

**НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ЦЕНТР  
ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ НАПН УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК  
УКРАЇНИ**

**Калошин В.Ф., Гоменюк Д.В., Дімітрієва Т.Д.**



**КОРИСНИЙ ПОРАДНИК  
ДЛЯ  
ПЕДАГОГА  
Київ 2020**

Схвалено Педагогічною радою Навчально-наукового центру професійно-технічної освіти НАПН України (протокол № 4 від 23.01.2020 )

Калошин В.Ф. Гоменюк Д.В., Дімітрієва Т.Д. Корисний poradnik педагога. – К.: ННЦ ПТО НАПН України, 2020. – 145 с.

В цьому посібнику наведені практичні поради, які можна використати в різноманітній щоденній діяльності педагога. При розробці збірника автори орієнтувалися на сучасні інноваційні інструменти: педагогіку успіху, педагогіку співробітництва, педагогіку творчості, позитивне мислення.

Матеріали посібника будуть корисними для широкого загалу освітян, які виконують складне та відповідальне завдання – навчання та виховання активної, творчої та оптимістичної молоді.

Посібник підготували: кандидат технічних наук, доцент, старший науковий співробітник, Заслужений працівник освіти України Калошин В.Ф., кандидат педагогічних наук, Заслужений працівник освіти України Гоменюк Д.В., Дімітрієва Т.Д.

## ЗМІСТ

Передмова	4
Поради на кожен день	7
Поради щодо застосування дидактичних принципів	12
Принцип свідомості та активності	12
Принцип наочності	14
Принцип системності та послідовності	14
Принцип міцності	16
Принцип доступності навчання	18
Принцип науковості	19
Принцип виховного навчання	20
Принцип колективізму та індивідуального підходу до здобувачів у навчанні	21
Поради щодо підвищення ефективності уроку	24
Поради щодо формування в здобувачів інтересу до навчання	29
Поради щодо формування мотивації в здобувачів	31
Поради щодо самостійної роботи здобувачів	33
Поради щодо саморозвитку здобувачів	35
Поради щодо розвитку творчих здібностей	36
Поради щодо творчості в щоденній педагогічній діяльності	39
Поради щодо організації діалогу з здобувачами	41
Поради щодо управління настроєм	45
Поради щодо спілкування з «важкими» здобувачами	47
Поради щодо роботи з агресивними здобувачами	51
Поради щодо подолання конфліктів	53
Поради педагогу в ситуації конфронтації зі здобувачем	59
Поради щодо підтримки дисципліни здобувачів	64
Поради щодо подолання стресу	67
Поради щодо виховання здобувачів	75
Поради щодо створення ситуації успіху	80
Поради здобувачу щодо розвитку уваги	87
Поради здобувачу щодо розвитку пам'яті	89
Поради здобувачу щодо самонавчання	95
Поради здобувачу: будь переможцем	101
Поради педагогів батькам здобувачів	104
Загальні поради педагогу	107
Поради педагогу: будьте оптимістом	113
Потужні цитати, які будуть рухати Вас вперед	120
Післямова	123
Додаток	125
Джерела	146

## ПЕРЕДМОВА



Ви педагог? Погляньте на своє життя. Пригадайте, які відчуття викликають у вас зауваження керівництва навчального закладу, буркотіння батьків, примхи здобувачів? Як ви переносите зраду, брехню? Вам знайомі страх, тривога, відчуття провини? Ви знаєте, що таке самотність? Вас турбує стан здоров'я? Як ви реагуєте на підвищений тон у розмові, окрики, сльози? Чи буваєте недовірливими, драгівливими, знервованими? Вас не мучить безсоння? Наскільки важко переносите втрату парасольки, гаманця, смартфона? Чи збулись ваші давні мрії та бажання? Ви з задоволенням йдете на роботу в навчальний заклад? А повертаєтеся додому ви теж із задоволенням? А у вас виникало бажання все кинути і поїхати абикуди? Вам буває просто погано? Буває? А вам знайоме відчуття, що «всі вас дістали»? А ви... Цей перелік можна продовжувати нескінченно.

Ви працюєте в закладі професійної освіти? Тоді вам можуть поспівчувати колеги, які працюють у школах. Так історично склалось в нашій країні, що до закладу професійної освіти приходять учні, менш мотивовані до навчання, ті, які мали проблеми з дисципліною в школі, зрештою ті, кого загальноосвітні навчальні заклади «дотягли» до 9 класу і з радістю видали на руки документ про неповну освіту.

Дійсно робота педагога — величезне випробування. Ми часто відчуваємо роздратування, спустошеність, невдоволення собою, здобувачами, усім на світі. Приходимо додому виснаженим, не здатними на позитивні емоції. Кому не хочеться після цього усамітнитися? Певно, кожна родина педагогів страждає від цього. Іноді здається, що всі зусилля - марні, а професія, яку свідомо обрали - безглузда діяльністю.

Педагоги знають, наскільки важко «тримати» аудиторію, щоб здобувачі професійної освіти (далі здобувачі) займалися на уроці своєю основною справою — навчалися. Перед вами навчальна група, кожен член якої - особистість зі своїм характером, уподобаннями та проблемами, серйознішими за математику чи географію чи спецпредмет. Здобувачі дуже різноманітні, і в певних ситуаціях стають

агресивними, упертими, пасивними, егоїстичними, неговіркими, галасливими, літають думками у хмарах,— від цього дійсно можна збожеволіти!

А до цього додаються батьківські нарікання на те, як їм важко виховувати власних дітей. І, напевно, кожному педагогу хочеться викрикнути: «Господи! Ану ж бо, уявіть, що їх у вас сорок, в одному класі, всі разом і що на вас ще лежить відповідальність хоч чомусь навчити їх?».

Робота педагога - велике навантаження на психіку, тому що увесь час перед ним постають нові й складні завдання, без часу на обмірковування або вибір кращого рішення. Мабуть тому майже третина вчителів вважають свою роботу стресовим заняттям, що призводить до апатії, депресії, песимізму, хвороб, «професійного вигорання педагога». До 80% вчителів постійно перебувають у *передстресовому стані*, що негативно впливає на здоров'я, стосунки із колегами та здобувачами, і, зрештою, на ефективність освітнього процесу. Звичайно, такий стан притаманний і педагогам закладу професійної освіти, що суттєво ускладнює їх діяльність.

***Варто зауважити, що в роботі педагога формування готовності до дій ускладнюється також тим, що різні її компоненти можуть мати протилежні спрямованості.*** Так, інтелектуальність — це і компонент готовності, як розуміння завдань і обов'язків, і основна складова самої діяльності - знання свого предмета й розуміння його проблем. Емоційність - настроєність на даний момент, і емоційність як комунікативна культура педагога. Ці два компоненти готовності не завжди гармоніюють між собою.

Наприклад, підвищений емоційний настрій, наснага, контакт з аудиторією призводять до того, що здобувачі після занять мають прекрасний настрій, але розум не отримав ніякої інформації. Розповідь була дуже цікавою, але про що?... А іноді урок буває інформаційно насиченим, але таким нудним, що за кілька хвилин підопічні засинають. Буває і так, що педагог легко працює, доки аудиторія поводить себе так, як планувалося, але, якщо у ставленні здобувачів до педагога виникають якісь непередбачені зміни, це відразу викликає труднощі у викладанні.

Педагогу доводиться кілька разів протягом дня відновлювати в собі стан готовності, приводити в гармонію всі його компоненти. Звичайно, це призводить до значних психічних навантажень.

Психологи відмічають, що на кожному уроці виникає від 25 до 150 ситуацій психологічної несумісності педагогів і здобувачів.

За даними Всесвітньої психіатричної спілки, майже у кожного педагога трапляються психічні розлади та моральні виснаження.

Робота педагога іноді нагадує діяльність військового льотчика, який при виникненні критичної ситуації повинен в короткий час (іноді

миттєво) прийняти адекватне правильне рішення, бо інакше... Щоб допомоги льотчику в екстремальних ситуаціях розроблені чіткі, короткі («без води») інструкції, які допоможуть вижити і вийти зі складної ситуації з мінімальними втратами.

То ж настав, мабуть, час створити подібну інструкцію і для педагога, який постійно працює в екстремальних умовах.

Саме цей посібник і є такою своєрідною інструкцією, яка охоплює майже всі грані діяльності педагога: навчальний та виховний процеси, вирішення міжособистісних конфліктів, подолання стресів, взаємодію з «важкими» здобувачами, здобувачами, формування в них інтересу, мотивації до навчання тощо.

Підготовлена публікація - життєстверджуюча філософія успішного педагога-оптиміста. При її розробці автори орієнтувалися на сучасні інноваційні інструменти: педагогіку успіху, педагогіку співробітництва, педагогіку творчості, позитивне мислення.

Сподіваємось, що приведені в ньому поради допоможуть Вам приймати зважені рішення в умовах, коли потрібно миттєво діяти, а також будуть сприяти Вам стати успішним і позитивним педагогом та зробити важливий крок до створення успішної та радісної життєдіяльності своїх підопічних.

Ставши на цю шляхетну дорогу, педагог постійно займається рефлексією свого досвіду, відкриттів, поразок та досягнень, задає собі безліч питань, що дозволяє удосконалити себе та оптимізувати свій шлях до пізнання себе, особистості учня та значно покращити стосунки з ним. І в цьому йому допоможуть основні матеріали цієї книги та додаток до них.



## ПОРАДИ НА КОЖЕН ДЕНЬ

*Учитель повинен пишатися слабкими учнями, яких він зробив сильними.*

*Шалва Амонашвілі*

1. Будьте оптимістами! Педагогіка - наука суто оптимістична (втім, як і будь-яка наука; песимістичний тільки дилетантизм).
2. Не забувайте: в педагогіці вирішальне значення має перший момент: вхід до аудиторії, перші уроки, перше знайомство з дітьми - все перше.
3. Пам'ятайте: ваша головна справа - це спілкування з дітьми. Вмійте відчувати радість від зустрічі з дитиною. Сумних діти тихо ненавидять.
4. Не стирчіть на очах у дітей без діла.
5. Давайте своє тепло, ласку не тим, хто на них напрошується або хто вам подобається, а тим, кому це особливо необхідно.
6. Якщо ви сумніваєтеся, як вчинити, краще не поспішайте. «У сумніві - утримуйся».
7. З перших днів дисциплінують себе. Педагог повинен бути завжди у формі, завжди підтягнутий, завжди в гарному настрої. Користуйтеся правилом Карнегі: «Якщо хочеш бути щасливим - будь ним!»
8. Вчіться вітатися з дітьми, це дуже важливо. Тонем, яким ви говорите просте «Доброго дня», теж можна виховувати.
9. Постарайтеся всіма можливими способами дізнатися про ваших здобувачів всю таємницю: як вони вчилися, як жили, якими були раніше, які мають захоплення, сильні сторони. Час, витрачений на встановлення довірчих і чесних відносин з вашими здобувачами, окупиться у сто крат, будьте впевнені.
10. Не соромтесь від своїх помилок, вмійте їх визнавати. Діти, на відміну від дорослих, завжди прощають нам помилки. Діти дуже поблажливі до дорослих.
11. Хваліть самого себе три рази в день вранці, вдень і ввечері. Застосовуйте таку магічну формулу самонавіювання: «Я - геніальний, найбільший, досконалий Педагог, всім Педагогам Педагог; мене здобувачі слухають, мене батьки поважають, мене адміністрація любить, а вже як я сам себе люблю, це і сказати не можна ».
12. Умійте бути ледачим! Недолік багатьох педагогів в тому, що вони розвивають бурхливу діяльність, але забувають думати. Пам'ятайте: думати - ваша головний обов'язок.
13. Умійте бути дітьми. Грайте з дітьми, шуткуйте, співайте. Сприймайте своє викладання як продовження дитинства.
14. Не бійтеся здобувачів, адже вони бояться вас більше.
15. Не брешіть своїм здобувачам, вони цього не прощають.

16. Не будьте лицеміром, цю рису характеру здобувачі відчують відразу.

17. Слухайте кожну дитину серцем, співчуйте своїм підопічним.

18. Не чіпляйтеся до здобувачів через дрібниці, бо не існує ідеальних людей.

19. Виконуйте самі все те, що вимагаєте від здобувачів:

якщо просите здобувачів не спізнюватися, зустрічайте їх на порозі навчального закладу;

якщо не любите запізнень на урок, починайте організаційний момент водночас із дзвінком;

якщо задаєте завдання додому, то завжди перевіряйте його.

20. Не бійтеся розмовляти з батьками здобувачів, розповідайте їм про досягнення і помилки їх дітей. Сміливо відстоюйте свою позицію, якщо впевнені у правоті.

21. Як спілкуватися з батьками? Точно так же, як з їх дітьми. Деякі наївні люди радяться з батьками, читають їм лекції тощо. Не робіть таких дурниць. Пам'ятайте: дорослі - це дуже втомлені діти. Виходьте також з принципу: не батьки повинні виховувати дітей, а навпаки, діти - батьків.

22. У відносинах з адміністрацією оптимальною є така тактика: погоджуйтеся абсолютно з усіма, що вам будуть радити або наказувати, але робіть тільки те, що самі вважаєте за потрібне. І не рвіть до кар'єри. Пам'ятайте, що відмінність директора від викладача полягає в тому, що його легко зняти з роботи, а педагога важко.

23. Навчіться вибачати своїм колегам і, звісно ж, здобувачам.

24. Дорожіть довірою та любов'ю здобувача до вас, адже це найдорожче, що є в нього для вас.

25. Найбільшим вашим подарунком для здобувача може стати той час вашого життя, що ви приділяєте йому.

26. Більше думайте про те, що відчуває здобувач, аніж про те, як він поводить. Часто поведінка здобувача залежить від емоційного стану.

27. Почуття здобувача, як і ваші, не вічні. Він, як і ви, не може злитися, ненавидіти й засмучуватися постійно. Це минеться.

28. Пам'ятайте, що здобувач вчиться у вас і намагається вас наслідувати.

29. Будьте щирими із здобувачем завжди й у всьому: коли виражаєте свої почуття, коли слухаєте його, коли робите зауваження та ін. Якщо схвалюєте — схвалюйте щиро! Радійте щиро! Якщо ви говорите і думаєте одне, а відчуваєте зовсім інше, здобувач це бачить і страждає від сум'яття та непевності в усьому.

30. Ваші здобувачі повинні знати - вам дуже важливі їхні успіхи. Вам доведеться взяти на себе відповідальність за їх неуспішність. Якщо їм нудно, вони втомилися, їм хочеться зайнятися чимось іншим, то причина цього тільки ви.

31. Не шукайте винних, а шукайте вирішення проблеми.

32. На кожному уроці перед вами виникає альтернатива - бути оптимістичним і успішним педагогом або похмурым і неуспішним. Вибирайте оптимізм і успіх, не прогадаєте!

33. Тримайте себе не просто в рамках, а неодмінно в оптимістичних рамках. Не руйнуйте своє життя власним песимізмом.

34. Кожен свій робочий день, на кожному своєму уроці мисліть позитивно. Просто викиньте всі негативні думки з голови.

35. Одягніть гарний одяг і щасливе обличчя. І нехай ваше життя буде красивим і щасливим. Тільки не забудьте, що зробити власне життя таким можемо і повинні тільки ми, ми самі.



36. Не ходіть по навчальному закладу бочком або крадькома, боязко озираючись на оточуючих і соромливо опускаючи очі в підлогу. Не бійтеся нікого: ні своїх здобувачів, ні їх батьків, ні своє начальство. Люди будуть ставитися до вас так, як ви їм себе подаєте. Подаєте себе красиво, елегантно і з гідністю, невпинно працюючи над власним іміджем.

37. Не робіть на роботі щоденний подвиг, а просто працюйте професійно і спокійно.

38. Якщо у вашій роботі постійно виникає багато різних проблем, отже, все гаразд, тобто ви дійсно працюєте.

39. Не ідеалізуйте світ і людей навколо. Не очікуйте, що оточуючі вас люди зміняться. Таке навряд чи станеться. При необхідності міняйтеся самі. Це - набагато надійніше і реальніше.

40. Не сприймайте критику на свою адресу як трагедію або як особисту образу. Краще подумайте над нею і спробуйте поглянути на себе з боку.

41. Не мрійте про життя без проблем, життя тихе і спокійне. Таке буває тільки на цвинтарі.

42. Не варто пристрасно хотіти те, що є у інших. А варто просто цінувати те, що маєте ви. Таке виходить тільки у щасливих людей.

43. Не чекайте світле майбутнє, а насолоджуйтесь наявним сьогоднішнім.

44. Пам'ятайте, ваші кращі роки життя проходять зараз.

45. Викиньте з голови всі негативні спогади про минуле і перестаньте задалегідь переживати про майбутнє. Живіть тут і зараз.

46. Хочете відчутти прилив сил і енергії, поліпшення самопочуття і підвищення загального тону організму? Щиро порадійте за іншу людину. Просто порадійте за іншого - і все.

47. Якщо успіх до вас не приходять, знайдіть, що йому перешкоджає. Подолайте ці перешкоди. Вони зазвичай - в нашій голові, в наших мізках.

48. Іноді в нашому житті, на жаль, відбуваються просто безглуздості. І з вами вони будуть траплятися постійно. Але, не варто заціклюватися тільки на них. Подивіться, скільки безглуздостей навколо вас, і оцініть їх!

49. Полюбіть себе і свою роботу. Прийміть себе таким, яким ви є. Прийміть всім серцем, всією душею. І зробіть те ж саме зі своєю професією, зі своєю роботою.

50. Завжди хваліть своїх здобувачів. А якщо нема за що, то знаходите, за що. Просто хваліть, і все.

51. Умійте адаптуватися. У нашому сучасному житті треба не тільки постійно вчитися, але ще вміти і переучуватися. Знаходьте в собі мужність переглянути власні погляди, перебудувати шаблони своєї поведінки, переоцінити цінності. А будь-які зміни в житті починаються з нашого рішення змінити себе, з нашої волі і самодисципліни.

52. Не вирішуйте глобальних проблем людства на своєму уроці і в своєму житті. Не намагайтеся на власних уроках модернізувати всю систему краще зробіть якісніше свій урок. Не слід на своїй роботі намагатися кардинально змінити сучасних дітей, одним махом перевиховати їх. Робіть це поступово. А щоб зміни відбувалися швидше, почніть їх з себе. Для цього краще зайнятися самовихованням, особистісним ростом і духовним самовдосконаленням.



53. Знайдіть хороших, доброзичливих радників. Напевно в будь-якому колективі знайдеться педагог «золотого віку» (так це елегантно звучить по-англійськи замість нашого «похилого»), який зможе стати вашим хорошим діловим радником або «радником у справі».

54. Після невдачі або провалу не переживайте, а починайте все спочатку.

55. Робіть все можливе для досягнення своїх цілей. Але якщо все ж таки не вийшло, не варто переживати. Просто скажіть собі: «Я зробив усе, що від мене залежить. А що переживати за те, що від мене не залежить, і чого я змінити не можу ?!» І рухайтесь далі з оптимізмом.



## ПОРАДИ ЩОДО ЗАСТОСУВАННЯ ДИДАКТИЧНИХ ПРИНЦИПІВ

*Мистецтво навчання - це мистецтво пробуджувати в юних душах допитливість і потім задовольняти її.*

*А. Франс*

### *Принцип свідомості та активності*



1. Навчайте та виховуйте так, щоб здобувач відчув, зрозумів і переконався, що стати освіченим і вихованим – найважливіша життєва необхідність людини.

2. Навчаючи, застосовуйте усі види і

форми пізнавальної діяльності, поєднуйте аналіз із синтезом, індукцію з дедукцією, співставлення з протиставленням, частіше застосовуйте аналогію.

3. Намагайтеся, щоб здобувачі розуміли суть і зміст кожного слова, речення: для цього розкривайте поняття, пояснюйте незрозумілі слова, опираючись на знання і досвід здобувачів, аргументуйте свої пояснення.

4. Те, що здобувачам невідомо, логічно пов'язуйте з виникненням певних асоціацій. У протилежному випадку не буде усвідомленого навчання.

5. Не забувайте, що головне – не знання предмета, а особистість, яка формується. Навчайте і виховуйте так, щоб здобувач не був “додатком” до навчальної дисципліни, а навпаки – суб'єктом її активного засвоєння. Пам'ятайте, що не навчальний матеріал формує особистість, а педагог своєю діяльністю.

6. Навчайте знаходити і виділяти головне і другорядне в тому, що вивчається, домагайтеся розуміння головного. Застосовуйте оптимальну кількість прикладів, але так, щоб вони не притіняли суті головного.

7. Допмагайте здобувачам оволодіти найбільш продуктивними методами пізнавальної діяльності, навчайте їх вчитися.

8. Застосовуйте диференційований підхід до навчання в умовах колективної праці: виділяйте тимчасові підгрупи здобувачів, використовуйте адаптовані до їхніх можливостей навчальні матеріали, впроваджуйте принцип вільного вибору варіантів завдань, що відповідають можливостям і підготовленості здобувачів.



9. Частіше використовуйте запитання “чому”, щоб навчити здобувачів мислити.

10. Не навчайте, спираючись на авторитет. Застосовуйте докази, що ґрунтуються на логічних міркуваннях. Усе аргументуйте.

11. Постійно вивчайте і використовуйте індивідуальні інтереси здобувачів, розвивайте їх і спрямовуйте таким чином, щоб вони узгоджувалися з об’єктивними суспільними потребами.

12. Ширше застосовуйте у навчальному процесі практичні ситуації, домагайтеся від здобувачів їх самостійного аналізу, розуміння та осмислення, а там, де треба, і критичної оцінки, розвиваючи мислення, звергайте увагу на наукове обґрунтування явищ навколишньої дійсності.

13. Створюйте під час навчання проблемні ситуації, які потребують самостійних, творчих і активних дій та залучення здобувачів до їх розв’язання.

14. Використовуйте активні методи навчання, які формують і розвивають самостійність, творчість і активність.

15. Навчайте так, щоб знання набули сили переконань і керівництва до дії.

16. Привчайте здобувачів мислити й діяти самостійно. Не допускайте підказування і копіювання.

17. Пам’ятайте, що майстерність ставити запитання й вислуховувати відповіді – одна з найважливіших умов підтримання активності.

18. Зрозуміле й доступне пояснення педагога не досягне мети, доки воно не стане предметом уваги здобувачів: користуйтеся всіма засобами, щоб викликати і втримати увагу здобувачів.

19. Використовуйте перевагу взаємного навчання здобувачів. Забезпечуйте умови для розвитку колективних форм пошуку вирішення проблемних питань. Те, що говорить одногрупник, часто сприймається краще і легше, ніж пояснення педагога.

20. Контролюйте фактори, які відволікають увагу здобувачів від об’єкта навчання, усувайте причини, що негативно впливають на якість освітнього процесу.

21. Пам’ятайте, що по-справжньому знає не той, хто знання переказує, а той, хто на практиці їх застосовує.

22. Успіх здобувачів у навчанні досягається тоді, коли все,



що викладається, так обґрунтовано доказами і аргументами, що не залишається місця сумніву.

### ***Принцип наочності***

1. Використовуйте у навчанні той факт, що запам'ятовування предметів у натурі, на малюнках або моделях відбувається краще і швидше, ніж запам'ятовування поданого словесно, усно або письмово.



2. Золоте правило: все, що тільки можна – здобувачі мають сприймати відчуттям (зором, слухом, тощо).

3. Ніколи не обмежуйтеся лише наочністю. Наочність не мета, а лише засіб досягнення поставленої мети.

4. Навчаючи, не забувайте, що поняття доходять до свідомості здобувачів краще, якщо вони підкріплені конкретними фактами, прикладами

та образами. Для розкриття їх необхідно застосовувати всі види наочності.

5. Використовуйте наочність як самостійне джерело інформації для створення проблемних ситуацій.

6. Не захоплюйтеся надмірною кількістю наочних посібників. Це зменшує увагу здобувачів і заважає досягнути головне.

7. Старанно готуйте наочні посібники до занять. Особливо будьте уважними під час добору та використання наочності, вирішуючи виховні завдання.

8. Використовуйте сучасні засоби наочності.

9. Застосовуючи наочні засоби навчання, виховуйте у здобувачів увагу, спостережливість, інтерес до навчання.

10. Пам'ятайте, що надмірне захоплення наочністю створює здобувачам перепони на шляху глибокого оволодіння знаннями: воно іноді стає гальмом розвитку абстрактного мислення.

### ***Принцип системності та послідовності***

1. Застосовуйте плани, схеми для ефективного засвоєння здобувачами системи знань. Чітко продумуйте алгоритм організації розумової діяльності здобувачів під час занять. Розділяйте зміст навчання на логічно завершені частини, послідовно їх реалізуйте, привчайте до цього здобувачів.

2. Не допускайте порушення системи як у змісті, так і в технології навчання. Коли система порушена, негайно ліквідуйте прогалини, щоб запобігти неспішності здобувачів.

3. Навчальна дисципліна – зменшена копія науки. З'ясовуйте здобувачам її систему, формуйте поняття про неї як про відбиток науки, реальної дійсності, життя. Постійно застосовуйте міжпредметні зв'язки.

4. Не забувайте, що розуміння системи вимагає логіки, а формування її – також почуттів і емоцій. Навчайте та виховуйте здобувачів, використовуючи яскраві факти з реального життя, історії нашої Держави, літератури, кіно.

5. Частіше повторюйте і вдосконалюйте, що вивчалось раніше, вводьте його у нові системи зв'язків.

6. Використовуйте перевірену схему формування теоретичних знань: встановлюйте об'єкт і предмет, викладайте основи теорії, пояснюйте можливості теорії та межі її застосування.

7. Не перевантажуйте пояснення нового матеріалу, давайте лише те, що легко, просто, природно вступає в асоціативні зв'язки. Ідеї, які штучно вплетені в тему і зміст заняття, знижують його цінність. Зважаючи на це, плануйте засвоєння найголовніших ідей на весь період навчального процесу відповідно до змісту навчання та можливостей здобувачів.

8. Постійно і терпляче привчайте здобувачів до самостійної праці, поступово ускладнюючи її і створюючи можливості для самостійного розв'язання дедалі складніших завдань.

9. Не збуджуйте діяльність стомлених здобувачів штучно, не зловживайте інтересом до нової діяльності. Дотримуйтесь санітарно-гігієнічних норм розумової діяльності здобувачів, плануйте і передбачайте її спади й підйоми.

10. Пам'ятайте, що найглибші істини перетворюються на банальні фрази, коли засвоюються поверхово. Якісний навчальний процес той, у якому присутні думка, мораль, почуття.

11. Терпляче й доброзичливо виправляйте помилки здобувачів, яких вони допускають в усних відповідях і письмових роботах; привчайте їх до систематичного аналізу помилок.

12. Пам'ятайте, що сформована система знань – найважливіший засіб запобігти забуванню: забуті знання швидко відновлюються в системі, а без неї - з великими труднощами.

13. Не забувайте поради Я.А.Коменського: все повинно здійснюватися в нерозривній послідовності так, щоб сьогоднішнє закріплювало вчорашнє і проклало дорогу для завтрашнього.



16. Не робіть насильно те, що з'явиться само собою як результат систематичної та послідовної діяльності: дисциплінованість, стиль роботи, ставлення до справи тощо. Лише

результати навчального процесу характеризують вашу систему діяльності; з урахуванням їх робіть правильні висновки.

17. В кінці вивчення теми, розділу, навчальної дисципліни обов'язково проводьте узагальнення і систематизацію навчального матеріалу.

18. Пам'ятайте, що послідовність навчання передбачає використання таких правил:

- від простого до складного;
- від нижчого до вищого;
- від відомого до невідомого;
- від попереднього до наступного.

### ***Принцип міцності***



1. Пам'ятайте, що забування вивченого матеріалу найбільш інтенсивно відбувається відразу після навчання, а тому терміни й частота повторень повинні узгоджуватися із психологічними закономірностями

розвитку здобувачів.

2. Важливою формою зміцнення знань є їх самостійне повторення здобувачами. Організуйте його і заохочуйте до нього. Ширше застосовуйте, вміло скеровуйте процеси взаємонавчання. Іноді якості, яких не може тривалий час сформувати педагог, легко і просто створюються саме під час взаємонавчання.

3. Розвивайте пам'ять здобувачів, вчіть їх користуватися мнемотехнічними прийомами, які полегшують процес запам'ятовування.

4. Постійно турбуйтеся про свідоме, глибоке і міцне засвоєння здобувачами не всього матеріалу, який вивчали, а лише найважливішого: те, що міцно засвоєне, стає надійною основою для подальшого навчання.

5. Для міцного засвоєння знань застосовуйте яскравий емоційний виклад навчального матеріалу, наочні посібники, технічні засоби навчання, активні методи навчання тощо.

6. Контролюйте внутрішні фактори (неуважність, заняття сторонніми справами) та зовнішні (запізнення, порушення дисципліни тощо), що відволікають увагу здобувачів.

7. Заощаджуйте сили здобувачів. Правильно визначайте обсяг домашніх завдань, погоджуйте свої дії з іншими педагогами.

8. Привчайте кожного здобувача працювати згідно з його здібностями та можливостями і водночас на повну силу. Боріться з лінощами, формуйте оптимальний темпоритм діяльності.

9. Не допускайте закріплення в пам'яті здобувачів хибно сприйнятих знань.

10. Не приступайте до вивчення нового, попередньо не виробивши у здобувачів двох найважливіших якостей: інтересу та позитивного ставлення до нього. Пам'ятайте: знання, отримані насильницькими методами, – нестійкі.

11. Стежте за логікою подачі навчального матеріалу. Знання та переконання, які логічно пов'язані між собою, засвоюються міцніше, ніж роздрібнені.

12. Систематично контролюйте критерії оцінювання праці здобувачів: це позитивно впливає на міцність і дієвість знань, умінь.

13. Якщо виявляється, що темпи навчання знизилися, негайно з'ясуйте причину. Найпоширеніші з причин: втрата (спад) інтересу до навчальної праці та втома. Намагайтеся знайти засоби їх відновлення. Не інтенсифікуйте темпів навчання штучно.

14. Не пропонуйте здобувачам легких і одноманітних завдань: вони мало розвивають і швидко стомлюють.

15. Вчіть здобувачів ефективному засвоєнню знань. Під час вивчення нового матеріалу необхідно зрозуміти його загальну ідею, виділити основні інформаційні (структурні) елементи, запам'ятати найважливіші положення.

16. Не зловживайте довільною увагою, без потреби не перевантажуйте її, не захоплюйтеся прямими завданнями і вказівками. Привчайте здобувачів прислухатися до своїх слів. Про найцікавіші для них речі повідомляйте стримано. Практикуйте на заняттях цікаві “відхилення”, “домашні заготовки”, експромти. Замість “чергової нотації” - притча, легенда, приклад або жарт, і здобувачі вас зрозуміють.

17. Повторення та закріплення вивченого матеріалу проводьте так, щоб активізувати не тільки пам'ять, а також мислення, почуття здобувачів.

18. Не проводьте повторення матеріалу за тією схемою, що його вивчення: дайте здобувачам можливість розглянути його в нових зв'язках, всебічно.

19. Під час вивчення нового завжди пов'яжуйте його з минулим матеріалом, систематизуйте його, виокремлюйте основні ідеї, смислові логічні структури.

20. Використовуйте самостійну роботу для повторення і закріплення матеріалу, що вивчається.

21. Систематично контролюйте результати навчання, оцінка роботи здобувачів позитивно впливає на міцність знань.

22. Розвивайте, закріплюйте і переносьте на інші види діяльності успіхи здобувачів в одному виді діяльності: через одиничний успіх – до постійних досягнень.

23. Пов'язуйте вивчений матеріал з майбутньою професійною діяльністю здобувачів.

### ***Принцип доступності навчання***

1. Не забувайте настанови Я.А. Коменського: усе, що потрібно вивчити, повинно бути розподілено відповідно до віку так, щоб пропонувати вивчити лише зрозуміле.

2. Зміст і способи навчання повинні дещо випереджати розвиток здобувачів. Вивчайте і враховуйте їх досвід, інтереси, запити, спиравшись на них у своїй роботі.

3. У процесі навчання обов'язково враховуйте індивідуальну підготовку здобувачів, темпи просування кожного вперед, об'єднуйте в підгрупи здобувачів з близькими характеристиками цих якостей, досягайте мети, поступово збільшуючи вимоги.

4. Стежте за тим, щоб усі причини, що гальмують навчальний процес, вчасно виявлялися, усувалися або зводилися до мінімуму.

5. Навчання передбачає певну напруженість. Коли вона відсутня, здобувачі відвикають працювати на повну силу. Темпи навчання, що встановлюються здобувачами, як правило, набагато нижчі за доступні для них. Відповідно до конкретних умов встановлюйте оптимальні темпи, за потреби змінюйте їх.

6. Застосовуйте найновіші досягнення теорії: конкретні завдання розв'язуйте за допомогою “маленьких кроків”, узагальнені прийоми мислення формуйте за допомогою “збільшених кроків”.

7. Ширше застосовуйте аналогію, порівняння, співставлення, протиставлення; давайте поштовх думці, покажіть, що навіть найскладніші знання доступні для розуміння.

8. Вивчаючи новий і складний матеріал, залучайте до роботи передусім сильних здобувачів, а закріплюючи і перевіряючи - середніх і слабких.

9. Поспішайте повільно! Не форсуйте без потреби навчальний процес, не прагніть швидкого успіху: педагогічні можливості зниження бар'єру доступності не безмежні.

10. Не сприймайте миттєвий проблиск думки здобувача за справжній акт пізнання, використовуйте його як початок навчальної праці.

11. Доступність залежить від мови педагога: уникайте монотонності, навчайте образно, застосовуйте яскраві факти, приклади з життя, літератури.

12. Розповідайте для здобувачів, не змушуйте їх пристосовуватися до себе, а, навпаки, – самі максимально пристосовуйтеся до них.

13. Не збільшуйте тривалості монологів: відчувайте, що треба пояснити, а що здобувачі спроможні збагнути самі.



14. На першому етапі навчання звертайте увагу на головне, щоб здобувачі ґрунтовно засвоїли основні думки, провідні ідеї, далі, під час закріплення, домагайтеся засвоєння конкретних фактів, понять, вводьте нові приклади, що доповнюють та уточнюють набуті знання.

15. Головну увагу, приділяйте керуванню пізнавальною діяльністю здобувачів: пересічний педагог – повідомляє істину,

хороший - вчить її відкривати.

16. Доступність не означає легкість у навчанні, і функція педагога не в тому, щоб безмежно полегшувати працю по самостійному добуванню, осмисленню і засвоєнню знань, а в тому, щоб направити, незрозуміле розкрити через зрозуміле, надати поштовх до самостійного навчання.

17. Пам'ятайте, що упровадження кожного нового поняття повинно не тільки виходити з поставленої пізнавальної задачі, але повинно бути підготовлено всім попереднім процесом навчання.

### ***Принцип науковості***

1. Здійснюйте добір навчального матеріалу з урахуванням останніх досягнень науки.

2. Розкривайте під час проведення навчальних занять наукові причинно-наслідкові зв'язки явищ, що вивчаються, проникаючи в їх суть.

3. Викладайте навчальний матеріал з позицій сучасних досягнень науки та техніки.

4. В процесі проведення навчальних занять пропагуйте досягнення вітчизняної науки та техніки, успіхи вітчизняних вчених, кращі результати наукової думки.

5. Прагніть до нового як у змісті, так і в методах навчання.

6. Систематично інформуйте здобувачів про нові досягнення в науці, техніці, культурі, виробництві, суспільному житті, пов'язуйте їх з набутими знаннями, зміцнюйте систему знань здобувачів новими зв'язками.

7. Не зводьте ознайомлення з новими ідеями, сприйняття нового до ізолюваного акту: розглядайте кожне явище у нових зв'язках та опосередкуваннях (відношеннях).

8. Ознайомлюйте здобувачів з біографіями видатних учених, їх внеском у розвиток науки.

9. Розкривайте здобувачам методи наукового дослідження, а також залежність результатів дослідження від методів.

10. Застосовуйте сучасну наукову термінологію, будьте ознайомлені з останніми досягненнями педагогіки, психології, а також в галузі свого навчального предмета.

11. Розкривайте генезис наукового знання, "ембріологію істини", послідовно реалізуйте вимогу історизму щодо висвітлення явищ.

12. Пам'ятайте, що методи викладання мають відображати методи наукового пізнання.

13. Головну увагу приділяйте ключовим проблемам наукової інформації, розкривайте перед здобувачами головні ідеї наукових досягнень, привчайте їх постійно стежити за науковою інформацією.



