|  |
| --- |
| **Врахування індивідуальних особливостей (темперамент)****Особливості темпераменту дитини** ***Дітей із сангвінічним темпераментом характеризують:*** Ø     легка збудливість почуттів, які не дуже міцні, але відносно стійкі.Ø     Вони енергійні, активні, довго не витримують одноманітної діяльності,Ø     здебільшого не сором’язливі, але стримані,Ø     легко спілкуються,Ø     користуються повагою ровесників,Ø     не схильні ображатись,Ø      беруть участь у громадській роботі класу і школи.   За сприятливих умов виховання ростуть спокійними, в міру рухливими, адекватно реагують на зміну обставин, за несприятливих – виявляють байдужість, безвідповідальність, несамокритичність.***У роботі з такими дітьми слід враховувати:*** Ø     Сангвініки швидко освоюють правила поведінки й уміння ними керуватися засвоюють легко, але без систематичних вправ швидко втрачають.Ø     Завдяки рухливості швидко піддаються як позитивному, так і негативному впливу.Ø     На зауваження дорослих реагують спокійно, не опираючись.Ø     Такі учні досить комфортно відчувають себе, як при письмовій так і при усній відповіді. Зовнішні фактори їх майже не відволікають.Ø     Досить відповідальні тривалі справи (наприклад звання старости класу, або керівника по дисципліні) сангвінікам не слід доручати. Вони проявлять незвичайну активність,  та на протязі місяцю втратять усякій інтерес до цієї роботи. Але з сангвініків вийде  справжній активіст у розважальних культмасових справах, або класний репортер.Ø     Опитування домашнього завдання слід починати саме з таких учнів. Ø     Сангвініки будуть брати активну участь у розборі нової теми, навіть якщо вона їм не цікава. ***Діти холеричного типу  темпераменту характеризуються:*** Ø     легкою збудливістю почуттів, силою і стійкістю їх у часі.Ø     Енергійною та різкою поведінкоюØ     Бурхливо реагують на подразникиØ      Важко переключаються на спокійнішу справуØ     У колективі прагнуть самостверджуватисьØ     Люблять організовувати ігриØ     Охоче залучаються до різних видів діяльності  За правильних умов виховання холерики виявляють активність, наполегливість у роботі,                                                      за неправильних – стають неслухняними, запальними, образливими. Покарання, зауваження дорослих діють на них негативно, збуджують, роблять їх грубими, викликають намагання вчинити " на зло”.***У спілкуванні з такими дітьми потрібно:*** Ø     зважати на їхні особливості,Ø     бути спокійним, доброзичливим, але вимогливим ставленням формувати стриманість.Ø     При навчанні (особливо на заліку) враховувати те, що такій дитині легше буде відповідати усно, ніж писати все що їй відомо по даному питанню. Холерики тяжко переносять однотипну діяльність. Тому вони просто не зможуть виконати письмову роботу на високому рівні.Ø     Пам’ятати, що чим довше йде робота (диктант, контрольна тощо) тим більше холерик зробить помилок.Ø     Перевірку домашнього завдання також можна починати з холериків, вони навряд розгубляться від. Також холерики не відчувають ніяких труднощів від неочікуваних поточних запитань.Ø     У опрацюванні нової теми можете сміливо покладатися на їхню активність, якщо зможете заохотити та зацікавити їх. Проте, холерики як швидко запам’ятовують інформацію, так же швидко і забувають її.***У дітей флегматичного типу  темпераменту :*** Ø    Почуття важко збуджувані, проте тривалі і стійкі.Ø    Флегматик повільний, неохоче спілкується, часто нехтує тим, що вимагає швидкості, зайвих рухів.Ø    Уникає доручень, але отримавши їх, виконує бажання, хоч і не поспішаючи, дотримується порядку, організованості.Ø    Ухиляється від конфліктів, його важко образити, але, вступивши в конфлікт, глибоко переживає, хоч зовні не демонструє цього. За сприятливих виховних умов такі діти виростають вдумливими, слухняними, організованими, добре сприймають зауваження дорослих, виправляють помилки;                                                                                                       за несприятливих – лінивими, байдужими, апатичними, пасивними.***У спілкуванні з такими дітьми потрібно:***Ø     Щоб посилити активність флегматиків, їх слід залучати до ігор, спорту.Ø     Надати доручення, які в першу чергу потребують відповідальності та чесності. Тоді учень буде відчувати себе потрібним у колективі.