице родителей средство для расправы за собственную беспомощность в общении с детьми. Проблемы по возможности решай с самим воспитанником, а не с его родителями.

11. Оценивай поступок, а не личность. Сравнивай результаты воспитанника только с его прошлыми успехами.

12. Пресекай попытки высмеивать неправильные ответы другими детьми.

13. Дай ребёнку ощутить , что сочувствуешь его, веришь в него, хорошего мнения о нём, несмотря на его оплошность.

14. Обращайтесь к школьникам по именам.

Своё выступление хотелось бы закончить ещё одной притчей.

Жил мудрец, который знал всё. Один человек захотел доказать, что мудрец не такой уж и мудрый и всё знать не может. Зажав в ладонях бабочку, но спросил: « Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мёртвая или живая? « а сам думает: « Скажет живая - я её умерщвлю, скажет мёртвая - выпущу». Мудрец, подумав, ответил: « Всё в твоих руках».

В наших руках возможность создать в школе такую атмосферу, в которой дети будут чувствовать себя уютно, успешно, комфортно.

Наша главная задача обеспечить всем комфорт.

И тогда придёт удача, и успех урок наш ждёт.

Ведь учитель в каждой школе друг, наставник, проводник.

Потому что в нашей доле очень важен ученик!