14. Не обминайте увагою суперечливі наукові проблеми, спірні етико-моральні питання. У доступній формі розкривайте їхню суть і зміст, перспективні шляхи розв'язання, організуйте дискусії.

15. Домагайтеся, щоб здобувачі засвоювали нові поняття у єдності з науковими теоріями, законами.

16. Під час визначення і обґрунтування основних складових навчального процесу враховуйте останні досягнення медичної, фізіологічної, педагогічної та психологічної наук.

### ***Принцип виховного навчання***

1. Виховання здійснюється через зміст навчального матеріалу. У кожному навчальному предметі приховані величезні можливості формувати певне ставлення здобувачів до предметів, явищ.

2. Виховання здійснюється через сам процес навчання, його організацію, методи, форми. У навчальній праці формуються навчальні навички встановлення мети, вибору засобів її досягнення, що сприяє розвитку самостійності, наполегливості в праці, почуття відповідальності, віри у власні сили тощо.

3. Навчальна діяльність при дидактичній доцільності її організації може забезпечувати формування навичок самовиховання. Під час навчальної роботи виховується культура праці, виробляється стиль діяльності.

4. Реалізації принципу виховного навчання сприяє і особистість педагога, його гуманізм і наукова захопленість, широта кругозору, високий інтелектуальний рівень, що допомагає формувати інтерес здобувачів до предмету, етику поведінки тощо.

### ***Принцип колективізму та індивідуального підходу до здобувачів у навчанні***



1. Організуйте колективну навчальну діяльність з урахуванням особливостей психології колективу і психіки кожного здобувача відповідно до вимог психолого-педагогічної науки.

2. Навчаючи, завжди враховуйте запас знань і життєвий досвід здобувачів. Пам'ятайте, що сучасне суспільство розвивається стрімко, зростає інформованість, і те, чого не знали колишні ваші вихованці, може бути відомим їхнім нинішнім ровесникам.

3. Реалізуйте диференціацію навчання, під час якої здійснюється відбір змісту, методів, форм навчання залежно від особливостей груп здобувачів, рівних за підготовкою, або окремого здобувача. Основна мета диференціації – сприяти створенню умов для всебічного розвитку кожного здобувача з урахуванням його задатків, можливостей, інтересів.

4. Всебічно знайте індивідуально-психічні особливості здобувачів та враховуйте їх під час організації як колективної, так і індивідуальної навчально-пізнавальної діяльності.

5. Глибоко вивчайте в особистості здобувача:

- характер протікання розумових процесів (гнучкість розуму, швидкість засвоєння, критичність);
- навички навчально-пізнавальної діяльності (вміння виділяти головне в навчальному матеріалі, планувати навчальну діяльність, здійснювати самоконтроль у навчальній роботі);
- рівень пізнавальних здібностей (спостережливість, увага, пам'ять, мова);
- ставлення до навчання, до успіхів, невдач, мотивів навчання;
- працездатність;
- вольовий розвиток, ступень наполегливості, терпіння;
- вид темпераменту;
- спрямованість особистості;
- риси характеру, індивідуальні особливості.

Під час вивчення особистості здобувача не можна обмежуватися лише фіксацією тих чи інших її рис, а необхідний ретельний аналіз

індивідуальних відхилень як негативних, так і позитивних, а також їх причин.

6. В освітньому процесі ширше використовуйте групову форму навчання. При формуванні навчальної групи доцільно:

- враховувати рівень академічних успіхів здобувачів; досвід свідчить, що небажано займатися спільно, якщо рівень знань членів групи помітно різниться;
- бажано, виходячи з принципу взаємного збагачення, при формуванні групи брати до уваги різну пізнавальну інформативність окремих здобувачів з даного предмету;
- враховувати стосунки між здобувачами;
- чисельність групи – 3–5 здобувачів.

7. Широко застосовуйте індивідуалізацію навчання здобувачів (створення груп поглибленої підготовки; проведення додаткових занять з тими, хто має певні проблеми у навчально-пізнавальній діяльності або тими, хто має більші здібності; складання планів індивідуальної підготовки; надання права самостійно вибрати форму навчальних дій тощо).

8. Розробляйте системи впливу на здобувача з урахуванням його індивідуальних особливостей. Тут може бути попереджувальна, корегуюча, заохочувальна робота. Важливо визначити те, на що здатен кожен здобувач у даний момент навчальної діяльності, як розвивати його здібності.

***Крім того важливим для педагога при реалізації дидактичних принципів є також використання наступних положень педагогіки успіху, а саме:***

- Педагог націлений на успіх кожного здобувача.
- Педагог відданий створенню позитивної навчальної атмосфери.
- Педагог готовий вдосконалювати навчальний процес через отримання негайного зворотного зв'язку.
- Педагог готовий створювати позитивні відносини на основі взаємовідповідальності та партнерства.

Розгляньмо їх практичне застосування.

*Педагог націлений на успіх кожного здобувача повинен:*

- Стримувати «розбишак» і заохочувати «тихонь».
- Дбати про здобувачів.
- Ставитись до здобувачів справедливо і бачити в кожному особистість.
- Бути готовим допомогти здобувачам і за межами навчального закладу.
- Надавати можливості досягнення успіху.
- Мати терпіння.

- Визнавати і малі цілі.
- Заохочувати особистісне зростання.
- Ділитись власними успіхами й поразками.
- Відповідати на різноманітні навчальні потреби здобувачів.

*Педагог відданий створенню позитивної навчальної атмосфери повинен:*

- Заохочувати командну роботу і співпрацю.
- Давати чіткі вказівки.
- Уникати захисної поведінки.
- Ставитись до здобувачів з гідністю і повагою.
- Визнавати окремі здібності кожного здобувача.
- Ефективно використовувати час.
- Забезпечувати «додану вартість» для часу, проведеного на занятті.

- Демонструвати етичну поведінку.
- Показувати чесність.
- Доречно жартувати.

*Педагог готовий вдосконалювати навчальний процес через отримання негайного зворотного зв'язку повинен:*

- Закривати «петлю» зворотного зв'язку, представляючи здобувачам результати своєї оцінки й повідомляючи про рішення, які з цього випливають.
- Змінювати поведінку відповідно до зворотного зв'язку.



- Часто проводити перевірку знань, як рушій вдосконалення (тестувати тільки наприкінці курсу — це надто пізно).
- Отримувати негайний зворотній зв'язок через оцінку здобувачами навчального процесу й власне визначення прогресу здобувачів.

*Педагог, який готовий створювати позитивні відносини на основі взаємовідповідальності та партнерства повинен:*

- Знаходити порозуміння з здобувачами.
- Усвідомлювати те, що педагог і здобувач виступають партнерами в навчальному процесі.

### **ПОРАДИ ЩОДО ПІДГОТОВКИ ПЕДАГОГА ДО УРОКУ**

*У наших школах не повинно бути нещасливих дітей, душу яких гнітить думка, що вони ні на що не здібні. Успіх у навчанні – єдине джерело внутрішніх сил*

*дитини, які породжують енергію для переборення труднощів, бажання вчитися.*

*Сухомлинський В.О.*

1. Вчитайтеся в розділ програми, який потрібно вивчити на уроці, а в деяких випадках – і в пояснювальну записку до програми.

2. Вивчіть матеріал цього розділу, запитання, теми.

3. Сформуйте задум уроку, дайте відповідь на запитання, чого б ви хотіли досягти в результаті його проведення, сформулюйте мету уроку (навчальну, виховну, розвивальну).

4. Уявіть колектив навчальної групи, уявно намалюйте конкретних здобувачів. Уявіть психологію цих здобувачів, використовуючи мистецтво педагогічного перевтілення, намагайся спрогнозувати їхні дії на шляху до поставленої вами мети.

5. Виберіть з усього арсеналу методичних прийомів найоптимальніші для конкретного матеріалу й конкретних здобувачів.

6. Порівняйте обрані прийоми зі своїми можливостями, змоделюйте дії на цьому уроці.

7. Продумайте структуру уроку та зафіксуйте усе в плані-конспекті.

8. Підготуйте наочні й навчальні посібники, не забудьте підготувати й перевірити справність технічних засобів навчання, комп'ютерної техніки.

9. Повторіть подумки або вголос вузлові елементи плану, продумайте непередбачені обставини, знайдіть й зафіксуйте запасні варіанти.

10. Запитайте себе: «Чи готовий до уроку?»

***Важливим при плануванні та проведенні уроку знати про найбільш характерні недоліки уроку, притаманні багатьом педагогам. Для чого? Щоб не повторювати їх. Розглянемо ці недоліки.***

1. Нехтування педагогом підготовки плану проведення уроку.

2. Не приділяється належна увага мотивації і інтересу здобувачів до уроку.

3. Тема уроку не записується на дошці.

4. Мета уроку не узгоджується в процесі обговорення зі здобувачами, а формулюється самим педагогом.

5. Не проводиться оперативна перевірка якості виконання здобувачами письмових завдань, підготовки до уроків.

6. Час активної роботи здобувачів на уроці набагато менший, ніж час пояснення педагога.

7. Мовчання більшості здобувачів на уроці.

8. Відсутня диференціація навчання на різних етапах уроку.

9. Здобувачі на уроці пасивні.



10. Робота з обмеженим колом здобувачів.
11. Відповіді здобувачів на запитання педагога в основному мають репродуктивний, відтворюючий характер.
12. Неналежна увага приділяється виділенню основного, найбільш суттєвого із змісту матеріалу та його багаторазовому повторенню.
13. Не приділяється достатньої уваги підготовці здобувачів до тематичного оцінювання.
14. На заняттях панує напруженість, страх.
15. Нераціонально використовується час уроку.
16. Домашнє завдання не записано на дошці, задане після дзвінка, недиференційоване, значно перевищує об'єм роботи, яка викона на уроці.
17. Невчасно завершується урок.
18. Невміння якісно побудувати урок.
19. Зосередження уваги лише на здобувачеві, який відповідає.
20. Неувага до відповіді здобувача, втручання у відповідь.
21. Гостра реакція на будь-які відхилення у поведінці здобувачів на уроці.
22. «Загравання» з здобувачами, намагання сподобатися, невіміння знайти адекватний підхід до них.
23. Невміння спрямувати навчання і виховання на колектив здобувачів.
24. Погрози, грубі зауваження, як основні засоби впливу на здобувачів.
25. Невиразність мови, монотонність голосу.
26. Невміння поставити акцент на найголовнішому.
27. Нерухомість фігури.
28. Неврахування інтересу, захоплень здобувачів, або повної їх відсутності.
29. Механічне запозичення педагогічного досвіду, намагання скопіювати побачене.
30. Недостатня увага використанню активних та інтерактивних методів навчання, використанню засобів навчання, інформатизації освітнього процесу.
31. Однобока функція педагога та здобувачів на уроці: педагог - активний розповідач, здобувач - активний слухач.
32. Одноразове лінійне пояснення нового матеріалу.
33. Абсолютно недостатнє використання таких методів активізації мислення здобувачів, як підбиття підсумків, узагальнення, порівняння, співставлення, протиставлення, використання аналогій, виділення головного тощо.
34. Недостатня увага використанню опорного матеріалу,

вивченню основних понять і категорій.

35. Недостатня робота педагога над засвоєнням безпосередньо на уроці теоретичного матеріалу, дуже швидкий перехід до виконання практичних завдань.

36. Недостатній причинно-наслідковий рівень викладання.

37. Епізодичне використання міжпредметних зв'язків.

38. Турбота педагога про підвищення знань здобувачам, а не про їх самостійне опанування.

39. Етап актуалізації знань перед повідомленням нового матеріалу не став обов'язковим елементом структури уроку.

40. Затягується етап перевірки домашнього завдання.

41. Недостатня увага використанню матеріалу, що вивчається, для здійснення виховання та розвитку здобувачів.

42. Недостатня увага виконанню основних санітарно - гігієнічних вимог, забезпеченню життя та здоров'я здобувачів, перевантаженню їх розумовою працею.

***Для підвищення ефективності уроку:***

1. Зробіть мету уроку метою здобувачів.

2. Формулюйте мету, орієнтуючись на потреби й інтереси здобувачів.

3. Серйозно ставтеся до організації уроку.

4. Орієнтуйте здобувачів на самооцінку діяльності.

5. Запитуйте в здобувача: «Ти задоволений результатом?», кажіть замість оцінки: «Ти добре впорався з роботою».

6. Якнайчастіше ставте здобувачів у ситуацію вибору.

7. Зробіть ситуацію успіху досяжною для кожного здобувача. Вибирайте такі завдання, під час виконання яких здобувачі частіше досягають успіхів, ніж невдач.

8. Практикуйте роботу в групах, парах:

✓ Після вивчення складного матеріалу попросіть здобувачів перевірити себе в засвоєнні нового матеріалу, пояснюючи його одне одному.

✓ Пропонуйте здобувачам заздалегідь придумати питання для одногрупників і ставити їх на уроці.

✓ Дозволяйте й підтримуйте роботу в парах за зразком «устигаючий і відстаючий здобувачі».

9. Щоб запобігти порушенню дисципліни на уроці, створіть умови для підвищення якості знань здобувачів та їхньої самоповаги:

✓ Учіть позитивного ставлення до себе.

✓ Обговорюючи провину здобувача, говоріть тільки про те, що трапилося, не наклеюйте ярлика: «Ти, як завжди...»

10. Не підсилюйте напруження ситуації: контролюйте свої негативні емоції, не дозволяйте собі спалахів агресії, підвищення голосу.

✓ Не обговорюйте ситуацію в стані збудження, дайте «охолоннути» собі й здобувачу.

✓ Проводьте час від часу загальні дискусії про порушення поведінки, щоб пояснити, що є прийнятним у певних ситуаціях, а що - ні.

11. Враховуйте вікові особливості здобувачів у розвитку їх особистості та пізнавальної сфери.

12. Не поважайте менше тих здобувачів, які мають низькі результати з вашого предмета. Може, їм просто не подобається предмет, який ви викладаєте. Можливо, вони не мають часу на досягнення високих показників, бо беруть постійну участь у конкурсах і олімпіадах з інших предметів.

13. Якщо ви отримуєте задоволення від своїх уроків, стилю, - ви не дарма здійснюєте педагогічну діяльність.

14. Плануючи свої перші уроки, подумайте:

✓ як здобувачі повинні поводитися на уроці, які звички культурної поведінки для цього слід спеціально прищеплювати і які з уже наявних треба закріпити. Пам'ятайте: якщо педагог не виховує в здобувачів певної системи корисних звичок, то на їхньому місці найчастіше виникають шкідливі звички. З перших уроків виробляє у вихованців певний стереотип поведінки, формуй позитивні навички;

✓ які види робіт буде використано й виконано здобувачами на уроці, що необхідно зробити, аби вони технічно грамотно виконували завдання, яка спеціальна підготовка для цього потрібна. *Пам'ятайте: більшість різних порушень на уроці відбувається через недостатню завантаженість здобувачів корисною, цікавою роботою.* Особливо важливими є два елементи: чому вони навчаються, виконуючи завдання, та до чого привчаться в процесі діяльності.

15. Важливе завдання педагога – передбачити ситуації, які виникатимуть на уроці. Пам'ятайте: помилку легше запобігти, аніж виправити її. Вчіться вислуховувати здобувачів до кінця навіть тоді, коли, на вашу думку, вони помиляються чи у вас обмаль часу.

16. Основне призначення оцінки – правильно визначити результати навчання здобувачів, їхні навчальні досягнення, динаміку зміни успішності.

✓ Без вимог педагога неможлива організація навчальної та суспільно корисної діяльності здобувачів. Здебільшого впродовж 45 хв. уроку педагог ставить перед своїми вихованцями близько 100 вимог.

✓ Наполегливо опановуйте навички самоаналізу уроку.

17. Не поспішайте виправляти помилку здобувача, краще, якщо її виправлять одногрупники.

18. Намагайтеся організувати самостійну роботу здобувачів на уроці – пропонуйте здобувачам більше міркувати, розв'язувати приклади.

19. На уроці кожен здобувач має бути на видноті, до кожного шукайте індивідуальний підхід.

20. Використовуйте всі наявні можливості для реалізації принципів розвиваючого навчання.

21. Звертайте увагу на виховні аспекти уроку: працездатність, бережливість, зібраність.

22. Пам'ятайте: кожен урок має бути несхожим на попередній.



## ПОРАДИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ В ЗДОБУВАЧІВ ІНТЕРЕСУ ДО НАВЧАННЯ

*Найперше, що має зробити  
вчитель, - це розвинути в учня дух  
допитливості*

*Д. Менделєєв*



1. Заходьте до аудиторії з посмішкою. Зустрічаючись зі здобувачем, зазирніть йому в очі, дізнайтеся про настрій і підтримайте, якщо йому сумно.
2. Несіть здобувачам добру енергію і завжди пам'ятайте, що «здобувач — це не емність, яку необхідно наповнити, а факел, який потрібно запалити».
3. Навчайте та виховуйте так, щоб здобувач відчув, зрозумів і переконався, що стати освіченим і вихованим – життєва необхідність людини. Це буде стимулювати інтерес до навчання.
4. Намагайтеся, щоб здобувачі розуміли суть і зміст кожного слова, речення: для цього розкривайте поняття, пояснюйте незрозумілі слова, опираючись на знання і досвід здобувачів, аргументуйте свої пояснення.
5. Те, що здобувачам невідомо, логічно пов'яжуйте з виникненням певних асоціацій. Інакше не буде усвідомленого навчання.
6. Не навчайте, спираючись на авторитет. Застосовуйте докази, що ґрунтуються на логічних міркуваннях. Усе аргументуйте.
7. Ширше застосовуйте у навчальному процесі практичні ситуації, домагайтеся від здобувачів їх самостійного аналізу, розуміння та осмислення, а там, де треба, і критичної оцінки.
8. Пам'ятайте, що майстерність ставити запитання й вислуховувати відповіді – важлива умова підтримання інтересу.
9. Зрозуміле й доступне пояснення педагога не досягне мети, доки воно не стане предметом зацікавленості здобувачів: користуйтеся усіма засобами, щоб викликати і втримати інтерес.
10. Ставте здобувачів в ситуації, які вимагають від них виявлення та пояснення розбіжності між фактами, які вони спостерігають та знаннями.
11. Контролюйте фактори, які відволікають увагу здобувачів від об'єкта навчання, усувайте причини, що негативно впливають на якість освітнього процесу.



12. Успіх здобувачів у навчанні досягається тоді, коли все, що викладається, так обґрунтовано доказами і аргументами, що не залишається місця ні сумніву, ні забуттю та викликає інтерес.

13. Терпляче й доброзичливо виправляйте помилки здобувачів, яких вони допускають в усних відповідях і письмових роботах; привчайте їх до систематичного аналізу помилок.

14. Пам'ятайте, що послідовність навчання передбачає використання таких правил (тільки при цьому може бути в здобувачів інтерес до навчання):

- ✓ від простого до складного;
- ✓ від нижчого до вищого;
- ✓ від відомого до невідомого;
- ✓ від попереднього до наступного.

15. Не починайте вивчення нового, попередньо не виробивши у здобувачів двох найважливіших якостей: інтересу та позитивного ставлення до нього.

16. Нудно на уроці вам - нудно й нестерпно вашим здобувачам. Боріться з нудьгою на уроці всіма можливими способами. Не працюйте нудно й важко. Не живіть нецікаво й безпросвітно. Збагатіть свої уроки. Урізноманічуйте власне життя. Цікаво вам - цікаво здобувачам.

17. Виявляйте своє оптимістичне ставлення до здобувача. Не кажіть про нього "нездібний", а кажіть "здібності у нього ще не розкриті".

**18. Посередній учитель викладає. Хороший вчитель пояснює. Видатний вчитель показує. І тільки великий учитель надихає.**

## ПОРАДИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ В ЗДОБУВАЧІВ

*Найчастіше говорять, що мотивації вистачає ненадовго. Але те ж саме відбувається і з освіжаючим душем, тому і рекомендують його приймати щодня.*

*Зіг Зіглар*



1. Враховуйте бажання здобувачів. Важливо не те, чого бажаємо ми самі, а те, чого хоче здобувач. Він не винен у своїх бажаннях. Завдання педагога — змінити напрямок його прагнень, якщо вони не збігаються із педагогічними цілями.

2. Використовуйте ідентифікацію. Заохочуйте своїх здобувачів чогось жагуче забажати. Головне — щоб бажання виникли, а ви змогли б їх використати.

3. Зважайте на інтереси та схильності здобувачів. Говоріть про те, що

їм цікаво, точніше з цього розпочинайте. Намагайтеся обернути побічні інтереси здобувача на свою користь. У складних випадках ідіть від яскравої форми до змісту, від емоцій до логіки.

4. Використовуйте наміри. Пам'ятайте: намір виникає на основі потреби. Знаходьте можливість допомогти здобувачам у здійсненні їхніх намірів.

5. Заохочуйте бажання досягти визнання. Багато хто вчиться не лише заради знань, але й заради престижу. Не слід нехтувати і цим бажанням.

6. Визнавайте чесноти, схвалюйте успіхи, давайте шанси. Пам'ятайте, що завжди краще хвалити, ніж критикувати. Авансуйте найменші позитивні зрушення. Безпрограшний стимул — «я вірю, що ти зможеш!».

7. Зробіть діяльність привабливою. Використовуйте цікаві форми роботи, оформлення результатів, кінцевого оцінювання діяльності.

8. Іноді просто говоріть — «треба!». Але цьому заклику завжди надавайте

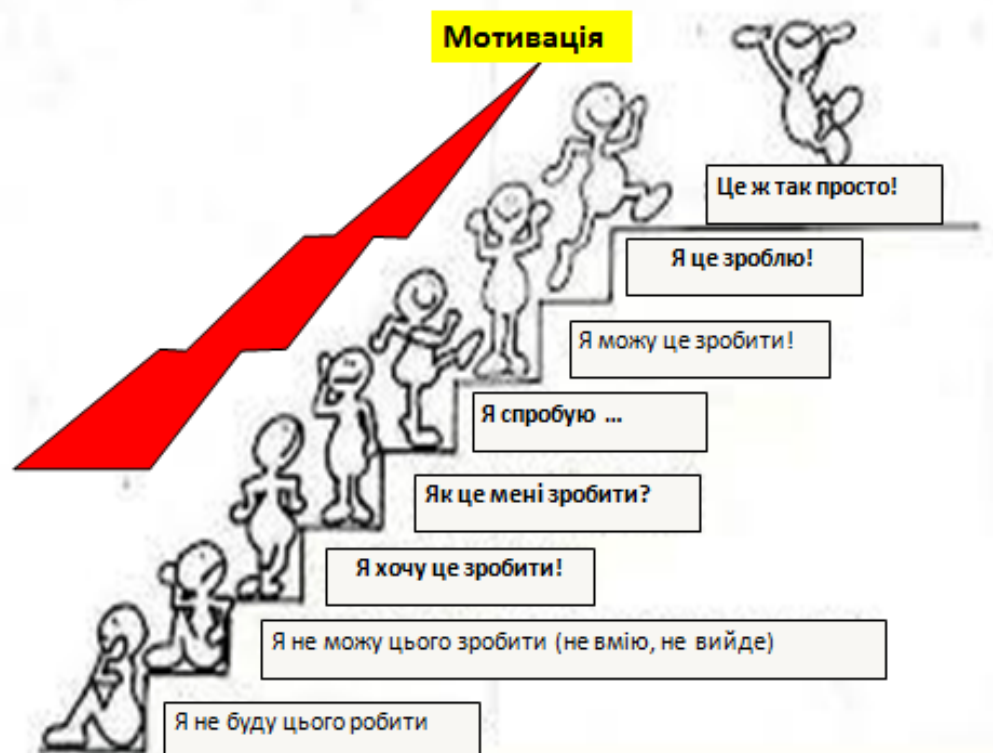
особистісної спрямованості — «це потрібно зробити! Ти ж вольова людина!».



9. Використовуйте ситуацію. Різні життєві ситуації, що виникли випадково, потрібно помітити й одразу ж використати як стимул.

**Для підвищення мотивації до навчання необхідно:**

- забезпечити в здобувачів відчуття просування вперед, переживання успіху в діяльності, для чого необхідно правильно підбирати рівень складності завдань і заслужено оцінювати результат діяльності, коментуючи їх;
- використовувати всі можливості навчального матеріалу для того, щоб зацікавити здобувачів, ставити проблеми, активізувати самостійне мислення;
- організувати співробітництво здобувачів на уроці, взаємодопомогу, позитивне ставлення аудиторії до предмета й навчання в цілому;
- самому правильно формувати стосунки з здобувачами, бути зацікавленим у їхніх успіхах, мати авторитет;
- бачити індивідуальність кожного здобувача, мотивувати кожного, спираючись на вже наявні в здобувача мотиви.



## ПОРАДИ ПЕДАГОГУ ЩОДО РЕАЛІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ

*Будь-яка справжня освіта здобувається тільки шляхом самоосвіти.*

*М.О. Рубакін*

1. Навчаючи, застосовуйте усі види і форми пізнавальної діяльності, поєднуйте аналіз із синтезом, індукцію із дедукцією, співставлення із протиставленням, частіше застосовуйте аналогію.

2. Навчайте знаходити і виділяти головне і другорядне в тому, що вивчається. Привчайте здобувачів мислити й діяти самостійно. Не допускайте підказування і копіювання.

3. Те, що здобувачам невідомо, логічно пов'язуйте із виникненням певних асоціацій. В іншому випадку не відбудеться усвідомленого навчання.

4. Не забувайте, що найголовніше — не знання предмета, а особистість, яка формується. Навчайте і виховуйте так, щоб здобувач не був «додатком» до навчального предмету, а навпаки — суб'єктом його активного засвоєння. Пам'ятайте, що не навчальний матеріал формує особистість, а своєю діяльністю її формує педагог.

5. Частіше використовуйте запитання “чому?”, щоб навчити здобувачів мислити.

6. Намагайтеся, щоб здобувач не тільки переказував засвоєні знання, але й творчо застосовував їх на практиці.

7. Допмагайте здобувачам опановувати продуктивні методи пізнавальної діяльності, навчайте їх учитися.

8. Застосовуйте диференційований підхід до навчання в умовах колективної праці: виділяйте тимчасові підгрупи здобувачів, використовуйте адаптовані до їхніх можливостей навчальні матеріали, упроваджуйте принцип вільного вибору варіантів завдань, що відповідають можливостям та підготовленості здобувачів.

9. Постійно вивчайте і використовуйте індивідуальні інтереси здобувачів, розвивайте їх та спрямовуйте таким чином, щоб вони узгоджувалися із об'єктивними суспільними потребами.

10. Навчайте так, щоб знання набули сили переконань і керівництва до дії.

11. Пам'ятайте, що майстерність ставити запитання і вислуховувати відповіді — одна із найважливіших умов виклику і підтримання активності.

12. Зрозуміле та доступне пояснення педагога не досягне мети, доки воно не стане предметом уваги здобувачів: користуйтеся усіма можливими засобами, щоб викликати і утримати увагу здобувачів.

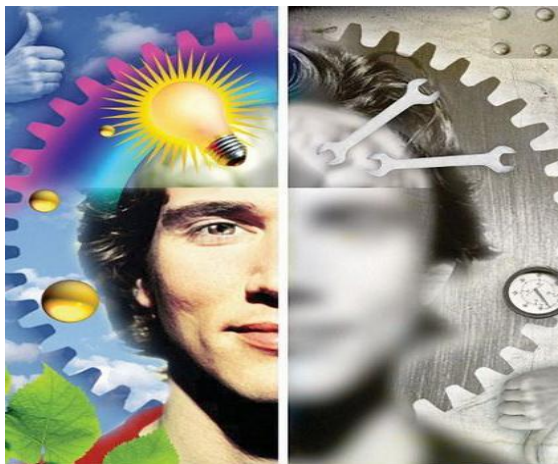
13. Постійно і терпляче привчайте здобувачів до самостійної праці, поступово ускладнюючи її і створюючи можливості для самостійного розв'язання дедалі складніших завдань.



## ПОРАДИ ЩОДО САМОРОЗВИТКУ ЗДОБУВАЧІВ

*Не важливо, як повільно ти просуваєшся,  
головне, що ти не зупиняєшся.*

*Конфуцій*



1. Оцінюйте реальні можливості здобувачів, рівень їхньої підготовки. Здійснюйте

індивідуальний підхід у керівництві саморозвитком.

2. Кількісний та якісний аналіз рівня навчальних досягнень з кожної предметної теми допоможе дати за необхідності рекомендації кожному здобувачеві щодо корекції знань, стимулювати так звану ближню мету саморозвитку -

ліквідацію прогалин.

3. Здобувачам, яким складно самостійно визначити власні проблеми, варто запропонувати чіткий алгоритм, виконання покрокових дій щодо корекції з наданням конкретних рекомендацій: що саме потрібно вивчити, які джерела інформації при цьому можна використати, які практичні заняття, вправи, досліди, задачі, завдання виконати для розвитку вміння застосовувати набуті знання в стандартних і нестандартних ситуаціях.

4. Здобувачам з низькою готовністю до саморозвитку пізнавальної діяльності необхідно надавати конкретнішу інформацію про можливості здійснення діяльності, можливо, навіть вказувати на сторінки тих чи інших джерел, які потрібно опрацювати. При цьому давати здобувачам можливість вибору завдань, способів діяльності з переліку запропонованих.

5. Саморозвиток виникає тоді, коли здобувач на основі знань і вмінь, отриманих у процесі навчання та виховання виявляє недостатність наявних знань для вирішення певної проблеми. Отже, необхідно створювати саме такі ситуації, які спонукають здобувача до самостійного пошуку вирішення проблем, розвивають його ініціативу звернення до додаткових джерел пізнавальної інформації, формують його самостійність. Тоді діяльність здобувачів переходить на рівень самоорганізації і саморегуляції.

## ПОРАДИ ЩОДО РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЗДОБУВАЧІВ

*Вся радість життя в творчості.  
Творити — значить вбивати смерть.*

*Ромен Роллан*

*Уява важливіша, ніж знання. Знання обмежені, тоді як уява охоплює цілий світ, стимулюючи прогрес, породжуючи еволюцію*

*Альберт Ейнштейн*



1. Одна з перших педагогічних вимог, що пред'являються до процесу навчання стосовно розвитку творчості полягає в тому, щоб у жодному випадку не пригнічувати інтуїцію здобувача. Часто зустрічаються ситуації, коли здобувач висловлює здогадку або припущення, але на має

підтримки педагога бо не може логічно обґрунтувати свою гіпотезу. Перевірка інтуїції логікою необхідна, але це вже наступний етап творчого акту. Якщо не буде першого, то не буде і другого. Здобувача слід заохочувати за спробу використати інтуїцію і направити на подальший логічний аналіз висунутої ідеї.

2. Друга полягає у формуванні в здобувача впевненості в своїх силах, віри в свою здатність вирішити задачу. Той, хто не вірить в себе, вже приречений на невдачу. Зрозуміло, ця віра повинна бути обґрунтованою, але важливо зрозуміти, що переоцінка своїх можливостей здобувачем менш небезпечна, ніж недооцінка.

3. В процесі навчання бажано максимально використовувати позитивні емоції (здивування, радощі, симпатії, переживання успіху тощо). Негативні емоції пригнічують прояви творчого мислення.

4. **Необхідно максимально стимулювати прагнення здобувача до самостійного вибору цілей, задач і засобів їх рішення.** Людина, яка не звикла діяти самостійно, брати на себе відповідальність за ухвалені рішення, втрачає здатність до творчої діяльності.

5. Варто заохочувати схильність до ризикованої поведінки. Дослідження показують, що схильність до ризику — одна з фундаментальних рис творчої діяльності.

6. Найважливіше завдання педагога — не допускати формування

конформного мислення, боротися з тим, хто погоджується і орієнтується на думку більшості. Іноді можна створити штучну педагогічну ситуацію, в якій здобувач, що демонструє дуже високий рівень конформізму, потрапляє в ніякове положення, підтримавши абсурдну точку зору більшості. Зрозуміло, тут необхідні відчуття міри і такт, щоб не принизити «конформіста».

7. Розвивати уяву і не пригнічувати схильність до фантазування, навіть якщо воно іноді граничить з «видачею» вигадки за істину.

8. Формувати чутливість до суперечностей, уміння знаходити і свідомо формулювати їх. При цьому сама суперечність, навіть формально-логічна, зовсім не повинна ототожнюватися з помилкою, яку просто треба виправити. Основна роль суперечностей в розумовій діяльності полягає в їх здатності служити джерелом нових питань і гіпотез.

9. Частіше використовувати в навчанні задачі так званого відкритого типу, коли відсутнє одне правильне рішення, яке залишається тільки знайти або вгадати. Саме по собі тренування в продукуванні можливих рішень (гіпотез) істотно підвищує показники побіжності, гнучкості і оригінальності мислення.

10. Ширше застосовувати проблемні методи навчання, які стимулюють установку на самостійне або за допомогою педагога відкриття здобувачем нового знання, підсилює його віру в свою здібність до таких відкриттів.

11. Вельми корисним для розвитку творчого мислення є навчання спеціальним евристичним прийомам рішення задач різного типу.

12. Найважливішою умовою розвитку творчості здобувачів є спільна з педагогом діяльність. Вона можлива лише за ситуації, коли розв'язується задача, відповідь на яку не знає ні здобувач, ні педагог. У цих умовах задача перетворюється з учбової в реальну життєву проблему.

13. Прагніть до того, щоб ваші уроки не стали шаблонними, проведеними за трафаретом. Нехай на уроках здійснюються відкриття, народжуються істини, підкоряються вершини, тривають пошуки.

14. Всіляко заохочуйте прагнення здобувача бути самим собою, його уміння слухати своє «Я» і діяти відповідно до його «порад». Для цього на всіх етапах навчання педагог повинен не просто декларувати свою повагу до особистості здобувача, але і реально відчувати, переживати ні з чим не порівнянну цінність кожної особистості.

15. Підтримуйте думки здобувачів та оцінюйте їх тут же, підкреслюючи їхню оригінальність, важливість тощо.

16. Підсилюйте інтерес здобувачів до нового.

17. Заохочуйте оперувати предметами, матеріалами, ідеями. Здобувач практично вирішує дослідницькі ідеї.

18. Вчіть здобувачів систематично оцінювати кожну думку.

19. Виробляйте в здобувачів толерантне ставлення до нових понять, думок.

20. Культивууйте творчу атмосферу - здобувачі повинні знати, що творчі пропозиції, думки аудиторія зустрічає з визнанням, приймає їх, використовує.

21. Вчіть здобувачів цінувати свої і чужі думки, цінні фіксувати їх у блокноті.

22. Іноді однолітки ставляться до здібних здобувачів агресивно. Необхідно не усунути проблему, а запобігти їй.

23. Вчіть доводити почате до логічного завершення.

**В цілому, виділяють п'ять видів діяльності педагога в навчальному процесі, які вважають сприятливими для творчого розвитку здобувачів:**

- діяльність, що мотивує здобувачів до процесу навчання та сприяє розумінню ними його значення для особистісного розвитку;

- діяльність, що спрямовує, орієнтує здобувачів на мету і результат, який треба отримати, спрямовує їх увагу на зміст і значення творчої діяльності, яку вони виконують;

- діяльність, що індивідуально диференціює здобувачів, розвиває різні рівні можливостей здобувачів, не обмежує їх у часі, стимулює всіх до відповідей;

- діяльність, яка організує колективну творчу діяльність здобувачів забезпечує організацію групових форм творчої навчальної діяльності;

- діяльність, яка організує контрольну-оцінювальну діяльність здобувачів.



**ПОРАДИ ЩОДО ТВОРЧОСТІ У ЩОДЕННІЙ ПЕДАГОГІЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

*Творчість - це не розкіш для обраних, а загальна біологічна потреба, інколи не усвідомлена нами.*

*Григорій Іванов.*

1. Пам'ятайте: невдачі і негативний досвід мають і позитивний результат, оскільки сприяють розвитку творчості особистості. Згадайте слова В. Сухомлинського: «Один із секретів педагогічної творчості полягає в тому, щоби пробудити в педагога інтерес до пошуку, аналізу своєї роботи. Хто намагається виявити хороше й погане на своїх уроках, у своїх взаєминах із вихованцями, той уже досяг половини успіху».

2. Однією з важливих умов досягнення педагогічної творчості є вміння глибоко аналізувати весь комплекс як своєї навчально-педагогічної діяльності, так і діяльності своїх колег, оцінювати різноманітні аспекти педагогічної діяльності, реалізувати творчий пошук шляхів подолання труднощів у спілкуванні.

