

**ЕЛЕКТРОННИЙ ЖУРНАЛ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ  
СИСТЕМИ ОСВІТИ ДНІПРОПЕТРОВЩИНИ**



№ 10,  
Листопад  
2018

# **ІНСАЙТ**



*Важливо вірити, що талант нам дається не просто так  
– і що за будь-яку ціну його потрібно для чогось  
використовувати.*

**Марія Склодовська-Кюрі.**

# Зміст

<b>1. Почуйте серцем голос вашої дитини</b>	
<i>Дробот Л.В.</i> .....	5
<b>2. Темперамент як характеристика дитини</b>	
<i>Стрелец В.О.</i> .....	11
<b>3. Їжачок –питайлик</b>	
<i>Єфремова С.М.</i> .....	19
<b>4. Як цеглинка пізнала світ</b>	
<i>Липкань С.В.</i> .....	23
<b>5. Емоційне розвантаження</b>	
<i>Ашеулова І.П.</i> .....	26
<b>6. Позаурочна діяльність як чинник мотивації учнів до життєвого проектування</b>	
<i>Падеріна Т.М.</i> .....	44

# Передмова

*Шановні співробітники психологічної служби системи освіти  
Дніпропетровської області!*

До вашої уваги пропонується десятий випуск щомісячного періодичного електронного журналу «ІНСАЙТ». Його змістовне наповнення визначили методичні розробки фахівців з власного досвіду роботи, надіслані колегами з різних закладів освіти нашої області.

А що ж таке узагальнення власного досвіду роботи?

Узагальнення власного досвіду роботи і оформлення його у вигляді статті – це вихід на науково-методичний рівень професійної діяльності, це «зустріч» теорії і практики, це такий вид роботи, який потребує відповідної мотивації та достатнього рівня загально інтелектуальних вмінь і навичок, а саме:

- 1) вміння відібрати необхідний матеріал для розкриття обраної теми;
- 2) логічність і послідовність у розкритті теми;
- 3) точність в описі фактів і формулюванні понять;
- 4) вміння навести приклади, що ілюструють наданий матеріал;
- 5) вміння робити висновки;
- 6) вміння стилістично і граматично правильно оформити роботу;
- 7) вміння аналітично мислити та узагальнювати.

З цього приводу хочеться зазначити, що методичний компонент професійної діяльності практичного психолога і соціального педагога є найменш представленим в переліку професійно-важливих якостей спеціаліста, зокрема в професіограмі. Багато уваги приділяється розвитку таких професійно-

важливих якостей як атенційні здібності, соціальний та емоційний інтелект, комунікативна компетентність, психоемоційна саморегуляція, професійна рефлексія та інші.

Як правило, про методичний компонент згадують під час проходження атестації переважно на вищу кваліфікаційну категорію та обов'язково при присвоєнні педагогічного звання «практичний психолог-методист».

Саме тому основна мета нашого віртуального електронного проекту – спонукати колег до методичної роботи, а саме до узагальнення власного досвіду роботи і у такий спосіб підвищувати рівень своєї методичної майстерності, розвивати перелічені вище загально інтелектуальні вміння і навички і у такий спосіб крок за кроком наближатись до найвищого рівня професійної кар'єри – присвоєння педагогічного звання «практичний психолог-методист».

До того ж, ми вже неодноразово акцентували вашу увагу на умовах професійного зростання, на чотирьох компонентах професійної майстерності: теоретичному, методичному, практичному і особистісному. Отже, щоб запобігти такому явищу як професійна стагнація, читайте новий випуск журналу, знайомтесь з досвідом роботи колег та не забувайте узагальнювати свій власний досвід практичної роботи і надсилати до нашого журналу.

Методисти-психологи жартують:

Психологія скоро досягне таких висот, що у кожної людини буде свій особистий психолог, а у кожного психолога - свій особистий методист.

Сам собі психолог - це як сам собі стоматолог: боляче, незручно і може спричинити ускладнення ...

**Нагадуємо вам, що публікація в електронному журналі «ІНСАЙТ» це – презентація + сертифікація + профілактика професійної стагнації!**

**Крокуйте з нами у пошуках інсайтів!**

***З повагою, редакційна колегія журналу «ІНСАЙТ»***

*Управління освіти виконавчого комітету  
Покровської міської ради  
комунальний дошкільний  
навчальний заклад № 13 «Малятко» (ясла – садок)  
комбінованого типу корекційно – відновлювального спрямування*

# **Міні – тренінг**

**«Почуйте  
серцем  
голос  
вашої  
дитини»**

**Підготувала:  
практичний психолог**

**Дробот Л.В.**

**м. Покров  
2018н.р.**

## **Міні – тренінг «Почуйте серцем голос вашої дитини» для батьків та вихованців ДНЗ.**

**Мета:** Налагодження взаємодії дошкільного закладу з батьками. Створення дружніх і доброзичливих стосунків між батьків групи. Спонукає батьків до вільного невимушеного спілкування. Формувати у батьків модель позитивних стосунків з дітьми. Створити ситуацію позитивного настрою.

### **1. Вправа - привітання «Посмішка»**

**Практичний психолог:** У вас гарний настрій? Як без слів подарувати його іншим людям при зустрічі? Звичайно посмішкою. Вона може зігріти своїм теплом, показати вашу дружелюбність, поліпшити настрій. Давайте посміхнемося один одному.