Ø     Враховувати, що такої дитині краще дати не обмежену часом  письмову відповідь, ніж викликати відповідати усно. В цьому випадку флегматик може почати  з «іншого кінця» питання та його відповідь займе величезну кількість часу.Ø     Враховувати, що високий темп ставлення запитань збиває з толку таку дитину.Ø     Враховувати, що для флегматика не має нічого більш складнішого, як виконання завдань на відведений час. Однак саме такі учні можуть працювати дуже довго без суттєвих помилок та стомлення.Ø     Не слід активно запитувати таку дитину під час пояснення нової теми. Їй, як нікому іншому потрібен час у оволодінні інформацією, але отриманні знання зберігаються у пам’яті флегматика надовго.Ø     Враховувати, що ситуації у яких потрібно розподілити увагу або  переключення її з одного виду діяльності на другий, флегматик переносить дуже важко. ***Діти з меланхолічним темпераментом:*** Ø     надзвичайно чутливі. Почуття, що легко виникають у них, є міцними й стійкими у часі.Ø     сором’язливіØ      малоактивніØ     важко пристосовуються до нових обставинØ      відзначаються хворобливою вразливістюØ     швидко втомлюютьсяØ     невпевнені у своїх силахØ     часто мають поганий настрій,Ø     почувають страхом перед труднощамиØ     скаржаться на ровесниківØ     бояться образ, часто плачуть, намагаються гратися самостійно.***Вчителю у роботі з такими дітьми слід :*** Ø     Підтримувати таку дитину, підбадьорювати. Але не у якому разі не робити акцент на її помилках.  Різке зауваження від вчителя може викликати великі труднощі під час наступної роботи на уроці. Такій дитині буде достатньо й вашого погляду.Ø     Доручити дитині якусь корисну та важливу справу в класі. Меланхоліку просто необхідно відчути себе потрібним у класі.Ø     Враховувати, переживання дитини. Якщо меланхолік за щось переживає, він не зможе дати повну відповідь на запитання, навіть якщо знає матеріал досконально. Тому має сенс запитати у такого учня, чи згоден він з отриманою оцінкою, або бажає перездати її протягом дня.       Ø     Враховувати, що меланхоліки побоюючись труднощів, будучи невпевненими у своїх силах, вони губляться при опитуванні, виконанні контрольних робіт, хоч мають знання. Тому можливо має смисл залікові відповіді приймати у таких дітей в індивідуальній формі.Ø     При опануванні нової теми такі діти сидять мовчки, їм краще слухати, а дома ще раз самим прочитати, вивчити матеріал. Тільки тоді вони будуть впевненні у своїй відповіді, а отриманні знання залишаться у них надовго.Ø     Перевірку домашнього завдання не слід починати з меланхоліків, вони легко можуть розгубитися. Краще надати їм декілька хвилин для підготовки.Ø     Враховувати, що такі дітей дуже відволікає шум, та будь яка неспокійна обстановка.Ø     Враховувати, що таких дітей особливо пугають:  серйозні самостійні роботи на які відведено певний час; неочікувані запитання, потребуючі негайної відповіді.Ø     Відповідь такої дитини не в якому разі не слід критикувати. Тому що меланхолік прийме це дуже близько та весь день буде переживати з цього приводу.  Процес навчання у школі збудований таким чином, що саме активні діти (сангвініки та холерики) мають великі переваги: вони швидко запам’ятовують, відновлюють інформацію, отримують оцінку і також швидко її забувають.                                                                                                          Проте, меланхоліки та флегматики, якщо вчитель правильно побудує процес навчання, зможуть бути надійною опорою, тому що саме вони самостійно проникають глибше у тему та часто знають більше шкільної програми.  Флегматики полюбляють зосереджуватися на будь яким виді діяльності, тому саме вони поступово розв’яжуть саму важку задачу.                                                          У  них та сангвініках вистане  самостійності для вирішення багатьох завдань. Саме для таких учнів оптимальною формою заліку будуть тестові завдання. У природі ніколи не зустрічається «чистого» типу темпераменту. Але один-два з них ярко виражені у кожної дитини. Спробуйте врахувати ці особливості у своїй роботі, правильно роздавати завдання та опиратися на сильні сторони. Це забезпечить ефективність навчання та виховання кожного учня. |

