**Рекомендации для педагогов.**  
По адаптации учащихся первых классов к школе и учебной деятельности

1.Обеспечить оптимальный процесс физиологической адаптации, т.е. помнить, что длительное напряжение, утомление и переутомление могут стоить ребенку здоровья.

* обеспечить своевременную смену видов деятельности;

не давать задания,

* требующие длительного сосредоточения взгляда на одном предмете, монотонных движений;
* отводить большее место практическим действиям с предметами, работе с наглядностью.

1. Систематически проводить индивидуальную работу с детьми, имеющими трудности в адаптации.
2. Обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к детям, имеющим особенности в психофизическом развитии и поведении: леворукие, синдром гиперактивности, застенчивость, неврозы и т. п.
3. Включать детей, занимающих низкое статусное положение в группе сверстников, в общественнозначимую деятельность, повышая их авторитет и самооценку.
4. Использовать активно-положительный стиль педагогического общения с детьми и обеспечить максимально возможную преемственность в методах работы учителя и воспитания.
5. Используйте активные формы работы для формирования коллектива и создания благоприятного социально - психологического климата.
6. Знание психологических особенностей детей 6-го года жизни (включая изменения, происходящие в период кризиса 7 лет) - залог наиболее эффективного взаимодействия с учащимися.
7. Помогите детям организовать свою деятельность, повторяйте последовательность действий из урока в урок.
8. Просите повторить задание самых невнимательных учеников, но не в качестве наказания.
9. Используйте игровые приемы, специальные развивающие игры. Чаще всего в 6 лет игра всё ещё остается ведущим видом деятельности.
10. Организуйте личное общение с каждым учеником своего класса; будьте в курсе их радостей и переживаний.
11. Постоянно подвергайте анализу свою деятельность, ведите поиски новых эффективных методов, приемов обучения, используйте метод сотрудничества и приемы дифференцированного обучения.

**Помните, что шестилетка - маленький человек в зоне перехода, весь устремленный в будущее, который имеет право на счастье и уважение своего сложного внутреннего мира со стороны взрослых. Ребёнок - равное нам существо, что он не готовится к жизни, а живет полнокровной жизнью, возможно гораздо более насыщенной и интересной чем наша.**

РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ ПО ПОВЫШЕНИЮ ШКОЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ



1. Предоставление частичной свободы выбора.

2. Интерес и радость должны быть основными переживаниями школьнику в процессе обучения

3. При обучении необходимо учитывать запросы, интересы и устремления детей.

4. Самой мощный стимул в обучении «Получилось!!!» Отсутствие этого стимула, означает отсутствие смысла учебы. Нужно научить разбираться ребенка в том, что ему непонятно, начиная с малого. Одну большую задачу разбить на подзадачи так, чтобы ребенок смог самостоятельно их сделать. Если, ребенок в каком то виде деятельности достигнет мастерства, то внутренняя мотивация будет расти.

5. Рост уверенности в себе, своих силах способствует усилению внутренней мотивации.

6. Отмечайте достижения ребенка. Оценка его достижений поможет продолжить обучение. Например, список успехов может способствовать тому, чтобы он стал самостоятельным.

7. Не наказывать за неудачу, неудача сама по себе является наказанием. Страх и напряжённость затрудняет процесс обучения. Неудачи снижают мотивацию.

8. Для школьников важна сама личность учителя (очень часто даже скучный материал, объясняемый любимым учителем, хорошо усваивается).

9. Правильно преподносить содержание учебного материала, чтобы это было интересно.

10. Изменять методы и приемы обучения.

11. По возможности стараться на уроке чаще обратиться к каждому ученику, осуществляя постоянную «обратную связь» – корректировать непонятное или неправильно понятое.

12. Ставить оценку ученику не за отдельный ответ, а за несколько (на разных этапах урока) – вводить забытое понятие поурочного балла.

13. Постоянно и целенаправленно заниматься развитием качеств, лежащих в основе развития познавательных способностей: быстрота реакции, все виды памяти, внимание, воображение и т. д. Основная задача каждого учителя – не только научить, а и развить мышление ребенка средствами своего предмета.