### **2. Вправа «5 шляхів до серця дитини»**

**Практичний психолог:** Висловлювати свою любов дитині батьки можуть через *дотик, слова заохочування, час, допомогу, подарунок.*

Кожна дитина потребує батьківської любові. І батьки мають вчитися виявляти вою любов до неї. Спілкуючись зі своїми дітьми, бажано насамперед нагадувати собі декілька фактів, які допоможуть у вихованні дітей та побудові гарних дружніх стосунків з ними.

*«Переді мною – діти»*

*«Вони поводять себе як діти»*

*«Таке буває, що поведінка дітей нервує батьків»*

*«Якщо я любитиму дитину, не зважаючи ні на що, вони відчуватимуть впевненість у собі і мою підтримку»*

### **3. Практична частина.**

**Практичний психолог:** Я запрошую вас шановні батьки до розмови, до спілкування, щоб спробувати знайти шляхи до серця своєї дитини. А для цього ми покличемо ваших діточок і вони підкажуть нам найкоротший шлях до свого серця.

**1. Практичний психолог:** Перший шлях до серця дитини ми пройдемо разом. Це **Дотик** - один із проявів любові до людей. Коли ви виражаєте свою любов за допомогою ніжних дотиків, поцілунків, цим ви можете сказати набагато більше, ніж словами «Я тебе люблю»

**Скільки треба для щастя:**

*4 обійми в день –*

*щоб вижити дитині.*

*12 обіймів –*

*це нормально.*

*а більше обіймів –*

*це щастя!!!!*

Це необхідно для нормальної життєдіяльності дитини, сприяє виробленню гармонії щастя, надає почуття захищеності, впевненості в собі.

**Практичний психолог:** Міцно обійміть своїх дітей та поцілуйте їх.

**2. Практичний психолог:** Хочу ознайомити вас з другим шляхом до серця дитини. Це **Слова заохочення** - коли ми хвалимо дитину, ми дякуємо їй за те, що вона зробила, чого досягла сама.

Кожного дня даруйте дитині приємні слова-підтримки, заохочення, ласки, схвалення. Пропоную виконати вправу «**Дуже добре**»

Шановні батьки виберіть в чарівній скринці підказку як можна сказати дитині «Дуже добре» та на вушко скажіть ті слова ,які ви хотіли би подарувати своїй дитині.

1. Ти зараз на правильному шляху.
2. Тобі це вдалося.
3. Я знала, що ти можеш це зробити.
4. Це чудова робота!
5. Ти робиш це красиво!
6. Велика тобі подяка.
7. Ти молодець !
8. Я вірю в тебе!

9. Я пишаюся тобою!

10. Розумник!

11. Гарна робота!

12. Це твоя перемога!

**3. Психостюд «Сім'я»** *Діти стають в коло.*

**Практичний психолог:** Сімя – наше сонечко.

Воно зігриває нас і дає змогу рости. Протягніть свої ручки і уявіть, що ви тримаєте мамині руки – ласкаві, ніжні, турботливі.

А тепер таткові – сильні, мужні, турботливі.

А тепер бабусені – легенькі, працьовиті. Від них пахне пиріжками.

А це руки дідуся. Ви їх відразу впізнали. Вони добрі, дбайливі, вмілі.

Сплетіть свої пальчики в замочок. Ось така міцна і дружна повинна бути ваша родина. Від неї має йти тепло, як від сонечка. «Бо на сонці тепло, а в родині добре».

**3. Практичний психолог:** Третій шлях це **Час** - це ваш подарунок дитині.

Діти роблять погані вчинки тільки тому, щоб батьки звернули на нього свою увагу. Бути покараним для дитини краще ніж бути забутим.

Проводьте разом час - це найкраща повага до дитини

**Пропоную пограти в гру «Обнімалочки»**

Діти стають у коло, а батьки створюють велике коло, усі учасники

тримаються за руки. Під музичний супровід діти та батьки ходять по колу.

Як тільки музика перестає грати всі розбігаються та намагаються спіймати свою маму, а бо тата.

**4. Практичний психолог:** Особливий шлях дот серця дитини є ваша

**Допомога** - материнство і батьківство - це професія, і дуже не легка і робочий день у вас ненормований. Кожного дня діти звертаються до вас з різними запитаннями, проханнями про допомогу.

Якщо дорослі допомагають дитині і роблять це з радістю, то душа дитини наповнюється любов'ю



**Практичний психолог:** Давайте разом з дітками пограємо в цікаву психологічну гру «Будиночок».

Мами з самого вашого народження оберігають і захищають вас. А ви зможете захистити ваших мам.

Для цього я пропоную пограти вам у гру «Будиночок».

Діти і мами у вільному порядку розташовуються по колу. Під час звучання музики всі вільно переміщуються по залу. Після зупинки музики потрібно уважно послухати, що це за слово скаже ведучий. Якщо вимовляється слово «Діти», мами зображують «будиночки», а діти ховаються в них. Якщо вимовляється слово «Мама», діти зображують «будиночки», а дорослі намагаються сховатися в них.

Милі мами, ваші діти можуть піклуватися про вас і навіть захищати.

**5. Практичний психолог:** А цей шлях називається **Подарунок** і він повинен бути символом любові лише тоді, коли дитина відчуває, що батьки дійсно піклуються про нього.