### ***Розвивайте свої здібності до вирішення проблем***



Виявляйте інтерес до всіх проблем.

Правильний підхід до проблеми економить час, а її визначення - вже половина справи.

Уважно прислуховуйтеся до думки інших людей.

Навчіться вислуховувати різні точки зору і визнавати наявність

проблеми.

Сприймайте проблеми як виклик, як можливість для саморозвитку.

### ***Ідеї народжуються в процесі роботи***

Записуйте всі альтернативні рішення, які спадають вам на думку.

Не затримуйтеся надовго на одному способі вирішення проблеми.

Будьте готові до заперечення навіть хороших ідей.

Коли ви шукаєте ідею, забудьте про критику.

Запитайте себе, чому це питання не можна вирішити принципово іншим, нестандартним способом.

Дайте простір для своєї уяви, не довіряйте лише розуму і логіці.

Уникайте будь-яких перешкод під час занять творчою роботою.

Прагніть виконувати творчу роботу тоді, коли ви перебуваєте в найкращому настрої.

□ Розвивайте в себе зацікавленість у справі і палке бажання вирішувати проблеми.



## ПОРАДИ ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ ДІАЛОГУ З ЗДОБУВАЧАМИ

*Педагогам слово дане не для того,  
щоб приспати свою думку, а для того,  
щоб розбудити чужу.*

*Василь Ключевський*

1. Розвивайте свою комунікативну пам'ять (пам'ятайте все, що сприяло спілкуванню) і не змінюйте тональності спілкування несподівано, бо це може призвести до психологічної нестабільності, викликати серйозні переживання. Пам'ятайте ім'я кожного здобувача — це дуже важливо для спілкування.

2. Практикуйте індивідуальні бесіди з окремими здобувачами, але детально опрацюйте партитуру (стратегію і тактику) майбутньої розмови.

3. У спілкуванні з здобувачами не забувайте, що здобувач — це передусім особистість, яка прагне до самоствердження, самореалізації.

4. Не дотримуйтесь стереотипів у спілкуванні з аудиторією. Здобувачі зростають, змінюється система їхніх вимог до спілкування, і це може спричинити серйозну деформацію стосунків і негативно позначитися на якості навчального процесу.

5. Не забувайте про комунікативну підготовку до кожного уроку (навчальна група, тип спілкування, психологічна атмосфера тощо).

6. Завжди аналізуйте процес спілкування на уроці, на перерві, поза уроком і навчальним закладом та знаходьте причини проблем у спілкуванні, зізнавайтесь собі у помилках, щоб надалі їх не повторювати.

7. Не допускайте у спілкуванні з аудиторією виникнення психологічного бар'єру, бо тоді спілкування не відбудеться, а це негативно позначиться на усьому перебігу уроку, на самопочутті — вашому та здобувачів.

8. Плануючи виховну роботу в навчальній групі, враховуйте ваш стиль стосунків з здобувачами, фронтальні, групові та



індивідуальні форми взаємодії.

9. Особливу увагу зверніть на стосунки здобувачів з вашими колегами, вони суттєво впливають на загальну соціально-психологічну атмосферу навчального процесу.

10. Будьте доброзичливими до колег по роботі; сприймайте їх із оптимізмом; намагайтеся у досвіді колег знайти те, що є для вас цінним, цікавим, корисним, ніколи не зосереджуйте свою увагу лише на недоліках.

11. Уважно стежте за власною мовою, пам'ятаючи, що вона — відображення вашої особистості. Зверніть увагу, чи немає у вашому мовленні слів-паразитів («ну», «так би мовити», «отже», «загалом» тощо); на темп вашого мовлення, бо від нього залежить ефективність засвоєння здобувачами знань; на інтонаційні акценти, від яких залежить рівень інтенсивності запам'ятовування; на загальну психологічну атмосферу уроку; на крик, різкі інтонації, що можуть викликати емоційний дискомфорт.

12. Усвідомлено розмірковують над побудовою своїх взаємин із девіантними здобувачами, пам'ятаючи, що девіантні здобувачі є наслідком педагогічно-психологічної занедбаності, можливої фізіологічної патології; вони зазнають тиску з боку негативних стереотипів, сформованих педагогами, здобувачами, батьками; звертатися до них потрібно з оптимістичною гіпотезою, намагаючись завоювати їхню довіру і зрозуміти, відчути їхній внутрішній психологічний стан.

13. Не варто весь час говорити на своєму уроці. На кожному уроці влаштовуйте собі «хвилину мовчання», і краще не одну, а кілька, даючи своїм здобувачам можливість висловитись і порозмислити вголос.

***Для оптимізації спілкування з здобувачами намагайтесь поводитися так:***

1. Поява в аудиторії — бадьора, упевнена, енергійна.

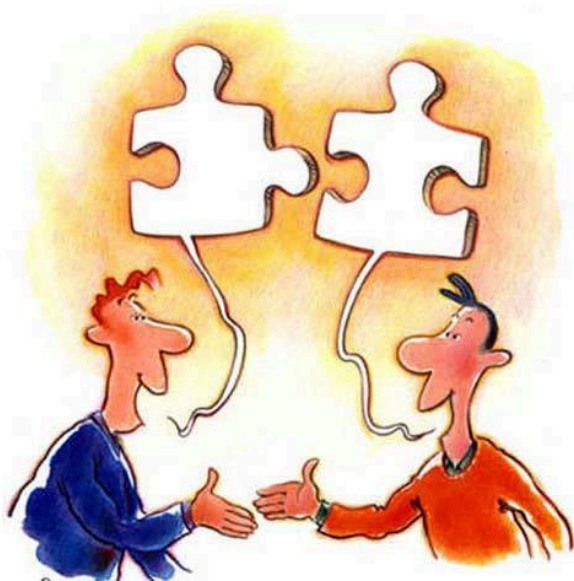
2. Наявність комунікативного настрою: яскраво виражена готовність до спілкування.

3. Енергійний прояв комунікативної ініціативи, емоційна налаштованість на діяльність, прагнення передати цей стан класові.



4. Створення на уроці необхідного емоційного настрою.
5. Органічне керування власним самопочуттям під час уроку й спілкування з здобувачами (рівний емоційний стан, здатність опанувати себе, незважаючи на складні обставини, зміни в настрої).
6. Продуктивність спілкування.
7. Керування спілкуванням: оперативність, гнучкість, відчуття власного стилю спілкування, уміння організувати єдність спілкування й методу впливів.
8. Мовлення (яскраве, образне, емоційно насичене, висококультурне).
9. Міміка (енергійна, яскрава, педагогічно доцільна). Пантоміміка (виразна, адекватна до жестикуляції, пластична образність, емоційна насиченість жестів).

10. **Для підтримки та заохочення для забезпечення позитивної емоційної атмосфери при діалозі використовуйте такі слова:** «Давай спробуємо ще раз. У мене теж не одразу все виходило, тому не втрачай надії. Я завжди вважав(ла), що ти зможеш це зробити. Повір у себе. Я можу зрозуміти твій стан. Я тебе розумію. Я впевнений (а), що ти зможеш. Разом ми зможемо. Сьогодні вийде краще, ніж учора. Мені подобається те, що ти зробив(ла). Навіть, якщо ти помилишся, я допоможу тобі. Ти талановитий(а). Я впевнений(а) у твоїх силах, здібностях, знаннях. Мені приємно спілкуватися з тобою. Я вірю в те, що все вийде. Спробуймо зробити якнайкраще. Цікава відповідь, оригінальна відповідь. Відчувається співпраця».



**При проведенні занять, а також діалогу організуйте зворотній зв'язок з здобувачами.**

1. Конкретно відзначте, що саме було сказано чи зроблено; чому це твердження або дія були ефективними або не настільки ефективними.

2. Порекомендуйте альтернативні способи майбутньої дії. Поясніть, чому це покращить результат.

3. Надайте підтримку, проте нехай здобувачі самі відповідають за покращення своїх

результатів.

4. Дайте відповідь і на запитання «що?» (результати) і на запитання «як?» (що здобувач зробив або виконав задля досягнення цих

результатів).

5. Забезпечте збалансований зворотний зв'язок.

6. Постарайтесь знайти позитивні сторони у будь-якій ситуації. Намагайтесь давати більше позитивних заохочень, аніж пропозицій щодо покращення.

7. Розглядайте зворотний зв'язок як можливість покращити свої результати.

8. Уважно вислуховуйте реакцію інших.

9. Звертайте більше уваги на їх пропозиції і точки зору, аніж на виправдовування власних дій або вчинків.

10. Вимагайте конкретних прикладів своєї вдалої роботи або дій, які можна було б покращити.

11. Шукайте тенденції у поведінці, які дозволять вам швидко розвинути у напрямку вигідних сфер.

## ПОРАДИ ЩОДО УПРАВЛІННЯ НАСТРОЄМ

*Якщо ви хочете, щоб життя вам посміхалася, спочатку подаруйте йому гарний настрій.*

*Б. Спіноза*



1. Звільніться від страху перед невдачами, помилками! Не варто думати, що якщо вам не вдалося зацікавити здобувачів з першого разу, то і вдруге вам це також не вдасться.

2. Не вимагайте від себе бездоганної поведінки та виконання кожної справи. Не потрібно боятися припуститись помилки під час проведення уроку.

3. Вчіться відволікатися від своїх турбот. Безперервні роздуми над майбутніми проблемами тільки посилює хвилювання.

4. Не забороняйте собі засмучуватись. Заборонивши собі думати про щось тривожне або докучливе, ви не покращите настрій.

5. Посміхайтесь! Широку, щасливу посмішку до обличчя не приклеїти. Спробуйте посміхнутися, потім намагайтеся затримати посмішку. Далі спробуйте зробити її ширшою. Звісно, краще здійснювати це наодинці із собою, не думаючи про естетичний аспект занять. Отже, крок за кроком, крок за кроком...

6. Не зосереджуйтеся на невдачах. Відрізняйте невдачу від катастрофи, безладдя від лиха, дрібний промах від катастрофи всіх життєвих планів і сподівань.

7. Переводьте увагу на інший об'єкт, на іншу людину. Завжди є люди, яким потрібна ваша допомога (насамперед, це ваші здобувачі). Це універсальний прийом і правило для збереження рівноваги у найскладніших ситуаціях.

8. Підтримуйте самоповагу та позитивну самооцінку. Занижена самооцінка — це «втеча» від ризикованості нових справ і занять, усвідомлене або неусвідомлене самовиправдання перед тим, що не вийшло або не склалося й, як ми вважаємо, не вийде ніколи.

9. Змінійте свої думки. Найголовніше — викиньте (витісніть її іншою думкою) із голови «таргана» — негативну думку, що є причиною вашого поганого настрою. Замініть її на іншу, але більш оптимістичну.

10. Не слід боятися успіху! Страх перед успіхом пов'язаний, насамперед, зі страхом не утримати високу планку й випробувати невдачу. Тому до успіху й невдачі краще ставитися спокійно: «Успіх — це добре, але й невдачу теж можна пережити!».

11. Не дозволяйте собі займатися самокатуванням! Слід пам'ятати: почуття провини — руйнує людську душу.

12. У критичній ситуації нагадайте собі: «Могло бути й гірше». Просто похваліть себе, що ви ще не здалися, що ви боретеся з обставинами. Доки ви не впали духом і шукаєте варіанти вирішення проблеми, у вас завжди залишаються шанси на перемогу.

13. Дивіться на життя як на чергування білих і чорних смуг. При цьому є сенс пошукати білі смуги у вашому житті (люди схильні забувати про них, і треба дати собі можливість згадати про їхнє існування й пережити ще раз радісні моменти свого життя).

14. Використовуйте самонавіювання. *«Усе буде добре!», «У мене все вийде!», «Я молодець!», «Я впораюся!», «Я найкращий педагог, мої здобувачі найкращі!».*

15. **Скористайтеся порадою Дейла Карнегі: «Коли тобі дістається лимон, зроби із нього лимонад».** То ж коли ви отримали лимон, то треба поміркувати: *«Який урок я можу отримати із цієї неприємності? Можливо, перетворити цей лимон на лимонад?».*



## ПОРАДИ М ЩОДО СПІЛКУВАННЯ З «ВАЖКИМИ» ЗДОБУВАЧАМИ

*Ви можете протягом двох місяців здобути більше друзів, цікавлячись іншими людьми, ніж придбали б за два роки, намагаючись зацікавити інших людей своєю персоною.*

*Дейл Карнеги*



1. Підготуйтеся до контакту. Перед будь-яким контактом необхідно внутрішньо налаштуватися - як налаштовують інструмент перед концертом. Займіть стійке положення: сядьте або станьте так, щоб відчувати опору, рівновагу. Говоріть тільки те, в чому впевнені і що для вас важливо, тримайте в голові, заради чого ви вступили в діалог. Якщо є ймовірність, що вас будуть провокувати на емоції, знайдіть точку перед очима або деталь одягу, які будуть символізувати для вас стійкість і рівновагу.

2. Налаштуйтеся на пошук рішення, а не на сварку. Починаючи тяжку розмову з здобувачем, скажіть вголос або про себе: «*Я починаю говорити для того, щоб залишитися в контакті, щоб бути з тобою, а не для того, щоб сваритися*». Пам'ятайте, що діалог ведеться не для того, щоб виграти бій, а для того, щоб зрозуміти один одного. При контакті з здобувачем залишайтеся на рівні його очей, торкайтеся до тіла. В кінці складної розмови обов'язково скажіть: «*Я з тобою*».

3. Будьте відкриті. Оточення має право нам не вірити, не любити нас і не розуміти, може не погоджуватися з нами - це доведеться пережити. У кожного своя правда. Звертайте увагу на те, що ховається за словами, шукайте більш глибокий сенс. Для цього постарайтеся заспокоїтися і бути відкритими в діалозі.

4. Проявіть повагу до здобувача. У кожного є право на недосконалість, помилки, омани - це не скасовує початкової поваги до здобувача. Пам'ятайте, що і ви можете бути неправі, дозволяйте собі вчитися. А повага опонента до нас починається з поваги нас до самих себе.

5. Поставтеся з розумінням до особливостей сприйняття співрозмовника. У кожного своя мова і своя швидкість реагування. Ми

сприймаємо інформацію суб'єктивно, виходячи з нашого досвіду і особистісних якостей. Не бійтеся перепитувати. Дайте час собі і співрозмовнику на «засвоєння» інформації. Частіше говоріть займенник «я» замість «ти» (я відчуваю, я ображаюся, я злюся, я думаю).

6. Розмовляйте мовою здобувача. Не дарма існує висловлення «бути на одній хвилі». Спробуйте вловити настрій здобувача, зрозуміти, що турбує його саме зараз. Вдалих жарт може легко призвести до незручної ситуації. Таке трапляється, якщо ваш опонент тримається строго і відсторонено.

7. Не переходьте на особистості. Не обговорюйте особисті якості здобувача. Говоріть тільки про факти і події, що мають стосунок до предмету розмови. Якщо діалог все ж перетворюється в суперечку, продовжувати його часто безглуздо.

8. Покажіть здобувачу, що він для вас важливий. Розмовляючи з здобувачем, повторюйте про себе: *«Я тебе бачу», «Мені важливі твої думки і твоя присутність, навіть якщо я з тобою не згоден»*. Дайте здобувачу зрозуміти, що він для вас цінний як особистість.

9. Уважно вислухайте здобувача, намагайтесь, щоб він зрозумів, що він вам не байдужий і ви готові зрозуміти і прийняти його. Не перебивайте і показуйте свого страху. Відносьтесь до нього серйозно, з повагою.

10. Запропонуйте свою підтримку і допомогу. Постарайтесь переконати, що даний стан (проблема) тимчасові і швидко минуть. Проявіть співчуття і покажіть, що ви поділяєте і розумієте його почуття.

11. Впевнено спілкуйтесь з здобувачем. Саме це допоможе йому повірити у власні сили. Головне правило в роботі з здобувачами – не нашкодь!

12. Використовуйте слова, речення, які будуть сприяти встановленню контактів: розумію, звичайно, відчуваю, хочу допомогти.

13. В розмові з здобувачем дайте зрозуміти йому, що він необхідний і іншим і унікальний як особистість. Кожна людина незалежно від віку, хоче мати позитивну оцінку своєї діяльності.

14. Проявляйте витримку під час спілкування з проблемним здобувачем.

15. Терпляче і наполегливо пояснюйте неправильність його поглядів і поведінки.



16. Намагайтесь переконувати і відкривати “важким” здобувачам гідні та цікаві життєві перспективи.

17. Постійним повчанням не закріплюйте здобувачів, схильних до правопорушень, негативну оцінку своїх учинків.

18. Не перешкоджайте їхній участі у звичайних молодіжних об’єднаннях.

19. Втягуйте “важких” здобувачів в суспільно корисні трудові справи, використовуючи притаманну їм завзятість в досягненні поставленої мети, прагнення до першості, частково усвідомлене почуття їхньої соціальної неповноцінності. Але уникайте при цьому занадто наполегливості та безцеремонності.

20. По можливості, з метою перевиховання здобувачів, які вже зробили помилку в житті, змініть обставини та звичні їм форми поведінки, покажіть їм довіру, схвалюйте їхні досягнення.

21. Виховуйте у таких здобувачів вміння не тільки підкорятися, а й командувати, не принижуючи та не зачіпаючи інтереси однолітків.

#### **Рекомендації щодо забезпечення засобів впливу на здобувача для поліпшення його поведінки**

1. Пошук шляхів підвищення мотивації до навчання у слабких здобувачів:

✓ винагорода здобувачів навіть за невеликі досягнення під час навчальної діяльності, а не за досконалість в ній;

✓ активне заохочення в творчій діяльності, в спорті, в різних шкільних заходах тощо.

2. Виховання теплих почуттів до навчального закладу у слабких здобувачів:

3. Не присвоювати здобувачам ніяких ярликів, спиратися на заохочення, підтримку, а не на покарання:

✓ не бажано розділяти здобувачів (шляхом оголошень оцінок чи розподілу по групах), бо здобувачі позбавляються необхідної мотивації;

✓ корисно знаходити сильні сторони слабких здобувачів і хвалити їх за те, що їм вдається.

4. В роботу навчального закладу включати більше елементів, що задовольняють соціальні інтереси здобувачів:

✓ розширювати поза аудиторні форми діяльності здобувачів;

✓ залучати їх до організації такої діяльності;

✓ прикладом, шляхом бесід виховувати в здобувачів усвідомлення, прийняття загальнолюдських цінностей та норм.

#### ***Підвищуйте самооцінки у “важких” здобувачів***

1. Намагайтеся створити приязні стосунки у спілкуванні з здобувачем, бо їх відсутність – це причина виникнення тривожності у здобувача.

2. Поважайте індивідуалізм здобувача, бо зневага сприяє самотності здобувача.

3. Стверджуйте загальнолюдські цінності – це допоможе під час появи у здобувача думок про самотність або втрати друга (друзів).

4. Частіше нагадуйте “важким” здобувачам про їхні позитивні якості – це дасть можливість уникнути в їхній свідомості закріплення негативних оцінок щодо них самих та формування низької самооцінки.

5. Навчайте здобувача поважати власну гідність, розуміти свої вчинки, виховувати самоповагу, позитивне ставлення, розуміння, терплячість до оточуючих, їхніх оцінок щодо самого здобувача.

6. Сприяйте розвитку процесу самореалізації – активній праці самого здобувача щодо розвитку своєї особистості.

7. Створіть умови щодо формування у підлітків інтересу до того, якими вони стануть у майбутньому – це могутній фактор саморозвитку “важкого” здобувача.

8. Допомогайте “важким” здобувачам знайти свої життєві цілі – це зможе усунути багато проблем під час їхнього виховання.



## ПОРАДИ ЩОДО РОБОТИ З АГРЕСИВНИМИ ЗДОБУВАЧАМИ

*Агресивність виникає тому, що люди втрачають відчуття життя як такого, втрачають зв'язок з простішими цінностями життя.*

*Г. Бель*



1. Якщо агресія є усвідомленим, контрольованим актом з боку здобувача, то для дорослого важливо не піддатися на таку маніпуляцію. При цьому доречно різко припинити агресивні дії або (якщо це не завдасть серйозної шкоди самому здобувачеві та оточенню) ігнорувати їх.

2. Якщо агресія є виявом гніву, можливе використання різноманітних

стратегій впливу:

✓ навчати здобувачів контролювати свої емоції і способи регулювання негативних почуттів без шкоди для оточення (цю стратегію використовують, якщо агресія виявляється у прямій формі). Наприклад, треба вчити змінювати пряму агресію на непряму за допомогою предметів-замінників, позбуватися внутрішнього напруження через активні дії, заняття спортом, рухливі ігри, вияв символічної агресії;

✓ розвивати в здобувача вміння знижувати рівень емоційного напруження через фізичну релаксацію

3.3 З агресивним здобувачем не можна розмовляти у підвищеному тоні — так ви провокуєте посилення агресивних імпульсів. Послідовне використання спокійної, плавної мови дозволить здобувачу переключитися і почати слухати вас.

4. Деякі здобувачі під впливом дорослих довгий час здатні стримувати свої агресивні імпульси навіть тоді, коли інші зачіпають їхню особистість («Битися недобре! Не зважай!»). Щоправда, ніхто не вчить як не чути образ на свою адресу. Наслідок — час від часу в такого стриманого здобувача відбувається сильний вилив емоцій. І якщо він вдарить кривдника у такому стані, то не дивно, що це може призвести до його травмування.

5. Агресивні вияви можна знімати за допомогою спеціальних вправ. Наприклад, навчити здобувача зосереджувати увагу в момент імпульсу гніву на своїх руках і навмисне стискати кулаки з максимальним

напруженням. Гіпернапруження обов'язково зміниться релаксацією м'язів. І якщо агресія не минає, то принаймні стає керованою.

**6. Для ефективної роботи з агресивними здобувачами потрібно:**

- Бути уважним до потреб здобувача.
- Демонструвати модель неагресивної поведінки.
- Бути послідовним у покаранні здобувача, карати за конкретні вчинки.
- Покарання не повинно принижувати здобувача.
- Навчати прийнятних способів вираження негативних емоцій.
- Розвивати здатність до емпатії.
- Розширювати поведінковий репертуар здобувача.
- Відпрацьовувати навички регулювання конфліктних ситуацій.
- Вчити брати відповідальність на себе.

**7. При покаранні агресивних здобувачів:**

- Покарання не повинно шкодити здоров'ю здобувача — ні фізичному, ні психічному. Більш того, воно має бути корисним. Якщо є сумніви, покарати чи ні, не карайте, навіть якщо вже зрозуміли, що ви надто м'які, довірливі й нерішучі. Жодної «профілактики», жодних покарань «про всяк випадок».

- За один раз — одне. Навіть якщо провин багато, покарання може бути суворим, але тільки одне за все відразу, а не по одному за кожен провину. Салат із покарань — страва не для дитячої душі! Не можна карати за рахунок любові. І щоб не трапилось, не обмежуйте дитину в похвалах і заохоченні, на які вона заслуговує.

- Термін давності. Краще не карати, ніж карати із запізненням. Покарання із запізненням навіюють здобувачу минуле, не дають стати іншим.

- Покараний — пробачений. Інцидент вичерпано. Сторінку перегорнуто. Про старі гріхи - ні слова. Починайте життя спочатку!

- Без приниження. Щоб не сталося, якою б не була провина, покарання не повинно сприйматися здобувачем як перемога нашої сили над його слабкістю, як приниження. Якщо здобувач вважає покарання несправедливим, то ніякого виховного ефекту не буде.

- Здобувач має боятися не покарання, не гніву, а нашого засмучення. Слід розуміти, що, не будучи досконалою, він не може не засмучувати тих, хто його любить.



## ПОРАДИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ КОНФЛІКТІВ

*Більшість конфліктів між людьми відбувається з однієї простої причини. Ми багато фантазуємо про те, що добре розуміємо один одного, і мало говоримо, для того, щоб дійсно один одного розуміти.*

*Невідомий автор*

Фундаментом безконфліктного навчально-виховного процесу є організація вчителем гуманного педагогічного спілкування, гуманних взаємовідносин зі здобувачами. А в ньому, як і в будь якій справі є елементи “вищого пілотажу”. До них, насамперед, відносяться вміння та навички педагога управляти конфліктною ситуацією.

*Тому нижче зупинимося на “азах конфлікту”, які допоможуть педагогу (особливо молодому) вибрати правильну стратегію вирішення конфлікту, а саме - досвід “старших товаришів” (помилки, недоліки), способи поведінки і вирішення конфліктів. Почнемо з досвіду “старших товаришів”.*



### **Недоліки вчителя, які призводять до конфлікту**

**1. Невміння створювати нормальні умови для навчання.** Досить часто педагог бачить своє головне завдання в контролі за діями здобувачів, високій вимогливості до них і в покаранні самого

незначного порушення дисципліни

Але ж перше завдання педагога - створення необхідних умов для успішної праці здобувачів (насамперед, умотивованості їх до праці, доброзичливі взаємовідносини між суб'єктами освітнього процесу тощо). І коли б ці умови були педагогом створені, то, звичайно, майже не було б прецедентів для виникнення конфлікту. Правда, створення сприятливих умов для навчання здобувачів потребує від педагога високої педагогічної майстерності, терпіння та поваги (любові) до своїх молодших товаришів. А якщо цього нема, або є, але дуже мало - то виникнення конфлікту не забариться.

**2. Невміння враховувати в роботі зі здобувачами їх індивідуальні особливості.** Деякі педагоги не зважають на те, що один здобувач швидко оволодіває новою операцією, знаннями, а інший повільно. Те, що перший розуміє майже “без слів”, іншому потрібно кілька разів

пояснювати та показувати. Але ж перший швидко забуває побачене та почуте, а другий те, в чому розібрався, не забуває роками. Один віддає перевагу незнайомій роботі, яка пов'язана з подоланням труднощів, перешкод; інший, навпаки, любить повторювати одноманітні, добре знайомі обов'язки, тощо. Кожна людина - особистість і потребує індивідуального підходу.

**3. Недостатня педагогічна майстерність частини педагогів**, які не спроможні яскраво виступити перед здобувачами, пояснити нове завдання, допомогти в раціоналізації самостійної роботи, вирішенні суперечливих проблем, використовувати при проведенні занять сучасні форми, методи, принципи, технології, досвід педагогів – новаторів тощо.

**4. Нетактовність, а іноді грубість з боку педагога.** До здобувачів ще досить часто звертаються на "ти". Це негативно впливає на них та спричиняє конфлікти.

**5. Неправильна стимуляція здобувачів заохоченням і покаранням.**

Неприпустимо, наприклад, заохочувати та карати за результат дії, ігноруючи її мотиви. Проте якщо здобувач не виявив достатньої старанності, працелюбності, його не слід дякувати за успіхи в самодіяльності, спорті або відмінне навчання. Навпаки, виконання плану новачком або отримання "трійки" здобувачем, який довго хворів повинна супроводжуватися похвалою. І, як правило, ревнощів, заздрощів в цих випадках не буває. Здобувачі розуміють педагога.

**6. Неспроможність опиратися в роботі на неформальні об'єднання здобувачів.**

Неформальна структура колективу класу - незмінний наслідок ряду об'єктивних причин. Ніякі офіційні відносини не в змозі регламентувати безліч ситуацій, які виникають щоденно в спілкуванні зі здобувачами. Конфронтація формальної та неформальної структури колективу не фатальна. Але вона виникає, якщо формальні керівники діють, не відповідаючи очікуванням неформальних груп. Конфлікт зароджується неминуче, якщо керівництво здійснюється тільки з опорою на вимоги офіційних документів, вчителі не знають внутрішнього життя колективу, не цікавляться взаєминами його членів, не враховують особливостей здобувачів, умов їх життя, становища в колективі.



**7. Хибне ставлення до критики.** Критика застосовується з метою виправити недоліки, допомогти справі. Але недостатній рівень психологічної культури певної частини педагогів призводить до того, що, критикуючи здобувача, вони без потреби підвищують голос, допускають нетактовність, грубість, провокують конфлікт. Цього можна уникнути, якщо перед критичним висновком з'ясувати, чи не можна взагалі вирішити проблему загалом без критики.

Зважаючи, що критика не самоціль, перед виступом слід чітко визначити мету: що конкретно, у кого саме та як повинно змінитися. Треба не тільки вказати на недоліки, але неодмінно визначити шляхи їх подолання. Вимагаючи виконання певних засад і правил поведінки, необхідно зважати, чи виконуете їх самі. Критикуючи, будьте завжди переконані: те, що робилось раніше, сьогодні можна зробити краще, не існує межі людським можливостям.

Подолання наведених вище недоліків буде сприяти зменшенню кількості конфліктів та підвищенню їх конструктивності.

Крім того серйозно заважають адекватно поводитись в конфлікті помилки в сприйнятті самої конфліктної ситуації. Розглянемо їх.

#### **Помилки в сприйнятті конфліктної ситуації.**

**1. Ілюзія власної шляхетності,** коли ми вважаємо, що стали “жертвою” злостивого суперечника і, з точки зору моралі, самі поведимось зразково. Конфліктуючі сторони здебільшого переконані в своїй правоті, часто навіть готові вирішити конфлікт і переконані, що справа тільки в опонентові, який цього не бажає.

**2. Пошук соломинки в очах іншого.** Вчитель, конфліктуючий з здобувачем, як правило, в деталях розповідає: той грубо розмовляв, підступно насміхався, тощо. Він помічає окремі дрібниці в поведінці здобувача. І на логічне запитання: “А як поводити себе Ви?”, досить часто обурено відповідає: “А при чому тут я, ми ж обговорюємо не мою

поведінку?”

Як же “причому”? Адже своєю поведінкою педагог може заспокоїти здобувача, чи навпаки, провокувати його на ще більш зухвалі порушення дисципліни. В конфлікті надзвичайно важливо контролювати кожне своє слово, вчинок. Вміти спостерігати не тільки за опонентом, але, насамперед, за собою.

**3. Подвійна етика.** Людині властиво прикрашати власну поведінку навіть перед самим собою. Власні дії ми завжди намагаємося сприймати як розумні, ввічливі по відношенню до суперника, а чужі, як неприпустимі, нечесні.

**4. Все ясно.** Нерідко обидві сторони спрощують ситуацію конфлікту. Мета та ж: переконання, що мої дії правильні, а ось опонент поводить себе нахабно і неадекватно ситуації. Схожі помилки, які досить характерні в конфліктній ситуації, ускладнюють процес примирення. Щоб уникнути їх, педагогу необхідно оволодіти мистецтвом, яке автор не директивного навчання К.Роджерс назвав “постояти в черевиках здобувача”, а відомий російський психолог В. Леві - “бути іншим”. Отже, “досвід старших товаришів” ми розглянули. То як же доцільно діяти в конфлікті?

### Практичні поради

1. **Помовчіть, зробивши паузу.** Це допоможе вам обрати розумну тактику. Час допомагає забути те, що нас дратує.

2. **В конфліктних ситуаціях дуже часто хочеться постояти за себе і дати достойну відсіч.** Тому ми так сильно переживаємо за те що говоримо чи робимо в подібних ситуаціях. Але якщо ви попали в таку ситуацію спробуйте скористатися порадою «не відповідайте одразу – краще почекайте і подивитися, що буде далі».

3. **Не грайте у гру «Хто винен?».** Конфлікт, як правило є результатом цілої серії подій. Це схоже на ефект доміно. Зрештою, не можна звинувачувати тільки здобувача. Конфліктна ситуація



виникає від невеликих, вчасно не вирішених непорозумінь.

4. **Не піддавайтеся настроям іншої людини.**

5. **Злість руйнує ваш розум.** У стані злості неможливо конструктивно думати і шукати креативний вихід із складної ситуації.

6. **Пам'ятайте, що б з нами не відбувалося, головною проблемою в конфліктних ситуаціях є наша злість.** Вона створює хмару емоцій, яка заважає дати врівноважену і переконливу відповідь. Попрацюйте над собою: промедитуйте, зробіть гімнастику, прогуляйтеся на свіжому повітрі – дайте собі можливість відволіктися від проблеми. Робіть що завгодно, але перш ніж розбиратися з кимось, розберіться самі з собою.

7. **Не намагайтесь вважати, що ви зрозумієте дії іншої людини.** Спитайте себе, якби інша людина спробувала зрозуміти, про що ви зараз думаєте або чому ви робите зараз те, що робите, наскільки близькими до правди були б її здогадки? Ніхто, крім вас не знає, що відбувається у вашій голові. Тому не варто вгадувати мотиви вчинків співрозмовника: вірогідніше ви помилитесь.



**Ваші думки не є фактом.** Наше тіло гостро переживає наші емоції – страх, напругу, тривогу чи стрес. Ми відчуваємо емоції на фізичному рівні і часто сприймаємо свої відчуття, як підтвердження того, що наші думки – це факт. «Невже я б почував себе так погано, якби не був правий?» Пам'ятайте, що коли нас охоплює тривога, покаяння, страх чи

злість, які ми переживаємо «реальні, але неправдиві».

8. **Використовуйте конфліктну ситуацію для особистісного росту.** Пам'ятайте, що зациклюючись на злості, ображаючись на чийсь слова чи дії, засуджуючи співрозмовника ми поповнюємо свій особистий запас страждань. Ситуація + наша реакція = страждання. Розбираючись зі своїми почуттями і запитуючи, чому нас так сильно зачіпає якась ситуація – це чудова можливість дізнатись про себе щось нове. Ситуація + роздуми + мисленнєва присутність «тут і тепер» = внутрішній ріст.

9. **Ніколи не дозволяйте іншим збити себе з пантелику, навіть самому собі.**

10. **Те, що було, те минуло.** Згадуючи про минуле ми намагаємося зрозуміти, що можна було зробити інакше, щоб запобігти конфлікту, але те, що було вчора, залишається в минулому. А в минулому ми нічого змінити не можемо.

11. **Навчіться пробачати заради власного блага.** Часом, ми занадто довго думаємо про неприємності, які вже відбувались. Так це було, так це жахливо, але невже тільки це формує вас як особистість? Ми пробачаємо інших заради того, щоб звільнитися від особистих страждань, перестати триматися за минуле і жити далі.

12. ***Зробіть півторахвилинну перерву.*** Щоб звільнити розум, потрібно розірвати хід своїх думок. За 90 секунд емоція піднімається і спадає, як хвиля біля берега. Тому людині потрібно 90 секунд, щоб вийти з будь-якого стану. За 90 секунд спробуйте вдихнути і видихнути 15 разів – щоб не думати про здобувача або ситуацію, яка вас роздратовала. Це допоможе розірвати міцне коло – і разом з ним владу, яку отримали над вами негативні емоції

13. ***Відповідайте кривднику добром.***

14. ***Пам'ятайте, що краще зосереджуватись не на зливі і грозі, а на траві, яка зазеленіє завдяки їм.***



## ПОРАДИ В СИТУАЦІЇ КОНФРОНТАЦІЇ ЗІ ЗДОБУВАЧЕМ

*Співчуття є найголовніший і, можливо, єдиний закон буття людського.*

*Ф. Достоевський*

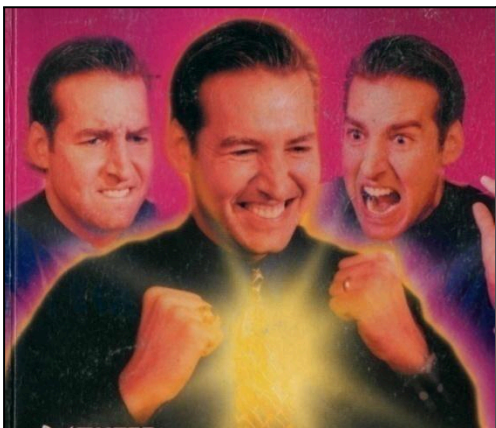
***Правило 1. Навчіться акцентувати увагу на вчинках (поведінці), а не на особистості здобувача.***

Починати свою роботу в цій ситуації потрібно з чіткого і конкретного опису поганої поведінки здобувачів. Робіть опис поведінки без її оцінки. Пояснюючи здобувачеві, чому його вчинки так засмучують вас, уникайте таких слів, як “погано”, “неправильно”, “нерозумно”. Суб'єктивні оцінки лише викликають роздратування здобувача, “заводять” нас самих і, у підсумку, відводять від рішення проблеми.