14. Стараться, когда это возможно, интегрировать знания, связывая темы своего курса как с родственными, так и другими учебными дисциплинами, обогащая знания, расширяя кругозор учащихся.

15. Всеми возможными способами пробуждать в учениках интерес к учебе – быть самим интересным, сделать интересными методы преподнесения информации и сделать интересной свою дисциплину.

16. Игра является мощным стимулом интереса к окружающей жизни. Казалось бы, игра — дело лишь маленьких детей. Но практика показывает, что это не так. Наибольшую эффективность игровая мотивация показывает в среднем школьном возрасте. Младшие более управляемы, старшие — взрослее и целеустремленнее. Средний же возраст как раз и надо цеплять чем-то азартным и вдохновенным. Различные возрасты диктуют совершенно различные игры. Связано это с теми новообразованиями, которые формируются в психике человека по мере взросления. Игры младшего возраста более линейны, младшего среднего — командные, старшего среднего — подразумевают яркую реализацию в личных поступках, в старших классах становится важным отыгрыш и реконструкция незнакомых образов, интересные и необычные модели действительности. Каждый возраст находит в игре свое, и в целом игровая деятельность оказывает огромный эффект в деле формирования личности человека, его знаний и мышления.

17. Создание ситуации успеха, через выполнение заданий посильных для всех учащихся, изучение нового материала с опорой на старые знания.

18. Положительный эмоциональный настрой, через создание на уроке доброжелательной атмосферы доверия и сотрудничества, яркую и эмоциональную речь учителя.

19. Рефлексия, через оценку собственной деятельности и деятельности других, оценку результата деятельности, вопросы, требующие многовариантных ответов (например, «почему было трудно?», «что открыли, узнали на уроке?» и т.д.).

20. Занимательность, необычное начало урока, через использование музыкальных фрагментов, игровые и соревновательные формы, юмористические минутки.

21. Включение учащихся в коллективную деятельность, через организацию работы в группах, игровые и соревновательные формы, взаимопроверку, коллективный поиск решения проблемы, приём «метод проб и ошибок», оказание учащимися помощи друг другу.

22. Необычная форма преподнесения материала.

23. Сотрудничество на уроке, через совместное решение проблемы и разрешение противоречий, эвристическую беседу, учебную дискуссию, выделение существенных признаков предметов, классификацию, обобщение, моделирование.

24. Стимулирование деятельности, через оценку, благодарность, словесное поощрение, выставку лучших работ, оказание учителем незначительной помощи, усложнение заданий.

25. Выяснить, что является причиной низкой мотивации учеников: неумение учиться или ошибки воспитательного характера. После этого поработать с проблемными сторонами.

26. В деле повышения интереса ребенка к учебному процессу очень важен контакт с ребенком и доверительная атмосфера.

27. Создание атмосферы энтузиазма, оптимизма и веры детей в свои способности и возможности.

28. Применяйте новые информационные технологии.

29. Игра является самым сильным мотивирующим фактором, который удовлетворяет потребность школьников в новизне изучаемого материала и разнообразии выполняемых упражнений. Игра, а именно, ролевая игра дает широкие возможности для активизации учебного процесса.

30. Уважайте личность каждого ребенка.

**Рекомендации педагогам**

**Первая помощь при стрессе**

***1.Противострессовое дыхание.*** Медленно выполняйте глубокий вдох через нос; на пике вдоха на мгновение задержите дыхание, после чего сделайте выдох как можно медленнее. Это успокаивающее дыхание. Постарайтесь представить себе, что с каждым глубоким вдохом и продолжительным выдохом вы частично избавляетесь от стрессового напряжения.

***2. Минутная релаксация***. Расслабьте уголки рта, увлажните губы. Расслабьте плечи. Сосредоточьтесь на выражении своего лица и положении тела: помните, что они отражают ваши эмоции, мысли, внутреннее состояние. Вполне естественно, что вы не хотите, чтобы окружающие знали о вашем стрессовом состоянии. В этом случае вы можете изменить «язык лица и тела» путем расслабления мышц и глубокого дыхания.

