*(слайд №1)*

**Доклад на тему: «Психологический комфорт на уроке как фактор успешной самореализации личности ученика»**

 Добрый день уважаемые коллеги! Тема моего выступления : «Психологический комфорт на уроке как фактор успешной самореализации личности ученика». В самом начале своего вступления я предлагаю вам пройти небольшой психологический тест, который называется.

Тест «Психогеометрия» *(слайд №2)*

 Треугольники, Квадраты, Прямоугольники, Круги и Зигзаги,

Посмотрите на пять фигур, изображенных на картинке. Выберите из них ту фигуру, в отношении которой вы можете сказать: это — «я»! Только не занимайтесь никаким логическим анализом и ненужными умопостроениями! Это ни к чему не приведет. Просто постарайтесь почувствовать свою форму. Если вы испытываете сильное затруднение, выберите из фигур ту, которая первой привлекла вас, когда вы посмотрели на страницу с их изображением.

*(слайд №3)*

**Квадрат.** Если вашей основной формой оказался квадратно вы — неутомимый труженик! Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы,— вот чем, прежде всего, знамениты истинные Квадраты. Выносливость, терпение и методичность обычно делают Квадрата высококлассным специалистом в своей области.

**Треугольник.** Эта форма символизирует лидерство, и многие треугольники ощущают в этом свое предназначение: «рождены, чтобы быть лидером». Самая характерная особенность истинного Треугольника — способность концентрироваться на главной цели. Треугольники — энергичные, неудержимые, сильные личности, которые ставят ясные цели и, как правило, достигают их!

**Прямоугольник.** Для вас, Прямоугольники, вряд ли будет неожиданностью то, что вы сейчас прочтете. Вы и так все про себя знаете!Дело в том, что Прямоугольник символизирует состояние перехода и  изменения. Это, так сказать, временная форма личности, которую могут «носить» остальные четыре сравнительно устойчивые фигуры в определенные периоды жизни. Это — люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и поэтому занятые поисками лучшего положения. *(слайд №4)*

**Круг.** Геометрически круг — это мифологический символ гармонии. Тот, кто уверенно выбирает круг в качестве своей основной формы, искренне заинтересован, прежде всего, в хороших межличностных отношениях. Высшая ценность для Круга — люди, их благополучие. Круг — самый доброжелательный из пяти форм. Он чаще всего служит тем «клеем», который скрепляет и рабочий коллектив, и семью, т. е. стабилизирует группу.

**Зигзаг.** Эта фигура символизирует креативность, творчество, хотя бы потому, что она самая уникальная из пяти фигур и единственная разомкнутая фигура. Если вы твердо выбрали Зигзаг в качестве основной формы, то вы, скорее всего, истинный  «правополушарный» мыслитель, инакомыслящий, поскольку линейные формы превосходят вас численностью.

*(слайд №5)*

**Притча**

«Жил мудрец, который знал всё. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не всё. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «Скажи, мудрец, какая у меня в руках бабочка живая или мертвая?» А сам думает: «Скажет живая – я её умертвлю, скажет мертвая - выпущу» Мудрец, подумав, ответил «Все в твоих руках».

В наших руках возможность создать в школе такую атмосферу, в которой ученики будут чувствовать себя «как дома».

Цитатой к своему сегодняшнему выступлению, я взял слова

Владимира Абрамовича Караковского: *(слайд №6)*

...Из всех показателей оценки школы

главным следует считать самочувствие в ней человека.

Школа хороша, если в ней хорошо каждому ребенку и взрослому.

В. А. Караковский

 Создание психологического комфорта является одной из наиболее важных и сложных задач в работе педагога с учениками. Комфорт выступает своеобразным условием, обеспечивающим развитие личности: на его фоне ученик либо раскрывается, проявляет свои дарования, активно взаимодействует [с педагогом и другими членами группы](http://psihdocs.ru/rossijskaya-federaciya-yamalo-neneckij-avtonomnij-okrug-v2.html), либо, напротив, становится пассивным, замкнутым, отстраненным. Психологический комфорт в школе - важное условие эффективности обучения и воспитания.