У розмові про провину обмежуйтеся обговоренням того, що сталося за правилом “тут і тепер”. Обговорюючи з здобувачем його поведінку говоріть тільки про те, що відбулося тепер. Звертання до минулого чи майбутнього наводить на думку, що вчинок є чимось неминучим і непоправним. Таким звертанням можна загнати себе в безвихідь. Справді, якщо здобувач “завжди” так поводить себе чи “завжди буде” це робити, то як можна педагогу вимагати, щоб він спробував поводитися по-іншому? Девіз “тут і тепер” — точка опори для педагога!

Ми повинні твердо висловлюватись щодо конкретного вчинку, щоб він не повторився, але ми повинні бути доброзичливими до здобувача, котрий щось накоїв. Це правило може бути виражено таким девізом: “*Те, що ти робиш, повинно бути негайно припинено, але я однак симпатизую тобі!*” Така установка декларує нашу віру в те, що здобувачі можуть поводитися так, як потрібно. Наша віра в них — могутній імпульс для зміни поведінки, тому що вона сприяє підвищенню самоповаги.

***Правило 2. Займіться своїми негативними емоціями***



Коли здобувач демонструє “погану” поведінку наші емоції дуже неприємні. Це може бути гнів, обурення чи безпорадність. Здобувач порушує навчальний процес, заважає працювати Вам і навчальній групі. Те, що ви відчуваєте в такій ситуації, є нормальним.

Але! Контролюйте негативні емоції! Коли нас душать гнів і обурення, ми вже не можемо ні мислити правильно, ні діяти логічно. Гірше того, ми демонструємо ці негативні емоції

нашим вихованцям тоном, мімікою, усім своїм виглядом. І цим підтверджуємо рішення здобувача поводитися погано, даємо йому очевидне виправдання. Наш гнів — це те, чого прагне досягти здобувач, демонструючи свою владу над вами. Якщо ми виявляємо свої негативні емоції, то провокуємо його продовжувати небажану поведінку. Коли педагог контролює власні негативні емоціями і «не виливає» на голови здобувачів потоки “шляхетного гніву”, він досягає багато чого позитивного, а саме:

а) він просто “роззброює” бешкетника;

б) готує ґрунт (що ще важливіше) для успішної взаємодії.

Здобувачі завжди готові грати, коли роблять не те, чого від них очікують. Вони сподіваються на певну реакцію, закидають “гачок”, ми ловимо його і гра починається. Порушники дисципліни швидко викликають у нас реакцію гніву, адже заради цього гра і затівається, а наш гнів — підсумок гри, свідчення його перемоги в цій партії. Спробуйте відмовитися від гри. Це не просто, але необхідно. Один із способів — контроль і вивільнення негативних емоцій.

“Накручені” спілкуванням з порушниками дисципліни, педагоги просто переповнені негативними емоціями і мають потребу у встановленні рівноваги, інакше головного болю до кінця дня не уникнути.

Для розрядки уявіть, що перед вами сидить кривдник, і викажіть йому все, чого не сказали в аудиторії. На якийсь час забудьте про усіх: про акцент на поведінці, про принцип «не оцінювати», про ввічливість тощо. Кричіть усе, що хочете, оцінюйте, обвинувачуйте. Кричіть якнайголосніше. Гарантуємо, ви відчуєте себе набагато краще. Японці уже давно переконались, що це допомагає.

### ***Правило 3. Не підсилюйте напругу ситуації***

Це правило тісно пов'язано з попередніми. Ніколи не робіть і не говоріть того, що може підсилити напругу ситуації як для здобувача, так і для Вас. Це дуже важко — навчитися не збільшувати, а зменшувати напругу ситуації. Передбачаючи запитання педагогів, котрі бажають точно знати, чого ж не можна робити і говорити, перерахуємо типові помилки в реагуванні на витівки.

Ми помиляємося, коли у відповідь на витівку в напруженій ситуації:

- підвищуємо голос;
- вимовляємо фразу на кшталт: “Педагог тут поки ще я”;
- залишаємо останнє слово за собою;
- починаємо кричати;
- використовуємо такі пози і жести, що «душать»: стиснуті щелепи, зчеплені руки, розмова “крізь зуби”;
- використовуємо сарказм;

- звертаємося до оцінки характеру здобувача;
- діємо, як начальник (з усвідомленням своїх переваг);
- втягуємо в конфлікт інших людей, непричетних до нього;
- наполягаємо на своїй правоті;
- читаємо проповіді;
- виправдуємося чи захищаємося;
- робимо узагальнення на кшталт: “Усі ви однакові”;
- робимо необґрунтовані викриття;
- зображуємо обурення;
- передражнюємо порушника дисципліни;
- порівнюємо одного здобувача з іншим;
- командуємо, вимагаємо, “душимо”.

Деякі з цих реакцій можуть сприяти призупиненню витівок на короткий час. Але плата за цей короткий спокій надто висока. Негативний ефект від такої поведінки педагога приносить значно більше неприємностей, ніж сама її причина. Навіщо ж використовувати сумнівні і ризиковані методи, якщо можна вибрати більш ефективні?

#### ***Правило 4. Обговоріть вчинок пізніше***

Поговорити про негативну поведінку здобувача чи про його невірне рішення потрібно обов'язково, але тільки не в момент самого вчинку. У той момент, коли ви обоє — і педагог, і здобувач — збуджені, вам не вдасться взаємодіяти конструктивно. Ви не почуєте, що вам говорить здобувач, а він не почує вас. Особливо у випадках, коли вами “керують” негативні емоції.

Коли ж проводити обговорення? Можливо, через годину або завтра, коли кожний заспокоїться і зможе розумно міркувати, коли можна буде спокійно описати те, що відбулося, а не того, хто винуватий у цьому, тобто описати дію, а не того, хто діяв.

Ви можете запитати, як же здобувач довідається, що його поведінка неправильна, якщо ми не вкажемо йому на це в момент, коли він погано поводить? Про це не турбуйтеся. Ваші вихованці добре знають, коли вони себе погано поведуть і який ефект досягається такою поведінкою.

Ось здобувач брутально висловлюється з приводу чергового контрольного завдання. Хіба йому не відомо, що він робить щось “негарне”? Звичайно, відомо. Найкраще в цьому випадку відреагувати негайно, але зовсім не так, як очікує порушник. А серйозне обговорення відкласти на той час, коли здобувач не зможе мати з нього свою вигоду. Здобувачі будуть упевнені, що Ви не потураєте подібним витівкам, якщо Ви час від часу організуєте загальні дискусії про порушення норм поведінки. На цих дискусіях ви можете пояснити їм, що є прийнятним у визначених ситуаціях, а що не може бути дозволеним. Крім того, вони будуть знати, що Ви завжди готові втрутитися, якщо порушення стає фактом.

### ***Правило 5. Дозвольте здобувачу “зберегти обличчя”***

Здобувачі-порушники добре знають, що педагог сильніший і має свої “козири”, щоб змусити їх поводитись правильно. В результаті вони все-таки зроблять те, що Ви від них вимагаєте, але по-своєму. Вони грають у гру, яку можна так і назвати «По-своєму». У цій грі вони дають нам те, чого ми вимагаємо, але з певним застереженням: “Я зроблю це — але по-своєму, а не Вашим способом”. Чомусь саме це більш за все обурює нетерплячого роздратованого педагога. Він вимагає повного підпорядкування собі і викликає нову хвилю конфронтації. Мудрий педагог уміє грати в гру «По-своєму», він знає, що граючи в цю гру, ми дозволяємо здобувачу “зберегти обличчя” і разом з тим отримуємо те, що потрібно нам. Таким чином, обидва “гравці” виграють.

Наполягаючи на повному підпорядкуванні, тобто на тому, щоб здобувач не тільки робив те, що Ви вимагаєте, але і Вашим способом, ви ризикуєте спровокувати новий виток конфронтації, ще гірший, ніж перший. Чи не так?

Зауважимо, що взагалі подібна реакція (“бурчання”) — більш-менш нормальна для людини. Пригадайте власну реакцію, коли Вам доводилось підкорятись, робити щось таке, що не входить у ваші плани.

Невдоволене “бурчання” — не єдина реакція в грі «По-своєму». Здобувачі використовують і інші способи (кожний свої):

- ”тягнути” кілька секунд, перш ніж погодитися;
- “кривлятися”, виконуючи Вашу вимогу;
- робити жест, що свідчить про неповагу;
- декілька разів повторяти те, що Ви вимагаєте, і тільки потім виконувати;
- перед тим, як виконувати, “бурчати” щось на кшталт “навіщо це?”, “чому я?”, щоб останнє слово залишилося за ними.

Але вони виконують все, що треба! Щоправда по-своєму! Якщо ви дозволите їм цю нешкідливу гру «По-своєму», інцидент буде вичерпаний швидше.

### ***Правило 6. Демонструйте моделі неагресивної поведінки***

Конфронтація вибиває з колії обох учасників конфлікту, емоції легко виходять з-під контролю. У цій ситуації люди часто починають спілкуватися агресивно. Галас, обвинувачення, приниження, лайка — усе це риси агресивного спілкування.

Найчастіше таке спостерігається при мстивій поведінці. Педагог усього лише людина і має право бути агресивним. Має право бути агресивним, але... тільки у своїй уяві. Зі здобувачами ми повинні поводитися по-іншому.

Навіть якщо ви навчилися контролювати свої емоції (наприклад, за допомогою позитивного мислення), у момент конфлікту вони все ж таки можуть захлиснути Вас. Тому дотримуйтесь таких правил:

- відкладайте на потім дисциплінарні засоби;
- застосовуйте в момент конфронтації одну з миротворчих акцій, що розряджають атмосферу;
- відкладіть виховні заходи на той час, коли ви будете абсолютно спокійні.

Найбільша користь цих правил у тому, що здобувачі досить швидко переймають цю неагресивну модель. Вони роблять те, що робимо ми, говорять так, як говоримо ми. І якщо ми дозволяємо собі поводитися агресивно, емоціям брати верх над розумом, то і вони дозволяють собі це.



## ПОРАДИ ЩОДО ПІДТРИМКИ ДИСЦИПЛІНИ ЗДОБУВАЧІВ

*Наша праця проходить у світі дитинства – ось про що не можна забувати ні на хвилину. Потрібно знати цей світ, але і цього замало, потрібно вжитися у світ дитинства. У кожному вчителеві має сяяти і ніколи не згасати маленька іскорка дитинства, вона допомагає знаходити оптимальне рішення в безлічі педагогічних завдань, що він їх вирішує.*

*В.Сухомлинський*

❖ Дисципліна – це умови, засоби і результат виховання, вона потребує зустрічних зусиль педагога та здобувачів.

❖ Головною умовою дисциплінованої поведінки здобувачів є доброзичливі відносини між педагогом і здобувачами.

❖ Дисципліну в аудиторії багато в чому обумовлюють раніше нагромаджений досвід поведінки здобувачів, організованість аудиторії, ставлення до навчання, предмета, педагога, дотримання єдиних вимог до здобувача всіма педагогами, які працюють з групою, загального порядку, умов і традицій даного навчального закладу.

❖ Хорошої поведінки здобувачі не лише вчаться, а й запозичують її. Добре, якщо здобувачі з перших днів перебування в навчальному закладі засвоюють еталони поведінки: як входити і виходити з аудиторії, як стояти біля дошки, звертатися до педагога, вітатися тощо.

❖ Часто за однакових умов в одній групі і в різних педагогів дисципліна різна. Це свідчить про те, що багато чого залежить від рівня професіоналізму, майстерності, комплексу особистих якостей педагога.

❖ При порушенні дисципліни в конфліктних ситуаціях не слід поспішати звертатися на допомогу до адміністрації, батьків. Краще з'ясувати причину й встановити контакт із здобувачем самостійно та **дотриматись таких правил:**



1. Поводьтеся так, щоб здобувачі відчували, що ви керуєте навчальним процесом, при цьому всіляко стимулюйте їхню активність.

2. Не відволікайтеся на незначні порушення, моралізування. Урок має свої чіткі завдання, і це не арена для з'ясування стосунків.

3. Дотримуйтеся доброзичливого, мажорного тону, будьте уважні до кожного здобувача. Надавайте необхідну підтримку, відзначаєте успіхи, створюйте життєрадісний, оптимістичний настрій в аудиторії.

4. Стежте за правильністю постави, проводьте фізкультхвилинки; не припускайте перевтоми здобувачів.

5. Створюйте умови, щоб навіть слабкі здобувачі мали змогу відчувати себе лідерами.

6. Не принижуйте здобувачів, не припускайте образ, сарказму. Гнів, дратівливість, імпульсивність не сприяють зміцненню дисципліни й авторитету педагога.

7. Не вимагайте на уроці ідеальної дисципліни. Не будьте авторитарним!

8. Пам'ятайте: урок — це частина життя здобувача, яка не повинна бути скутою і затисненою. Формуйте в здобувачеві особистість — відкрити, захоплени, розкуту, здатну творити, усебічно розвинену.

9. Будьте привітними, але враховуйте, що фамільярність може породити неповагу.

10. Не виявляйте антипатії до важких здобувачів, очікуючи від них поганої поведінки. Здобувачі відчувають скептичне ставлення до них і часто поводяться згідно з вашими очікуваннями.

11. Не припускайте появи «любимчиків», бо це створює зайві проблеми, ускладнює стосунки в колективі.

12. Умійте керувати емоціями, знайте ціну кожному слову, тону. Пам'ятаючи народну мудрість: «У ножа одне лезо, а в слові їх сотні», - не можна вимагати від здобувача те, що під силу дорослому, будьте терплячими.

13. Не соромтеся виявляти почуття гумору. Можна посміятися і над собою, не вважайте себе досконалістю. Але не можна висміювати здобувачів. Здобувачам імпонує веселий, спритний, оптимістичний педагог;

14. Зміцнюйте зв'язки з батьками, намагайтеся отримати від них підтримку, але не сподівайтеся, що вони вирішать проблему з дисципліною у навчальній групі. Їх найбільше цікавлять успіхи своїх дітей. Виявляйте коректність у взаєминах із батьками. Постійна



негативна інформація, скарги псують відносини, викликають недовіру до педагога, його можливостей, здібностей навчати й виховувати здобувачів.

**Скористуємося в цьому контексті порадами Василя Сухомлинського, замінивши слово *учень* на *здобувач*.**

✓ Ретельно розучуйте матеріал на уроці, не витрачайте багато часу на опитування, не оцінюйте того, чого ще не встигли навчити.

✓ Більш надійна та оцінка, що враховує відповіді на кількох уроках. Нехай здобувач знає, що ви за ним спостерігаєте і радієте його успіхам.

✓ - Не ставте погану оцінку, якщо здобувач не засвоїв матеріал. Пригніченість, зневіра не сприяють активізації мислення. Стимулює навчання тільки успіх, допоможіть здобувачеві його досягти.

✓ Ширше використовуйте словесне оцінювання судження, а не оцінки. Не виставляйте в журнал і в щоденник випадкові оцінки заради їхнього нагромадження. Більш доцільним є тематичний облік знань. Якщо велика частина здобувачів не впоралася з письмовою роботою, не варто виставляти оцінки в журнал.

✓ Заохочуйте взаємодопомогу між здобувачами, шефство над молодшими, роботу в групах, взаємонавчання та взаємоконтроль.

✓ Застосовуйте різнорівневу педагогічну підтримку, диференційовані, довгострокові домашні завдання. Шукайте можливість заохотити здобувача і за малі успіхи, вселити почуття впевненості, можливості досягнення успіху.

✓ Враховуйте природні можливості, стан здоров'я й умови життя здобувача, оцінюючи його навчання, виховання і розвиток, пам'ятаючи народну мудрість: «Кому більше дається, з того й більше вимагається».

✓ Відчуття провини – не самообвинувачення, а докори сумління, прагнення до самовдосконалення, порядності.

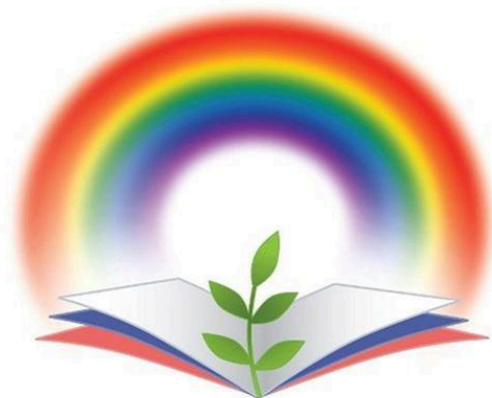
✓ Перш ніж засудити, завжди варто подумати, чи можна вибачити.

✓ Усвідомлення своєї провини – найперша умова виправлення.

✓ Потрібно виховувати в здобувачів совість і ясність розуму;

✓ - Свобода – це право робити все, що законно і не шкодить іншим людям;

✓ Брак простоти і скромності – це брак розуму.



## ПОРАДИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ

*Людина живе - повинна жити, та й хоче жити - працею, бадьорістю, радістю, посмішкою, добрим словом. Хоче, але не завжди може так жити. Для цього потрібне здоров'я, насамперед здорові нерви, та до того ж й уміння зберегти їх.*

*В.Проскурін*



**1. Визначте негативні чинники, що провокують у вас стрес.** Намагайтеся уникати їх або за допомогою позитивного мислення спробуйте змінити своє ставлення до них.

**2. Забезпечуйте високий життєвий потенціалу** здоров'ї, освіти, праці, сім'ї. Це гарантує високу стресостійкість.

**3. Навчіться розслаблятися: тілом, диханням, думкою тощо.** Стрес викликає загальну напругу. Розслаблення ж, навпаки, протидіє стресу. Тому необхідно опанувати різними способами розслаблення. Бо саме в умінні розслаблятися, полягає секрет успішної боротьби зі стресом. Розслаблюючись, ви знижуєте негативний вплив стресу на ваше фізичне й психічне здоров'я.

**4. Зробіть паузу.** Варто пам'ятати, що успішність побудови особистої програми захисту від стресу залежить від того, наскільки точно й вчасно ви навчилися відчувати, що вступаєте в «зону» стресу і втрачаєте самоконтроль. Тому необхідно шукати способи зупинки самого себе, „зробити паузу”. На цій стадії стресу важливо «взяти перерву» і зусиллям волі перервати свої дії:

- зробити паузу в спілкуванні (помовчати кілька хвилин, замість того, щоб із роздратуванням відповідати на несправедливе зауваження);
- порахувати до 10;
- вийти з приміщення;

- переміститися в іншу, віддалену частину приміщення.

Якщо втрата самоконтролю відбулася на роботі, треба перевести свою енергію в іншу форму діяльності, зайнятися чим-небудь іншим, що дасть можливість зняти напругу:

- переберіть свої ділові папери (журнал, підручники), полийти квіти на підвіконні, заваріть чай;
- вийдіть у коридор (звичайно, на перерві, але якщо, то ...) і поговоріть з колегами на нейтральні теми (про погоду, покупки тощо.);
- підійдіть до вікна і подивіться на небо й дерева, порадійте сонцю, дощу або снігу;
- зверніть увагу на людей, що йдуть по вулиці. Спробуйте уявити, про що думають ці люди;
- зайдіть в туалетну кімнату і на 2-3 хвилини і опустіть долоні під холодну воду.

Такі «перерви» потрібно робити якнайчастіше в ті моменти, коли відбувається втрата самоконтролю. Важливо, щоб дія «зупинки себе» стала звичкою.

### ***5. Відключайтесь від негативних ситуацій з використанням подиху.***

Глибоко вдихніть і затримайте подих, скільки можете. Про що думає людина, затримавши подих? Про проблеми на роботі, сімейні неприємності, фінансові утруднення? Звичайно, не думає, і навіть не може думати, тому що в неї на це немає часу. Вона цілком поглинена бажанням відновити нормальний подих. Це бажання доміную над усіма проблемами повсякдення. Таке переналаштування розуму, викликане життєво важливою потребою, можна назвати «створенням конкуруючої домінанти».

Подих є життя. Затримуючи його, ви позбавляєте організм потреби, у порівнянні з якою всі інші відступають на задній план і хоч па мить, але втрачають свою актуальність. Ця мить — ваш виграш. Використовуйте його, щоб вийти з-під прямого впливу стресу. Для цього з видихом розслабтеся і при черговому вдиху ледве відхиліться назад, підніміть підборіддя і ледь відкиньте голову.

***6. Учіться планувати.*** Дезорганізація може призвести до стресу. Наявність великої кількості планів одночасно часто призводить до плутанини, безпам'ятності й почуття, що незакінчені проекти висять над головою, як “дамоклів меч”. Приділіть планам якийсь час, попрацюйте над ними:

- Запишіть задачі, плани, справи на тиждень і сполучіть їх із розкладом ваших занять. Такий пробний список «запустить механізм» і полегшить подальше планування.
- Розставте завдання відповідно до їх важливості. Записавши всі намічені справи, позначте їхні пріоритети: вищий, високий, низький,

найнижчий.

- Виключіть всі справи, що не є вкрай необхідними у вашій повсякденній діяльності. Перенесіть їх у кінець списку.

- Делегуйте повноваження. Одна з найважливіших причин стресу полягає у впевненості, що ви все повинні робити самі. Занадто багато при проведенні занять бере на себе педагог. Намагайтесь якомога частіше доручати своїм здобувачам проведення окремих елементів занять. Це дозволить вам не тільки уникати стресу, а й активізувати навчання.

- Закінчіть одне завдання, перш ніж взятися за інше. Не відкладайте справи на завтра.

- Навчіться говорити «ні». З усіх способів розподілу часу вміння говорити «ні» - найкращий.

- Резервуйте час на термінові роботи або незаплановані зустрічі. Тоді ви будете менше турбуватися про те, щоб устигнути виконати свій план.

- Контролюйте процес. При розподілі часу тримати ситуацію під контролем не менш важливо, чим керувати стресом. Почуття контролю ситуації необхідне для того, щоб перебороти стрес. Стрес — це не стільки результат напруженої роботи і негативних подій, скільки результат відчуття того, що життя занадто складне і не піддається контролю.



**7. Намагайтесь завершувати ситуації.** Для того щоб уберегти себе від стресу, вчіться відслідковувати незавершені ситуації. Якщо ви зазнаєте утиску незавершених справ, спробуйте скоротити їхнє число, для цього виконайте такі чотири дії:

- усвідомте, що виявилися заручником незавершеної ситуації, яка вимагає свого рішення і марно витрачає ваші сили;
- прийміть рішення завершити

її;

- подумайте про те, що у ваших силах і що залежить саме від вас, виберіть кращу можливість і покладайтесь на себе;

- запровадьте свій план у життя.

Якщо з першого разу ситуація не завершиться, пошукайте ще один вихід, але не залишайте її незавершеною.

**8. *Визнайте й прийміть обмеження.*** Люди часто ставлять перед собою надмірні й недосяжні цілі, і якщо не можуть досягти їх, то відчують зневіру у власних силах, неспроможність або невідповідність, незалежно від того, наскільки вони приблизилися до їх завершення. Ставте реалістичні цілі.

Послабте ваші стандарти. На противагу загальноприйнятій думці, не все, що потрібно робити, варто робити добре. Будьте більш гнучкими. Досконалість не завжди досяжна, а якщо і досяжна, то вона не завжди цього варта.

Уникайте непотрібної конкуренції. У житті дуже багато ситуацій, коли ми не можемо уникнути конкуренції. Але наявність надто великого прагнення до вигравання в надто багатьох сферах життя створює напругу й тривогу, робить людину надто агресивною.



**9. *Будьте позитивістом.*** Уникайте критикувати інших, особливо своїх здобувачів. Учїться хвалити інших за ті речі, що Вам у них подобаються. Зосередьтеся на позитивних якостях навколишніх.

• *Рахуйте ваші удачі!* На кожную сьогоднішню невдачу, імовірно, знайдеться десять або більше випадків, коли вам повезло. Подумайте про них. Спогад про гарний випадок зменшить ваше роздратування, коли знову що-небудь відбудеться не так, як ви хотіли б.

• *Щодня хвалїть себе по декілька разів.* Будь-яка робота, велика або маленька, виконана вами або іншим, заслуговує подяки. Не чекайте подвигів. Згадайте відомі слова: «Ось так Пушкін! Ось так молодець!»

• *Щодня посвідчитесь в любові до найдорожчої для вас людини, окрім себе.* Хоча б раз у день говоріть приємні слова своїм близьким. Почавши це робити, ви незабаром зрозумієте, що це приносить подвійну користь: собі та близькій людині.

• *Учїться терпіти й прощати.* Нетерпимість до інших призводить до напруження й гніву. Спробуйте зрозуміти, що почувають інші люди, це допоможе Вам прийняти їх. Прощайте й забувайте. Не скаржиться, не скигліть, не випробовуйте невдоволення іншими. Прийміть той факт, що люди навколо вас і світ, у якому ми живемо, недосконалі, і мають „різні карти світу”. Приймайте доброзичливо, на віру слова інших людей, якщо немає доказів зворотного. Вірте тому, що більшість людей намагається робити все настільки добре, наскільки може.

• *Зробіть що-небудь для поліпшення вашого зовнішнього вигляду.* Якщо ви будете виглядати краще, це змусить вас і почувати себе краще. Гарна зачіска, акуратний костюм можуть підвищити ваш життєвий тонус. Відносьтеся до себе добре.

**10. При виникненні почуття тривоги або напруги зануртеся «тут і зараз», сконцентруйтеся на своєму подиху.**

Ваше завдання – бачити, чути, відчувати все те, що в дійсності відбувається, причому з усіма подробицями, але без будь-яких оцінок. Просто зосередження, зосередження на житті, а не на власних побоюваннях.

Почуйте тільки свій подих. Сядьте з випрямленою спиною і рахуйте свої подихи: «раз» при вдиху, «два» при видиху, «три» при новому вдиху, «чотири» при новому видиху і т.д. Продовжуйте рахунок тільки до «десяти», оскільки з великими числами рахунок подиху складний. І пройдіть два-три таких циклів.

Акцентуйтеся на кожному рахунку. Віддавайте всю свою увагу саме «одному», саме «двом», саме «трьом» і т.д. Вкладайте себе в кожне число, слідкуйте за своїм вдихом, видихом, паузою. Зверніть увагу на ті перешкоди, що не дають вам дихати в повну міру, і усуньте їх. У процесі подиху відчуйте ті зміни, що виникають у тілі під його впливом. Більше живіть сьогоднішнім, а не минулим і майбутнім.

**11. Якщо ви відчуваєте, що знаходитеся в сильній напрузі, а сили на межі, відкладіть важкі справи.** Не кваптеся називати всі справи невідкладними. Вишикуйте їх у чергу і готуйтеся до виконання найголовнішої справи.

**12. Змусьте стрес працювати на вас, а не проти вас.** Опануйте головне уміння — перетворювати негативні події у позитивні.

Оскільки стрес пов'язаний практично з будь-якою діяльністю, а особливо педагогічною, уникнути його може лише той, хто нічого не робить.

Але кому приємне бездіяльне життя? Нічого не робити, не означає відпочивати. Дозвільний розум і ледаче тіло страждають від стресу неробства. Основоположник теорії стресу Г. Сел'є писав: *«Не слід боятися стресу. Його не буває тільки в мертвих. Стресом треба керувати. Керований стрес несе в собі аромат і смак життя»*. Багато досліджень показують, що людина позитивно реагує на стрес тільки в тому випадку, якщо здатна поставитися до стресових подій як до виклику, що винагороджує зусилля.

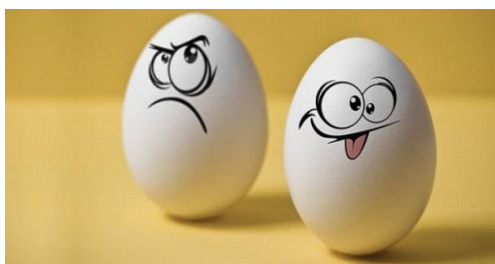
Варто думати про позитивні моменти, які можна знайти в більшості стресових ситуацій. Коли людина намагається реалізувати цю здатність на практиці, вона переборює найбільшу перешкоду на шляху до стресостійкості. **Змінюючи значення, ви змінюєте свою реакцію на те, що відбувається.** Так, наприклад, щоб не дратуватися в чеканні



важливого телефонного дзвоника, порадійте можливості мати додатковий час, щоб краще підготуватися до телефонної розмови. Або щоб не ображатися через запізнення вашої коханої людини, уявіть собі, наприклад, що він (або вона), бажаючи вчасно прибути, не ризикує здоров'ям, втискуючись у переповнений автобус, а чекає наступного.

**Уміння перетворювати щось негативне в щось позитивне – вищий пілотаж контролювати стрес.**

Упровадивши цей простий принцип у повсякденне життя, ви зможете перетворити стрес у рушійну життєву силу, змусити його працювати на вас, а не проти вас.



**13. Звільніться від «ментальних токсинів» стресу.**

Щоб звільнитися від наслідків стресу, потрібно виконати своєрідне «ментальне прибирання» за допомогою засобів раціональної терапії.

Для цього «поверніться» у момент минулого, де ви були не цілком задоволені своїм поведінням і переживіть його ще раз, але вже не так, як у вас вийшло тоді. Відомий американський психотерапевт Вірджинія Сатир називає це «повернутися й побачити новими очима». З позиції сьогодення зрозумійте, чого вам не вистачало тоді для більш успішного поведінка.

«Потренуйтеся» кілька разів, поки не будете задоволені своєю реакцією. Доможіться такої зміни уявлення про стресор, щоб воно більше не служило для вас джерелом напруги. Перетворюйте проблемно-конфліктні і кризові педагогічні ситуації у досвід, що сприяє професійному й особистісному росту.

Додаючи спогадові характеристики сильного позитивного переживання, ви не тільки захищаєтеся від впливів стресу, але і здобуєте впевненість, що надалі цей спогад стане позитивно впливати на всі наступні події. Крім того, ви перетворюєте проблемно-конфліктні і кризові педагогічні ситуації в досвід, що сприяє професійному й особистісному росту.

**14. Регулярно робіть фізичні вправи.** Два-три рази на тиждень (а ще краще щодня) давайте собі фізичне навантаження. Найкраще, якщо це будуть ритмічні, повторювані рухи під музику. Подаруйте тілу свято: відвідайте лазню, зробіть масаж (самомасаж) тощо.

*Дуже важливо давати собі можливість регулярно звільнитися від напруги, яка поволі накопичується, витримуючи мікропаузи активного відпочинку.* Кілька разів на день займайтеся такими вправами.

Почніть із плавного обертання очима — спочатку в одному напрямку, потім в іншому. Зафіксуйте свій погляд на віддаленому предметі, а потім переключіть його на предмет, розташований поблизу. Після цього займіться щелепами і широко позіхніть кілька разів. Розслабте шию, спочатку покачавши головою, а потім покрутивши нею зі сторони в сторону. Підніміть плечі і повільно опустіть їх. Розслабте зап'ястя і поводіть ними. Стисніть і розтисніть руки, розслаблюючи кисті рук. Тепер зверніться до торса. Зробіть кілька глибоких подихів. Потім м'яко прогніться в хребті назад, вперед, в лівий та правий бік. Напружте й розслабте сідниці, а потім ікри ніг. Покрутіть ступнями, щоб розслабити щиколотки. Стисніть і розпрямте пальці ніг.



#### **15. Щодня знаходьте привід посміятися.**

Почитайте, подивіться, послушайте, розповідайте про що-небудь смішне. Умійте посміятися над собою. Сміх є дієвим засобом боротьби зі стресом. Одна хвилина сміху еквівалентна сорока п'ятьом хвилинам гімнастики або фізичних тренувань.

Дослідження з «сміхотерапії», проведені в Стенфордському університеті (сміх там називають бігом на місці), довели, що сміх дійсно тренує багато м'язів, знімає головний біль, знижує артеріальний тиск, нормалізує подих і сон. При цьому в кров попадає більше гормонів, активніше йдуть процеси обміну речовин. Людина, яка часто сміється, перестає почувати біль.

Тобто сміх — це легкодоступний, прекрасний антистресовий засіб. Антистресова функція сміху стала особливо активно використовуватися в американських і шведських клініках, де відкриті кабінети «сміхотерапії». «Ліки» для цих кабінетів поставляє спеціально створена компанія. Її продукція — відеокасети з чітко дозованими порціями сміху.

**16. Частина дня в тиждень проводьте так, як вам подобається.** Хоча б раз у тиждень витратьте більше часу на те, щоб вечеря запам'яталася чимось приємним. Відійдіть від монотонії повсякденності і ... поставте на стіл хоча б невелику свічку ... Живий вогник заспокоює, змінює настрій - це в нас ще від пращурів.

**17. У критичній ситуації скористайтесь „корсетом впевненості”.** В нього доцільно включити („надягнути на себе”) всі зовнішні і внутрішні елементи, що характерні впевненій у собі людині: посмішка, сміх, приємний спогад, бадьора пісня, високо піднята голова,

горда хода тощо. „Зіграйте” роль впевненої людини і ... ви незабаром відчуєте себе впевненим. Це допоможе вам підвищити стресостійкість.

**18. *Оволодійте теорією й практикою позитивного мислення.***

Починаючи з древнього даосизму, усі езотеричні учіння розглядають негативні емоції як енергію нижчої якості. Сучасна наука теж підтверджує їхнє руйнівне значення, Г.Сел’є вважає негативні емоції основним чинником стресу. Багато людей, впливаючи на своє життя гнівом, депресією, страхом і іншими видами негативної енергії, позбавляють себе життєвої сили. Високу якість життя створює позитивний спосіб мислення і пов’язані з ним позитивні емоції добра, любові, радості.

Позитивне мислення — це головний людський інструмент забезпечення здоров'я й благополуччя. Про це говорив ще Ч. Дарвін: **„Вища стадія духовної культури настає тоді, коли ми розуміємо, що повинні контролювати свої думки”.**



## ПОРАДИ ЩОДО ВИХОВАННЯ

*Кажуть, що краще правило політики  
– не надто управляти. Це правило  
настільки ж вірно і у вихованні.*

*Жан Поль*



1. Керуйте у вихованні “золотим” правилом християнства: **“Вчиняй з людьми так, як би хотів, щоб вони поступали з тобою”**.
2. Реалізуйте у вихованні “головне” правило педагогіки: **“Виховання відбувається при включенні особистості у діяльність, до якої вона має позитивну мотивацію”**.
3. Виявляйте гуманізм і повагу до здобувачів в поєднанні з високою вимогливістю.
4. Встановлюйте з кожним здобувачем особисті, довірливі, щирі взаємовідносини.
5. Відкривайте перед здобувачами перспективи їх творчого розвитку та зростання, допомагайте досягти успіху.
6. Дивуйтесь, милуйтеся, радійте кожній, навіть невеликій перемозі вашого вихованця. Не забувайте хвалити.
7. Предметом похвали має бути не особа вихованця, а її, нехай найменші, успішні дії, творіння, ідеї.
8. **В процесі виховання виявляйте і опирайтесь на позитивні якості здобувачів. Не акцентуйте уваги на поганих звичках, негативних оцінках.**
9. Якщо здобувач отримав незадовільну оцінку, він вже покараний. Не потрібно карати ще раз. Краще розібратися і допомогти.
10. Не поспішайте у вихованні. Воно потребує надзвичайного терпіння.

11. Враховуйте в процесі виховання вікові і індивідуальні якості здобувачів. Знайдіть ключ до кожного.

12. Порівнюйте вихованця з ним самим (яким він був раніше), а не з його товаришами.

13. Визначайте право здобувача на помилку. Доки у вихованців є віра в добро, людину, ідеал, є і виховання.

14. В роздратованому стані не виховуйте. Утримуйтесь від оцінок, дій і вчинків здобувачів, особливо в стані неспокою. Необдумане покарання дуже шкодить.

15. Виявляйте своє оптимістичне ставлення до здобувача. Не кажіть про нього “нездібний”, а кажіть “здібності у нього ще не розкриті”.

16. Не припускайте розходження між словами і власними діями: **“Робіть як я”,** а не **“Робіть, як я кажу”**. Уникайте категоричності у висловленнях до здобувачів.

17. Менше критикуйте, більше допомагайте. Будьте великодушні – вмійте прощати. **Нетактовність, несправедливість, жорстокість, брутальність педагога – аморальні.**

18. Бережіть найвище благо: людську гордість, недоторканість особистості, гідність здобувача.

19. Виявляйте живий інтерес до життя здобувача, його радощів, засмучень, прагнень, успіхів, невдач, до його особистих переживань; при необхідності співчуйте, допомагайте.

20. Любіть, розумійте, шануйте ваших вихованців і вірте у їх безмежні можливості.