***3. Оглянитесь вокруг и внимательно осмотрите помещение, в котором вы находитесь.***Обращайте внимание на мельчайшие детали, даже если вы их хорошо знаете. Медленно, не торопясь, мысленно переберите все предметы один за другим в определенной последовательности. Постарайтесь полностью сосредоточиться на этой «инвентаризации». Говорите мысленно самому себе: «Коричневый письменный стол, белые занавески, красная ваза для цветов» и т.д. Сосредоточившись на каждом отдельном предмете, вы отвлечетесь от внутреннего стрессового напряжения.

***4. Если позволяют обстоятельства, покиньте помещение, в котором у вас возник стресс.***

***5. Выполните следующее упражнение***: встаньте, ноги на ширине плеч, наклонитесь вперед и расслабьтесь. Голова, плечи и руки свободно свисают вниз. Дыхание спокойное. Фиксируйте это положение 1–2 минуты, после чего очень медленно поднимайте голову (так, чтобы она не закружилась).

***6. Займитесь какой-нибудь деятельностью***: начните стирать белье, мыть посуду или делать уборку. Секрет этого способа прост: любая деятельность, и особенно физический труд, в стрессовой ситуации играет роль громоотвода — помогает отвлечься от внутреннего напряжения.

***7. Включите успокаивающую музыку***. Постарайтесь вслушаться в нее, сконцентрироваться на ней. Помните, что концентрация на чем-то одном способствует полному расслаблению, вызывает положительные эмоции.

***8. Побеседуйте*** на какую-нибудь отвлеченную тему с человеком, находящимся рядом. Если же рядом никого нет, позвоните по телефону своему другу или подруге, это вытеснит из вашего сознания внутренний диалог, насыщенный стрессом.

***Восемь способов снятия нервного напряжения***

**1.**Сделайте несколько глубоких вдохов. Этим вы приглушите чувства нервозности и беспокойства, возникающие первыми в практически любой стрессовой ситуации.

**2.**Потянитесь. Большинство из нас отвечают на стрессовое воздействие мышечным напряжением, а растягивание мышц в определенной степени уменьшает ощущение стрессового «нажима».

**3.** Выпятите «грудь колесом». Это делается не только для того, чтобы почувствовать свою значимость в психотравмирующей, стрессовой ситуации. Вы расправляете грудь, чтобы вам было легче дышать. В состоянии стресса напряжение мускулатуры может вызывать затруднения дыхания, что обычно усиливает беспокойство, которое человек и так чувствует в подобной ситуации. Первый раз, когда плечи идут назад, глубоко вдохните, затем, когда они расслаблены, выдохните. Повторите это 4–5 раз, затем снова глубоко вдохните. Повторите всю последовательность 4 раза.

**4.**Полностью расслабьтесь. Для этого существует самый простой способ так называемой прогрессивной релаксации. Начиная с макушки до кончиков пальцев ног, напрягите одновременно одну группу мышц своего тела, подержите это напряжение несколько секунд, а затем дайте мышцам расслабиться.

**5.** Примите (если есть такая возможность) горячую ванну. Когда человек напряжен в стрессовой ситуации, когда он беспокоен и даже тревожен, приток крови к его конечностям уменьшается. Горячая же вода восстанавливает циркуляцию крови, как бы давая понять организму, что он находится в безопасности и что уже можно расслабиться. Если рядом нет ванны (или душа), то можно просто подержать руки под струей горячей воды из крана до тех пор, пока вы не почувствуете, что напряжение уходит. К тому же проточная вода, по мнению биоэнерготерапевтов, «смывает» накапливающуюся в человеке «отрицательную», вредную для его здоровья энергию.

**6.** Два или три раза в неделю давайте себе физическую нагрузку. Упражнения не должны быть изматывающими, но если после занятий вам не понадобился душ, значит, вы что-то делали неправильно или же просто недостаточно тренировались.

