

Гайдукова Светлана Сергеевна

учитель начальных классов

МБОУ «Лицей №32» г. Белгорода

г. Белгород, Белгородская область

ПРИЁМЫ РАБОТЫ НА УРОКАХ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СОХРАНЕНИЮ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

Аннотация: статья посвящена влиянию педагога на эмоционально-психическое здоровье личности младшего школьника

Ключевые слова: психическое здоровье, младший школьник.

Педагогический процесс есть процесс развития ребенка. И его можно назвать успешным в том случае, если не разрушено физическое, психическое или духовное здоровье ребенка. Проанализировав причины ухудшения здоровья младших школьников, специалисты на первое место поставили стрессовые ситуации. Учитывая, что главной деятельностью детей в школе является учебная деятельность, стрессовые ситуации подстерегают школьников именно на уроке.

Что может сделать каждый из нас, педагогов, чтобы не разрушить эмоционально-психическое здоровье личности младшего школьника.

«У тебя всё обязательно получится!»

Ситуация успеха, созданная в классе, позволяет всем участникам процесса настроиться на плодотворную работу. Положительные эмоции облегчают усвоение материала, что в свою очередь уменьшает утомление, стимулирует высшую нервную деятельность ребенка, улучшает психологический климат в классе, предупреждает невротические реакции детей и способствует сохранению психического здоровья.

«Учиться надо весело, чтоб хорошо учиться!»

Ни для кого не секрет, что иногда отметочные результаты учебной деятельности способствуют формированию школьных стрессов, которые, накапливаясь, губительно действуют на детский организм.

Каждому педагогу нужно взять за правило: урок – это не судебный процесс, а сорок минут радости познания, взаимного обогащения.

Приведу примеры видов урока и приемов, способствующих снятию психоэмоционального напряжения.

– реализация личностно ориентированного и индивидуально – дифференцированного подхода к учащимся, организация групповой деятельности школьников (работа в парах, в группах постоянного состава, в группах сменного состава). Важно, что ребята при такой работе могут свободно общаться, видеть лица друг друга, работать сообща. Групповая работа в какой-то мере помогает решить также проблему длительного сидения за партой;

– уроки-исследования, уроки по выполнению проектных задач.

– уроки-викторины, создателями которых могут стать все желающие,

– уроки с элементами театрализации, а также подготовка постановок является прекрасным средством снятия психоэмоционального напряжения;

– уроки с созданием проблемной ситуации;

– музейные уроки, которые полнее помогают пропустить информацию через себя, ощутить себя частью большого мира, носителем великих традиций.

Дети на таких уроках вовлечены в активную познавательную и творческую деятельность, не чувствуют усталости, сохраняют энергию на последующее время обучения. Ведь если процесс получения знаний интересен и мотивирован, то усвоение материала не создаст эффекта перегрузки. И наоборот, то, что вызывает у учащихся отторжение или кажется нудным и бесцельным, приводит к перегрузке даже при относительно небольших объемах материала.

«Девочке повтори, мальчика ободри!»

Различия в обучении мальчиков и девочек обусловлены целым рядом факторов – биологических, физиологических, нейропсихологических, социальных и психолого-педагогических. Поэтому на уроке необходимо учитывать гендерные особенности учащихся. Данный подход предполагает использование сильных сторон обоих полов. Например: у девочек короче период вработываемости, а мальчики медленнее входят в работу. Значит, начало урока – опираемся больше

на девочек. Мальчикам же нужен высокий темп. Им больше подходит обучение через самостоятельное разрешение проблемной ситуации. Здесь уместно использовать элементы дифференцированной работы: мальчики работают самостоятельно, а девочки работают как бы «на подхвате», используя пошаговые технологии. Как только начинается повторение, закрепление – мальчики выпадают из процесса, их внимание ослабевает. А девочки уверенно берут инициативу: им известен алгоритм, информация уложена в схему. Для них не составляет труда запомнить правило или порядок операций и затем применять его в подобных типовых ситуациях.

У мальчиков и девочек разные каналы усвоения знаний. Девочки преимущественно воспринимают информацию на слух, к ним подходит вербальный способ обучения, а источник познания мальчиков – глаза и руки. Для них важна наглядно-прикладная сторона обучения.

Деятельность девочек чаще опираются на ближнее зрение, поэтому они лучше справляются с заданиями на индивидуальных карточках, деятельность мальчиков – на дальнее зрение, для них проще, чем девочкам, работать у доски, использовать все учебное пространство кабинета.

«Импульс – стресс – адаптация»

Многие учителя не понимают или не признают важность и необходимость физкультурной минутки, игнорируют их. Есть учителя, которые превращают физпаузу в занимательную игру. Коллеги, никакой отдых такая физминутка не принесёт, так как напряжённо работает нервная система и в движении находятся только руки. Не пожалейте 5 минут на уроке, дайте детям отдохнуть, а еще лучше, научитесь сами и научите своих учеников методам релаксации. Большинство из нас уже настолько привыкло к душевному и мышечному напряжению, что воспринимают его как естественное состояние, даже не осознавая, насколько это вредно.

Несомненно, чтобы наши дети росли здоровыми, а значит успешными, они всегда должны испытывать интерес к уроку, комфорт и защищенность. Этому не

научит ни один учебник, это осваивается самостоятельно. Это самостоятельный путь к мастерству. Он непрост, но наполняет смыслом жизнь педагога.