21. Вступаючи в контакт із здобувачами, не варто поводитись з ними зверхньо.

22. Пам’ятайте: навіть малюк у взаєминах із дорослими певною прагне мірою обстоювати свою незалежність. Від спільних колективних дій педагога та здобувача залежить успіх справи. Намагайся частіше хвалити, заохочувати здобувачів. Вивчайте індивідуальні можливості й потреби кожного з них, наполегливо опануйте методику педагогічної співпраці.

23. Частіше усміхайтесь. Пам’ятайте: ваша усмішка здобувачам свідчить про те, що зустріч із ними вам приємна, усмішка створює в людей загальний позитивний настрій.

Без посмішки педагога гасне в житті здобувачів світло радості пізнання, тане любов і устремління. Педагог без посмішки — чужа людина серед здобувачів.

***Важливим при організації виховання знання психологічних закономірностей поведінки здобувачів.***

Юність (саме на цьому етапі здобувачі вчаться в закладах професійної освіти) — період громадянського становлення людини, її

соціального самовизначення, активного включення в громадське життя, формування духовних якостей особистості. Головне при цьому — формування активної життєвої позиції.

Важливою рисою психічного розвитку юнаків виявляється формування самоповаги, основаної на самооцінці і самовихованні.

Юності властиве зростання самосвідомості. Це усвідомлення своїх якостей і можливостей, потреба у звіті про свої вчинки, уявлення про своє місце в житті, усвідомлення себе як особистості. З цим пов'язаний великий інтерес до моральних проблем — щастя й обов'язку, особистих і громадських стосунків між людьми, любові і дружби.

Головна риса самосвідомості і спрямованості в юності — націленість у майбутнє. Це прагнення визначити місце в житті, нетерпляче очікування свого майбутнього й бажання взяти участь у життєвих справах.

*Основні психологічні закономірності поведінки здобувачів, на які конче потрібно реагувати у виховному процесі, а також рекомендації щодо відповідних дій педагогів:*

1. Вважають себе дорослими — отже, і ставитися до них треба як до дорослих;

2. Самостійні й обстоюють право маги свою думку — отже, слід брати до уваги їхню думку, менше повчати;

3. Не терплять "тиску" зверху (з боку педагогів) в їхніх громадських справах — отже слід давати поради і допомагати їм в такій формі, нібито це виходить від них самих;

4. Зверхньо ставляться до "дитячих" навчальних справ — отже, слід добирати для них такі доручення й справи, які вимагали б кмітливості, розмірковувань, вияву індивідуальності;

5. Нетерпимі до брутальності та єхидства, готові відплатити тим самим — отже, педагогові слід бути якомога стриманішим;

6. Не люблять підлабунництва, панібратства — отже, слід більше вимагати, але обов'язково поважати;

7. Самолюбиві й образливі, особливо в тих випадках, коли хтось сумнівається в них, в їхніх можливостях здійснити щось значне нині і в майбутньому — отже, слід бути обережними в оцінці їхніх здібностей, не дуже переоцінювати, але обов'язково підтримувати впевненість у собі;

8. Досить педантичні в питаннях дружби і кохання — отже, слід виявляти тактовність, розуміння, чуйність, особливо в оцінці їхнього товариша чи предмета кохання;

9. Схильні до зміни настроїв, часто перебувають в емоційному напруженні — отже, педагогові важливо самому володіти собою, не піддаватися їхньому настрою, не зриватись, але не виявляти слабкості, м'якотілість.

10. Розуміють, що їх перестають опікати, як це було раніше в школі, їм більше довіряють, розраховують на їхній здоровий глузд і зацікавленість в успішному закінченні школи. Відверта розмова з юнаками, розрахована на взаєморозуміння, готовність допомогти їм у важкому становищі, внутрішня і зовнішня підтягнутість, чіткий ритм у навчальних заняттях — таким мусить бути стиль поведінки педагога.

11. Мають підвищену чутливість, емоційне напруження гостро реагують на різні зауваження і насміхання на свою адресу. Вони це сприймають як приниження своєї гідності, взагалі як недовіру до них. Педагог давно забув про інцидент і поводить себе, як колись, а здобувач не може забути завданої йому образи і насторожено сприймає кожне його слово. Звичайно, важко бути весь час на чатах, але педагог мусить знати кожного здобувача, на кого і як впливати в тих чи інших випадках.

12. Серед здобувачів нерідко зустрічаються такі, які незадоволені своєю зовнішністю, які гостро переживають якийсь фізичний недолік, навіть незначний. Вони вважають себе неповноцінними, але водночас прагнуть зайняти певне місце в колективі, задовольнити свої домагання. У них часто бувають зриви, конфлікти, негативні переживання. Такі здобувачі вимагають особливої уваги і вивчення їхніх індивідуальних особливостей, більшої чуйності і правильного пояснення їх вчинків.

13. Усвідомлюють свою дорослість і роль, яку вони покликані зіграти в суспільному житті. І це містить у собі великі можливості для самовиховання і самоосвіти. Важливо зміцнити їхню потребу працювати над собою систематично і цілеспрямовано, досягаючи поставленої мети. Більшість юнаків прагнуть зайняти позицію дорослої людини, тому слід створити їм умови для прояву ініціативи, творчості, корисних починань як у навчанні, так і поза ним.

14. Для них значущими є право мати свою думку і можливість виправдати себе у випадку конфлікту з педагогами, товаришами. Але юнаки зовсім не байдужі до того, що думають про них інші, прагнуть при цьому замаскувати свої думки і почуття.

***Крім приведених вище особливостей для педагогів ЗПО особливо важливо розуміння адаптаційного періоду для здобувачів першокурсників, основні причини включають в себе:***

- ✓ проживання без своєї родини;
- ✓ сумісного проживання в гуртожитку;
- ✓ щоденного приготування самостійно собі їжі;
- ✓ щоденного самообслуговування;
- ✓ цілодобового нагляду зі сторони працівників навчального закладу;
- ✓ життя в умовах міста (для випускників сільських шкіл);
- ✓ використання інституцій міського середовища;

✓ поєднання теоретичного навчання з уроками реального виробничого процесу тощо.

Звичайно, до таких умов потрібно адаптуватися. Тому, хто як не педагог може бути першим радником в повсякденному житті свого вихованця?



## ПОРАДИ ЩОДО СТВОРЕННЯ СИТУАЦІЇ УСПІХУ

*У наших школах не повинно бути нещасливих здобувачів, душу яких гнітить думка, що вони ні на що не здібні. Успіх у навчанні — єдине джерело внутрішніх сил дитини, які породжують енергію для переборення труднощів, бажання вчитися.*

*В. Сухомлинський*



Досягнення успіху в будь-якій діяльності завжди сприяє самостверженню особистості, появі віри в себе, у свої можливості, в ефективне становлення в соціумі.

Тому головний зміст діяльності педагога полягає в тому, щоб кожен здобувач був успішним, бо це сприяє розвитку впевненості його в собі, підвищенню самооцінки, розвитку почуття власної значимості.

Основним механізмом у рішенні цього завдання стає *ситуація успіху*, яка представляє сполучення умов, що забезпечують успіх, а сам успіх – результат подібної ситуації.

*Саме ця ситуація* дозволяє здобувачу досягти значних результатів у діяльності, які супроводжуються позитивними емоційними, психологічними переживаннями.

Проживаючи ситуацію успіху, здобувач здобуває почуття власного достоїнства, успіх приводить учня до усвідомлення власної компетентності.

Навіть разове переживання успіху може докорінно змінити стан здобувача, змінити ритм і стиль його життєдіяльності, взаємин з навколишніми. І тому кожен педагог повинен вміти створювати ситуацію успіху. А для цього ...

1. Педагогу слід пам'ятати, що висока пізнавальна активність дозволяють одним здобувачам досягати високих навчальних результатів часом незалежно від педагога і не в зв'язку з ним, іншим потрібні підтримка і допомога, виражені в персоніфікації критеріїв і, що більш важливо, в розробці і реалізації на практиці таких стимулів, які спрацюють на користь не тільки кращих і щасливих, але і всіх здобувачів в навчальній групі.

2. Педагог кожен момент повинен пам'ятати, що чутливість до мотивуючих стимулів дозволяє одним здобувачам бути успішними, а з іншими потрібна персональна робота, яка рано чи пізно і майже завжди принесе успіх.

3. Насиченість педагогічного середовища в навчальному закладі, так само як і високі традиції благородного душевного ставлення до здобувачів, позитивний педагогічний клімат, ставлення педагогів до своєї роботи як до служіння, а не як до каторжної праці, є запорукою успішного навчання і виховання.

4. Гуманізація навчання є основою досягнення успіху здобувачем, і її потрібно у всій своїй щоденній роботі її реалізовувати. В цьому педагогу допоможуть педагогічні ідеї Василя Сухомлинського.

5. У вихованні керуйтеся принципами гуманізації, які розроблені великим педагогом, нашим співвітчизником Василем Сухомлинським

<b>ПРИНЦИПИ ГУМАНІЗАЦІЇ Василя Сухомлинського</b>		
<b>№</b>	<b>Суть принципу</b>	<b>ПРИНЦИП</b>
1	Знати дитину	«Щоб бути гуманним, потрібно знати якомога більше душу дитини» «Знати здоров'я дитини, індивідуальні риси, її мислення, сильні та слабкі сторони» «Вихователів треба бути знавцем душі людини, яка формується»
2	Любити дитину	«Мудра любов до дітей – вершина нашої педагогічної культури»
3	Поважати дитину	«Справжня гуманність означає передусім справедливість як поєднання поваги з вимогливістю» «Поважати в кожному здобувачеві людину, виявляти до нього гуманне ставлення»
4	Розуміти дитину	«Вчителів треба розуміти світ дитинства: думки, переживання, джерела дитячих страждань, збентеження, озлоблення, байдужості»

5	Вірити в дитину	«Головне – віра в людину, уміння бачити хороше в ній» «Вірте в талант і творчі сили кожного вихованця. Людина – неповторна»
6	Забезпечувати розвиток дитини	«В основу системи навчання треба покласти яскраву думку, живе слово та творчість дитини» «Ми не лише бачимо здобувача таким, яким він є, але й проектуємо розвиток його інтелекту, моральності, культури»
7	Розвивати почуття гідності	«У школі має панувати дух поваги до людської гідності» «Треба збудити людську гідність» «Я не вірю в успіх покарання, у якому є хоч крапля людської гідності»
8	Зберегти здоров'я дитини	«Уся навчально-виховна робота пройнята турботою про здоров'я»; «Запобігати розвиткові хвороби, зміцнити захисні сили організму»; «Режим фізичної і розумової праці – важлива умова міцного здоров'я»
9	Стати другом дитини	«Педагог має стати другом дитини, проїнятися її інтересами, переживати її радощі й тривоги»
10	Захистити дитину	«Школа – святе місце гуманності, добра, правди», «Захистити дитину від духовної самотності» «Щоб захистити дитину від зла, подолати його і утвердити добро, треба бачити й розуміти минуле й уявляти майбутнє дитини, накреслити перед собою ідеал виховання»

6. Педагог тільки тоді досягне успіху, коли він, нарешті, зрозуміє, що спочатку - особистість здобувача, його інтереси, повага до нього, пізнання його, і тільки потім настає час і місце предмета.

7. І якщо особистість педагога викликає шанобливе ставлення здобувачів до нього, якщо його принципи, ставлення до них і предмету шляхетні та педагогічно виправдані, то тоді здобувачі обов'язково зацікавляться предметом.

8. Складність педагогічної професії в тому, що потрібно постійно враховувати рівень пізнавального інтересу здобувачів і знаходити приємні і відповідні для кожного здобувача мотиви.

9. У хороших педагогів все більше пробиває собі дорогу ідея персональних траєкторій навчання, оскільки розуміння профільного навчання як збільшення числа уроків і нагромадження монблану необхідних для вивчення кожного здобувача знань, не підтверджується в педагогічній практиці без двох коригувальних обставин: не кількістю

знань, а якістю розуміння і рухом від предмета до науки і практики - такий шлях пізнання істини в навчальній діяльності.

10. Не менш важливо і включення в діяльність режиму індивідуальних тристоронніх договорів: педагог, здобувач, батьки - з метою і для підвищення якості навчання.

11. Одним з найважливіших ресурсів підвищення якості знань є здатність педагога підбирати найкращий пізнавальний матеріал, найкращі способи роботи з навчальним матеріалом і психолого-педагогічні прийоми активізації і включення на кожній фазі уроку всіх здобувачів в активну пізнавальну і творчу діяльність.

12. Якщо педагог не створює перспективне поле можливого інтересу, якщо він орієнтує здобувачів тільки на виконання цікавих і важливих, часом необхідних домашніх завдань, але навчально-пошукова діяльність здобувачів не має продовження на 2-у половину дня, на спонукання здобувачів до виконання не програмних завдань, участі їх у розробці проектів, роботу в науковому товаристві або в будь-якій іншій привабливій діяльності, то формула «вивчив - здав - забув» спрацьовує тут в повну силу.

13. Педагог повинен усвідомити перш за все психологічну цінність успіху, оцінки і не вважати бухгалтерську принциповість і невідворотність покарання оцінкою головним способом і фактором активізації пізнавального процесу. Дисциплінарна оцінка повинна бути повністю усунена при оцінюванні знань. Навчить здобувача рахувати свої успіхи, а не свої невдачі.

14. Педагог, який не залучив до процесу навчання бажаючих здобувачів, який не створив штат своїх помічників, заступників, лаборантів, у якого число таких добровільних «друзів педагога» не росте, у якого здобувачі не вважають для себе за честь і не виконують з радістю і інтересом доручення педагога, - такий педагог все-таки залишається випадковим ремісником в навчальному закладі.

15. Спробуйте знайти для себе аргументи, які переконують вас в тому, що «успіх у навчанні - єдине джерело внутрішніх сил здобувача, що народжує енергію для подолання труднощів і бажання учитися».

16. Визначте для себе умови застосування педагогіки успіху в освітньому процесі (власний педагогічний потенціал, індивідуальні особливості здобувачів, філософія позитивного мислення тощо).

17. Почніть з вибору технік, спеціально спрямованих на формування почуття впевненості. Вони особливо потрібні здобувачам, що страшаються невдач, відмовляються навіть від спроб що-небудь робити, мають потребу в особливих способах, що підвищують їхній рівень «Я можу».

18. Проаналізуйте проведення вами занять з здобувачами (визначте на що ви більше робите акцент на успіхи чи невдачі здобувачів).

Уникайте мовних штампів на зразок «З тебе нічого не вийде», «тобі цього не зробити», «Чому ти так стараєшся? Все одне нічого не вийде», «ти мене розчаровуєш».

19. Педагог повинен вміти створювати на уроках ситуацію успіху.



Технологічно створення ситуації успіху складається з наступних операцій: зняття страху, авансування успішного результату, приховане інструктування здобувача в способах і формах здійснення діяльності, внесення мотиву, персональна винятковість, мобілізація активності або педагогічне вселяння, висока оцінка окремої частини завдання, що виконував здобувач.

Більш детально ця технологія представлена в таблиці.

<b>Операція</b>	<b>Призначення</b>	<b>Мовна парадигма</b>
1. Зняття страху	Допомагає перебороти непевність у власних силах, боязкість, острах самої справи й оцінки навколишніх.	<i>«Люди вчаться на своїх помилках і знаходять інші способи рішення» «Контрольна робота досить легка, цей матеріал ми з вами проходили»</i>
2. Аванс успішного результату	Допомагає педагогу виразити свою тверду переконаність у тім, що його здобувач обов'язково впорається з поставленим завданням. Це, у свою чергу, вселяє здобувачеві впевненість у свої сили й можливості.	<i>«У тебе обов'язково все буде гаразд» «Я навіть не сумніваюся в успішному результаті»</i>

3. Приховане інструктування здобувача в способах і формах здійснення діяльності	Допомагає здобувачеві уникнути поразки. Досягається шляхом натяку, побажання.	«Можливо, найкраще почати з.....» «Виконуючи роботу, не забудьте щодо.....»
4. Внесення мотиву	Показує здобувачеві заради чого, заради кого відбувається ця діяльність, кому буде добре після її виконання.	«Без твоєї допомоги твоїм товаришам не впоратися...»
5. Персональна винятковість	Позначає важливість зусиль здобувача в майбутній або теперішній діяльності.	«Тільки ти й міг би....» «Тільки тобі я й можу довірити...» «Ні до кого, крім тебе, я не можу звернутися з цим проханням...»
6. Мобілізація активності або педагогічне вселяння	Спонукає до виконання конкретних дій.	«Нам уже не терпиться почати роботу...» «Так хочеться скоріше побачити...»
7. Висока оцінка окремої частини діяльності	Допомагає емоційно пережити успіх не результату в цілому, а якоїсь його окремої деталі.	«Тобі особливо вдалося те пояснення»; «Найбільше мені у твоїй роботі сподобалося...»; «Найвищої похвали заслуговує ця частина твоєї роботи».

20. Сприятли створенню ситуації успіху буде ваша позитивна установка щодо здобувачів. Сформулюйте її, та просякніть нею за допомогою самонавіювання. Намагайтесь щоб її знали ваші здобувачі. Тут вам допоможе В.Ф. Шаталов, який просякнений переконанням: «Ти можеш!» - повинен нагадати вчитель здобувачу». «Він може» - повинен розуміти колектив дітей. «Я можу» - повинен повірити в себе здобувач.

21. Використовуйте прийоми, що дозволяють підвищити освітні успіхи здобувачів:

- видача класних і домашніх завдань на вибір;
- діагностично-навчальні процедури типу: навчальний залік, або репетиція заліку, або вікторина по досліджуваного матеріалу; коли з першого разу оцінка не виставляється;
- введення режимів спеціальних консультацій через Інтернет, по телефону;
- видача особистих, узгоджених з здобувачем завдань на узгоджену, імовірно, оцінку;
- режим запізнілих завдань, коли здобувач, що «запустив» предмет, за допомогою ассистента-одногрупника протягом обумовленого часу наздоганяє інших.





намагайтеся вольовим зусиллям знов спрямувати її у бажане русло.

9. Використовуйте конспектування та читання вголос. Ці процеси виключають часті та тривалі відключення уваги.

10. Новий матеріал повинен глибоко осмислюватись. Слід пам'ятати, що занадто уповільнений темп сприяє частому відключенню уваги.

11. Чергуйте читання з обдумуванням та переказом, вирішенням задач тощо. Це попереджає виникнення психічного стану монотонності, при якому стійкість уваги знижується. Зміна навчальних предметів під час самостійної підготовки позитивно впливає на стійкість уваги, проте така зміна не повинна бути дуже частою: це призводить до поверхового сприйняття навчального матеріалу.

12. Обов'язкові повернення у процесі читання на те місце, де відбулося відключення уваги забезпечать засвоєння навчального матеріалу, сприятимуть підвищенню загальної стійкості уваги.

***Увагу можна і треба розвивати за допомогою певних вправ. Ось деякі з них :***

1. Уважно розгляньте знайомий предмет. Заплющіть очі, уявіть його зі всіма подробицями, відкрийте очі. Перевірте, наскільки точно це вдалося;

2. Опишіть характерні риси обличчя знайомого. Під час зустрічі зверніть увагу, наскільки вірно це зроблено;

3. Подивіться уважно на свій робочий стіл. Намалюйте його схематичне зображення;

4. Згадайте мелодію недавно почутої пісні. Послухайте її ще раз.

Важливішою умовою ефективності навчання є уміння контролювати свої розумові дії. Для вироблення цього уміння необхідно:

✓ виробити у себе звичку до регулярного та старанного здійснення контрольних дій;

✓ добре знати ознаки, за якими можна оцінювати якість своїх трудових, навчальних дій;

✓ ретельно, раціонально планувати трудові навчальні дії.

5. Тренуйтеся в переключенні уваги:

✓ швидко переключати увагу з об'єкта на об'єкт;

✓ виокремлювати найважливіші об'єкти за рахунок другорядних;

✓ змінювати порядок переключення.

6. Частіше грайте в різні ігри: шахи, головоломки, спортивні. Самі по собі вони не розвивають уваги, але допомагають досягти бажаного.

## ПОРАДИ ЗДОБУВАЧАМ ЩОДО РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ

*Пам'ять — це мідна дошка,  
вкрита буквами, які час непомітно  
згладжує, якщо іноді не  
відновлювати їх різцем.*

Локк Д.

### **1. Думайте.**

По словам німецького письменника Г. Ліхтенберга, люди мало запам'ятовують з прочитаного тому, що надто мало думають самі. Тому неодмінно потрібно прагнути в усьому знайти смисл. Не потрібно, затуливши руками вуха та вчепившись очима в текст, повторювати про себе рядок за рядком. Буде значно краще, якщо ви постараетесь знайти в тексті головну думку, виділите її аргументацію.

### **2. Цікавайтесь.**

Оцініть, що дасть вам отримана інформація, і якщо очікується користь, то читати /слухати/ стане цікавіше. Якщо ні, то поміркуйте над словами англійського філософа В.Стюарда: *"Не читай нічого, що не бажаєш запам'ятати, і не запам'ятовуй нічого, що не збираєшся застосовувати"*. Тому, щоб добре запам'ятати, потрібно цього бажати. Потрібна настанова на запам'ятовування, актуалізований інтерес, які покращать роботу довгострокової пам'яті та загальну працездатність.

### **3. Будьте готові**

Всім відомо, як не хочеться змінювати плани, якщо ви вже на щось налаштувалися. Певного настрою на роботу потребує і книга. Причому, не тільки настрою, але й готовності до справи, яка багато в чому залежить від вашої ерудиції. Бо нове краще запам'ятовується завдяки зв'язкам, асоціаціям з колишньою інформацією. Поміркуйте про те, що ви знаєте на запропоновану тему; оцініть, наскільки нова інформація збільшить ваші знання. До роботи зі складним матеріалом корисно спеціально підготуватись: почитати на цю тему ще чогось, може більш популярного.

### **4. Не топчіть сліди**

Давно встановлено, що кращий спосіб забути тільки що вивчене – спробувати тут же запам'ятати щось схоже. Знаючи це, не вчіть фізику після математики, а історію після літератури.

### **5. Огляньтесь навколо**

Це ефективний спосіб боротьби із забуванням. Уявіть обстановку, в якій відбувалося явище, і ви зможете згадати його, тому що одночасні враження мають властивість викликати одне одного.



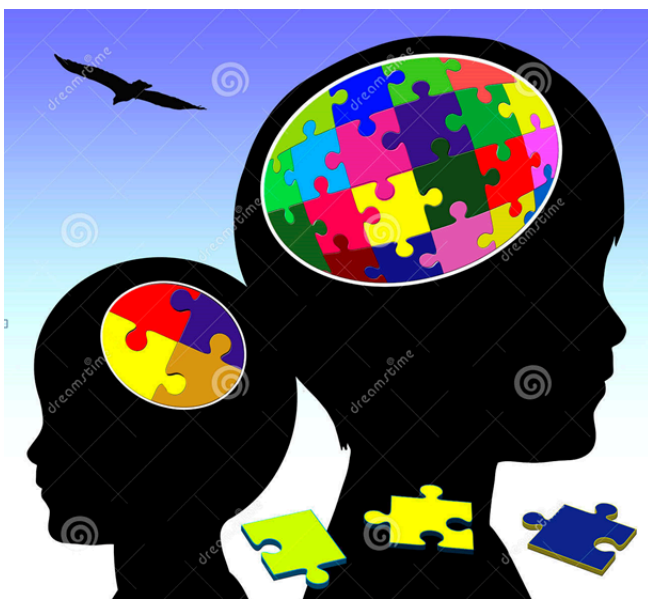


Це правило досить широко розповсюджено у нас, але без частки "не". Ми добиваємося зразу як раз чого – повного засвоєння. Рідко в кого була вдача на цьому шляху. До оволодіння знаннями ми йдемо по спіралі. І при такому русі кількість перетворюється в нову якість.

### ***11. Засвоєння попереднього не є умовою для переходу до наступного***

Врахуємо здивування значної кількості людей. Але ж, хто буде сперечатися, що, використовуючи контекст, ми легше й точніше розуміємо якийсь фрагмент тексту? Хто наполягатиме на твердженні: "Існує повне засвоєння й розуміння учбового матеріалу?" Мабуть, що дуже мало людей. Бо ж, серйозно поміркувавши, кожен з нас погодиться з іншою думкою: "Я краще зрозумів матеріал, який вчив тільки тоді, коли дізнався про подальше. Отже, незасвоєння матеріалу не повинно бути гальмом для переходу до наступного, особливо, коли ми знаходимося на першому витку спіралі знань.

### ***Покращенню запам'ятовуванню сприяють певні прийоми***



#### ***1. Прогноз***

Що буде, якщо ви не запам'ятаєте потрібного? Не відбудеться важлива зустріч або знову прийдеться перездавати екзамен? Роздуми на цю тему допоможуть вам зосередитись, краще підготуватись до запам'ятовування. Можна прогнозувати і приємні наслідки, якщо вони досить важливі.

#### ***2. Парадокс***

Парадокс – це "дивна гадка, думка, яка розбіжна з загальноприйнятими положеннями, поняттями ..." Таке визначення дає словник. Мабуть багато хто навряд чи надовго запам'ятає його. Але, якщо скажемо, що парадокс – це чотириохкутний трикутник, то тепер за вашу пам'ять відносно парадокса можна не турбуватися. Вчіться "переводити" сумну словесну гумку на припустиму для вас мову. Такий прийом дає простір емоціям при сприйнятті матеріалу, але дуже важливо для запам'ятовування. Яскраве перше враження в багатьох випадках гарантує успіх. Якщо книга – ваша власна, то не гріх робити в ній помітки, виражаючи своє відношення до змісту.

### 3. Менше слів

Скорочуйте інформацію, яку потрібно запам'ятати, до "мінімуму". Краще пожертвувати деталями, але не загубити головного. Для цього, звичайно, необхідно творчо попрацювати з матеріалом. Можна перегрупувати його частини, щоб підкреслити внутрішні зв'язки, можна придумати "цікаву" аббревіатуру важливих слів.

Коротко сформулюйте основні думки, їх і запам'ятайте. Все інше повинно припускатися. Тому не поспішайте з формулюванням, від його якості залежить успіх.

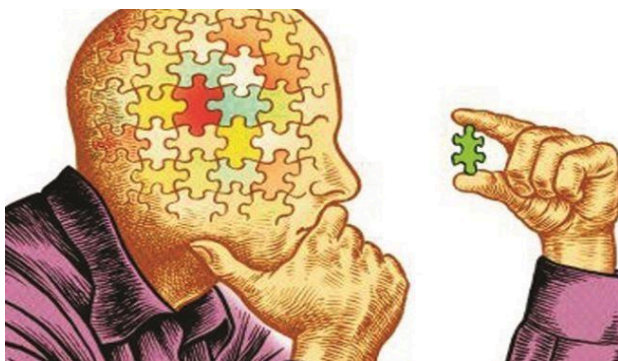
### 4. Шукайте зв'язки

Серед другорядного потрібно виявити головне. Тому не слід поспішати запам'ятати складний матеріал, не розібравшись в його внутрішніх зв'язках, не зрозумівши думок автора. В матеріалі можуть бути такі зв'язки: змістові, структурні, асоціативні.

*Змістові.* Відомо, що слова, об'єднані в осмислену фразу, запам'ятовуються в кілька разів швидше, ніж ті, що не мають зв'язків. Зразу ж спробуйте зрозуміти зміст тексту і помітити логічні зв'язки між абзацами, параграфами, розділами.

*Структурні.* Експерименти показали, що при запам'ятовуванні безглуздового ряду слів важливе значення має їх розташування на листі, об'єднання в групи, фігури. Наприклад, щоб запам'ятати число 2572463, краще згрупувати його так: 257-24-63. Підкреслюйте, виділяйте потрібне, використовуйте аббревіатури.

Нарешті, *асоціативні* зв'язки. Асоціювання займає центральне місце в процесі мислення. Прикладна його роль в навчанні була завжди і тепер є надзвичайно важливою. Адже люди дуже давно відчули, що використовуючи асоціювання /зв'язування/ при запам'ятовуванні матеріалу, набагато легше досягають своєї мети.



перетворення матеріалу.

При асоціюванні виникає зведення всього абстрактного на сенсорний рівень/не відчувши хвилювання при отриманні знань, ніхто не має права вважати їх надійними, міцними/. Сам такий процес називається морфологізацією. Її визначення таке: відчуттєве

### 5. "Шпаргалка"

Вимоги до неї відомі: мінімум обсяги і максимум інформації. А це саме те, що потрібно для успішного запам'ятовування. Який принцип

використовувати – опорні сигнали, короткі тези, стислий план або таблицю, – вирішуйте самі. Тут все залежить від мети. Для виступу на зборах потрібно одне, для письмової контрольної – інше. Але ж якщо ви добре попрацюєте з такими "шпаргалками" перед екзаменом, то потім вони вам не будуть потрібні, відслуживши напередодні.

### **6. Сутність в словах**

Те, що ми можемо виразити словами, звичайно запам'ятовується легше і краще, ніж те, що може бути сприйнято тільки зором або на слух. Якщо, крім того слова виступають не просто як вербальна заміна сприйнятого матеріалу, а є результатом його осмислення, тобто, якщо слово – не назва, а поняття, яке містить в собі зв'язану з предметом суттєву думку, то таке запам'ятовування є найбільш продуктивним. Чим більше ми думаємо над матеріалом, тим активніше ми прагнемо уявити подумки та виразити словами, тим легше і міцніше він запам'ятовується.



### **7. Формулюйте запитання**

Якщо предметом запам'ятовування є текст, то наявність заздалегідь продуманих і чітко сформульованих до нього запитань, відповіді на які можуть бути знайдені в процесі читання тексту, сприяють його кращому запам'ятовуванню. В цьому випадку текст в пам'яті зберігається довше і точніше відтворюється, ніж тоді, коли запитання до нього ставляться вже

після його прочитання.

### **8. Увага**

Оскільки від уваги до матеріалу безпосередньо залежить його запам'ятовування, то будь-які прийоми, які дозволяють управляти увагою, можуть бути корисними і для запам'ятовування. На цьому, наприклад, базується один із способів покращення запам'ятовування слухачами навчального матеріалу, який прагнуть зробити таким, щоб він викликав до себе мимовільний інтерес, притягнув їх увагу.

### **9. Емоції**

На пригадування матеріалу впливають і пов'язані з ними емоції, причому в залежності від специфіки асоційованих з пам'яттю емоційних переживань може виявитись по-різному. Про ситуації, які залишили в нашій пам'яті яскравий, емоційний слід, ми думаємо

більше, ніж про емоційно нейтральні ситуації. Таким чином, управляючи своїми емоціями, людина може суттєво впливати на свою пам'ять.

### **10. Уява**

Відомо, що уявою можна управляти. При наявності продуманих та систематичних вправ людині став легше представити необхідну інформацію в своїй уяві. А так як здібність будь-що подумки уявити позитивно впливав на запам'ятовування, то прийоми, які направлені на розвиток уяви, одночасно будуть служити удосконаленню їх образної пам'яті, а також прискоренню процесу переміщення інформації з короткочасної та оперативної пам'яті в довгочасну.

### **11. Як повторювати**

Якщо ви повторите параграф разів двадцять підряд, то, пересиливши огиду до цього заняття, нарешті запам'ятаєте текст. Але вирішивши, що тепер все гаразд, вранці переконаєтесь в зворотному. Через півгодини забувається 40% нової інформації, через добу – 34%, через місяць – 21%. Враховуючи цю закономірність пам'яті, потрібно використати такий алгоритм повторення: перший раз – зразу ж після запам'ятовування, другий – приблизно через півгодини, третій – через день, четвертий – через два-три тижня. Повторювати матеріал краще перед сном, і тоді ранком будете пам'ятати практично все. Саме так потрібно працювати, якщо розраховуєте на довгостроковий результат.

Краще всіх запам'ятовує той, хто не квапиться. Повторюйте текст активно; робіть записи, знаходьте головне, прагніть використовувати для запам'ятовування різні види пам'яті.

### **12. Як згадувати**

Якщо виникли труднощі, спробуйте пригадати враження, які були пов'язані з запам'ятовуванням. Коли є можливість, повторіть колишній маршрут, прийдіть на те саме місце, сядьте на той же стілець. Поміркуйте над схожою інформацією – може вона дасть вам поштовх для згадки. А якщо не пригадується, то займіться чим-небудь іншим, і часто необхідне згадається саме по собі.



## ПОРАДИ ЗДОБУВАЧАМ ЩОДО САМОНАВЧАННЯ

*Мета навчання здобувача полягає в тому, щоб зробити його здатним розвиватися далі без допомоги педагога.*

*Л. Хаббард*



1. Присягніться, що не дозволите собі «потонути» в справах! Якщо ви не дуже організована людина, вам може здаватися, що завдання йдуть нестримним потоком, який вас поглинає. Проте ухваливши тверде рішення працювати організовано, ви опинитеся в набагато сильнішій позиції людини, що «осідлала хвилю».

2. Складайте списки справ. Тільки не підходьте до цього формально і не робіть записів типу «доопрацювати конспекти». Нехай він містить короткі

і конкретні завдання. При цьому у вас буде можливість достатньо швидко виконати одну-дві справи і викреслити їх із списку. Останнє звичайно приносить велике задоволення.

3. Включайте в свій список кожне завдання, яке ви отримуєте. Введіть систему визначення пріоритетності, але не за термінами, а у порядку їх значущості. Встановлені терміни, безумовно, враховувати необхідно, але не менше, а навіть більше значення мають ті заняття, які представляються вам важливими в довготривалому плані.

4. Регулярно коригуйте списки справ (на це йтиме всього декілька хвилин.) Як тільки ви знайдете, що значущість якогось пункту зросла, підвищте його пріоритет в списку. Призначайте свої власні терміни виконання задач, включених в перелік, встановлюючи їх з великим запасом часу щодо заданих ззовні термінів, наприклад, термінів здачі робіт.

5. Вносьте різноманітність в свої заняття. Наприклад, займаючись цілий вечір, не слід скніти весь час над одним завданням. Частину часу проведіть, повторюючи що-небудь, частину приділіть плануванню справ на майбутнє або продовженню роботи над завданням, яке ви почали виконувати до цього, і частину — читанню додаткової літератури за предметами, що вивчаються. Говорять, що зміна заняття — той же відпочинок. Ефективність вашої роботи буде вищою, якщо протягом вечора ви займатиметеся різними завданнями, а не монотонно працюватимете над одним.

6. Використовуйте кожен проміжок вільного часу. Навіть у самих зайнятих людей протягом дня раз у раз випадають вільні хвилини. Використовуйте їх для якої-небудь невеликої справи, наприклад, запишіть цікаві думки, що «прийшли вам» в голову на одному з аудиторних занять минулого тижня. Ви здивуетесь, наскільки продуктивними виявляться ці маленькі відрізки часу. Адже концентрувати увагу протягом довгого часу важко, але на протязі ж коротких періодів активності це досягається легко.

7. Завжди і скрізь майте з собою що-небудь, чим ви могли б зайнятися! Не треба, звичайно, цілими днями носити з собою всі підручники і зошити, проте, щось невеличке мати при собі вельми корисно (наприклад, записник або картку із записом ключових положень матеріалу, що вивчається, звичайно ці матеріали зручно зберігати на смартфоні). Так само при підготовці до виконання важливого завдання корисно кілька днів носити з собою план роботи, щоб, поступово «сортуючи» ідеї, що приходять в голову, заносити їх в план у вигляді ключових слів або фраз.

8. Ніколи не працюйте тільки в одному «улюбленому» місці. У більшості людей є місця, в яких вони вважають за краще працювати. Проте якщо ви весь час працюєте в одному, переважному для себе місці, вам буде легко виправдати своє небажання працювати де-небудь ще.

9. З самого початку своїх занять враховуйте, яким способом оцінюватимуться результати. Якщо навчальний предмет завершується іспитами, починайте практикуватися у відповідях на питання зразу ж, як тільки пройдете матеріал, достатній для відповіді хоча б на деякі з них! Ви повинні бути готові почати відповідати на питання до кінця першого тижня занять.

10. По можливості займайтеся разом з одногрупниками. Працюючи самостійно, можна годинами сидіти за столом без якого-небудь відчутного результату. Коли ви є частиною працездатного колективу, ваші можливості поринати у «ледачих» мріях істотно зменшуються. Кожного разу, коли ви пояснюєте що-небудь своєму товаришу, ви ефективно навчаєтеся самі. Чому? Звернена мова – каталізатор мислення.