**7.** Пейте больше воды (1–1,5 литра в день).

**8.** Когда вы подавлены или рассержены, займитесь интенсивной физической работой: вскопайте огород, раскидайте сугробы, переставьте мебель или просто разбейте старые тарелки. Можете отправиться за город и покричать. Подобные неадекватные поступки неплохо защищают человека от стрессов.

**Рекомендации для педагогов**

**Психолого-педагогические правила и способы установления**

**контактов с семьей.**

**Первое правило. *В основе работы классного руководителя с семьей должны быть действия и мероприятия, направленные на укрепление и повышение авторитета родителей.***

Нравоучительный, назидательный, категоричный тон нетерпим в работе классного руководителя, так как это может быть источником обид, раздражения, неловкости. Потребность родителей посоветоваться после категоричных «должны», «обязаны» – исчезает. Единственно правильная норма взаимоотношений учителей и родителей – взаимное уважение. Тогда и формой контроля становится обмен опытом, совет и совместное обсуждение, единое решение, удовлетворяющее обе стороны. Ценность таких отношений в том, что они развивают и у учителей, и у родителей чувство ответственности.

**Второе правило. *Доверие к воспитательным возможностям родителей. Повышение уровня их педагогической культуры и активности в воспитании.***

Психологически родители готовы поддержать все требования, дела и начинания учебного заведения. Даже те родители, которые не имеют педагогической подготовки и высшего образования, с глубоким пониманием и ответственностью относятся к воспитанию детей.

**Третье правило. *Педагогический такт, недопустимость неосторожного вмешательства в жизнь семьи.***

Классный руководитель – лицо официальное. Но по роду своей деятельности нередко он становится вольным или невольным свидетелем семейных отношений. Хороший классный руководитель в семье не чужой. В поисках помощи родители ему доверяют сокровенное, советуются. Какой бы ни была семья, какими бы воспитателями ни были родители, учителю важно быть всегда тактичным, доброжелательным. Все знания о семье он должен оставлять конфиденциальными.

**Четвертое правило. *Жизнеутверждающий настрой в решении проблем воспитания, опора на положительные качества ребенка, на сильные стороны семейного воспитания. Ориентация на успешное развитие личности.***

Формирование характера воспитанника не обходится без трудностей, противоречий и неожиданностей. Их надо воспринимать как проявление закономерностей развития, тогда сложности, противоречия, неожиданные результаты не вызовут негативных эмоций и растерянности педагога.

**Индивидуальное общение**

При общении с родителями учителю важно так строить беседу, чтобы родители убедились, что они имеют дело с профессионалом, любящим и умеющим учить и воспитывать детей.

**Проведение беседы с родителями по инициативе учителя**

*1. Постановка психологической цели.*

– Что я хочу от родителей? *(Вылить свое раздражение на ребенка? Наказать ребенка руками родителей? Показать родителям их педагогическую несостоятельность?)*

При всех указанных вариантах не стоит вызывать родителей, т. к. такие психологические цели свидетельствуют о профессиональной беспомощности педагога и отрицательно повлияют на общение учителя и семьи.

Вызывать родителей стоит, если учитель хочет лучше узнать ребенка, понять причины его поведения, подобрать индивидуальный подход к нему, поделиться положительными фактами относительно ребенка и т. д., т. е. психологическая цель должна быть стимулом для дальнейшего общения с родителями.

*2. Организация начала диалога.*

Приветствуя родителей, необходимо оставить свои дела, встать навстречу, улыбнуться, доброжелательно сказать слова приветствия, представиться (если встречаетесь впервые), обратиться к ним по имени–отчеству.

*3. Установление согласия на контакт.* Это означает, что учитель обязательно обговаривает время диалога, особенно если он видит, что родитель торопится, необходимо уточнить, каким запасом времени тот располагает. Лучше перенести разговор, чем проводить его в спешке, т. к. он все равно не будет эффективным.

*4. Создание обстановки диалога заключается в том,* что учитель продумывает, где и как будет проходить диалог. Недопустимо, чтобы учитель сидел, а родитель стоял, или чтобы учитель сидел за своим столом, а родитель – за ученическим.