Слід пам'ятати, що ні кількість, а ні коштовність подарунків не відображає силу почуття.

*Дітям пропонується подивитися мультфільм «Трям-тілі-трямдія», а батькам приготувати подарунок для дітей й своїми руками «Веселого равлика» з різнокольорового паперу.*

**4. Практичний психолог:** Наше з вами спілкування хочеться закінчити невеличкою вправою, яка називається **«Різнокольорове серце»:**

Виберіть, будь ласка, кольорове серце, яке вам найбільше подобається.

- Підніміть червоні серця вгору. Зверніть увагу, скільки в нашому дитячому садочку яскравих, гарячих, люблячих сердець!

- Підніміть вгору зелені серця. Скільки в нас ласкавих на ніжних сердець, як молода трава та перша весняна зелень!

- Підніміть вгору сині серця. Подивіться, скільки в нас широких і сильних сердець, як море чи безмежний океан!

- Підніміть вгору жовті серця. . Зверніть увагу, скільки в нашому дитячому садочку добрих та теплих сердець, як сонце!

**5. Пам'ятка для батьків «Подаруйте дитині любов та піклування»**

**6.Ритуал прощання. Вправа «Аплодисменти»:**

**Практичний психолог:** Ми з вами сьогодні добре попрацювали.

І на завершення я пропоную подивіться на свої долоні і уявіть на одній

**ПОСМІШКУ** на інший **РАДІСТЬ** ось щоб вони

не пішли від нас їх треба міцно міцно з'єднати в оплесках.

Бажаю вам здоров'я, щастя, успіхів у вихованні своїх дітей.

Нехай вони дарують вам тільки радість.

Дякую за активну участь і плідну роботу!



# Стрелець Валентина Олегівна

*Комунальний заклад освіти  
«Дошкільний навчальний заклад  
(ясла-садок) №240 комбінованого типу»  
«Ромашка»  
Дніпровської міської ради*

Посада-практичний психолог

Моб.тел. 063-425-12-24

[tinka8090@ukr.net](mailto:tinka8090@ukr.net)

«Найскладніше почати діяти,  
все інше залежить тільки від наполегливості»

## Темперамент як характеристика особистості дитини

*Матеріал буде корисним як для батьків так і для педагогів*

Основою індивідуальності дитини є її природні особливості, обумовлені комбінаціями генів, певними анатомофізіологічними особливостями організму, головного мозку, органів чуття, властивостями нервової системи (типом вищої нервової діяльності, який є фізіологічною основою темпераменту).

Про належність дитини до певного типу темпераменту можна зробити висновок на основі аналізу її діяльності, поведінки, реакцій на різні впливи. Чим менша дитина, тим простішою і надійнішою є ця класифікація. Тип вищої нервової діяльності визначає не її зміст, а те, якою буде дитина - спокійною, зібраною, мобільною чи метушливою, імпульсивною, хаотичною.

**Темперамент** (лат. *temperamentum* - співвідношення частин) - стійке поєднання Індивідуальних особливостей індивіда, пов'язаних із динамічними аспектами психічної діяльності: Інтенсивністю, швидкістю, темпом, ритмом тощо.

**Головними типами темпераменту: є сангвістичний, холеричний, флегматичний і меланхолічний.** Упродовж дошкільного дитинства змінюється співвідношення основних нервових процесів, вікових і типологічних особливостей дитини, їх обов'язково необхідно враховувати батькам і педагогам у вихованні й розвитку дітей (див. табл.).

### ***Урівноважені й рухливі діти***

Жваві та емоційні діти майже завжди у хорошому настрої. Вони завжди посміхаються. У них легко виникають почуття, які швидко змінюють одне одного; бурхливо реагуючи на незадоволеність дорослих, вони плачуть, але швидко заспокоюються, позбавляються гнітючого настрою. Мовлення жваве, швидке, інтонаційно виразне. Рухи швидкі, точні. Діти легко змінюють темп руху: швидко перемикаються від одних рухів до інших. Засинають такі діти

також швидко, сон у них глибокий. Перехід від сну до неспання відбувається легко, вони прокидаються веселими і бадьорими.

Урівноважені діти легко пристосовуються до різних умов. Нова обстановка і незнайомі люди їх рідко лякають: з незнайомими вони активно спілкуються, не відчують скутості. Період адаптації до дитячого садка у них дуже незначний (3-5 днів). Навички у дітей формуються швидко, зміна навички відбувається легко.

У рухливих дітей широке коло спілкування, багато друзів. До діяльності вони долучаються легко і швидко, можуть проявляти наполегливість, прагнуть змінити способи роботи. Але якщо робота одноманітна або нецікава, то така дитина може не довести її до кінця: її інтереси та бажання змінюються дуже швидко.

За недостатньої педагогічної дії активність і рухливість нервових процесів може стати причиною відсутності наполегливості й посидючості.

У колективі однолітків такі діти часто бувають лідерами, але однолітки, характеризуючи їх, називають таку рису, як хитрість, а спостереження показують, що у таких дітей буває завищена самооцінка. Вона часто формується в сім'ї.