Что такое комфорт?

*(слайд №7)*
**Комфорт** - заимствовано из английского языка, где comfort «поддержка, укрепление» («Этимологический словарь», Н. М. Шанский).

**Комфорт**- условия жизни, пребывания, обстановка, обеспечивающие удобство, спокойствие и уют. («Толковый словарь русского языка», С. И. Ожегов).

 **Психологический комфорт** - условия жизни, при которых человек чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.

 В   инновационных образовательных системах принцип психологической комфортности является ведущим. Он предполагает снятие (по возможности) всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание в школе и на уроке такой атмосферы, которая расковывает учеников, и в которой они чувствуют себя «как дома».

 Однако психологическая комфортность необходима не только для развития ученика и усвоения им знаний. От этого зависит физическое состояние наших учеников. Адаптация к конкретным условиям, к конкретной образовательной и социальной среде, создание атмосферы доброжелательности позволяют снять напряженность и неврозы, разрушающие здоровье не только учеников, но и учителей.

*(слайд №8)*

     Можно выделить несколько групп факторов, составляющих окружение школьника. Это:

- психолого-педагогические факторы (личность учителя, сложность учебной программы, возможности ребенка усвоить эту программу);

- социальные (статус в классе, отношения с другими учениками вне класса и т.д.);

- физические (школьное пространство, включая обстановку, освещенность, режим дня, качество питания и т.д.)

   В настоящее время ученые в области педагогики и психологии, учителя-практики говорят и пишут о гуманизации образования, об индивидуальном подходе к ученику в процессе обучения и воспитания, о внимании к каждому ребенку, о создании в школе атмосферы психологического комфорта. Задача учителя организовать определенную систему мер по созданию психологического комфорта на уроке.
*(слайд №9)*

*Факторы, мешающие психологическому комфорту*[*у обучающихся*](http://psihdocs.ru/programma-duhovno-nravstvennogo-razvitiya-vospitaniya-i-social.html)*:*

 -неуверенность в себе;

 -повышенная утомляемость;

 -замедленность темпа деятельности;

 -повышенная потребность во внимании;

 -повышенная двигательная активность;

 -трудности в переключении с одной деятельности на другую.

*(слайд №10)*

 *У учителей (по данным статистики) факторами возникновения дискомфорта выступают:*

-физическая и психологическая напряженность труда;

 -постоянное оценивание со стороны различных людей;

 -высокий уровень ответственности;

 -тенденция агрессивного отношения со стороны родителей и учащихся;

-разные стили управления педагогическими кадрами.
Учителю важно помнить, что психологический климат на уроке начинает создаваться вне урока. Взаимоотношения учителя с учениками –  важнейшее условие психологической атмосферы урока. Как учитель относится к работе, как разговаривает с учениками, другими учителями, радуется ли он успехам своих учеников и как он радуется, как он выражает свои эмоциональные чувства, как он ими владеет - все это и многое другое оказывает воздействие учителя учащимся и на их отношение к нему.

 Создание ситуации успеха это один из факторов обеспечения психологического комфорта на уроке.  *(слайд №11)*
**Критерии психологического комфорта урока:**

* Отсутствие усталости у учащихся и учителя
* Положительный эмоциональный настрой
* Удовлетворение от сделанной работы
* Желание продолжать работу
* Создание ситуации успеха как один из факторов обеспечения психологического комфорта на уроке.

**Что же можно сделать в**[**условиях школьного урока для**](http://psihdocs.ru/harakteristika-etapov-uroka-etapi-uroka-vremya-planiruemij-rez.html)**сохранения психологического комфорта?**

Обязательно учитывать физиологические, эмоционально-личностные особенности учащихся, создавать ситуации успеха на уроке, выбрать наиболее подходящий стиль общения.