Вызывая родителя для беседы, учитель не должен забывать, что беседа подразумевает диалог, следовательно, ему нужно продумать не только свое сообщение, но и то, что он хочет услышать от родителя, поэтому ему необходимо сформулировать свои вопросы к родителям ученика и дать возможность высказаться им.

**Проведение диалога.**

* Начало разговора должно содержать положительную информацию о ребенке.
* Факты о поведении или успеваемости ученика должны подаваться очень корректно, без оценочных суждений.
* Не следует после положительной информации об ученике продолжать рассказ о негативных фактах через союз «но»: «Ваш сын аккуратный, опрятный, но неорганизованный»
* Переходить к нелицеприятным фактам лучше всего в форме обращения за советом: «Не могли бы Вы мне помочь разобраться (далее идет описание факта)» или «Я не могу понять…», «Я хочу понять, что стоит за этим…».
* При сообщении негативных фактов рекомендуется делать акцент не на них, а на пути преодоления нежелательных проявлений.
* Учитель должен постоянно подчеркивать общую цель его и родителей относительно будущего ребенка, поэтому не следует употреблять выражение «Ваш сын», т. е. противопоставлять себя и родителей.
* Рекомендуется чаще говорить «мы», «вместе», обращаться по имени–отчеству к родителю как можно чаще.
* Самым главным в беседе является высказывание родителя, поскольку именно оно делает разговор беседой, диалогом.
* Конкретные советы должны даваться учителем только в том случае, если родитель просит у него совета.
* Прощаясь с родителем, учителю следует, обращаясь к нему по имени–отчеству, поблагодарить за беседу, высказать свое удовлетворение ею, проводить родителя и сказать слова прощания доброжелательно и с улыбкой.

**Проведение беседы учителем по инициативе родителей**

* Если визит родителя стал неожиданным для Вас. У Вас нет времени на разговор. Проявите максимум внимания к родителю, учителю вместо избегания диалога следует сообщить, что он запланировал очень важное дело, которое нельзя отложить, и располагает временем в… минут, если родителя это устраивает, то можно поговорить, если нет, то он выслушает его в другое удобное время.
* Таким образом, учитель дает понять о своем желании диалога, несмотря на неблагополучные обстоятельства.
* Выслушайте родителя. Дайте родителю «выпустить пар». Помните, что на самом деле агрессия направлена не на Вас, а на образ, сложившийся у родителей. Важно не отвечать агрессией на агрессию, т. к. иначе ситуация может стать неуправляемой.
* Следите за своей позой.
* Выражайте сочувствие, понимание переживаний родителей: «Я вижу, Вы обеспокоены успеваемостью (имя ребенка) «Постараюсь понять Вас…», «Давайте вместе разберемся» – придадут беседе конструктивный характер, что поможет выяснить истинную причину обращения к учителю.
* Учителю не следует упускать того, что родитель приходит с определенными фактами. Задача учителя состоит в том, чтобы определить степень обоснованности этих фактов.
* Доказать несостоятельность этих фактов можно только с помощью убедительных аргументов. Умение учителя использовать объективные, хорошо обоснованные аргументы повышает его компетентность в глазах родителей.
* Необходимо ответить на все вопросы родителя. Это способствует переводу беседы на деловой уровень общения и выяснению всех остальных «болевых точек» родителя в области обучения его ребенка.

**Рекомендации по профилактике и устранению синдрома профессионального выгорания**

1. **Определение краткосрочных и долгосрочных целей**. Первое не только обеспечивает обратную связь, свидетельствующую о том, что человек находится на правильном пути, но и повышает долгосрочную мотивацию. Достижение краткосрочных целей - успех, который повышает степень самовоспитания. К концу очередного рабочего года очень важно включить цели, доставляющие удовольствие.

2. **Общение**. Когда люди анализируют свои чувства и ощущения и делятся ими с другими, вероятность "выгорания" значительно снижается или этот процесс менее выражен. Поэтому рекомендуется, чтобы работники делились своими чувствами с коллегами и искали у них социальной поддержки. Если вы делитесь своими отрицательными эмоциями с коллегами, те могут помочь найти вам разумное решение возникшей у вас проблемы.