### ***Збудливі, неврівноважені діти***

Вони дуже емоційні, почуття їхні сильні, але нестійкі. Збудливі діти запальні, легко гарячкують. Коли вони лягають спати, то довго не можуть заспокоїтися: їхній сон буває неспокійним. Вранці вони прокидаються швидко, але якщо день почався з небажання щось робити, то поганий настрій зберігається надовго. Мовлення у них швидке, уривчасте, виразне, рухи різкі, іноді поривчасті. У подоланні перешкод діти наполегливі, але нетерплячі, нестримані, дратівливі, імпульсивні.

У присутності незнайомих людей такі діти можуть бути дуже збудженими, ними важко управляти. До дитячого садочку вони звикають

швидко (5-10 днів). Такі діти товариські, хоча дуже часто сваряться з однолітками.

Вони енергійні, здатні виконати великий обсяг роботи. Захопленість допомагає їм долати значні труднощі, проте працюють вони уривками. Не вміючи розраховувати свої сили, вони раптово припиняють що-небудь робити. Сили в таких дітей відновлюються швидко, і вони долучаються до іншої діяльності.

Неврівноваженість дітей часто призводить до появи таких рис характеру, як упертість, запальність.

### *Повільні діти*

Ці діти зовні малоемоційні. Вони спокійні, врівноважені, стримані. Проте почуття їхні глибокі, вони можуть відчувати близькість. Якщо їм доводиться розлучитися зі своїми друзями, вони тривалий час переживають.

Перед сном вони поведуться спокійно, засинають швидко або якийсь час тихо лежать з розплющеними очима. Прокидаються млявими, тривалий час після сну ходять сонними.

Їхнє мовлення повільне, спокійне, з достатнім словниковим запасом, але говорять вони невиразно, з паузами. Увага дітей стійка, виникає вона повільно, перемикання уваги на інше відбувається повільно. До нової обстановки діти також звикають поступово, у спілкуванні з незнайомими людьми поведуться скуто, мовчать. Властива дитині повільність виявляється і в діяльності. Тривалу роботу, що вимагає витрачання сил, напруження, посидючості, стійкої уваги і терпіння, такі діти виконують без стомлення, постійно перевіряючи правильність своїх дій. Темп їхньої роботи повільний, при цьому вони користуються перевіреними способами і методами. Якщо вони хочуть чогось досягти, то проявляють високу активність, здатні долати перешкоди. На цих дітей необхідно звертати особливу увагу, оскільки їхню стриманість і розсудливість легко сплутати з байдужістю, безініціативністю,

лінню. У разі недостатніх виховних дій у повільних дітей можуть розвинути пасивність, вузькість інтересів, слабкість почуттів.

### **Чутливі, уразливі діти**

Уразливі діти довго переживають невдачі і покарання. Настрій у них нестійкий. Слабкість нервових процесів призводить до того, що навіть на незначні дії дорослого (зміна тону голосу) вони реагують чуттєво. Сильна дія дорослого спричиняє у них або стан гальмування, або істерику. Уразливі діти чутливі до зміни режиму, тому можуть засинати і прокидатися по різному, залежно від зовнішніх обставин. За звичних обставин вони довго, неквапливо укладаються, швидко засинають і прокидаються веселими, бадьорими.

Мовлення дітей виразне, хоча часто вони говорять тихо, невпевнено. зосереджуватись діти можуть лише за відсутності сторонніх подразників. Рухи таких дітей повільні, неточні або метушливі.

Навички та звичайні форми поведінки у цих дітей виникають достатньо швидко, але вони нестійкі й залежать від зовнішніх обставин. За звичних обставин дитина все робить правильно й ретельно. У нових ситуаціях такі діти невпевнені, соромливі, відчують страх і тому проявляють працездатність, меншу за свої можливості. До дитячого садочку звикають довго.

У дітей цього типу є важлива позитивна особливість - висока чутливість, яка необхідна під час виховання таких цінних якостей характеру, як доброта і чуйність.

У разі неправильних виховних дій висока вразливість дітей та слабкість їхньої нервової системи можуть перейти в замкнутість, сором'язливість, схильність до внутрішніх переживань.

### **Особливості поведінки дитини за типом темпераменту**

<b>Тип темпераменту</b>	<b>Особливості поведінки дитини</b>	<b>Рекомендації для дорослого</b>
<b>Сангвінік</b>	Дитина емоційна, вразлива,	• Ставитися вимогливо.

	<p>активна, товариська. Прагне проявити ініціативу, легко переходить від одного виду діяльності до іншого, терпляча. Але часто не доводить розпочату справу до кінця, схильна переоцінювати себе, нестійка в інтересах і схильностях, швидко згасає, якщо справа перестає її цікавити.</p> <p>Дитина однаково цікавиться рухливими і спокійними іграми, може зосереджено та ретельно виконувати доручення</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Контролювати вчинки таких дітей.</li> <li>• Не проявляти поблажливості за «дрібні» порушення.</li> <li>• Вимагати від дитини не тільки завершення справи, але й якісного її виконання.</li> <li>• Грубе звернення, образа спричинить відмову від діяльності або агресію</li> </ul>
<p><b>Холерик</b></p>	<p>Дитина надмірно рухлива, активна, енергійна, яскраво виражені емоційні реакції. Любить галасливі і рухливі ігри, із задоволенням відповідає на питання дорослих, товариська у групі. Неслухняна, запальна. Працює уривчасто. Проявляє дратівливість. Нервується в очікуванні, неспокійна</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Навчати дитину правил спілкування: говорити спокійно, не перериваючи одне одного;</li> <li>• Просити, а не вимагати;</li> <li>• Вибачатися, якщо нагрубів;</li> <li>• Полагодити, якщо зламав. організувати фізичну активність (спорт, рухливі ігри).</li> <li>• Не використовувати постійні нотації</li> <li>• Не забороняти дитині рухатися,</li> </ul>