11. Не дозволяйте собі захоплюватися «терміновими» завданнями. Віддаючи весь свій час і енергію одному терміновому завданню, через якийсь час ви просто виявитеся перед необхідністю також терміново виконувати інше. До виконання всіх завдань прагніть приступати раніше, щоб як можна менше їх число переходило в розряд термінових.



12. Встановлюйте свої терміни виконання завдань. Звичайно при виконанні роботи ви повинні укладатися в указані терміни — призначайте собі свої терміни, жорсткіші, ніж ті, які вам задані. Відчуття задоволення від того, що ви працюєте з випередженням термінів, додасть вам упевненість і позитивно позначиться на якості всієї роботи.

Складіть свій робочий план по виконанню етапів роботи, що є частиною вашого завдання. Іноді виявляється важливіше, наприклад, приділити якийсь час просто глибшому засвоєнню пройденого, ніж поспішати з виконанням наступних етапів.

13. Уникайте накопичення незавершених завдань. Багато здобувачів страждають від накопичення «хвостів» по роботах, виконуваних впродовж навчання (наприклад, зтягуючи до останнього оформлення лабораторної роботи). Справа закінчується тим, що вони вимушені здавати «хвости» в той час, коли набагато важливіше займатися повторенням і підготовкою до іспитів.

14. Використовуйте перші 10% відведеного часу. Ви, можливо, помітили цю властивість людської натури — 90% справи виконувати протягом останніх 10% часу. Міркуючи логічно, це означає, що те ж саме і так же добре можна зробити в перші 10% відведеного часу. Подумайте, скільки інших справ ви могли б зробити в тих, що залишилися 90%.

15. Постійно закріплюйте пройдений матеріал. Не сподівайтесь, що ніби помахом чарівної палички те, що ви вчили минулого тижня, залишиться у вашій пам'яті на все життя. Мати в голові пройдений матеріал так само важливо, як і той, який ви проходите зараз.

16. Будьте реалістом. Тримати темп — отже працювати ефективно, але не переробляти. Вибирайте темп, відповідний рівню ваших життєвих сил. Врахуйте, що джерелами енергії для підтримки темпу служать відпочинок і відновлення сил.



17. Найціннішим і різностороннім джерелом додаткових можливостей навчання для вас є ваші одногрупники. Наступні нижче рекомендації допоможуть вам отримати максимальну користь із спільної роботи з ними.

- Для групового опрацювання підбирайте такі завдання, які зручно здобувачам виконувати колективно, а не поодиноці. Це може бути робота з джерелами інформації, складання плану письмової роботи, самоперевірка і «мозковий штурм».

- Мета колективної роботи полягає в тому, щоб кожен член групи вигравав від співпраці з іншими. Врахуйте, що коли ви, наприклад, щось пояснюєте, то людиною, яка в даний момент навчається з найбільшою ефективністю, є саме ви. Кращим шляхом до розуміння чого-небудь є спроба пояснити це іншому.

- Уникайте шахрайства. Метою роботи в групі повинне бути зменшення особистого обсягу роботи для її учасників. Якщо всі члени групи внесли однаковий внесок у виконання завдання, можна з упевненістю сказати, що ніхто не користувався чужою працею.

- Встановіть деякі основні правила поведінки в групі. Вони повинні відповідати загальноприйнятим нормам поведінки, таким, як пунктуальність, рівень особистого внеску в роботу групи, конструктивність критики.

- Лідируйте по колу. Буде добре, якщо при роботі над різними завданнями в групі лідируватимуть різні її члени, щоб кожен ніс відповідальність за певні аспекти колективної роботи.

- Діліть на всіх загальну частину роботи, наприклад, пошуки інформації або джерел, необхідних для виконання завдання. Це допоможе кожному краще використовувати свій час, оскільки всі

відразу не ганятимуться за однією і тією ж книгою, статтею або посиланням.

- Домовляйтеся між собою. Всім колективом встановіть крайній термін виконання завдання. Домовтеся про те, якого роду внесок в роботу групи буде зроблений кожним її членом.



18. Записи, які ви робите на лекціях і інших групових заняттях, — одне з найважливіших джерел інформації, який ви створюєте для себе в процесі навчання. Проте багато хто відноситься до них,

лише як до механічної реєстрації почутого, тобто не обдумуючи того, що записують.

Не обмежуйтеся простим копіюванням. Не обмежуйтеся просто записом того, що ви бачите на екрані або дошці або що ви чуєте. Копіювати, не намагаючись хоч якоюсь мірою осмислити матеріал, дуже легко. Висловлюйте почуте своїми словами, в своїй манері. Не пишіть довго, повними фразами, якщо можна передати значення декількома ретельно підібраними словами. Безперервно ухвалюючи рішення про те, що конкретно слідє зараз записати, ви підтримуєте свій мозок в стані напруги і не даєте йому скучати. Записуйте все, що вважаєте за необхідне зберегти.

19. Виділяйте важливі місця в своїх записах. Розташовуйте записи на кожній сторінці так, щоб з одного погляду було ясно, які ідеї або поняття є основними. Щоб виділити важливу частину тексту, використовуйте колір, маркер, малюнок і інші відомі вам способи.

Кожного разу, коли ви що-небудь не розумієте, записуйте свої питання. Так само записуйте свої думки і коментарі з приводу почутого. Тоді ваші записи будуть не просто копією почутого, в них вже міститиметься результат його осмислення вами.

20. По можливості порівняйте свої конспекти з конспектами двох-трьох інших здобувачів, при цьому доповнюйте і виправляйте свої записи.

Проглядайте свої записи знову через день-два, поки ви не забули значення проставлених в них питань і умовних



знаків. Продовжуйте регулярно працювати з ними, роблячи додавання, вносячи виправлення і пояснення і відзначаючи зв'язки з іншими джерелами інформації.

21. Опануйте технікою швидкого читання. Уміння читати швидко — важлива якість, що дозволяє засвоювати набагато більший обсяг матеріалу.

Для того, щоб швидко одержати уявлення про книгу, прочитайте її зміст, особливо, якщо ви вперше берете її в руки. Відзначте розділи, які, на ваш погляд, мають найближче відношення до предмету вашого вивчення.

Вирішуйте, коли варто використовувати швидке читання. Наприклад, якщо вашою метою є отримання загального уявлення про предмет, швидке читання може допомогти. Якщо ж, навпаки, ви потребуєте докладнішої інформації, то швидке читання буде корисне лише на етапі пошуку тих частин тексту, які слід вивчити глибше.

22. Спробуйте позбавитися звички (якщо ви її маєте) промовляти про себе те, що ви читаєте. Більшість з нас привчена читати з такою швидкістю, з якою говорять. Насправді наш мозок в змозі сприймати слова багато швидше, ніж ми їх вимовляємо. Багато, проте, ніколи так і не можуть навчитися читати швидше, ніж говорять.

Прагніть сприймати слова групами, а не окремо. У багатьох фразах лише одне або два слова є важливими, а інші для сприйняття значення не істотні.



Відома народна мудрість говорить: "Дай людині одну рибину, й вона буде ситою один день, дай їй дві рибини - вона буде ситою два дні, а навчи людину ловити рибу, й вона буде ситою усе життя". Очевидно, це так, але за умови, що у рибалки є

знаряддя. Отже, шановні добродії, давайте вчитися «ловити рибу». Це суттєво змінить ваше ставлення до навчання. Вам просто стане цікаво та радісно вчитися. Успіхів Вам!!!

## ПОРАДИ ЗДОБУВАЧУ: БУДЬ ПЕРЕМОЖЦЕМ

*Хоча б над тобою було сто вчителів – вони будуть безсилі, якщо ти не зможеш сам змусити себе до праці і сам вимагати її від себе.*

*Сухомлинський В.О.*



1. Пам'ятай, ти єдиний, хто утримує тебе на місці і не дає змоги творити великі справи, бути щасливим, здоровим, успішним. Твоя доля, кар'єра, твій професіоналізм залежить від тебе.

2. Визнай, що тобі заважає, і намагайся звільнитися від усього, що не допомагає досягти успіху. Постарайся зрозуміти, яка поведінка сприяє перемозі, а яка – шкодить.

3. Використовуй можливості, які дає тобі життя. Якщо ти постійно очікуєш нові і нові можливості, то, в решті – решт, тобі залишиться тільки одне – виразити своє останнє співчуття: “Я вже дуже старий”.

4. Займись справою без зволікання. Відкинь виправдання (не можу, не вмію...) й налаштуйся на те, що твої бажання можуть бути виконані і їх здійснення у твоїх руках.

5. Терпіння і труд все перетруть. Головним показником особистого зросту є здатність людини доводити справу до кінця.

6. Не бійся помилок. Здатність помилятися є істотною частиною нашого життєвого досвіду. Тому пам'ятай: найбільша помилка – прийняти рішення не робити помилок.

8. Ніколи не орієнтуйся на посередність. Вір у себе, вір, що ти – творчий режисер власного життя. Ця думка повинна переважати.

9. Намагайся знаходити вихід з будь-якої критичної ситуації. Вір у власну вдачу. Ти відповідаєш за свій успіх, щастя, здоров'я, за свою долю і долю України. Пам'ятай: Україна починається з кожного з нас.

10. Ти прийшов у цей світ не для того, щоб існувати, а щоб розширити його простори та перспективи, наповнюючи його духом надії і звершень. Ти прийшов сюди, щоб збагатити цей світ. Забути про це високе призначення означає обікрасти самого себе!

Щоб перемагати, необхідно бути підготовленим, але цього не досить. Потрібно ще багато чого, і насамперед – розуміння того, що наближає нас до перемоги, а що від неї віддаляє...

***Далі подаємо список якостей переможця, розвиток яких надасть тобі неоціненну допомогу у досягненні твоїх цілей і вирішення завдань на шляху до перемоги.***

1. Переможець енергійний і бадьорий у будь-якому віці.  
2. Переможець працює довше інших і досягає кращих результатів.

3. Йому властиві впевненість і самоконтроль, які проявляються в усьому – погляд, хода, голос, прийняття рішень.

4. Переможець оптимістично дивиться на життя. Проблеми є у всіх, а ось уміння зберігати посмішку при цьому властиво лише йому.

5. Він займається улюбленою справою й любить те, чим займається.

6. Переможець уміє планувати своє життя і ставить перед собою високі й складні цілі та додає максимум зусиль для їх досягнення.

7. Він щасливий від того, що має на даний момент. Але не зупиняється на досягнутому, тому що знає – краще ще попереду.

8. Переможець уміє контролювати свій страх і діяти доти, поки не досягне результату.

9. Він зосереджується на вирішенні проблеми, а не на самій проблемі.

10. Переможець вірить у себе й у свої сили та знає, що щастить тому, хто діє. Вдача є, але, щоб стати по-справжньому успішним, потрібні ще й діяти.

11. Він не чекає сприятливої можливості, а створює її сам.

12. Переможець виносить урок з того, що інші вважають невдачею.

13. Він не перекладає провину на когось, а бере повну відповідальність за свої дії й результати на себе.

14. Переможець не обов'язково має фантастичний таланти, але завжди знаходить спосіб максимально реалізувати свій потенціал.

15. Він честолюбний – задає собі питання - а чому не я? Це допомагає управляти своєю долею, а не плисти за течією.

16. Переможець вчиться все життя. Будь-який життєвий досвід – це урок.

17. Переможець завжди закінчує те, що починає, і ніколи не кидає розпочату справу.

Звичайно, список цей можна продовжувати й продовжувати. Але найкраще характеризує переможця наступна приказка: *«Перемагає той, хто піднімається на один раз більше, ніж падає».*



## ПОРАДИ ПЕДАГОГІВ БАТЬКАМ ЗДОБУВАЧІВ

*У своїй роботі педагогам доводиться мати справу з різними батьками. Безсумнівно, більшість з них роблять серйозну роботу з виховання своїх дітей. Але все-таки є частина батьків, які ускладнюють діяльність педагогів.*

### **1. Підтримуйте педагога**

Кожний педагог скаже, що коли батьки проявляють готовність допомагати й підтримувати його, то разом вони легше справляються з усіма проблемами, які виникають протягом навчального року. Педагоги теж люди, іноді вони можуть робити помилки. Однак, незважаючи ні на що, більшість педагогів – це віддані своїй справі професіонали, які присвячують роботі весь свій час. Звісно, не варто думати, що не існує поганих педагогів, але більшість з них виключно кваліфіковані працівники.

Якщо у вашої дитини невмілий, непрофесійний педагог, не судіть по ньому про всіх педагогів, які були, є й будуть у житті дитини, краще висловіть свої побоювання із приводу кваліфікації даного педагога директору навчального закладу. Якщо ж у вашої дитини чудовий педагог, постарайтесь, щоб він знав про вашу повагу, а також поділіться своєю думкою з адміністрацією закладу, де вчиться ваша дитина.



### **2. Ставайте й залишайтеся залученими в навчальний процес.**

Одна з найнеприємніших тенденцій у навчальних закладах – це зниження рівня участі батьків у навчанні дітей у міру їх дорослішання. Цей факт надзвичайно поширений і викликає стурбованість, адже діти будь-якого віку

перебувають у виграшному становищі саме тоді, коли їхні батьки залишаються залученими до процесу навчання. Хоча, дійсно, перші кілька років школи, можливо, і є найважливішими, але наступні роки навчання також дуже значущі по-своєму.

Діти розумні й інтуїтивні. Коли вони бачать, що батьки беруть меншу участь у їхньому процесі навчання, більшість із них слідом за батьками також знижує свій інтерес до набуття знань. Це сумна реальність, але в середніх і старших класах зазвичай на батьківські збори приходять мало батьків. До того ж приходять в основному ті батьки, яким, на думку педагогів, робити це взагалі не обов'язково,

проте взаємозв'язок академічного успіху здобувача та своєї участі в її освіті вони не піддають сумніву.

*Усі батьки повинні знати, що відбувається в повсякденному житті їхньої дитини. Ось що їм необхідно робити щодня.*

- Питати в дитини, як пройшов її навчальний день. Заводити розмову про те, що нового вона дізналась, з ким дружить, тощо.

- Стежити за тим, щоб у дитини був визначений час на виконання домашнього завдання. Відповідати на всі її запитання та допомагати при необхідності.

- Читати всі записки/зауваження, які пише педагог. Записи педагога – це основна форма спілкування між педагогом і батьками. Шукайте їх і читайте, щоб залишатись у курсі подій, що відбуваються.

- Негайно зв'язуватись з педагогом, якщо є які-небудь побоювання.

- Цінувати освіту вашої дитини та щодня розповідати їй про важливість навчання. Це, мабуть, найбільш цінна допомога батьків у навчанні дітей. Ті діти, які цінують процес навчання й освіту в цілому, частіше домагаються успіху, а ті, хто не цінує, часто зазнають невдачі.

### ***3. Не кажіть погано про педагога у присутності дитини.***

Ніщо так не підриває авторитет педагога, як негативні відгуки й погані слова батьків про нього, висловлені у присутності дітей. Бувають моменти, коли ви незадоволені роботою педагога, але ваша дитина ніколи не повинна про це знати. Це заважає її освіті. Якщо ви усно й категорично висловлюєте неповагу до педагога, ваша дитина, швидше за все, братиме з вас приклад. Тримайте при собі ваші особисті думки про педагога й діліться ними лише з адміністрацією навчального закладу або самим педагогом.

### ***4. Доводьте до кінця свої обіцянки.***

Директори навчальних закладів безліч разів зіштовхуються з ситуацією, коли здобувач порушує дисципліну, після чого в їх кабінет приходять батьки й висловлюють свою цілковиту згоду з педагогом і вибачаються за поведінку свого сина чи доньки. Вони обіцяють ужити заходи і вплинути на дитину. Та коли наступного дня педагог розмовляє з здобувачем, той каже, що вдома нічого не сталось.

Здобувачам потрібні режим і дисципліна. Якщо дитина порушує дисципліну, то наслідки повинні бути як у навчальному закладі, так і вдома. Це показує їй, що батьки та заклад – це односторонці, що їй не вдасться уникнути наслідків поганої поведінки. Але якщо ви не маєте наміру доводити до кінця дисциплінарні заходи, то не обіцяйте цього педагогу. Коли ви так робите, то тим самим даєте дитині зрозуміти, що

вона може порушити дисципліну, і ніякого покарання за цим не прослідуює. Доводьте до кінця свої обіцянки.

### **5. Не завжди вірте на слово своїй дитині.**

Якщо ваша дитина прийшла додому навчального закладу і сказала, що педагог кинув у неї коробку із серветками, як ви на це відреагуєте?

- ✓ Ви відразу вирішите, що дитина каже правду?
- ✓ Ви зателефонуєте директору навчального закладу або зустрінетеся з ним і вимагатимете, щоб цього педагога відсторонили від уроків?
- ✓ Ви агресивно висунете звинувачення педагогу?
- ✓ Ви зателефонуєте педагогу та призначите зустріч з ним, на якій спокійно попросите пояснити, що сталося?

Якщо ви вибрали будь-який пункт, крім останнього, то ваш вибір – це найгірший вид ляпаса педагогу. Батьки, які беззастережно вірять звинуваченням дитини на адресу дорослої людини, не прояснивши ситуацію, підривають авторитет цієї людини. Хоча цілком імовірно, що дитина каже правду, педагогу необхідно дати право пояснити свою позицію без злісних нападок.

Занадто часто у процесі пояснень діти забувають розповісти про найважливіші (ключові) факти. Вони досить хитрі й винахідливі, і якщо є можливість, завдати педагогу неприємність, вони зроблять це. Батьки та педагоги, які відчують взаєморозуміння та співпрацюють один з одним, виключають можливість різного роду припущень і помилок, тому що дитина знає, що це не зійде їй з рук.

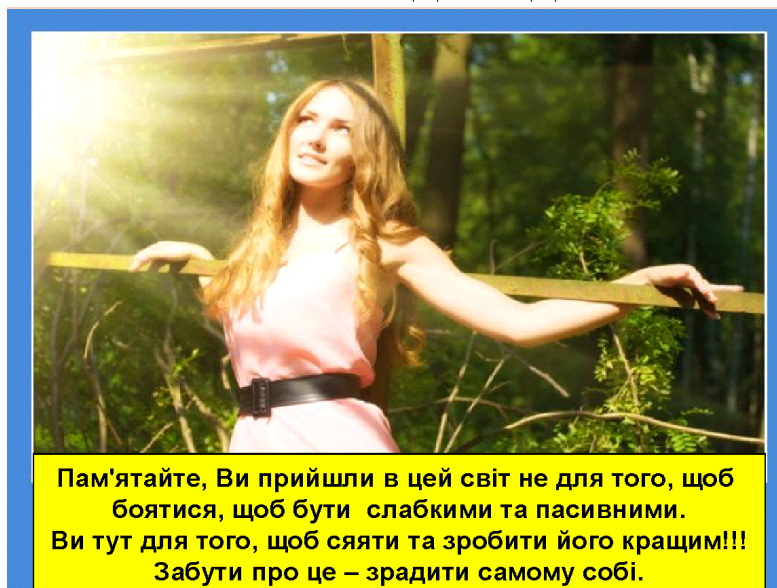
### **6. Не виправдовуйте дитину.**

Допомагайте педагогам привчати дитину до відповідальності. Якщо ваша дитина скоїла поганий учинок, не виручайте її, постійно виправдовуючись. Іноді бувають поважні причини, але якщо ви постійно виправдовуєте вашу дитину, то нічим не допомагаєте їй. Ви не зможете вибачатись за неї все життя, тому не дозволяйте їй звикати до ваших виправдань.



Якщо дитина не виконала домашню роботу, не треба телефонувати педагогу й казати, що це ваша вина, тому що ви брали її на футбол. Якщо дитина має неприємності через те, що має конфлікт з колективом, не виправдовуйте таку поведінку тим, що це просто неможливо. Міцно стійте на позиціях дисципліни разом з педагогами й давайте дітям життєві уроки, які не дадуть їм припуститись серйозних помилок в майбутньому.

## ЗАГАЛЬНІ ПОРАДИ ПЕДАГОГУ



Шлях до педагогічної майстерності тривалий і складний. Щоб його було легше долати, необхідно спиратися на рекомендації, приписи, виведені з теоретичних узагальнень, досвіду роботи кращих вчителів гуманістичної орієнтації. Звичайно, гуманістичними підходами опанувати складніше, ніж авторитарними. Спочатку педагогу необхідно контролювати кожен свій крок, поки не виробляться потрібні звички і навички. І для цього потрібно добре попрацювати, а саме головне повірити в велику спроможність гуманної педагогіки.

1. Незважаючи ні на які труднощі педагог повинен розуміти, що його зусилля допоможуть здобувачу подолати труднощі. Головне - вчасно прийти на допомогу.

2. Педагогу треба постійно вчитися, займатися самоосвітою. Які б здобувачі не вчитися, педагог повинен відчувати себе впевнено.

3. Педагог не повинен свій поганий настрій нести в аудиторію, до здобувачів. Якщо хочете змінити поведінку інших - змініть свою.

4. Уміння управляти собою дає можливість позитивно впливати на здобувачів.

5. Педагог має навчитися стримувати себе, стійко переносити невдачі, не опускаючи руки перед труднощами. У такого педагога буде позитивний результат в навчанні і вихованні здобувачів.

6. Педагог піклується про долю здобувачів. Він не принизить здобувача, не назве його нездатним, нерозумним, тому що знає, що у кожного здобувача його класу своя не надто легка доля і його завдання - допомогти йому подолати труднощі.

7. Без поваги, довіри і любові своїх здобувачів педагог не досягне поставленої мети. Навчіться бути поблажливими, невибагливими, веселими і живими, непихатими, вимогливими. Звертайтеся зі здобувачами рівно, не лукавлячи; вчіть і заохочуйте спокійно, не

дозволяючи образи і глузування, не допускаючи крику і гніву, злоби і лицемірства.

8. Особливо важливо навчити здобувача слухати педагога, виконувати його завдання. Тут потрібно особливе мистецтво, щоб привернути увагу здобувача до предмету навчання. Робота педагога найважча, але зате і найпочесніша: свою першу вчительку кожен пам'ятає до кінця свого життя.

9. Добре можна робити тільки те, що добре знаєш. Педагог без ґрунтовної підготовки пов'язаний книгою і не відривається від неї. В аудиторії панує одноманітність і нудьга.

10. Треба відповідально підходити до складання плану, продумувати кожен свій крок. План повинен бути докладним, реальним.

11. Не біда, якщо педагог під час уроку заглядає в план, він його дисциплінує, допомагає не пропустити щось важливе в уроці. Не можна сподіватися на хорошу пам'ять, великий комплекс дій запам'ятати важко, та й не потрібно. Краще звільніть свою пам'ять для оперативних відомостей.

12. Педагог не повинен приходити в аудиторію без підготовки. Уроки, виховні години не такі легкі, як багато хто думає. До них потрібно готуватися, тому що багато важливого, що вимагає обдуманних думок і дій, серйозної уваги і ретельної попередньої підготовки.

13. Потреба в любові і визнання - одна з фундаментальних людських потреб. Її задоволення - необхідна умова нормального розвитку дитини. Любіть її не за те, що вона розумна, красива, здібна, хороший помічник, а просто так, за те, що вона є.

14. Вчіться вести урок так, щоб здобувачі шкодували, що урок закінчується, щоб кінець його був для них неприємним перервою, щоб вони йшли з аудиторії з неохотою, а тому з радістю поспішали.

15. Мова і манери педагога тоді будуть викликати розташування здобувачів, коли педагог працює із сердешною теплотою і доброзичливістю. Навіть вираз обличчя педагога - спокійний, поблажливий - благотворно впливає на настрій здобувачів.

16. Педагог повинен добре знати законодавство, нормативні документи, ознайомитися з інструкціями, що стосуються організації навчально-виховної роботи зі здобувачами, у яких ослаблено здоров'я, є проблеми в розвитку.

17. Педагог дбає не тільки про навчання, а й про виховання здобувачів. Викладання тоді може мати виховний характер, коли воно у всій своїй течії і обсязі розраховане на розвиток розуму, волі і серця здобувача. Поступовість у всьому, міра і відповідальність визначають успіх. Педагог орієнтується на поступове ускладнення вимог до здобувачів, планує перспективні зрушення в їх навчанні і вихованні.

18. Щоб здобувачі були залучені до справи, потрібно стежити за своїми діями, зауваженнями, щоб ненароком не образити здобувачів. Потрібно всіма засобами розвивати і підтримувати між здобувачами дух дружелюбності, взаємних послуг і доброзичливості.

19. Якщо педагог володіє класичними основами навчально-виховного процесу, тоді його аудиторія - творча майстерня.

20. Педагог повинен орієнтуватися не тільки на навчальну групу, але й на кожного окремого здобувача, використовувати особисто-орієнтований підхід, вміло поєднувати колективну, групову та індивідуальну діяльність.

21. Загальна методика корекційної роботи вимагає, щоб педагог підключав до виховного процесу всіх здобувачів навчальної групи. Адже здобувачів, які потребують корекційної підтримки, багато, і без взаємної допомоги один одному, яка розумно спрямовується педагогом, мало чого можна домогтися. Спільне навчання здобувачів в цьому випадку виявляється чималою перевагою.

22. Якщо педагог залишається один на один з порушником дисципліни і не підключає до процесу його перевиховання одногрупників, у нього мало шансів досягти повного успіху. Ось чому без опори на колектив педагогу не обійтися. Сила спільного виховання в тому й полягає, що кожен здобувач навчальної групи віддає частинку свого «Я» тому, кому його не вистачає, хто в даний момент вихований гірше. Без опори на колектив корекційна педагогіка не може бути ефективною.

23. Необхідно проявляти живий інтерес до життя всіх здобувачів навчальної групи, до життя кожного здобувача, до його радощів, засмучення, прагненням, успіхам, невдач, до його особистісним переживанням. Допомагайте здобувачу тільки тоді, коли він готовий прийняти вашу допомогу.

24. Зі здобувачем треба поводитися на рівних, ставитися до нього як до дорослого, від якого чекають взаємної довіри, поваги, розуміння. Взаємовідносини з усіма здобувачами, з кожним здобувачем окремо повинні бути довірчі. Пам'ятайте про конфлікти примусу: здобувачу важко організувати себе; він відчуває негативні переживання, коли педагог хоче від нього чогось досягти. При цьому треба менше говорити, висловлювати вимоги одним словом, адресувати до ситуації, а не до здобувача; не вживати слова «ти», «якщо», «чому». Зніміть з себе відповідальність за особисті справи здобувача і надайте йому самому відповідати за свої справи.

25. Сила педагога, що діє на внутрішній світ вихованця, завжди при ньому. Це людяність. Якщо педагог хороша людина і до того ж вона людина покликання, то він буде мати моральний вплив на своїх здобувачів, він може прищепити їм не тільки моральні якості: доброту,

правдивість, сумлінність, працьовитість, але навіть манери поведінки. Здобувачі копіюють все: погляд, вираз обличчя, прийоми роботи. Це сильно впливає на них, утворюючи той чи інший склад думок, оцінок, звичок, з чого поступово складається характер.

26. Педагог не повинен підганяти, квапити здобувачів, показувати своє невдоволення, незадоволеність їх результатами. Він стане на найефективніший шлях допомоги здобувачам зі труднощами навчання в навчальному закладі - увага, доброзичливість і терпіння, бажання зрозуміти причини і вміння знайти підхід до таких здобувачів.

27. Необхідно працювати над згуртованістю навчальної групи: відзначати дні народження здобувачів, влаштовувати свята в аудиторії. Нехай здобувачі висловлять імениннику добрі побажання, піднесуть в щось у подарунок. І здобувач відчує, як його люблять, що його поважають педагог і товариші, яких успіхів вони від нього чекають.

28. Педагог повинен оволодіти мистецтвом задавати питання. Часто від невміння задавати питання залежать погані відповіді здобувачів. Кожне питання, яке звернене до здобувача, повинно бути простим, точним і зрозумілим.

29. Необхідно навчитися слухати здобувачів, витримувати паузи. Автоматичні реакції заважають правильно слухати і розуміти почуте; переказати своїми словами відповідь здобувача; пропозиції педагога повинні бути висловлені в позитивній формі.

30. Своє незадоволення поведінкою здобувача намагайтеся висловлювати натяком на те, що ви від неї цього не очікували, що у вас про неї краща думка. Якщо дитина своєю поведінкою викликає негативні емоції, повідомте їй про це.

31. Особливості навчання в сучасному навчальному закладі пов'язані з усе наростаючим обсягом інформації, значною інтенсифікацією проходження матеріалу, з постійною модернізацією і ускладненням навчальних програм. Важливо, щоб здобувачі пройшли цей важкий період без шкоди для свого здоров'я, не втративши інтересу до навчання, не втративши віру в себе, в свої сили.

32. Дивуйтеся, захоплюйтеся, радійте, коли той чи інший здобувач робить гідний вчинок, проявляє кмітливість і кмітливість, мислить зосереджено, поводить себе чемно та з гідністю. Домагайте здобувачу перевершити саму себе, поліпшити свої досягнення.

33. Заохочуйте творчу діяльність здобувачів, допомагайте їм писати п'єси, ставити спектаклі, оформляти їх художньо і музично, готувати творчі звіти, виступати зі своєю самодіяльністю перед батьками, здобувачами.

34. Вибачайтеся перед здобувачем, якщо з якої-небудь причини не можете відразу відповісти на пізнавальне питання, з яким він

звертається до вас; поясніть причину відверто, скажіть, що дасте відповідь через кілька днів, і не забудьте виконати обіцянку.

35. Пишіть листи батькам з позитивною оцінкою вчинку здобувача з приводу досягнення успіху в навчанні, з будь-якого значного приводу, гідного схвалення.

36. Мова педагога повинна бути живою, але не квапливою. Одноманітність і монотонність утомлюють здобувачів. Говорити треба для всіх, досить голосно і чітко. Чітко вимовляти всі звуки, робити правильні наголоси. Не говорити занадто повільно, щоб не втомити увагу здобувачів, не говорити занадто швидко, щоб слова не випереджували думки. Зберігайте пристойність і ввічливість як у мові, так і в манерах. Будьте прості, зрозумілі і небагатослівні.

37. Заохочуйте здобувачів розмовляти з вами, вчіть їх питати, сперечатися, висловлювати власну думку, стверджувати свою позицію. При цьому ставитесь до думок, оціночних суджень дітей серйозно і з гідністю.

38. Провокуйте дискусії здобувачів, дайте їм можливість доводити, пояснювати помилку, спростовувати ваше твердження і, визнавши їх правоту, висловіть подяку за справедливе зауваження.

39. Необхідно навчити здобувачів думати, заохочуйте тих, які вміють думати, міркувати.

40. Розмірковуюте вголос самі, тим самим даючи здобувачам зразки, як треба міркувати, як шукати рішення задачі, як обговорювати, оцінювати.

41. Необхідно навчити здобувачів самім знаходити і виправляти допущені помилки в своїх роботах; виправлені таким чином помилки педагог не враховує.

42. Дозволяйте здобувачам зустрітися з негативними наслідками своїх вчинків. На помилках вчаться.

43. Не вимагайте від здобувачів неможливого або нездійсненого. Порівнюйте власні очікування з їх можливостями.

44. Опануйте мистецтвом безконфліктної дисципліни: а) обмеження повинні бути обов'язково; б) правил (обмежень) не повинно бути занадто багато; в) установки педагога не повинні вступати в протиріччя з потребами здобувачів; г) правила поведінки повинні бути узгоджені між педагогом та здобувачами; д) тон зауваження дружній, а не наказовий.

45. У відносинах зі здобувачами однаково шкідливі як розбещеність, так і надмірна суворість. Перша знесилює і розхитує здобувачів, друга їх лякає і відштовхує від педагога. Правильно діючи, педагог буде завжди розрізняти справу і особистість.

49. Поблажливість до особистості, строгість до порядку - ось правильний настрій вихователя. Поблажливість - це свобода від

роздратування і гніву. Строгість - неухильне усунення всього, що заважає досягненню мети розумового і морального виховання.

50. Не ставте одного здобувача в приклад іншому ні в старанності, ні в поведінці.

51. Звертайтеся до здобувачів з проханням допомогти вам скласти для використання на уроках складні завдання, головоломки та ребуси і при їх застосуванні на уроках не забувайте вказувати, хто їх автор.

52. Виявляйте цікавість до того, чи сподобався здобувачам урок, поза аудиторний захід.

53. Пам'ятайте, що надмірність в нагородах применшує значення їх в очах здобувачів. Нагороди - це штучне засіб спонукання до занять, тому і потрібна в них помірність. Навіть в простій похвалі потрібна міра. Це знак справедливості, визнання гідності роботи, але ніяк не знак подиву.

55. Надавайте особливого значення старанню здобувача краще виконати завдання, цікавтеся, з якими труднощами він стикнувся і як їх долав.

56. Виляйте своє оптимістичне ставлення до можливостей здобувача, особливо коли його осягає невдача.

57. При оцінці роботи дитини більше спирайтеся на позитивне, досягнуте, на просування; помилки і невдачі розглядайте на тлі досягнутого.

58. Крім організатора цікавих занять та ігор, як людину добру і справедливого, здобувачі бачать у педагога свого захисника і арбітра у всіх спірних, конфліктних ситуаціях. Особливо сильно це виражено у здобувачів з дисгармонійних, дискомфортних сімей, де дітей часто лають і карають батьки, ображають однолітки. Гостро потребують захисту здобувачі, які відчувають дефіцит батьківської любові, ласки і турботи, а також діти, які мають якісь фізичні та інші дефекти в розвитку, непопулярні серед однолітків. Такі здобувачі особливо сильно тягнуться до педагога, відчувають постійну потребу в його уваги, допомоги або захисту. Спілкування з цими здобувачами вимагає від педагога особливого вміння, індивідуального підходу, душевної делікатності і уваги.



59. Мир в навчальній групі настільки ж важливий, як і мир в суспільстві. Дбайте про те, щоб навчальна група жила товариським духом, щоб кожен поспішав на допомогу іншим. Для цього любіть всіх однаково, не майте особливих улюбленців, не майте донощиків; поведіться прямо, відкрито і чесно, викоринюйте недовірливість, ворожнечу, нелагідність.

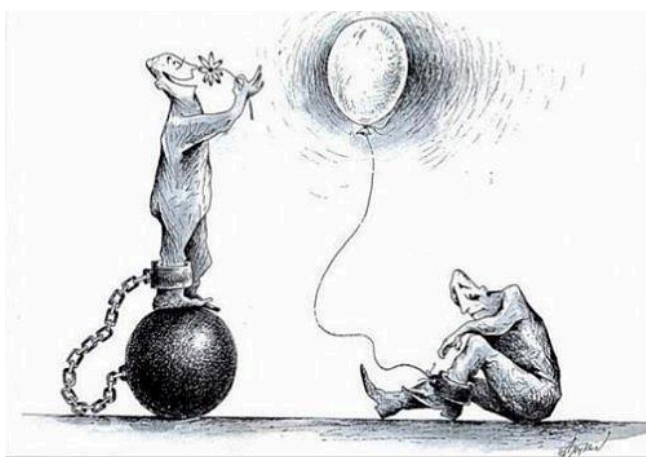
## ПОРАДИ ПЕДАГОГУ: БУДЬТЕ ОПТИМІСТОМ

*«Ти можеш!» - повинен нагадувати педагог здобувачеві.*

*«Він може!» - повинен нагадувати колектив.*

*«Я можу!» - повинен повірити в себе здобувач.*

*Шаталов В.Ф.*



Будьте оптимістами!  
Педагогіка – наука оптимістична (утім, як і будь-яка наука, песимістичний тільки дилетант).

1. Не ремствуйте на життя. Не скаржтесь на долю. Ви її будете самі. У жодному разі не сидіть і не переживайте. Робіть хоч що-небудь. Не пхикайте, а

дійте. Не хандріть, а робіть щось реальне.

2. Прийшли з роботи додому дуже втомлені - поваляйтесь на килимі, але не просто так, а перекочуючись на звичайній пластиковій пляшці з-під мінеральної води або на м'ячику. Це - чудовий масаж спини та хребта.

3. Устигайте жити! Так-так, просто жити. На жаль, часто ми встигаємо лише працювати та виконувати численні обов'язки і, на жаль, забуваємо при цьому жити.

4. Неодмінно плануйте на кожний свій тиждень життя якусь справу, що принесе вам радість.