3**. Использование "тайм-аутов".** Для обеспечения психического и физического благополучия очень важны "тайм-ауты", т. е. отдых от работы и других нагрузок. Работники любой сферы имеют отпуск, отдыхают во время праздников и в выходные дни.

4. **Овладение умениями и навыками саморегуляции.** Овладение такими психологическими умениями и навыками, как релаксация, идеомоторные акты, определение целей и положительная внутренняя речь, способствует снижению уровня стресса, ведущего к "выгоранию".

5. **Сохранение положительной точки зрения.** Найдите людей, которые обеспечат социальную поддержку и, следовательно, помогут сохранить положительную точку зрения в отношении ваших действий.

6. **Контроль эмоций, возникающих после завершения намеченной работы.**

При решении профессиональных задач важно уметь контролировать чувство тревожности и напряженности. Но завершение работы не всегда устраняет сильные психологические чувства, особенно если работа не принесла нужных результатов.

7. **Поддержание хорошей спортивной формы**. Между телом и разумом существует тесная взаимосвязь. Хронический стресс воздействует на организм человека, поэтому очень важно поддерживать хорошую спортивную форму с помощью физических упражнений и рациональной диеты. Неправильное питание, увеличение или снижение массы тела отрицательно влияют на уровень самооценки и способствуют развитию синдрома "выгорания".

**Рекомендации педагогам по работе с гиперактивными детьми**

Помните, что гиперактивность – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз. Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а, скорее, ухудшат его.

1. Давайте задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ребенка. Избегайте предъявления завышенных или заниженных требований к детям с СДВГ.
2. Ищите слова поддержки даже в ситуации неуспеха ребенка. Гиперактивный ребенок нуждается в ощущении временности своей несостоятельности и вере взрослых в его возможности. Используйте фразы: «Пока у тебя это не получилось, но если ты потренируешься, то ты справишься с этим заданием», «Я верю в тебя» и т.п.
3. Прикосновение является сильным стимулятором для формирования поведения и развития навыков обучения. Прикосновение помогает поставить якорь на положительном опыте.
4. Всегда помните: необходимо договариваться, а не стараться «сломить».
5. Чтобы отвлечь ребенка, задайте неожиданный вопрос, отреагируйте неожиданным для ребенка образом.
6. Автоматически, одними и теми же словами повторяйте многократно свою просьбу (нейтральным тоном).
7. Не настаивайте на том, чтобы ребенок, во что бы то ни стало, приносил извинения.
8. Не читайте нотаций (ребенок все равно их не услышит).
9. Хорошее поведение и успехи в любой деятельности вознаграждайте.
10. Направляйте лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло – убрать, сложить, подмести, собрать и т.д.
11. Сложные указания предлагаются в виде последовательных частей, и педагог периодически контролирует ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы.
12. Создавайте ситуации успеха, в которых ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны. Научите его лучше их использовать, чтобы компенсировать нарушенные функции за счет здоровых.
13. Оптимальное место для гиперактивного ребенка – в центре класса, напротив доски. Он всегда должен находиться перед глазами учителя. Ему должна быть предоставлена возможность быстро обращаться к учителю за помощью в случаях затруднений.
14. Направляйте лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло – во время урока попросите его вымыть доску, собрать тетради и т.п.
15. Совместно с психологом помогайте ребенку адаптироваться в условиях школы и в классном коллективе – воспитывайте навыки работы в школе, обучайте необходимым социальным нормам и навыкам общения.
16. Помните, что положительные изменения наступят не так, быстро, как хотелось бы. Улучшение состояния ребенка зависит не только от специальной коррекции, но и от спокойного и последовательного отношения.