		<p>не використовувати покарання з позбавленням рухів.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Не кричати на дитину — це ще більше порушує її нервову систему</li> <li>• Після спалаху агресивності дитини терпляче й доброзичливо роз'яснити її промахи, обов'язково відзначаючи її успіхи.</li> <li>• У разі порушення поведінки спокійно, але твердо зробити зауваження, іноді повторивши його кілька разів</li> </ul>
<p><b>Флегматик</b></p>	<p>Дитина спокійна, повільна. Вона не може вмиг реагувати на розпорядження дорослих. Малоініціативна, старанна, вдумлива, застережлива, сумлінно ставиться до доручень, терпляча, товариська в колективі</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спокійно реагувати на повільність дитини.</li> <li>• Не робити за дитину того, що вона може зробити сама, але повільніше.</li> <li>• Залучати до ігор і гімнастичних вправ, що розвивають рухи, спритність, кмітливість, орієнтування в</li> </ul>

		<p>просторі.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Розвивати самостійність та ініціативність</li> </ul>
<b>Меланхолік</b>	<p>Дитина вразлива, глибоко переживає образи, замкнута, сором'язлива, тривожна, тиха, некомунікабельна, швидко стомлюється, боїться труднощів. Вона чуйно реагує на настрій і тон дорослого. Така дитина важко адаптується до нової обстановки, до дитячого колективу</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Підбадьорювати дитину, проявляти ласку, але не опікати.</li> <li>• Не допускати суворості (тільки у необхідних випадках).</li> <li>• Захищати дитину від дуже сильного шуму, але при цьому поступово привчати до помірному шуму, спокійно ставитися до нових людей (ігри з життєвими ситуаціями).</li> <li>• За допомогою спорту і змагань розвивати рухи, вчити стійкості, завзятості, вміння долати труднощі</li> </ul>



## **Єфремова Світлана Миколаївна**

**практичний психолог вищої категорії**

**закладу дошкільної освіти № 2 м. Павлограда**

**телефон: 099 44 32 454**

**Електронна адреса: 02sefremova@gmail.com**

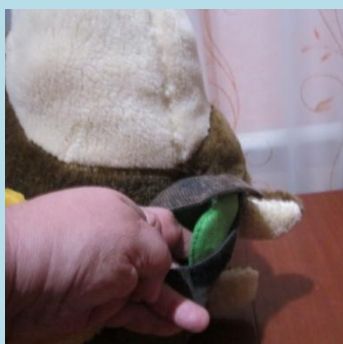
**Блог: <https://02sefremova.blogspot.com>**

***«Приносити користь світу –  
це єдиний спосіб стати щасливим»***

**Ганс Крістіан Андерсен**

## Їжачок – Питайлик

Нещодавно в моєму кабінеті оселилася нова іграшка – їжачок Питайлик. Але це не просто іграшка – вона допомагає мені вирішувати безліч завдань. Їжачка я пошила з хутра, а всі деталі виконала з товстого фетру, до яких зі зворотного боку пришила липучку. Щоб було зручно зберігати всі з'йомні деталі, їжачок має зручну кишеньку. А ще в цю кишеньку зручно складати



сюрпризи для дітей - солодощі, наліпки, намистинки та різні завдання.

На заняттях з розвитку емоційної сфери їжачок забирає намальовані страхи та образи в свою кишеньку, а замість цього дістає зі своєї кишеньки веселі смайлики, медалі «За хоробрість», «Переможцю страхів» та ін. Вивчаючи емоції, діти визначають настрій грибочків, чи підбирають подібний настрій.

На заняттях з розвитку пізнавальних процесів, з допомогою їжачка я пропоную такі завдання: «Що зайве?», «Знайди пару», «Чого не стало», «Що змінилося?», «Погодуй їжачка» - де Їжачок - Питайлик хоче їсти тільки ту їжу, яка схожа на певну геометричну фігуру.



Завдяки новій іграшці, я внесла емоційну фарбу не тільки в корекційні заняття, а й в процес діагностики.

Під час діагностування дошкільників необхідно враховувати мимовільність їхньої уваги, мінливість, швидку стомлюваність. Діти демонструють свої здібності, коли застосовувані методики і психодіагностичні завдання викликають і підтримують інтерес протягом всього обстеження. З досвіду роботи, я переконалася, що втративши інтерес до запропонованих завдань, дитина перестає виявляти здібності і задатки, якими реально володіє. Діти дошкільного віку особливо потребують привабливого наочного матеріалу. Завдання, які пропонує малятам їжачок Питайлик викликають у дітей інтерес, допомагають утримувати увагу протягом всієї діагностики, і як наслідок, дають реальну картину розвитку. Ігрова подача діагностичних завдань дозволяє дітям швидко включитися в роботу і утримувати інтерес до завдань достатньо тривалий час.