#### Культура означає турботу...

#### Високий рівень культури має той педагог, який дотримується вимог і певних неписаних правил...

1. Не робить того, що засуджує в інших.
2. Завжди розуміє й відчуває душевний стан іншої людини (колеги, учня, батька).
3. Знає, що його поведінка впливає на стан душі, здоров'я, настрій іншої людини.
4. Знає, що вибачення доречне завжди.
5. Знає, що в розмові, крім лексичного запасу та граматичної структури, головними є тон та інтонація розмови.
6. Любить свою роботу й удосконалює її.
7. Щоденно працює над підвищенням свого фахового й методичного рівня.
8. Навіть випадково нікого й ніколи не образить.
9. Знає, що його діями (поступками) повинна керувати «домінанта на обличчі іншого в особистому образі».
10. Поважає себе та свою справу.
11. Ставиться до інших з увічливістю, доброзичливо, тактовно, делікатно, уважно, привітно.
12. Виконує свою місію вчителя на совість.

13. Не смітить навколо себе (ні недопалками, ні поганими звичками, ні поганими ідеями (а це теж сміття - і ще яке!)).
14. Громадське місце, колектив - не місце для відкритих симпатій чи антипатій...

15. З розумінням ставиться до чужого горя та чужої радості.
16. Уміє непомітно допомогти іншому.
17. Уміє тактовно, делікатно й переконливо вести полеміку.

**ПАМ'ЯТКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ В РОБОТІ З БАТЬКАМИ**

- Залучайте батьків до шкільного життя, запрошуйте їх до співпраці, на уроки, влаштовуйте з ними зустрічі.

- Дякуйте батькам за все, навіть за найменші дрібниці. Дякуйте багато разів за одне й те саме, бажано прилюдно.

- Ніколи не докоряйте батькам, які не відвідують батьківських зборів — це не сприятиме їхньому бажанню зустрічатися з вами частіше. Завжди щиро (без тіні сарказму) радійте їх появі в класі.

- Називайте батьків по іменах та по батькові, не вживайте поширених фраз «мама Петра Іванчука».Інакше в батьків складеться враження, що вони вам цікаві лише в такому статусі.

- На батьківських зборах наголошуйте на проблемі, а не на конкретній ди­тині. Водночас хваліть учнів персонально й обов'язково всіх. Знайдіть кілька
теплих слів для кожної дитини.

- Аналізуйте досягнення дитини з часу останньої зустрічі з батьками. Конс­труктивно окреслюйте проблеми та визначайте потрібну допомогу з боку батьків для її вирішення. Коли батькам пропонують посильну і конкретну модель докладання своїх зусиль, то віддача від них підвищується. Вони частіше звертаються по пораду до вчителя, а той, у свою чергу, має чудову можливість стежити за розвитком дитини в сім'ї.

- Пишіть батькам листи з позитивними відгуками про вчинки дитини, з найменшого приводу, який може заслуговувати на схвалення.

|  |
| --- |
|   |
| **РЕКОМЕНДАЦІЇ ПЕДАГОГУ ЩОДО ЗМЕНШЕННЯ ВПЛИВУ СТРЕСУ В ПЕДАГОГІЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**Визначте негативні чинники, що призводять до виникнення у Вас стресу. Намагайтеся уникати їх або за допомогою позитивного мислення змініть свої ставлення до них. * Забезпечуйте високий життєвий потенціал у здоров’ї, освіті, діяльності, сім’ї, позитивному мисленні.
* Навчіться розслаблятися: тілом, думкою тощо. Стрес викликає загальну напругу. Розслаблення ж, навпаки, протидіє стресу. Уміння розслаблятися – секрет боротьби із стресом.
* Зробіть паузу: зробити паузу у спілкуванні; порахувати до 10; вийти з приміщення. Такі „перерви” потрібно робити якнайчастіше в ті моменти, коли відбувається втрата самоконтролю.
* Змусьте стрес працювати на Вас, а не проти Вас, опануйте головним умінням – перетворюйте негативні події у позитивні.
* Оволодіти теорією та практикою позитивного мислення. Позитивне мислення – це головний людський інструмент забезпечення здоров’я і благополуччя.
 |

Гіперактивна дитина

Як же правильно  спілкуватися з гіперактивною дитиною?