5. Завжди жартуйте зі своїми здобувачами. Просто жартуйте з ними завжди. Закінчивши навчальний заклад, наші здобувачі можуть забути граматичні правила та складні формули. Але наші гарні добрі жарти вони будуть потім згадувати. Пам'ятайте: здобувач вижив, тому що сміявся. І ще: педагог вижив, тому що сміявся зі своїми здобувачами.

6. Підносьте себе здобувачам, батькам, колегам, адміністрації. Усім своїм виглядом виражайте стовідсоткову впевненість у собі. Плечі дивляться в небо, а не в землю. Геть сутулість! Голова високо піднята. Хода впевнена та спокійна. Ніякої метушливості та нервозності. При цьому дивимось людям в очі та посміхаємось.

7. Завжди стежте за виразом свого обличчя. Краще, якщо воно буде доброзичливо-спокійно-упевнене.

8. Гасіть конфліктні пориви! Будьте примірювачем у конфліктах, заспокоювачем сперечальників і гасителем словесних перепалок.

9. Пам'ятайте: низькі оцінки дуже шкідливі для формування характеру. Не захоплюйтеся ними. Шукайте можливість знайти шляхи подолання невдачі.

10. Кожен ваш урок повинен бути нехай маленьким, але кроком уперед, до пізнання нового, невідомого.

11. Здобувач в навчанні завжди повинен долати труднощі — тільки труднощі розвивають здібності, необхідні для їх подолання.

12. Обов'язково вибирайте 15-30 хвилин на день для особистого відпочинку в повній самотності та в тиші. Ніяких справ і нікого навкруги. Це - ваші хвилини! І ваша задача - організувати їх для себе.

13. У будь-якій події, явищі, людині шукайте щось позитивне.

14. Уведіть розумний баланс у своє життя: робота, відпочинок, родина, улюблені справи. Не дозволяйте перекосам у той чи інший бік перекосити ваше життя. Адже це - тільки ваше життя. Плануйте, розраховуйте, порівнюйте та складайте його розумний баланс.

15. Створіть свою власну (або запозичте в розумних людей уже наявну) систему в усьому: у роботі, відпочинку, турботі про власне здоров'я. Вірніше, створюйте систему крок за кроком, неквапливо й терпляче. Геть хаотичність, безглуздість, непослідовність й обривистість із нашого життя.

16. Знайдіть друзів, заведіть друзів, майте друзів, бережіть друзів!

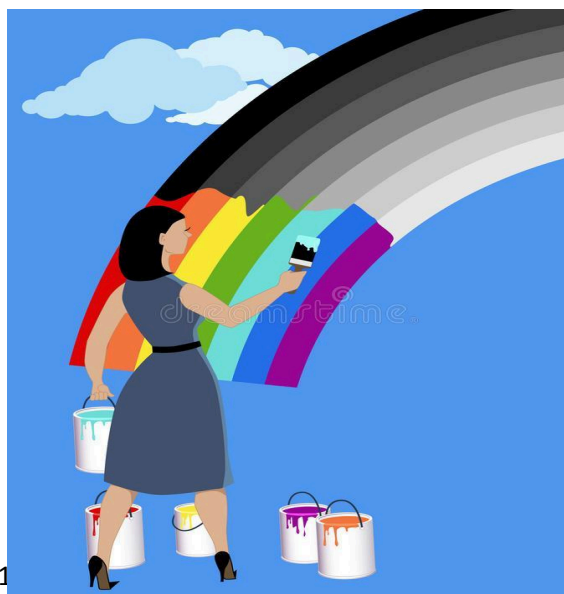
17. Любіть, поважайте своїх здобувачів, щиро й без усяких умов. Хоча й немає гарантій, що у відповідь отримаєте те ж саме.

18. Не вимагайте й не очікуйте від своїх здобувачів подяки. Не всі здобувачі можуть відчувати її це почуття. Не в усіх дорослих, до речі, це виходить.

19. Перестаньте вважати своїх здобувачів поганими, тупими та хуліганістими. І вони перестануть такими бути. Адже вони, швидше за все, звичайні, нормальні діти - неслухняні, рухливі й активні. Діти такими й мають бути.

20. Не шукайте винних, а шукайте розв'язання проблеми.

21. На кожному уроці перед вами виникає альтернатива -



бути оптимістичним та успішним педагогом чи похмурих і неуспішним. Вибирайте оптимізм та успіх, не прогадаєте!

22. Тримайте себе не просто в рамках, а неодмінно в оптимістичних рамках. Не руйнуйте своє життя власним песимізмом.

23. Кожний свій робочий день, на кожному своєму уроці мисліть позитивно. Просто викиньте всі негативні думки з голови (замініть їх на інші – позитивні).

24. Надягніть на себе красивий одяг і щасливе обличчя. І нехай ваше життя буде красиве та щасливе, тільки не забудьте, що зробити власне життя таким мусимо й повинні тільки ми, ми самі.

25. Не ходіть по навчальному закладу бочком чи крадькома, з побоюванням зазираючись на оточуючих і соромливо опускаючи очі долу. Не бійтесь нікого: ані своїх здобувачів, ані їхніх батьків, ані свого начальства. Люди будуть ставитись до вас так, як виїм себе підносите. Підносьте себе красиво, елегантно та з достоїнством, невпинно працюючи над власним іміджем.

26. Не робіть на роботі щоденний подвиг, а просто працюйте професійно та спокійно.

27. Якщо у вашій роботі постійно виникає багато різних проблем, отже, усе йде нормально, виходить, ви дійсно працюєте, а не віддаєтесь неробству.

28. Не ідеалізуйте світ і людей навкруги. Не очікуйте, що оточуючі вас люди зміняться. Таке навряд чи станеться. За необхідністю змінюйтеся самі. Це - набагато надійніше й реальніше. Почніть зміни з себе.

29. Не ображайтесь на весь світ. Світ навколо нас такий, який він є, ані поганий, ані хороший. А ми, люди, звичайно ж, недосконалі. Проте ми - живі та реальні.

30. Не сприймайте критику на свою адресу як трагедію або як особисту образу. Краще задумайтесь над нею та спробуйте подивитись на себе з боку.

31. Не мрійте про життя без проблем, життя тихе та спокійне. Таке буває тільки на цвинтарі.



32. Не варто жагуче хотіти того, що є в інших. А варто просто цінувати те, що маєте ви. Таке виходить тільки у щасливих людей.

33. Не чекайте на світле майбутнє, а насолоджуйтесь наявним сьогоднішнім.

34. Пам'ятайте: ваші кращі роки життя проходять саме зараз.

35. Викиньте з голови всі негативні спогади про минуле та перестаньте задалегідь переживати про майбутнє. Живіть тут і зараз.

36. Хочете відчутти приплив сил та енергії, поліпшення самопочуття та підвищення загального тону організму? Щиро порадійте за іншу людину. Просто порадійте за іншого - і все.

37. Якщо успіх до вас не приходить, знайдіть щось, що його блокує. Зніміть ці блоки. Вони зазвичай - у нашій голові, у нашому мозку.

38. Іноді в нашому житті, на жаль, відбуваються просто безглуздості. І з вами вони будуть траплятися постійно. Знайдіть «граблі», на які ви наступаете. І не варто заціклюватися тільки на них. Подивіться, скільки краси навколо вас, та оцініть її!

39. Життя нам дається один раз, і прожити його треба так ... Люди давно сперечаються та вирішують, як саме. Ну, загалом, його треба просто жити! І, будь ласка, самі точно вирішіть для себе, як саме. Так і живіть!

40. Полюбіть себе та свою роботу. Прийміть себе таким, яким ви є. Прийміть усім серцем, усією душею. І зробіть те ж саме зі своєю професією, зі своєю роботою.

41. Завжди хваліть своїх здобувачів. А якщо немає за що, то знайдіть, за що. Просто хваліть, і все.

42. Умійте адаптуватися. У нашому сучасному житті треба не тільки постійно вчитись, але ще вміти, і треба не тільки постійно вчитись, але ще вміти й перенавчатись. Знаходьте в собі мужність переглянути власні погляди, перешикувати шаблони своєї поведінки, переоцінити цінності. А будь-які зміни в житті починаються з нашого рішення змінити себе, з нашої волі та самодисципліни.

43. Власним негативом, постійною критикою когось і чогось, використанням у своїй мові брутальних слів ми самі руйнуємо власне життя, повільно й на перший погляд непомітно. Скоротіть уживання брутальних слів, різких критичних зауважень, уберіть лихослів'я із власної мови.

44. Не вирішуйте глобальних проблем людства на своєму уроці й у своєму житті. Не намагайтесь на власних уроках модернізувати всю систему вітчизняної освіти, краще зробіть якіснішим свій урок. Не варто на своїй роботі намагатись кардинально змінити сучасних дітей, одним махом перевиховавши їх. Краще зайнятися самовихованням, особистісним ростом і духовним самовдосконаленням.



45. Знайдіть хороших, доброзичливих радників. Напевно, у будь-якому педагогічному колективі знайдеться педагог «золотого віку» (так це елегантно звучить англійською замість нашого «похилого»), який зможе стати вашим хорошим діловим радником або «радником у справі».

46. **Не зосереджуйтеся на невдачах:**

Відрізняйте невдачу від катастрофи, безладдя від лиха, дрібний промах від провалу всіх життєвих планів і надій.

- Перелічіть все, чому вас навчила ця невдача, всі уроки, за які їй можна подякувати. Згадайте досягнення, до яких вас призвели висновки, зроблені після невдач, які відбулися. Міркуючи про невдачу, відрізняйте те, що в принципі залежало від ваших дій, від вас, і те, що від вас не залежало. Одне можна змінити, інше варто лише враховувати.

- Виокремлюйте те, що ви могли передбачити і уникнути, від того, що від ваших зусиль не залежало. За прорахунки себе можна критикувати, за інше — несправедливо. Щоб виникло почуття завершеності, запишіть або проговоріть свої висновки. Цим ви поставите крапку в переживанні свого неуспіху. Погано, коли емоції не

вдається пережити до кінця, коли ми довільно обриваємо їхній плін. Погано також і зациклення на них, зайве довге «жування».

• Пам'ятайте, що невдача сама по собі не може принизити людину. Якщо ви гідно зустріли невдачу — ви перемогли. Ще жодній людині не вдалося прожити життя без невдач. Згадаєте, що „за *одного битого двох небитих дають*”. Удача відбулася або невдача — знає той, кому повезло або не повезло. Тільки майбутнє з'ясує — чого більше принесла невдача: гарногочи поганого.

Після невдачі чи провалу не переживайте, а починайте все спочатку.

47. Хваліть себе самого тричі на день: уранці, удень і ввечері. Застосуйте таку магічну формулу самонавіювання: „Я геніальний, найкращий педагог. Усім педагогам педагог, мене діти слухаються, мене батьки поважають, мене адміністрація любить, а як я сам себе люблю, цього і не висловити”.



48. Умійте радіти маленьким успіхам своїх здобувачів і співпереживати їх невдачам. Вищим проявом педагогічної успішності є усмішка на обличчях дітей.

49. Ви дуже близька людина для свого здобувача. Намагайтеся, щоб він був завжди відкритий для вас. Станьте йому другом і наставником.

50. Не бійтеся зізнатися у своєму незнанні якогось питання. Разом із здобувачем перебувайте у постійному пошуку. Допоможіть здобувачеві повірити в себе, у його успіх. Завдяки цьому він багато що зможе подолати.

51. Якщо з-поміж двох оцінок думаєте, яку обрати,— не сумнівайтесь, поставте вищу! Повірте в здобувача! Окриліть його та обнадійте!

52. Живіть із здобувачами повним життям. Радійте й засмучуйтеся разом із ними. Захоплюйтеся і дивуйтеся. Жартуйте і наставляйте. Учіть бути нетерплячими до брехні й насильства. Учіть справедливості, завзятості, правдивості.

53. Добре, якщо пізно увечері, коли ви згадаєте своїх здобувачів, обличчя ваше осяє посмішка. Будьте завжди витриманими, терплячими, урівноваженими, оптимістичними!

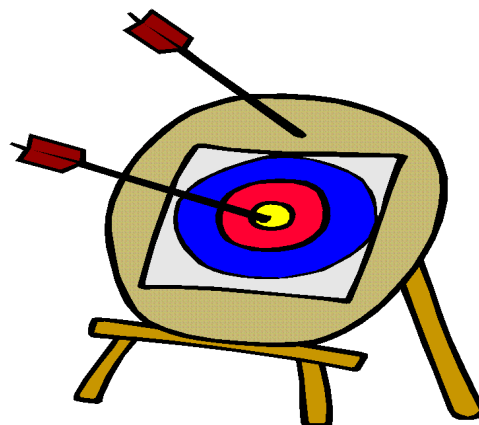
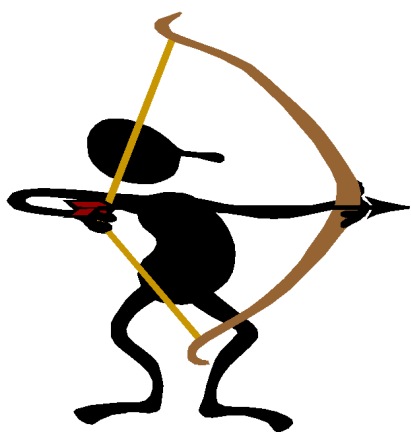
54. Робіть усе можливе для досягнення своїх цілей. Але якщо все-таки не вийшло, не варто переживати. Просто скажіть собі: «Я зробив усе, що від мене залежить. А для чого переживати за те, що від мене не залежить, і чого я змінити не можу?!» І рухайтесь далі з оптимізмом.

**56. Частіше говоріть учням такі слова:**

*«У тебе це вийшло. Правильно. Це добре. Супер. Я пишаюся тим, як ти працював (ла). Ти робиш це дуже добре. Це набагато краще. Гарна робота. Я щасливий(а) бачити цю роботу. Ти робиш гарну роботу. Ти близький(а) до істини. Мої вітання.. Це те, що треба. Я знав(ла), що ти можеш це зробити. Зараз ти це зрозумів (ла). Ти швидко вчишся. Працюючи так само, ти досягнеш багато чого. Я не зумів (ла) б зробити краще. Це правильний шлях. З кожним днем у тебе виходить краще. Це гарний спосіб. Ти нічого не прогавив(ла). Так тримати! Надзвичайно. Прекрасно. Це найкраще. Сенсаційно. Тепер нічого тебе не зупинить. Відмінно. Це була першокласна робота. Чудово. Ще краще. Ти досягнеш успіху. Це видатний винахід. Фантастика! Неймовірно! Це чудова робота. Ти робиш це красиво Як ти багато зробив (ла)! Розумник(ця). Ти справді це покращив (ла). Прегарно! Вітаю. Твоя правда! Так тримати! Ти зробив (ла) це вчасно. Мені подобається хід твоїх думок. Я пишаюся тобою. Дуже приємно вчити таких розумних дітей. Велика тобі подяка. Я ніколи не бачив(ла) нічого кращого. Твоя робота принесла мені багато радості. Молодчина! Повний порядок. Серйозний прорив. Ось цього я ще не бачив (ла). Ти неперевершений(а) сьогодні. Це вже успіх. Це твоя перемога. Ти справжній майстер. Щиро радий(а) за тебе. Не можу навіть передати свого захоплення. Я вірю в тебе, у тебе завжди виходитиме не гірше».*

**57. Не варто квапитися з роздумом про своє життя словами „все погано”. Згадайте слова Л.М. Толстого: „Коли що-небудь засмучує і мучить тебе, подумай:**

- ❖ *могло бути і гірше;*
- ❖ *згадайте про події й обставини, які колись здавались нещастями і про які ти тепер згадуєш спокійно і зовсім байдуже;*
- ❖ *знайте, те, що засмучує і мучить вас сьогодні - тільки іспит, на якому ти можеш перевірити свою віру і зміцнити її”.*



## ПОТУЖНІ ЦИТАТИ, ЯКІ БУДУТЬ РУХАТИ ВАС ВПЕРЕД І СПРИЯТИ УСПІХУ В ЖИТТІ

*Ці надпотужні цитати відомих людей змотивують Вас до праці і творчості. Ознайомтесь з ними. Виберіть ті, які зможуть надихнути Вас на активну діяльність.*



*Педагогу потрібно володіти величезним талантом людинолюбства і безмежною любов'ю до своєї праці й перш за все до дітей, щоб на довгі роки зберегти бадьорість духу, ясність розуму, свіжість вражень, сприйнятливість почуттів — а без цих важливих якостей праця педагога перетворюється в муку.*

*В. О. Сухомлинський*

*Почніть робити те, що потрібно. Потім робіть те, що можливо. І ви раптом виявите, що робите неможливе..*

*Св. Франциск Асізьський*

*Ніщо не є більш обтяжливим для мудрої людини і ніщо не доставляє йому більшого занепокоєння, ніж необхідність витратити на дрібниці і непотрібні речі більше часу, ніж вони того заслуговують.*

*Платон*

*Кращий спосіб почати робити – перестати говорити і почати робити.*

*Уолт Дісней*

*Ваш час обмежений, не витрачайте його, проживаючи чуже життя. Не попадайтеся на гачок віровчення, яке існує на увявленнях інших людей. Не дозволяйте поглядам інших заглушати свій власний*

*внутрішній голос. І дуже важливо мати мужність слідувати своєму серцю та інтуїції. Вони, так чи інакше, вже знають, що ви дійсно хочете зробити. Все інше – другорядне.*

*Стів Джобс*

*Ваш мозок може все. Абсолютно все. Головне, переконати себе в цьому. Руки не знають, що вони не вміють віджиматися, ноги не знають, що вони слабкі. Це знає ваш мозок. Переконавши себе втому, що ви можете все, ви зможете дійсно все.*

*Роберт Кіосакі*

*Ви отримуєте від життя лише те, що наважуєтеся попросити. Не бійтеся підвищувати планку.*

*Опра Уїнфрі*

*Нескінченне прагнення бути кращим є обов'язком людини. Це вже саме по собі є винагородою. Все інше в руках Божих.*

*Махатма Ганді*

*Щаслива людина занадто задоволена сьогоденням, щоб занадто багато думати про майбутнє.*

*Альберт Ейнштейн*

*Іноді щось може йти не так, як хотілося б, але ви не повинні зупинятися.*

*Майкл Джордан*

*Вірте в себе! Вірте в свої здібності! Без скромної, але розумної впевненості у своїх силах, ви не зможете бути успішним чи щасливим.*

*Норман Вінсент Піл*

*Ми знаємо, хто ми є, але не знаємо, ким ми можемо бути.*

*Вільям Шекспір*

*Будь собою, інші ролі зайняті.*

*Оскар Уайльд*

*Той, хто не досить сміливий, щоб ризикувати – нічого і не досягне у житті.*

*Мохаммед Алі*

*Зміни – закон життя. І ті, хто дивиться тільки в минуле чи лише на сьогодення, безперечно – пропустять майбутнє.*

*Джон Ф. Кеннеді*  
Удосконалюватися – отже змінюватися, бути досконалим – означає змінюватися часто.

*Уїнстон Черчілль*  
Навчання ніколи не вичерпує розум.

*Леонардо да Вінчі*  
Ваше благополуччя залежить від ваших власних рішень.  
*Джон Д. Рокфеллер*

Велике мистецтво навчитися багато чому – це братися відразу за небагато.

*Джон Локк*

Любов і робота є наріжними каменями нашої людяності.  
*Зигмунд Фрейд*

Людина вмирає тоді, коли перестає змінюватися, а похорон – просто формальність.

*Генрі Форд*

Я ніколи не віддам життя за свої переконання, тому що я можу помилятися.

*Бертран Рассел*

Єдиною межею наших завтрашніх звершень стануть наші сьогоднішні сумніви.

*Франклін Д. Рузвельт*

Якщо ви не здаєтеся, це має значення

*Стівен Хокінг*

Все, що можна уявити – реально.

*Пабло Пікассо*

«Поразка-це наука, ніяка перемога так не вчить» *Ліна Костенко*

**Пам'ятайте, що самомотивація - це та сама іскра, яка надає нам сили для того, щоб реалізувати всі найбільші і потаємні мрії, і тільки нам одним дано запалити її в собі та своїх здобувачів.**

## ПІСЛЯМОВА



Найважливіша риса хорошого сучасного педагога, як і сто років тому, — це любов до дітей. Здобувачі, учні із задоволенням вчать у того, кого люблять, і хто любить і поважає їх. Не менш важлива риса — здатність відійти від авторитарного формату і бути на рівні зі своїми вихованцями. Це вирізняє чудового педагога. Якщо сприймати здобувачів на одному рівні

із собою, то можна навчитися від них не менше, ніж вони навчаться від вас.

Завдання сучасного педагога — не в тому, щоб дати просто знання. Важливо сформувати в здобувачів вміння пристосовуватись до змін у житті, бути гнучкими. Також — легко адаптуватися і вміти навчатися впродовж усього життя. Щоб навчити цього, треба самому бути зразком. Вчитель має або навчатися, або піти із цієї професії на відпочинок. Інших варіантів немає.

Звичайно, поради і рекомендації, наведені в книзі, не охоплюють всіх проблем, з якими щодня зустрічаються педагоги. Але вони, безперечно, допоможуть зробити важливий крок до кожного здобувача і, власне, до гуманізації освіти, до педагогіки успіху, педагогіки співробітництва, педагогіки творчості.

Для того, щоб швидше досягти цієї мети, запам'ятайте наведені нижче, прості, але надзвичайно важливі правила педагогічної діяльності:

- поважайте в здобувачеві Людину, Особистість (що є конкретизацією золотого правила давності – ставтесь до інших так, як би ви хотіли, щоб ставились до вас);
- постійно шукайте можливість саморозвитку та самовдосконалення (бо як відомо, що той, хто не вчиться сам, не може розвивати смак до навчання, “розумовий апетит” у інших);
- подавайте здобувачеві знання так, щоб він бажав і міг їх засвоїти, був готовий їх використовувати в різних ситуаціях і в своєму саморозвитку;
- відкривайте перед здобувачами перспективи розвитку та зростання, допомагайте досягти успіху;
- вірте в безмежні можливості здобувачів, будьте оптимістом.

Ці постулати власне конкретизують загальновідому тезу: “Тільки особистість виховує особистість, тільки характер формує характер”.

Ставши на шляхетну дорогу самовдосконалення, педагог постійно займається рефлексією свого досвіду, відкриттів, поразок та досягнень, задає собі безліч питань, що дозволяє оптимізувати шлях до пізнання особистості здобувача та значно покращити стосунки з ним.

Звичайно ж, дорога ця важка, але вона необхідна, бо всі здобувачі, з нетерпінням чекають саме педагога, який захоплює їх своєю особистістю, гуманністю, своїм впливом, своєю повагою та любов'ю.

А з іншого боку тільки (саме) майстерність дозволяє педагогу відчувати насолоду від праці, а також новий потяг до творчості, вищого рівня майстерності. І так ... без кінця.

Тому шановний педагогу, не зупиняйтеся в своєму зростанні. Бо кожна зупинка - це крок назад. Рух вперед - заради здобувачів, для їхнього розвитку, життя, для реалізації радикальних змін в освітньому процесі, вашому власному житті і житті ваших вихованців. Бажаємо Вам успіхів!

**Всі шукають людину, яка врятує нас? Нам потрібна така людина!  
Не шукайте її. Вона перед вами. Ця людина – ви, я, кожен з нас!  
О.Дюма**



**Якщо не Я, то хто ж?  
Якщо не зараз, то коли?  
Якщо Я не для себе, то хто ж для мене?  
Але якщо Я тільки для себе, то для чого я потрібен?  
Якщо не зараз, то коли?**

**Гігель**

## ДОДАТОК

*Учитель для школи — це те ж саме, що сонце для всесвіту. Він джерело тієї сили, яка надає руху всій машині. Остання заіржавіє у мертвому заціпенінні, якщо він не зуміє вдихнути в неї життя і рух.*

*А. Дістєрвег*

В матеріалах додатків йдеться мова про різні типи *шкільних вчителів* та причини, що завжають їх ефективній діяльності. Але вони є досить актуальними і корисними для педагогів закладів професійної освіти, тому і поміщені в посібник. Тож надіємся, що вони допоможуть педагогам у їхньому професійному зростанню

### Додаток 1

#### **Різноманітні типи вчителів**

Розглянемо деякі (звичайно, не всі - всі зібрати досить складно) риси і властивості вчителя.

Зрозуміло, що в такому рафінованому або чистому вигляді ознаки вчителя в житті не зустрінеш, тим більше що слабка рефлексивна культура взагалі не дозволяє людині, заглядаючи всередину себе, виявляти свої реальні проблеми, знаходити сили, щоб чесно зізнаватися у своїй недосконалості і в той же час точно визначати свої достоїнства. Ми, самі того не відаючи, дозволяємо іншим зловтішатися над нами або, навпаки, шкодувати нас, але самі до рівня усвідомлення власної недосконалості не піднімаємося. При оцінці своїх достоїнств у нас виходить часом цілком райдужна картина, і ми з завзятістю, гідною кращого застосування, шукаємо причини, проблем і ворога, як правило, на стороні. А добре б, прочитавши названі характеристики, в кожному з 6 типів знайти свої риси і властивості і виписати позитивне на одну сторону аркуша, а проблеми і неспроможності - на іншому, і саме з цього моменту може початися наше відродження.

#### **Ознаки дуже поганого вчителя (ворог дітей)**

☞ Не пам'ятає імена, прізвища дітей, не може ідентифікувати дітей за прізвищами.

☞ Опитування проводить по журналу, кого запитати не пам'ятає, про що запитати - теж.

☞ Фронтальні форми роботи на уроці - основний спосіб навчальної взаємодії.

☞ Часу на монолог у дітей немає, але панує монолог вчителя, який часто не має відношення до предмету.

☞ Оригінальні привабливі для даного віку і для дітей способи навчальної перевірки знань не проводяться.

☞ При опитуванні одних інші можуть «спати» або займатися чим завгодно, крім навчальної діяльності.

☞ Інформаційні можливості комп'ютера і Інтернет використовує тільки формально і тільки для того, щоб показати, що у нас теж є інновації.

☞ Порції домашніх завдань не відповідають ні віку, ні логіці, ні тимчасовим обмеженням.

☞ Письмові роботи вдома не перевіряє, а в кращому випадку так-сяк переглядає.

☞ Питання задає сумбурно, некоректно і безграмотно.

☞ Загальна культура ближче до безкультур'я, далі пустопорожніх серіалів перегляди передач не поширюються

☞ Психологію дітей не розуміє (психологічна готовність педагога передбачає наявність психологічних знань, і використання їх в реальній практиці, і власну психологічну готовність для успішної педагогічної роботи).

☞ Комп'ютер не любить, боїться і якщо використовує його, то тільки в якості друкарської машинки.

☞ Вчитися не любить, знання зневажає (дещо знає про предмет по мінімуму, і на цьому закінчуються і знання, і інтереси), любить ставити багато низьких оцінок, ображати дітей і кричати на них.

☞ Не любить вчити, любить повчати, робить це вульгарно, з великою часткою самомилування і агресивної вульгарності як в судженнях, так і в рецептах життя, які він нав'язує дітям.

☞ Проклинає своє невдале життя, якщо не безпосередньо то всім своїм нещасним, втомленим виглядом.

☞ Робить жалюгідні спроби готуватися до уроків, чого вимагають залишки професійного сумління, але здатності до наполегливої праці немає, бажання теж немає, а тому завжди йде на урок неготовим і гарячково на початку кожного уроку щось шукає в своїх паперах і талмудах.

☞ Іноді бувають осяяння, але і вони як би з минулого життя.

☞ Пояснення плутані і нецікаві, спрямовані на найбільш слабких учнів в класі і є, як правило, є переказом підручника. Але внаслідок невмілих дій вчителя організувати процес пізнавальної діяльності при вивченні нового матеріалу не вдається, і тому навіть слабкі учні залишаються до цього байдужими.

☞ У таких вчителів на уроці ніколи не відбуваються події, і діти скаржаться: знову нічого в школі і в класі не відбувалося.

☞ Урок проходить нервово, діти вчителя не люблять і десь зневажають, домашні завдання він видає всім однакові.

☞ Часто забуває видати домашні завдання, і тому на наступному уроці подвоєє домашні завдання, але так як системи перевірки їх немає, то діти, покладаючись на це, як правило, їх не виконують.

☞ Часто забуває перевірити домашні завдання, породжуючи в учнів розхлябаність і байдужість.

☞ Не ласкавий, не веселий, не вміє і не любить жартувати.

☞ Іноді намагається підлаштовуватися під сильних учнів, підіграє їм.

☞ Допускає зневажливі висловлювання на адресу учнів, колег, батьків, дає дітям зневажливі прізвиська.

☞ Не знає і не вміє використовувати цікаві методики, стимули, не вміє і не любить організовувати дитяче пізнавальне і творче спілкування і діяльність.

☞ Іноді з кимось із колег підтримує відносини, але не довго, і виходить з них, некоректно відгукуючись про колишнього товариша.

☞ Виявляє крайню принциповість при оцінці інших, не находячи при цьому у них ніяких переваг.

☞ Не має скільки-небудь стійких інтересів: культура, спорт, література, техніка, садівництво, природа його не цікавлять.

☞ Кваліфікації не має, тому годі й підвищувати.

☞ До уроків принципово не готується ніколи, старі потерті конспекти, які переписав у когось на початку вчительського шляху і заглядає в них рідко.

☞ Перед відкритими уроками бере бюлетень, а якщо доводиться їх проводити, близький до втрати свідомості, дітей за 2 тижні до відкритого уроку нищить необхідністю зубрити все, завжди, скрізь.

☞ Якщо внаслідок небажання зв'язуватися з ним, його відкритий урок буде оцінений позитивно, то буде довгі роки на будь-який докір в неспроможності пред'являти відгук на його урок.

☞ Оцінки виводить з урахуванням фактора випадковості, одних батьків страшно боїться, з іншими сперечається і скандалить, третіх нехтує.

☞ Порад і допомоги не потребує.

☞ Ніколи не цікавиться дитячими проблемами і не враховує їх у своїй практиці.

☞ Вважає хорошими учнями тих, хто пам'ятає від цього до цього в посібнику або без помилок вирішує, пише і голосно відповідає заданий матеріал.

☞ Якщо учень правильно або, можливо, оригінально виконав завдання, вирішив задачу, то знижує оцінку за неправильне оформлення, не досконалість відступу, демонструючи з точки зору

дидактики правильний підхід, але з точки зору психології та педагогіки - холодно, жорстоку байдужість.

☞ Є основним і пасивним «смотрящим» всіх ганебних передач по телебаченню.

☞ Не танцює, анекдотів і життєвих історій не знає і не любить, спить погано і важко, часто приймає ліки і боїться смерті.

☞ Дуже коротка пам'ять на хороше, так як сам ніколи нікому не допоміг ні словом, ні ділом, ні матеріально.

☞ Схильний до частих змін настроїв, чужий успіх викликає роздратування і різні підозри.

☞ Читати не любить, улюблених письменників, природно, не має, події в країні, в світі, в місті цікавлять тільки на рівні ціни на картоплю; віршів не пам'ятає, улюблених героїв, артистів, поетів у неї немає, в молодості здавалося, що когось любив, пізніше зрозумів, що це помилка.

☞ Не любить подорожей, музеїв, сусідів і тварин, вікна на ніч закриває, страждає від варикозного розширення вен і намагається весь час згадати якусь думку.

☞ Іноді хоче бути директором, щоб усім «показати як треба» і помститися.

☞ Адміністрацію зневажає і завжди готовий піти на конфлікт з нею

☞ Зовнішній вигляд або підкреслено строгий, або неохайний, або крикливо демонструє активну відсутність культури, або по-чернечому одноманітний.

☞ Довго носить один й той ж одяг не в зв'язку з бідністю, а внаслідок байдужості.

☞ Може довго дивитися в одну точку, часто виглядає задумливим, але це абсолютно помилкова видимість.

☞ Продуктивно думати і не вміє, і не любить.

☞ Якщо є чоловік або дружина, нищить їх нудністю і дріб'язками.

☞ Якщо в школі збирають на щось гроші - не дає, або дає, але буде переконаний, що їх не так витратили або вкрали.

☞ Подарунки і дарувати, і отримувати не любить, якщо хтось із батьків приносить квіти або сувеніри - нервує, і додому не забирає.

☞ В іншому варіанті вичавлює з батьків знаки уваги, і подаровані сервізи, або вази, або інші підношення демонстративно показує оточуючим як доказ любові дітей і батьків до нього і прояви професійних успіхів.

☞ Домагається і прямо говорить на батьківських зборах, щоб квіти дарували найкращі або не дарували взагалі, оскільки звичайний віник його принижує.

☞ Ніколи нічого не доручає дітям, не визнає ніяких нововведень і глухий до традицій.

☞ Ніколи і нічого не робить спільно з дітьми, не любить дитячий шум і будь-які шкільні заходи, ніколи не ходить в походи.

☞ Чергування по школі для нього і каторга, і можливість мстити дітям.

☞ Якщо йому доручають відвідати чийсь урок, то він не знаходить в ньому нічого цікавого.

☞ Любить проводити письмові та контрольні роботи, переписування підручника в зошит, діти на його уроках пишуть багато але без користі.

☞ До долі дітей, до їх сьогодення та майбутнього байдужий.

☞ Працює строго за лекалами, від цього до цього, ніколи не залишиться безкоштовно виконувати додаткову педагогічну роботу.

☞ Домашні завдання перевіряє формально, оцінки за них виставляє за звичкою.

☞ Захоплень з приводу дитячих успіхів не висловлює.

☞ Сповідує технологічний підхід (що передбачає послідовність одноманітних прийомів і операцій), що виключає наявність у дітей душі, а тому і сам працює без душі.

☞ Якщо дитина відстала у вивченні матеріалу через хворобу або з інших поважних причин, ставить їй це в провину і вимагає наздогнати відразу або мучить двійками і звинуваченнями, телефонуючи додому батькам.

☞ Якщо дитина не розуміє матеріал або не може вирішити задачу, то вона відразу потрапляє в розряд психічно або розумово неповноцінних, і вибратися з цього ряду цей вчитель вже навряд чи дозволить, оскільки страждає стійкою пам'яттю на помилки і недоліки дітей.

☞ Любить розмірковувати з приводу неуспішності дітей і трагічної недосконалості сучасної молоді.

☞ До уроків готується рідко, формально і не думаючи про дітей.

☞ На уроках часто розповідає, що спаде на думку, не встигаючи ні поставити задачу, ні тим більше виконати її, задаючи все на домашнє завдання і обтяжуючи його, або пояснює новий матеріал тільки під запис на рівні, що не передбачає ні творчості, ні пошуку.

На питання дітей відповідає так, як зараз модно відповідати: не має значення, правильно чи ні, але впевнено і переконливо, примушуючи дітей вважати, що те, що він говорить, є істина в останній інстанції і не передбачає опозиції (під цим словом в даному випадку розуміється інша точка зору).

☞ Іноді зі скромним обличчям повідомляє щось про свої якісь успіхи в дитинстві, що викликає у дітей недовіру.

☞ Авторитет насаджує «педагогічним вогнем і мечем», але, звичайно, не має його.

☞ Новий матеріал змушує або виписувати з підручника, або диктує металевим голосом, головне звідти ж.

☞ Постійно викликає батьків, щоб, насолоджуючись, розповісти, які погані, підлі і нікчемні їхні діти, як вони нічого не вміють, не роблять, погано поведуться на уроці.

☞ Читає одну і ту ж книгу роками перед денним або нічним сном по кілька рядків за один сеанс читання.

☞ Іноді наполегливо читає найбільш одіозні детективи, що, з одного боку, знімає напругу, з іншого - демонструє особливості літературного смаку.

☞ На дітей зазвичай злиться жорстко, дисципліну тримає залізною рукою.

☞ Ніколи не використовує ніякого додаткового матеріалу, вважає, що урок і навчання - це вам не театр, а тому на уроці повинно бути не цікаво і захоплююче, і любити урок і вчителя абсолютно не обов'язково, потрібно просто знати, відповідати, мовчати і не ставити ніяких питань.

☞ Улюбленців не має, з усіма однаково байдужий, деякі діти викликають у нього швидкоплинне співчуття, але на більше душі не вистачає.

☞ Дає дітям образливі і злі характеристики, на психолого-педагогічному консиліумі таврує дітей, а заодно і їх батьків, причому зі спокійним обличчям і не приводячи фактів.

☞ Не толерантний - демонстративно нетерпимий, за долю людства не переймається навіть на словах, вільний від емпатії.

☞ На шкільні дорослі вечірки ходить і сидить там мовчки, стежачи за всіма.