Їжачок - Питайлик допомагає швидко встановлювати контакт з дитиною. Питання від їжачка сприймаються дитиною як гра, що дає можливість найбільш повного спостереження за дитиною, знімає напруженість, сприяє створенню у дитини відчуття безпеки.

Орієнтовні питання:

«На який грибочок схожий твій настрій?»

«На який грибочок схожий настрій виховательки ? мами? та ін..»

Коли дитина важко йде на контакт, - «Скажи Питайлику на вушко»

Їжачок - Питайлик може запропонувати дитині його улюблену гру, де він буде швидко задавати питання, а дитина відповідати:

- Скільки тобі років?
- Ти хлопчик чи дівчинка?
- Тобі весело чи сумно?
- Ти любиш морозиво?
- Чого ти боїшся?
- Про що ти мрієш? та інші

Хоч їжачок Питайлик нещодавно оселився в кабінеті психолога, але він вже встиг сподобатися дітям, а я, як фахівець, зробила висновок про доцільність і ефективність використання цієї іграшки в своїй роботі з дітьми.





***ЛИПКАНЬ СВІТЛАНА ВЛАДИСЛАВІВНА***

**Практичний психолог**

**Комунальний заклад освіти «Дошкільний  
навчальний заклад (ясла-садок) № 331»**

**Дніпровської міської ради**

**моб. 0983664076**

**e-mail: [sveto4ka-lip@i.ua](mailto:sveto4ka-lip@i.ua)**

## **Тема: казка «Як цеглинка пізнала світ»**

Мета: сприяти підвищенню самооцінки, зниженню страху перед можливою помилкою, розвивати вміння працювати в команді

Для кого призначається: діти, педагоги та батьки

### **«Як Цеглинка пізнала світ»**

В одній великій коробці, що стояла в кутку, жили собі різні цеглинки. Вони нічого не робили, просто лежали поруч, їм навіть не було цікаво спілкуватися одна з одною, бо вони були дуже зайняті лише собою, своїм тихим безтурботним життям. Але серед них жила одна маленька Цеглинка, яка не хотіла провести так все своє життя і постійно мріяла подивитися, чи існує світ ззовні. Вона часто намагалася вибратися з цієї великої темної коробки, але всі її намагання зводилися на нівець, так як стіни були рівні і гладенькі, зачепитися за них не вдавалося. Кожного разу, як Цеглинка намагалася здертися вгору, інші цеглинки сміялися, казали, що в неї нічого не вийде, а всі спроби будуть даремні. Хтось запитував, нащо їй це потрібно, рекомендували спокійно лежати і нічого не робити. Були й ті, що лякали невідомістю та можливою небезпекою, яка може чекати там, в іншому світі.

Йшов час, а відчайдушна Цеглинка не полишала свої надії пізнати загадковий світ, що можливо є по ту сторону коробки. І ось одного дня, намагаючись знову щось робити, коли сили майже покинули її, а надія почала згасати, вона зрозуміла, що сама не зможе досягнути своєї мети, і необхідно попросити допомоги у інших цеглинок. Тому вона почала довго вмовляти всіх допомогти їй, запевняла, що немає ніякої небезпеки, що в будь-який момент можна знову повернутися в свою коробку, і що це так сумно, просто лежати і не використовувати можливість щось змінити у своєму житті.



На мить, інші цеглинки задумалися, і здалося, що вони нічого не будуть робити. Аж ось, почався якийсь рух. Одні цеглинки прикріплювалися до інших, і на їх подив, в них це добре виходило, бо вони мали спеціальні штирі та заглиблення. Маленька Цеглинка із захопленням спостерігача, як всі працюють мов одна злагоджена команда, і в середині коробки швидко виросла справжнісінька гора. Коли її вершина досягла верхівки коробки, Цеглинка залізла на неї і відкрила маленьку шпаринку. Те що вона побачила, дуже її вразило! Навколо було так багато світла, такі яскраві кольори, всюди лунав гучний сміх і метушилися якісь невідомі істоти. Вже згодом Цеглинка дізналася, що то - діти. А поки, їй кортіло скоріше покинути коробку і пізнати новий світ, що здавався таким неосяжним. Вона опустила очі вниз, і побачила своїх друзів, які завмерли в очікуванні, що ж там?! «Тут так класно!» - сказала Цеглинка посміхаючись. І несподівано, за мить, коробка повністю відчинилася і багато рученят почали швиденько діставати все з неї. Вперше всі цеглинки побачили яскраве світло, одна одну, здивувалися, що вони і чимось схожі, і кожна має щось особливе. Та більш за все, звісно, їх вразив світ навколо, його масштаб та багатогранність. А коли кожна цеглинка, завдяки фантазії дітей, стала частиною гарної архітектурної будови, то радості не було меж. Кожна усвідомила, що має своє призначення в цьому світі.

Тепер стало зрозуміло, що бути в п'яті, не бачачи нічого, побоюючись вийти за рамки відомого і звичного, не так вже й цікаво, бо навіть сумно. А стати частиною великого світу - це дійсно дуже круто!

А маленька Цеглинка була, певно, найщасливішою, адже збулася її мрія. Вона пізнала цілий світ і стала його частиною. І тепер Цеглинка точно знає, що справжнє життя не можна вмістити в темну коробку і сховати у куток.