* Не забороняйте дитині стояти під час уроку, якщо їй це потрібно.
* Давайте їй можливість  рухатись на уроці (доручіть витирати дошку, впроваджуйте фізкультхвилинки).
* Ніколи не наказуйте, не примушуйте, але також і не потрібно підлещуватися  перед  такою дитиною.  Достатньо буде попросити, можливо, декілька разів.
* Назавжди відмовтеся від читання нотацій. Така дитина буде тільки нервувати, але ніяких висновків при такому підході для себе не зробить. Краще поставити запитання про можливі наслідки такої поведінки або самому розказати учневі  схожу історію, при цьому ніяк не звинувачуючи його у тому що трапилось.
* Під час уроку зведіть до мінімуму усі відволікаючі фактори. Для цього перш за все виберіть для дитини оптимальне місце за партою – у центрі класу напроти дошки.
* Дозувати учню виконання великого завдання, розбивати його на окремі частини. Контролювати етапи виконання роботи .
* Така дитина набагато краще впорається із більш важкими, але цікавими, динамічними завданнями, ніж з довгими і нудними. Тому, готуючись до уроку, вчитель  може розробити для таких дітей індивідуальні завдання або зробити сам урок більш динамічним.
* Не доручайте учневі масу справ водночас  (староста, редактор, режисер та інші можливі ролі) Звісно, такі діти полюбляють нести велику відповідальність, і навіть якщо це в них добре виходить,  таке  підриває їх і без того нестабільний емоційний стан. Зупиніться на чомусь одному, своєчасно змінюючи види діяльності.
* Корисним буде надавати такій дитині робити одну вправу, але на певний час, щоб вона могла його виконати.
* У разі агресивної поведінки, або після конфлікту, якщо дитина зовсім не намагається разом з вами аналізувати ситуацію та знайти вихід, дайте їй можливість побути на самоті, подумати самостійно. Вона обов’язково виявить свою провину та зробить необхідні висновки. Якщо дитина категорично відмовляється просити вибачення,  запропонуйте їй замість цього зробити щось приємне та несподіване на знак примирення.
* Намагайтеся ніколи не казати дитині різке «Ні».
Завжди знаходьте час, щоб вислухати таку дитину, та спробуйте не критикувати її розповідь.
* По можливості ігноруйте визиваючі вчинки дитини.  Та заохочуйте до хорошої поведінки.
* Давайте можливість таким учням покричати на перерві , таким чином діти знімають слабкість та гнів.
* Під час уроку намагайтеся якомога більше контролювати свою власну поведінку, свої емоції.
* Якщо учень порушує дисципліну, замість зауваження знайдіть для нього запитання  або доручіть щось зачитати вголос, пошуткуйте, змініть вид діяльності.

Агресивна дитина

* Пам’ятайте, що заборони, підвищення голосу –  неефективні способи у виправленні агресивності.
* Дайте можливість таким дітям своєчасно зняти напруження за допомогою фізкультурних хвилинок, читання вголос.
* Слідкуйте за своєю поведінкою , контролюйте свій  гнів, не надаючи йому форми погроз та звинувачень.
* Важливо, щоб дитина зрозуміла, що вона потрібна в класі, що її цінують та приймають. А для цього вам необхідно дізнатися про інтереси та здібності такого учня, перевести активність у корисне русло.
* Таким учням слід частіше надавати можливість працювати в групах, де успіх залежить від колективної роботи, вміння спілкуватися, домовлятися.
* Один із корисних способів змінити поведінку дитини – це "піймати" її на хорошому вчинку.   Кожен раз, коли дитина стримує себе і не починає бійки, просто скажіть, що вона стала сильнішою. Дитина реагує на похвалу, користуйтеся цим для того, щоб зробити добре відношення звичкою.
* Введіть штрафні санкції. Це можуть бути додаткові домашні завдання, виключення із ради класу. Головне, щоб учень знав про можливі наслідки своєї поведінки.
* Допоможуть класні години, де  піде мова про почуття, емоції та методи їх контролювання. Головне, щоб під час таких уроків було менше монологів, але ні в якому разі не акцентуйте увагу класу на проблемних дітях.

Тривожна дитина

* Тривожну дитину необхідно постійно підбадьорювати, демонструвати впевненість у перемозі та можливості успіхів.
* Намагатися виховувати правильне відношення щодо результатів своєї діяльності. Вміння правильно оцінити себе .
* Спокійно та правильно ставитися до успіхів та до невдач. Не соромитися та не лякатися помилок, використовувати їх для розвитку.
* Формувати правильне ставлення до діяльності та вчинків інших людей.
* Розвивати адекватне ставлення до оцінок, думок інших людей.  Широко використовувати музику, ігрові прийоми, рольові ігри.

[**Поради вчителям для поліпшення настрою**](http://sh-pansion.ucoz.ua/board/poradi_psikhologa/vchiteljam/poradi_vchiteljam_dlja_polipshennja_nastroju/3-1-0-16)

1. Будьте оптимістами! Педагогіка – наука оптимістична (утім, як і будь-яка наука, песимістичний тільки дилетант).

2. Не забувайте головного: діти – істоти парадоксальні (дорослі – теж).

3. Якщо в тебе з”явилося бажання вигнати учня з класу, вийди сам.

4. Учителю, вітайся з дітьми, це дуже важливо. Тоном, яким ви говорите "здрастуй”, теж можна виховувати і піднімати собі настрій.

5. Вмійте бути ледачим! Проблема педагогів у тому, що вони розвивають бурхливу діяльність, але забувають думати про себе. Пам”ятайте: думати про себе – ваш головний обов”язок.

6. Хваліть себе самого тричі на день: уранці, удень і ввечері. Застосовуйте 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”.