☞ Якщо діти пустують на перерві, влаштовують бійку або взагалі відбувається щось надзвичайне, проходить повз, вважаючи, що це його не стосується.

☞ Обличчя кисле, не здатний до захоплень і сильних переживань.

☞ Під час опитування поводить, як втомлений слідчий, обличчя не змінює вирази, навіть якщо дитина плете нісенітницю, часто відповіді не слухає.

☞ Відчуваючи неприязнь до учня, методично переслідує його оцінками і жовчними висловлюваннями.

☞ В їдальні і в учительській сідає осторонь і похмуро, але ретельно пережовує їжу або зосереджено мовчить.

☞ Вдома у нього ніхто не буває, за чутками у нього є дружина і, можливо, діти, передбачається, що у нього колись була мати.

☞ На вулиці, якщо щось відбувається трагічне, довго і уважно дивиться на те, що відбувається.

☞ Відкриті уроки дає так, що віє холодом, але причепитися ні до чого, все чітко, бездушно, дидактично правильно (адміністрація до подібної професійної поведінки відноситься терпимо, оскільки діти в разі перевірок демонструють стандартні знання на цілком допустимому рівні).

☞ Вимагає все робити за зразком, мати однакового виду і кольору зошити, виходити до дошки з щоденником, робити записи, відступивши на стільки-то рядків, підручники класти на зріз столу, не підходити близько до столу вчителя, дивитися при відповіді в бік класу, говорити голосно і з правильною артикуляцією.

☞ Підпис розмашистий, з великою кількістю ламаних ліній і натяків на літери.

☞ Отримавши зарплату, зморщивши лоб, довго її перераховує і розкладає покупно в окремі ніші портмоне.

☞ Старшокласників не любить і боїться не менше, ніж ЗНО.

☞ За наказом виступає на педагогічній раді чітко, правильно але не по суті.

☞ На обличчі вікове відображення страждань, як від зубного болю.

☞ Книг, брошур і матеріалів за фахом вдома не має, крім одного шкільного або в кращому випадку інститутського підручника і іноді одного словника.

### **Ознаки середнього вчителя (ремісник)**

☞ Ретельно і всюди все записує, любить ходити на семінари.

☞ Намагається відтворити записане чітко буква в букву.

☞ Просить при ньому не жартувати, дуже не любить метафори, парадокси, гіперболи і гумор.

☞ Чітко стежить, щоб кожен учень відповів і здав всі теми, оцінки виставляє строго відповідно до положення про оцінку.

☞ Якщо учень пішов на канікули, не здавши тему або залік, буде вважати його майже зрадником.

☞ Головним вважає не вирішення, не оригінальність суджень, а правильність думок, рішень і оформлення, знижує оцінки за бруд, невірний відступ від полів, недостатню товщину зошитів і неправильний колір обкладинки, вирвані сторінки, малюнки на полях, за все що не відносяться до справи, вигуки з місця тощо.

☞ Добре ставиться до адміністрації школи і ніколи не виступає з ініціативами або проти усталених порядків.

☞ З задоволенням витрачає велику частину уроку на електронні презентації з їх примітивним текстом, розрахованим на середніх учнів.

☞ Повторює впізнане і підглянуте абсолютно точно і некритично, любить готові сценарії, розробки уроків, усталені предметні і педагогічні істини.

☞ Якщо у нього вкрасти конспект уроку, або методичку, або шпаргалку, в яку він заносить деталі і способи переслідування учнів в зв'язку з невиконаними завданнями, буде вважати це особистою трагедією.

☞ Наказ виконує точно, в термін, пише рівним почерком або друкує точно за трафаретом, здає плани вчасно, проводить необхідні заняття, класні години своєчасно і монотонно залізним голосом намагається насаджувати культуру і необхідні вимоги.

☞ Починає і закінчує урок чітко за дзвінком, болісно ставиться до чистоти в класі і вимагає постійно витирати пил і поливати квіти в кабінеті.

☞ На батьківських зборах по кожному учневі повідомляє спеціально підібрані відомості так, що після цього ходити в лазню не обов'язково, розглядає неявку батьків на батьківські збори як небажання виховувати власних дітей.

☞ Діти над ним не жартують і не знущаються, оскільки розуміють, що такий учитель - це діагноз.

☞ На наступному уроці після цього вчителя діти поведуться тихо, пасивно і з прихованою радістю, усвідомлюючи, що дощ і мряка тимчасово відступили.

☞ Не любить сучасного, сучасності, сучасників.

☞ Намагається не хворіти, захворівши, тим не менш, приходить в школу або передає скрупульозно всі завдання додому.

☞ Ніколи нікуди не спізнюється і ні в чому не бере активної участі.

☞ До грошей байдужий, але веде їх чіткий облік в домашньому господарстві.

☞ Знає дуже мало і все, що знає, намагається віддати дітям і ображається, якщо вони не беруть.

☞ Ніколи по другому разу не з'ясовує, що зрозуміли і запам'ятали учні, тому ті, кого опитали, показали певний рівень знань, а й вони, і всі інші можуть все, що колись вчили забути за не потребою.

☞ Понятійній роботі приділяє мало уваги ще й тому, що і сам багато речей розуміє слабо і часом не може вирішити завдання «із зірочками» або розумно розібрати літературний твір.

☞ Після виходу на пенсію в школу більше ніколи не ходить, і ніхто не знає і не дізнається нічого про його минуле життя, як ніби його й не було.

### **Ознаки хорошого вчителя (педагог, який виховує)**

☞ Любить не тільки свою професію, свій предмет, а й всі предмети свого спектра (предметну галузь), намагається якомога більше знати,

захоплюється людським генієм, вміє залучати дітей до знання і виховує в них гордість за все те, що зроблено людством корисного, важливого і цікавого.

☞ Обов'язково має позашкільні аматорські інтереси (пише статті в газети, вирощує помідори, співає романси, грає в лото, виписує з книг чудові думки і факти, пише вірші, грає в настільний теніс тощо).

☞ Обов'язково веде одну з дитячих студій, майстерень, клубів, секцій, товариств, лабораторій, майстер-класів, гуртків, практикумів.

☞ Готується до уроків і з задоволенням і з цікавістю долає кругову одноманітність навчального процесу все новими матеріалами, малими особистими відкриттями, використанням методик і підходів, спрямованих на особистість дитини.

☞ Вважає психологічні, словесно-позитивні стимули первинними по відношенню до цифрової оцінки і дуже обережно ставиться до виставлення негативних оцінок, завжди намагаючись дізнатись, чим вони викликані і як допомогти дитині, щоб їх не було.

☞ Щоб уникнути професійного вигорання: проявляє душевн, добре ставлення до світу природи і до світу людей, дотримується стійких гуманістичних цінностей, демонструє на словах і на ділі прихильність, дружбу, вірність в любові, благородство і головне - любов до своєї професії, стрижнем якої є любов до дитини.

☞ Ніколи не пояснює дітям, які вони погані і які їхні недоліки, але завжди прагне виявити у них гідності, і це не обов'язкові і не завжди гідності, що пов'язані з вивченням предмета.

☞ Приділяє першорядну увагу вивченню предметних і загально-культурних понять і багато працює в процесі навчання з понятійної базою.

☞ У всьому і завжди спирається на підтримку батьків, користується в них повагою, і його пояснення, пропозиції, погляди батьки цінують і взагалі усвідомлюють, що вчити може вчитель, але виховати дітей: кожного окремо і дітей в колективі - можна тільки спільно.

☞ Діти люблять його предмет, його кабінет, його пристрасті і готові разом з ним планувати важливі справи, просто розмовляти, грати в інтелектуальні ігри, співати і займатися спортом, ходити в походи, вести разом віршований щоденник, випускати предметну газету тощо.

☞ Ніколи не ставить дисциплінарних оцінок, оцінок за невиконання роботи, із задоволенням вчиться сам і вчить учнів використовувати комп'ютер для розширення знань, для вирішення пізнавальних завдань, для вирішення проблем і виконання проектів і творчих робіт, навчає розробляти програми для підвищення якості навчання.

☞ Якщо помилився, або в чомусь не має рації, або вчинив зопалу щось - то обов'язково зізнається в цьому і вибачиться перед своїми учнями.

☞ На його уроках навіть маргінальні, навіть шкідливі, навіть педагогічно запущені діти, підтримані вчителем, мають свою пізнавальну нішу (особливі завдання, кожен раз похвала, індивідуальна консультація, ніяких скарг батькам), поводяться пристойно і демонструють певні успіхи у вивченні предмета.

☞ Надає кожному знанню прихований сенс, який виховує, а не тільки має дидактичний характер.

☞ Вважає, що головним засобом виховання є добре організована спільна діяльність дітей і обов'язковий пошук в предметному змісті виховних, культурних, моральних основ.

☞ Вважає найважливішим в педагогічній роботі не власні подання та настанови, а колективний та індивідуальний пошук істини, формування у дітей бажання, здатності, умінь і потреби в подоланні виникаючих проблем і труднощів.

☞ Своїм зовнішнім виглядом, поведінкою, оптимістичністю, цілеспрямованістю сильно і позитивно впливає на дітей.

☞ Створює актив помічників з числа бажаних учнів, орієнтує їх не тільки на поглиблення знань в обраному предметі, а й навчаючи дослідницької діяльності, навчального планування, проведенню експериментів або вирішення нестандартних завдань і проблем, постійно намагаючись розширити коло учнівського активу.

☞ Найсуворіше стежить за тим, щоб, по-перше, педагогічні вимоги завжди були поєднані з педагогічною підтримкою і допомогою, і ще за тим, щоб вимоги були педагогічно системними, виправдані, а не були відображенням поганого характеру і о формалізму.

☞ Знає і намагається розвивати кращі прояви і здібності дітей.

☞ Вміє і намагається зрозуміти дітей і прощати їм пустощі і помилки.

☞ Формує у дітей здатність до рефлексії власної діяльності і власної поведінки.

☞ Багато читає, намагається зрозуміти сутність процесів і вчить дітей, які не механічному запам'ятовуванню, а формуванню знань і умінь через розуміння.

☞ Не просто викладає предмет, але привчає і заохочує дітей до наукового знання, до контекстного вивчення через засвоєння, привласнення, розширення контексту, нарощування на відоме невідомого, розумно поєднує раціональне і експромт і розуміє, що емоційний настрій, емоційне середовище є самою важливою умовою поглибленого і зацікавленого пізнання світу.

☞ Розуміє, що дуалізм, який склався між мертвим минулим знанням і тривожною, складною і багато в чому незрозумілою дійсністю примушує поганого вчителя ховати голову під крило або займатися демагогією, як способом приховування істини і відходу від дійсності, хороший вчитель намагається в межах дитячої готовності вчити дітей ставити питання, шукати аргументи, думати, не йти по шляху псевдо-критичного мислення, а шукати відповіді на нагальні питання дійсності в межах конструктивної критики.

☞ Вміє так говорити про книжки і так читати прозу і вірші, що не залишає байдужими часом всіх учнів.

☞ Любить природу, розуміє і пізнає її, дружить з нею, захищає її від варварства і вандалізму, знаходить найвищу насолоду, спілкуючись з природою.

### **Ознаки дуже хорошого вчителя (друг дітей)**

☞ Вміє відбирати навчальний матеріал і надавати йому актуальне звучання.

☞ Розуміє і любить дітей, готовий «пропадати» з ними в школі, в подорожі, в бесідах і спільних справах.

☞ Демонструє високу ступінь шляхетності (внутрішньої культури і здатності віддавати оточуючим краще в собі), толерантності та емпатії.

☞ ЄДІ не боїться, бо вважає це попутною роботою вчителя, вважаючи основним завданням створення умов для розвитку особистості дитини і формування у неї любові не тільки до предмету, а до науки, на якій він заснований.

☞ Ніколи не заграє з дітьми та батьками, оскільки гарні душевні стосунки природним чином знаходяться в професії, заснованої на творчості, відданості справі, душевної потреби допомагати людям не взагалі, а в межах своєї діяльності.

☞ Благородство, душевність, чуйність, пам'ять душі природі якості такого педагога.

☞ Вважає урок засобом і ланкою в ланцюзі педагогічної взаємодії, намагаючись розширювати межі уроку до і після через організацію творчо-пошукової діяльності дітей і дорослих, через бажання учнів до виконання проектних робіт.

☞ Нерідко підтримує з батьками майже родинні стосунки, часто буває у дітей вдома і на дачі або в селі, де його приймають і як дорогого гостя, і як людину, яка відразу починає робити разом з сім'єю звичні справи, та ще й стає заводієм, і цікавим оповідачем, і путівником по рідному краю, часто розповідаючи дивно цікаве і невідоме про відоме.

☞ Душа його в особистісному і професійному сенсі влаштована так, що він вміє любити всіх дітей і кожного окремо, і в його душі є для кожної дитини окремий, таємничий, особливий куточок, і час, і місце, і

здатність допомогти, підказати, відвернути від похмурих думок і дитячого горя або депресії.

☞ Абсолютно позбавлений безпідставної здатності безвідповідально залучати дітей до обговорення не зовсім зрозумілих тем, нав'язуючи їм імперативні судження, які містять цинічні погляди і оцінки людей і явищ. Ніколи не шукає собі дешевого авторитету або авторитету за рахунок інших.

☞ Любить читати до самозабуття, збирає книги і пишається своєю бібліотекою, з якої урочисто видає своїм вихованцям книги для читання, з подарунків книгу вважає головним подарунком і любить такі подарунки і отримувати, і дарувати. У кожного його учня за 6-7 років навчання накопичується поличка книг, подарованих улюбленим вчителем, і обов'язково саме таких, які потім в житті (батьки з цією метою з задоволенням створюють фінансовий бібліотечний фонд) складуть важливе і найбільш цінне літературне майно.

☞ Піднімає до інститутського рівня горизонти знань і розумінь, інтерес до наукового знання шляхом руху за індивідуальною траєкторією діяльності та розвитку кожного учня, який виявляє інтерес і здібності до пізнання даного предмета.

☞ Незалежно від того, чи є він класним керівником чи ні, вважає своєю потребою, і бажанням, і обов'язком спільно з батьками піклуватися про загальнокультурне становлення і розвиток дітей.

☞ Вміє бути ініціатором, заводієм в дитячих справах, часто стає чесним і сумлінним охоронцем дитячих таємниць і благородним лицарем, що захищає дітей від не завжди педагогічно правильного ставлення до учнів з боку деяких вчителів та батьків.

☞ Являючись класним керівником, завжди домовляється з іншими класними керівниками про те, що він постарається поширювати всі справи свого класу до рівня залучення всіх бажаючих з паралельних класів для участі в інтересних справах.

☞ Завжди і обов'язково залучає до навчально-виховного процесу дві дуже важливі категорії: батьків, які не навчені, відсунуті в сім'ях від виховання дітей обставинами життя, і випускників, які при деяких обставинах і спрямованості не просто ходять до улюбленого вчителя, а дійсно намагаються допомогти йому в зв'язку з тим, що за роки спільного життя з дуже гарним вчителем випускники багато чого навчилися в нього і тепер хочуть допомогти іншим.

☞ Обов'язково щось вміє дуже добре робити або головою, або руками, або і те й інше разом: співає або грає на музичному інструменті, танцює чи пише картини, збирає музичні диски - і, уявіть собі, і сам слухає, і інших долучає, випикує з книг все цікаве і навчає вихованців робити те ж саме, вирощує гарні квіти або шие гарний одяг, робить в квартирі ремонт або водить автомобіль тощо.

☞ Діти люблять бути у нього вдома, в чомусь допомагати, іноді на краєчку столу робити уроки, іноді приймати участь у вікторинах. Або разом співати, або готуватися до концертів і спектаклю, або допомагати тим хлопцям, у яких трапилася юнацька біда - невдала любов, або пішов з сім'ї батько. Тут, в квартирі педагога, ти не стикнешся з безтактністю, ніхто даремно не полізе до тебе в душу, але зроблять так, що ти відігрієшся і потихеньку сам включитися в це дивне життя педагогічної сім'ї, правда, в належний час вчитель попросить всіх піти додому, і проводить, і скаже якісь важливі слова на прощання.

☞ Пошук розумних і методично і психологічно вивірених способів і методик для індивідуально-особистісного розвитку учнів на уроці становить найважливішу частину всієї підготовчої та основної роботи справжнього вчителя, оскільки у поганого вчителя в кращому випадку зайняті нехай репродуктивною справою, але лише кілька учнів. У хорошого вчителя процес організований так, що працюють всі або більшість учнів, і кожен на своєму рівні, і кожен з усвідомленням важливості того, що він робить.

☞ Дуже хороший учитель вважає своєю і виною, і бідою, якщо він не зміг безпосередньо на уроці навчити дітей, показати дітям, пояснити їм всю складність матеріалу, що вивчається. Він ніколи не задасть домашнє завдання, як гору темного і незрозумілого, не пройшовши ту частину шляху, яку він повинен пройти сам, і не організувавши і не підготувати домашні завдання так, щоб вони були і зрозумілі, і прийнятні, і кожен учень щоб міг виконати їх САМ і тільки в окремих випадках за допомогою інших.

☞ Такий учитель допомагає батькам усвідомити свою роль і відповідальність, збагачує їх необхідними знаннями та вміннями практичної психології і педагогіки та домагається такого стану, коли батьки і взагалі сім'я шанують для себе і за честь, і за потребу, і за необхідність працювати разом.

☞ Він вміє так вибудовувати процес пізнання, коли для одних інформація подається в самій стислій мінімально необхідній формі, для інших пізнавальна матерія розширюється, і для всіх - спочатку мотивація, потім інформація, далі - етап розуміння, проблематизації, осмислення, потім вже самостійний пошук, повторення, опора на пам'ять.

### **Ознаки відмінного вчителя (вчитель від Бога)**

☞ Талановитий, і, як всяка талановита людина, талановита багато в чому.

☞ Цікавий і допитливий.

☞ Високого ступеня креативний: творчо вчить, творчо виховує, навчає і заохочує творчість.

☞ Розуміє свою професійну діяльність не як роботу, а як громадянське служіння громадським ідеалам і вихованню молоді в контексті загальнолюдських цінностей.

☞ На його уроках діти дійсно навчаються, пізнають, підносяться над безоднею прозового до рівня схвильованого і захопленого оволодіння знаннями, при цьому вони відчують гордість від того, що вчаться у справжнього улюбленого вчителя.

Головна особливість його педагогічної діяльності полягає в тому, що він сприяє формуванню кращих рис дитячої особистості та абсолютно впевнено вміє навчити своєму предмету будь-яку дитину, оскільки у нього на уроці і взагалі з ним не тільки цікаво, а й процес навчання організований так, що у кожного в міру його сил, досвіду, можливостей, попередньої готовності з'являється можливість досягти успіху. А вчитель вміє за допомогою однокласників, батьків, педагогів додаткової освіти організувати підтримку і допомогу кожному, хто потребує в ній.

☞ Консерватизм школи в тому і полягає, що справжній учитель не тільки оголошує боротьбу вульгарності за межами школи, а й вміє височіти і підняти вихованців до усвідомлення свого місця і ролі в житті, в суспільстві, він вміє розумно ігнорувати безумство епохи залученням дітей в світ вічного і прекрасного.

☞ Він виступає як куратор, наставник, методист по відношенню до інших вчителів і надає їм виключно серйозну допомогу в роботі, а часом і в житті.

☞ Він не оригінальничас, але знаходить досить цікаві і оригінальні підходи в своїй роботі.

☞ У нього є авторський особистий погляд на багато речей, він має і вдосконалює власну авторську методику викладання.

☞ Отримує і користується правом видавати здатним учням завдання на певний період, яке вони виконують і, здавши вчителю залік, захистивши проект або творчу роботу, можуть з дозволу вчителя не відвідувати поточні уроки, а працювати за спеціальною програмою в комп'ютерному залі або у бібліотеці.

☞ Він не просто знає науку, предмет який він викладає дітям, а й вміє вибудовувати наукову інформацію у взаємозв'язку так, щоб це накладалося на програму вивчення і мало мотиваційне і практико-зорієнтоване значення.

☞ У нього в кожному класі обов'язково є учні, які хочуть глибоко вивчати даний предмет, допомагати вчителю та іншим дітям і з задоволенням працюють в якості помічників, заступників, асистентів вчителя, лаборантів, консультантів, допомагаючи вчителю піднімати рівень знань інших дітей, допомагаючи перевіряти роботи,

консультувати учнів, виконувати оригінальні навчальні та творчі завдання.

☞ Він володіє абсолютно незрозумілою і дивною здібністю подавати знання або правильніше вести в світ знань так, що його хочеться слухати, йому й хочеться подібатися, з ним хочеться працювати, його похвалу хочеться чути, його дружбу хочеться пронести через все життя.



**Чинники, які заважають вчителю підвищувати якість і віддачу від своєї роботи**

1. Страх перед ЗНО, навіть не стільки перед самим іспитом, скільки перед тим, що, пропрацювавши десятки років, раптом будеш визнаний нездатним бути вчителем.

ЗНО лякає, що небажання, нездатність, пропуски, хвороби дітей і їх неуспішність будуть списані на вчителя. ЗНО страшне, бо поза зв'язком з улюбленими вчителями воно призводить до ступору у дітей з нестійкою нервовою системою і заважає їм зібратися і продемонструвати своє вміння відповідати на запитання тестів.

ЗНО фактично закріплює урочне і фрагментарне розщеплення пізнання світу на випадкові шматки, уривки, формули - і все це тепер лягає на плечі вчителя. При цьому відбувається перевернута картина, якщо раніше був потрібний учитель-творець, мислитель, організатор пізнавальної діяльності, який формує у дітей здатність мислити і розуміти, то тепер потрібен учитель, який володіє залізним адміністративним ресурсом, що дозволяє йому змусити дітей вчити і пам'ятати все те, що потрібно, щоб механічно витягнути з голови потрібну цитату знань.

2. Стратегічно важливою проблемою є відірваність кожного уроку від попереднього і наступного, відрив уроку від предмета в цілому, предмета від науки, науки від практики, неутримання контексту між вчителем і, природно, учнями.

3. Учитель так-сяк може викладати предмет, але стає все більше необхідним навчати вчителя сучасним науковим знанням - тільки тоді він зможе успішно викладати предмет, пов'язаний з наукою.

4. Несвобода педагогічної професії, інформаційна та особистісна замкнутість на одні й ті ж проблеми і теми призводить до відриву від суспільних процесів, породжує таку втому душі, коли шагренева шкіра існування звужується до рівня одноманітною безглуздістю, і з таким настроєм потрібно йти в клас.

Добре, коли у вчителя є сім'я, добре, коли сім'я тебе любить, розуміє і підтримує, добре, коли пощастило з учнями (як відомо, класи зовсім різні), добре, коли в Інтернет не викладають пасквілі і доноси на тебе, добре, коли діти показують стійкі успіхи, а ти по їхніх очах бачиш, що вони тебе і розуміють, і люблять, добре, коли адміністрація вміє і зрозуміти, і пожаліти тебе і не вимагає того, що ти зовсім не можеш, не здатний робити, добре, коли за вікном весна, і ти зберіг здатність відчувати і сприймати весняні запахи, добре, коли у тебе є улюблена чашка, і любиме місце біля вікна, і улюблені герої, і улюблені музичні твори, і є багато дітей, які захоплюють тебе, а їх витівки не збільшують у тебе кількість жовчі, і ти вмієш все зрозуміти і відчувати

радість і гордість від тієї користі, яку ти так непомітно приносиш батьківщині, - гірше, коли нічого цього немає.

5. Учитель розуміє, що урок - ніщо, якщо після нього немає способів і системи поглибленого вивчення предмета. Але предмет, поглиблене вивчення предмета нічого не дадуть, якщо не буде проведена попередня поглиблена підготовка найбільш талановитих вчителів, якщо не буде досягнуто порозуміння вивчення предметів як інтегративної єдності, а не випадково вихопленого предмета, якщо не вдасться організувати перемикання видів діяльності для учнів, включення ціледіяльнісно-орієнтованих процесів, створення пізнавально-діяльнісних і пізнавально-творчих просторів, - без усього цього продовжиться короткочасна експлуатація дитячої пам'яті, накопичення випадкових відомостей, гра в рулетку під назвою ЗНО.

6. Презирливе і зневажливе ставлення суспільства, батьків, влади до школи, недовіра до вчителів, постійне нарощування обов'язків, відповідальності і формальних вимог до вчителя.

7. Низька і вкрай низька оплата праці при збільшенні навантаження.

8. Учитель не справляється з наростаючими психологічними проблемами, що призводить до його професійного вигорання.

9. Наростання тривожності в зв'язку з необхідністю збереження в мозку великих обсягів інформації, необхідністю засвоєння нових технологій і методик.

10. Наростання конфліктів з батьками, збільшення числа учнів, які не хочуть або не можуть навчатися самі і заважають при цьому іншим.

11. Труднощі сугестивного порядку, коли наростаючий шум в класі, коли дисципліну в класі не вдається забезпечити.

12. У вчителя немає можливості, бажання, необхідних матеріалів, часу для того, щоб якісно готуватися до уроків і проводити їх.

13. Учитель деяким чином може з'ясувати, які теми пропустив, або не здав, або не виконав учень, але він, як правило, не може визначити рівень розвитку, характер потреб, інтересів, запитів, оскільки це вимагає і часу, і професійної уваги, і обліку того непорушного фактора, що дитячі інтереси і бажання дуже рухливі і механістичний підхід тут недоречний.

14. У вчителя виявилися проблеми не тільки з побутової, але і професійної пам'яттю, коли вже на наступному уроці або через урок, він не пам'ятає не тільки зміст вивченого, а й ті побажання, вимоги, завдання, обіцянки, які він давав дітям.

15. Учитель не вміє достеменно вибудовувати час до кінця уроку так, щоб не було неприємних драматичних пауз, щоб не було перенасичення або переривчастості, щоб раптом ще до дзвінка не виявилось, що урок вичерпався.

16. Учитель може зібрати всі сили, здоров'я, вміння, налаштувати учнів і дати відкритий урок, але боїться, що якщо до нього з'являться на наступний день, то результати або будуть, або можуть виявитися нульовими.

17. Учитель бачить, що під час пояснення нового матеріалу багато дітей виявляються не при справах або в пасиві, але як зробити так, щоб зачепити душі і розум кожної дитини, як зробити, щоб монолог вчителі не був голосом "волаючого" в пустелі? Багато вчителів під час пояснення нового матеріалу влаштовують по ходу мікроопитування, але, здається, це досить репресивний спосіб активізації.

18. Багато вчителів не вміють організовувати і управляти дитячим успіхом, тобто створювати необхідні умови не тільки для тих, хто вже добре вчиться, але і для тих, хто байдужий до даного предмету або переконаний в його непотрібності взагалі.

19. Багатьох вчителів дратують педради, семінари, наради не тільки через втрату часу, а й тому, що кожен з учасників повинен демонструвати відому захопленість, а в підсумку після подібних заходів відчуваєш спустошеність, оскільки ніякої професійної користі від цього не отримуєш.

20. У вчителя немає душевних сил і особливих знань і умінь, щоб організувати поглиблене вивчення предметного матеріалу для талановитих і охочих дітей.

21. Учитель слабо знайомий з сучасною педагогічною та психологічною наукою і практикою. Стає порочною практика, коли неузгодженість в організації педагогічного процесу призводить до того, що звичайні діти не можуть виконати весь обсяг домашніх завдань, які «звалюються» на них.

22. Серйозною проблемою є невміння, нездатність і небажання вчителя організувати час уроку так, щоб показати кожному учневі допущені ним помилки і помилки при виконанні домашніх завдань.

23. Учитель слабо володіє сучасними технологіями та методиками проведення уроку, погано орієнтується в видах, типах і формах уроку, в основному використовує тільки фронтальні і репродуктивні способи навчання.

24. Учитель не вміє використовувати різні форми стимулювання пізнавальної та активної діяльності учнів на різних фазах уроку.

25. Очевидно, що вчитель сподівається на контрольні процедури там, де його здатність навчити дітей мінімізована, і йому доводиться посилювати вимоги, щоб змусити батьків і дітей заповнювати вночі вдома те, чого він не зумів навчити дітей в школі, на уроці.

Нерідко при цьому вчитель намагається урізноманітнити шляхи і способи контролю знань, запроваджує активні методи навчання, а результату немає, оскільки справа не у впровадженні випадкових

технологій і методик, а в тому, перш за все, щоб вміти використовувати психологічні та педагогічні методи управління успіхом, створення умов для успіху, і в цьому сенсі вельми важливо використовувати індивідуальні консультації, навчальний контроль, попереднє стимулювання, договірні способи діагностування знань, накопичувальні процедури по попередньо обумовленої тематики, формам і способам її пред'явлення.

26. Учитель розглядає свою роботу поза виховного контексту і вважає, що громадянська позиція дітей, їх моральні пошуки і особистісний ріст - це справа батьків, класного керівника, міністра внутрішніх справ тощо.

27. Наростання страхів у зв'язку з можливим приходом на урок перевіряючих.

28. Вчителю ніколи займатися на уроці вихованням, та він і не вміє цього робити.

29. На уроці у багатьох вчителів не вистачає часу для індивідуальної роботи з учнями, а після уроків для цього немає ні сил, ні часу.

30. Адміністративний спосіб управління навчально-виховним процесом і педагогічним колективом не має індивідуально-орієнтованої спрямованості, і, як правило, педагогу нема до кого звернутися за реальною, а не в загальних словах педагогічної, предметної, методичної допомогою.

31. Учитель змирився з тим, що він звичайний, середній, позбавлений талантів, не здатний бути кращим, випадкова людина в професії.

32. Перші три - чотири уроки абияк вдається утримувати дисципліну і якимось організувати діяльність учнів, а далі практично всі уроки можна вважати втраченими. Набирати більше уроків доводиться тільки через вкрай низьку зарплату, а так можна було б і краще підготуватися, і провести уроки цілком задовільно.

33. Монолог вчителя: *«Мої знайомі з інших галузей і професій мають відносно широкий діапазон можливостей як для спілкування, власного розвитку, так і для інформаційного забезпечення, я практично ніде не буваю внаслідок нестачі часу, психологічної втоми, вічної напруженості, необхідності постійно готуватися до уроків, перевіряти дитячі роботи, взаємодіяти з батьками і учнями, виконувати попутні нав'язані педагогічні обов'язки і функції, але найголовніше - я нікуди не їжджу, чи не зустрічаюся з колегами з інших міст і країн, що не буваю в бібліотеці, не маю грошей, щоб купувати книги і бувати в театрі.*

*У моєму житті роками не відбувається якихось значущих яскравих подій, в одноманітному круговороті я не вмію знаходити*

*принадність від дрібних змін, які, можливо, приносять задоволення іншим. Відбувається притуплення почуттів, зниження факту і якості активності і лише зрідка, якщо раптом діти продемонструють успіхи або похвалить адміністрація, щось стрепенеться, а потім знову болото.*

*На жаль, якщо мене запитати що-небудь з іншого предмета, то виявиться, що мої знання досить умовні, саме тому інтегровані уроки або розширене поле знань для учнів виявляється неможливим внаслідок вузькості моїх уявлень і знань, абсолютно замкнених всередині предмета ».*

34. Іноді молоді або надмірно агресивні адміністратори вимагають, щоб учитель був однаково підготовлений, однаково здатний, однаково вмів і встигав робити все - і це велика помилка.

Відомо, що є чудові педагоги, які зовсім не вміють або не люблять писати. Для них провести дивний захід, підняти дітей на звершення неймовірних вчинків - і здатність, і радість, і вміння, але поганий адміністратор обов'язково звільнить їх, тому що вони вчасно не здають плани, які, до речі, можна не виконувати, але звітність в поганій школі понад усе. Адже відомо, що навіть в хорошій школі в ніч перед комісією оголошується аврал, і всі, хто може, пишуть і складають бравурні звіти, переконливі програми і плани, всілякі локальні акти тощо. А розумна комісія завжди відрізнити, де живий організм і де паперова мертвечина!

У психології управління чітко визначено, що весь творчий сенс управління бачиться в тому, щоб розвивати наявні задатки і здібності і задавати планку мінімально необхідних вимог для найбільш талановитих педагогів, примушуючи і постійно стимулюючи їх на штучне, авторське виконання таких видів діяльності, які потім можуть допомогти багатьом досягти власних успіхів.

35. Учитель не володіє мистецтвом креативності і тому він домагається від дітей репродуктивних умінь і результатів, якщо ж хтось часом і виявить яскраві відхилення, це або дратує, або обурює, у всякому разі, такі сплески багато вчителів карають зниженням оцінок в тому числі ще й тому, що головне їхнє завдання - готувати до ЗНО, а не шукати таланти і підтримувати їх, хоча в звітності про роботу з обдарованими писати необхідно і обов'язково.

36. Відірваність програм, документів і звітів від реальної діяльності, так само як і дуалістичність між сказаним і зробленим, різко погіршує професійну готовність і якість роботи педагогів.

37. Найважливіші критерії успішності і неуспішності вчителя:

• його неуспішність передається дітям;

• лякає двійками і трійками і ставить їх з обличчям, повним байдужості або злоби;

- до нього не йдуть ні колеги, ні батьки, ні діти за порадою і допомогою;
- до нього в кінці уроку і на перерві не біжать з різних кінців класу, щоб заглянути в очі;
- йому не дарують дивовижних пам'ятних сувенірів;
- заради нього не готові сидіти ночами, щоб зуміти написати контрольну роботу;
- його поради пам'ятають, книги, які він читає, - читають теж, його слівця і вирази несуть з собою по життю і дуже пишаються тим, що навчалися у нього;
- дивуються його здатності робити складне зрозумілим, він вміє відчувати, коли в учня нещастя або проблеми і може весь вечір прогуляти з ним по алеях старовинного парку, і відчувати при цьому особисте щастя від того, що комусь потрібний;
- він не шкодує не тільки свого часу, але і часу душі, вміє заразливо сміятися, вміє майже по-дитячому брати участь в дитячих справах і витівках;
- і ніколи не опускається до того, щоб завойовувати свій авторитет за рахунок вульгарності і за рахунок інших вчителів;
- він бадьорий, енергійний, світлий, душевний і елегантний;
- він знає дороги, які ведуть до душі кожної дитини.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Калошин В.Ф., Вельбовець Н.В., Власко М.П. Неприборкані думки про виховання (посібник). - Біла Церква: КОІПОПК, 2006. -110 с.
2. Павлютенков Є.М., Крижко В.В., Калошин В.Ф. Конфлікти: сутність і подолання /Павлютенков Є.М., Крижко В.В.. Стрес у педагогічній діяльності /Калошин В.Ф., - Х.: Вид.група «Основа», 2008. - 224 с.
3. Калошин В.Ф. Гоменюк Д.В. Розвиток творчості здобувачів. – Х.: Вид.група «Основа», 2008, - 111 с.
4. Калошин В.Ф., Гоменюк Д.В. Як діяти педагогу в критичній ситуації. – Х.: Вид.група «Основа», 2011. – 128с.
5. Калошин В.Ф., Гоменюк Д.В. Практичні поради молодому вчителю. Частина 1.– Х.: Вид.група «Основа», 2012. – 112 с.
6. Калошин В.Ф. Як навчитись вчитися – Х.: Вид. група«Основа», 2014. – 224 с.
7. Калошин В.Ф. Педагогіка успіху стратегія радісного навчання /Управління школою, №31-32, 2013, - С.№3-126
8. Калошин В.Ф., Гоменюк Д.В. Вчимося перемагати /В.Ф. Калошин, Д.В. Гоменюк - Х.: Вид. Група «Основа», 2014. - 112 с.
9. Калошин В.Ф., Гоменюк Д.В. Як педагогу зберігти емоційну стійкість. – Х.: Вид. група «Основа», 2018.- 128 с.
- 10.Калошин В.Ф. Гоменюк Д.В. Професійне удосконалення викладача закладу професійної освіти - К.: Видавництво «Фенікс», 2018. – 122 с.
11. Сухомлинський В.О. Сто порад учителю. Вибрані твори в п'яти томах. Том другий. Видавництво "Радянська школа", 1976, стор. 530 - 531:
12. <https://osnova.com.ua/news/803>.
13. <https://osvita.ua/school/method/teacher/1810>.
- 14.<https://berzosh3.jimdo.com/соціально-психологічна-служба/поради-педагогам>
15. <https://school3sarny.e-schools.info/pages/35>
16. <https://childdevelop.com.ua/articles/school/792>
- 17.



<http://best.klasna.com/uk/site/poradi-vchiteliu-yak-rozv.html>