## **Ашеулова Ірина Петрівна**

*ПРАКТИЧНИЙ ПСИХОЛОГ*

*КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ „ПАВЛОГРАДСЬКИЙ  
МЕДИЧНИЙ КОЛЕДЖ” ДНІПРОПЕТРОВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ*

Тел. + 38 063 458 7490

+38 050 145 6378

Ел. Адреса biosferaarionstar@ukr.net

Сторінка фейсбук <https://www.facebook.com/Irina.biosferaarionstar>

*«Щасливий той, хто відкриває в собі внутрішнє багатство».*

*(Шопенгауер)*

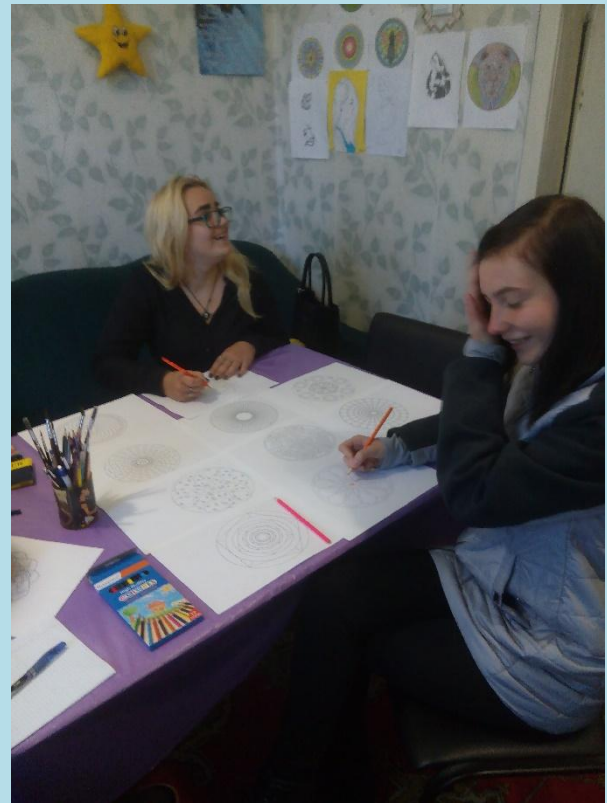
## **Емоційне розвантаження.**

В цьому році я продовжую працювати з мандалами, оскільки вважаю їх дуже важливою у роботі зі студентами - це приємний, м'який, швидкий і ефективний спосіб психологічної роботи для вивільнення емоцій і позбавлення від стресу.

Негативні емоції, такі як образа, сором, страх, гнів, лють, властиві всім нам, але вони часто не знаходять свого вираження і залишаються пригніченими. При цьому емоційна напруга не зникає, а залишається в підсвідомості, повільно, але вірно підточуючи наше душевне та фізичне здоров'я.

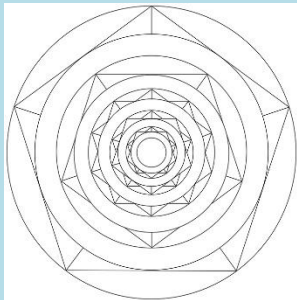
Я знайшла в інтернеті матеріал з назвою «Десять мандал, щоб повернути життю яскравість», який мені дуже сподобався.

При виборі Мандали, студенти дивуються не тільки " попаданням в емоцію ", але і дивовижному терапевтичному ефекту! В процесі створення циклічного малюнка знаходять вихід глибинні емоції студентів. Таким чином, відбувається психоемоційне розвантаження, вони стають спокійними і врівноваженими і вчаться радіти елементарним речам! Концентрація на процесі малювання мандальних візерунків дозволяє зосередитись і створює підґрунтя для вирішення внутрішніх конфліктів. Внаслідок цього психічний стан значно змінюється на краще.



Хочу поділитися з вами цією чудовою технікою. Я додала де які свої питання (із власного досвіду), які є важливими при обговоренні роботи.

### **Мандала 1: «Як мені відчувати себе краще?»**



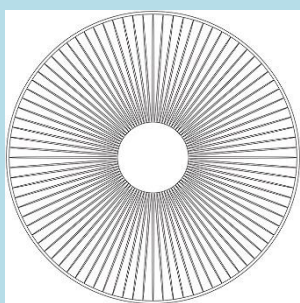
Ця мандала допоможе вам визначити, що вам потрібно, щоб відчувати себе краще - і емоційно, і фізично. Спочатку виберіть якийсь один колір. І, не роздумуючи, розфарбуйте їм ті частини мандали, які захотілося.

Найважливіше в цій вправі - надходити так, як підказує внутрішній голос. Поміркуйте над недорозфарбованою мандалою кілька хвилин. Потім візьміть олівці інших кольорів, щоб завершити її. Не прагніть до того, щоб вийшло красиво, не замислюйтесь про співвідношення кольорів нехай все

відбувається спонтанно! Коли ви закінчите, подивіться на мандалу. І запишіть три слова, які першими прийшли вам на розум. Поміркуйте над сенсом цих слів по відношенню до початкового питання, на який покликана відповісти ця мандала: що мені потрібно, щоб відчувати себе краще?

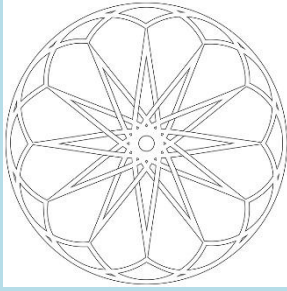
«Які емоції після роботи?»