[**Что для меня значит школьная отметка?**](http://co178.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=158:chto-dlya-menya-znachit-shkolnaya-otmetka&catid=65&Itemid=191)

С поступлением в школу в жизни ребёнка начинается новая полоса; ведущей формой его деятельности становится учебная деятельность с её особым режимом. Первый вопрос, который обычно задают ребёнку школьного возраста: “Как ты учишься, какой ты ученик - отличник, хороший, средний или плохой?” Теперь уже именно это определяет его лицо и место среди других людей. Успехи и неудачи в учебной деятельности, а главное оценка учителем результатов его учебного труда начинают определять и отношение ребёнка к самому себе, т.е. его самооценку.

Изучение мнений учащихся показало, что положительные систематические подкрепления их учебной деятельности, свидетельствующие об их достижениях, не являются гарантией позитивности их самооценки, но значительно повышают вероятность такого результата. Кроме того, успеваемость стала предметом конкурентной борьбы детей, и при этом страх ребёнка потерпеть в ней поражение используется педагогами как основное средство учебной мотивации. Очень часто оценки в учебно-воспитательном процессе служат главным средством воздействия учителя на учащихся.Проблема школьных оценок долгое время является предметом изучения педагогов и психологов. Комплекс переживаний, обусловленных оценками деятельности личности ученика, может являться источником психического нездоровья, причинами которого является высокий уровень тревожности.В узле проблем, связанных со школьной оценкой, переплетены родительская любовь, собственная самооценка школьника, взаимоотношения в системе «учитель – ученик», уважение одноклассников и множество других сильных эмоциональных переживаний ребенка. Если предложить детям школьного возраста закончить предложение «Когда я получаю плохую отметку….», то можно предугадать варианты их ответов. Скорее всего, это будут следующие слова: «Пропадает настроение на весь день», «Я сильно огорчаюсь, и мне становится грустно», «Становлюсь раздражительным», «Пропадает желание делать уроки», «Я обижаюсь на учителя» и т.д. Школьная отметка является сверхсильным раздражителем для ребенка, с которым психика ребенка не всегда в состоянии справиться. Результат действия такого раздражителя – резкие перепады настроения, эмоциональная неустойчивость, высокий уровень тревожности.

**Тема для размышлений: «Что же такое школьная отметка?»**

* Итог работы, которую сделал ученик
* Кнут, которым подстегивается школьник
* Средство репрессий и наказаний
* Отчет, который школьник предоставляет родителям

**Советы для педагогов**

**Простые и эффективные правила поведения в конфликтной ситуации**

**Правило №1.**

Оставайтесь спокойными, контролируйте свои эмоции. Четко ведите свою линию в беседе, которая направлена на успех переговоров.

**Правило №2.**

Попробуйте перевести агрессивного партнера с деструктивного русла в положительное. Для этого дайте ему понять, что ему самому выгоднее вести конструктивные переговоры.

**Правило №3.**

Если партнер не сбавляет обороты и продолжает контратаку, не отвечайте ему тем же. Дайте ему высказаться. Постарайтесь внимательно его выслушать и уясните суть. Проведите анализ его некорректного поведения, выявите его причины. Постарайтесь приложить усилия для определения интересов партнера за его жесткой позицией.

**Правило №4.**

Найдите несколько вариантов решения этой проблемы. Расскажите о них партнеру. Пусть он предложит свои варианты их решения, а затем вместе совершенствуйте их. Вместе же составьте прогноз того, что будет, если один из них будет принят.

**Правило №5.**

Не возражайте против критики и даже поощряйте ее. Просто выскажите свою позицию, неважно, отклонена она или принята. Обязательно поинтересуйтесь у партнера, что мешает ему принять ее и какие пункты кажутся ему неприемлемыми. Критику же направляйте на поиск и совершенствование вариантов решения проблемы.

**Правило №6.**

Во время обсуждения старайтесь спрашивать, а не только утверждать. Ведь вопросы вызывают ответы, а утверждения — возражения.

**Правило №7.**

Лучшим ответом на резкий выпад или неприемлемое предложение будет продолжительное молчание. Оно вводит собеседника в состояние неловкости. Если собеседник не уверен в своей позиции, он обязательно предложит другой вариант.