*(слайд №12)*

**Рекомендации для поддержания психологического комфорта на уроке:**

* Учитель должен входить в класс с хорошим бодрым настроем и уметь настроить себя на жизнерадостно. Учителю вообще должно быть присуще же**л**ание и стремление общаться с учениками, общаться в доброжелательной форме.
* Любое эмоциональное состояние, включая  отрицательное, можно выразить в деликатной форме.
* Учитель должен хорошо знать возрастные психологические особенности учащихся, а также развивать в  себе педагогическую наблюдательность, чтобы гибко и адекватно реагировать на ту или иную ситуацию на уроке.

Одним из самых «взрывоопасных» этапов урока является регулирование и коррекция поведения учащихся, оценка их знаний.

* Обучение и воспитание должно строиться без наказания и окриков (По слова Василия Александровича Сухомлинского.)
* Приходить в кабинет нужно немного раньше звонка. Убедиться, все ли готово к уроку. Стремиться к организованному началу урока.
* Начинайте урок энергично. Урок ведите так, чтобы каждый ученик с начала и до конца был занят делом.
* Применяйте на уроке специально разработанный дидактический материал, используйте  разноуровневые задания.
* Увлекайте учеников содержанием материала, контролируйте темп урока, помогайте «слабым» поверить в [свои силы](http://psihdocs.ru/razvitie-kreativnosti-uchashihsya-na-urokah-tehnologii-posreds.html).
* Мотивируйте оценки знаний: ученику следует знать, над чем ему поработать еще. Это будет приучать к дисциплинированному труду.
* Заканчивать урок общей оценкой работы класса и отдельных учеников. Пусть все испытают чувство удовлетворенности от результатов труда на уроке. Постарайтесь заметить положительное в работе недисциплинированных учащихся, но делайте это не слишком часто.
* Обращайтесь за помощью к самим ученикам.

Социально-психологическая атмосфера в школе предполагает гуманные взаимоотношения между всеми ее членами. Посредством атмосферы осуществляется влияние на климат, его создание и поддержание. Всякий раз педагога при встрече с учениками должна заботить атмосфера, царящая в их взаимоотношениях. Изменяя обстоятельства и условия встречи, первоначально воспринимаемые как неблагоприятные, педагог изменяет атмосферу, а, следовательно, и влияет на улучшение и закрепление в [группе благоприятного климата](http://psihdocs.ru/malechiki-s-marsa-devochki-s-veneri.html). Психологический климат всегда зависит от созданной в данное время атмосферы. Анализ отношений, выявляющий характер климата, проводится педагогом в нескольких направлениях. Прежде всего — это отношение к человеку как наивысшей ценности. Заботой о человеке должны быть пронизаны все сферы школьной жизни.

Еще один показатель, определяющий климат, — отношение к событию, протекающему в данный момент. Одно и то же событие в группах с разным психологическим климатом сопровождается различным психологическим эффектом: так, скажем, неудачный ответ одного ученика при неблагоприятном климате в [классе вызывает насмешку или](http://psihdocs.ru/zombirovanie-ili-sobstvennij-vibor-nlp-bez-tajn.html) безразличие со стороны других учеников, но та же самая ситуация в классе с благоприятным климатом рождает совершенно иной отклик — сочувствие, огорчение, стремление помочь.

Наличие благоприятного климата в группе обеспечивает не только защищенность и психологический комфорт, но и возможность продуктивной работы и творчества, поэтому педагогу следует шире использовать разнообразные средства, влияющие на создание творческой атмосферы и благоприятного климата. К средствам влияния на психологический климат относятся демонстрация доброжелательности, знаки внимания, дизайн, интерьер, музыка, разнообразные занимательные формы работы на уроке и во внеурочное время, элементы природы, речевые, пластические и мимические средства.

(слайд № )