### **Мандала 2: «Якого кольору моє дихання?»**



Ми рідко замислюємося над тим, як ми дихаємо. І ще рідше виконуємо дихальні вправи. Так приділіть цьому час прямо зараз! Розслабтеся, подивіться уважно на мандалу і виберіть колір, який символізує ваше дихання. Розфарбуйте їм центральне коло. Виконуючи вправу, зосередьтеся на диханні. Усвідомте, як саме ви дишіте. Потом розфарбуйте один за іншим промені мандали. Візьміть для цього той чи ті олівці, які, як вам здається, допоможуть «активувати» ваше дихання: зробити його більш повільним, глибоким, спокійним. Тепер, завершивши розфарбовування цієї мандали, ви увійшли в контакт з глибинної енергією життя, яка живе в вас . Використовуйте її! «Які емоції після роботи?»

### **Мандала 3: «Як знайти самого себе?»**

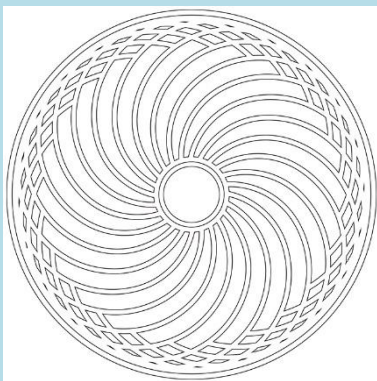


Виберіть олівець, який подобається вам найбільше, і розфарбуйте центральний круг. Потом іншим кольором виділіть частину мандали, яка подобається вам більше. Виберіть її інтуїтивно! Пройдіть олівцем по променям зірки, що знаходиться в цій частині, так, якщо б ви бродили по лабіринту. Подивіться на отриману кольорову нитку.

І запитайте себе: «Що мені нагадує цей шлях?» Запишіть три слова, словосполучення чи речення, які прийдуть вам на розум, щоб описати ваш путь. Поміркуйте над ними кілька хвилин. Домалюйте до кінця.

«Які емоції після роботи?»

#### **Мандала № 4: У якому стані моя енергія сьогодні?**

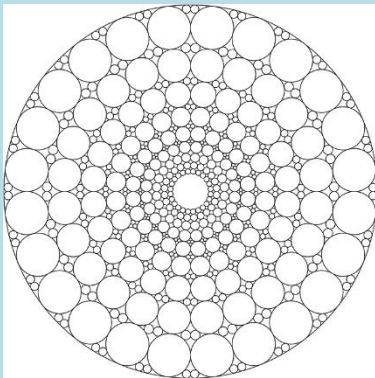


Дозвольте кольорам говорити з вами! Довіртеся інтуїції, розфарбуйте цю мандалу так, як захочеться. Вибрані кольори допоможуть визначити стан вашої енергії. Подивіться на розмальований малюнок і запишіть три ключових слова, які приходять вам на розум. Протягом п'яти хвилин

поміркуйте над їх змістом по відношенню до питання: «В якому енергетичному стані я сьогодні?» Зверніть увагу, що надлишок теплих кольорів розсіює енергію, холодних - паралізує її. І не забувайте про те, що мандала відображає ваш стан в даний момент. Завтра вона може вийти зовсім інший.

«Які емоції після роботи?»

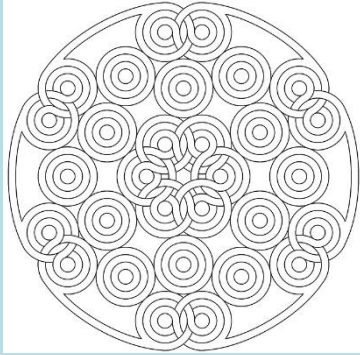
### **Мандала № 5: Найкращі мої риси**



Ця красива мандала допоможе визначити, що вам подобається в собі більше всего. Поміркуйте над тим, які три риси роблять вас щасливим (-ою)? Запишіть їх під мандалою. (Наприклад, подяку, чесність, доброта, креативність ...) Виберіть три улюблених кольора так, щоб кожен символізував одне з цих якостей, і розфарбуйте мандалу. Коли малюнок закінчено, розгляньте його гарненько. Подивіться на кожен колір, що втілює одне з ваших улюблених якостей, окремо. Спробуйте розібратися «Які почуття ви відчуваєте по відношенню до цих своїх якостей?»

«Як змінювались ваші емоції?».

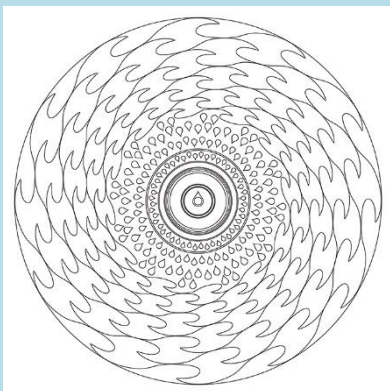
Мандала 6: «Де знайти спокій всередині себе?»



Виберіть колір, який символізує для вас внутрішній спокій. Розфарбуйте їм всі центральні кола складних фігур, які переплетені. Після цього візьміть інші олівці, щоб послідовно одну за одною заповнити зовнішні кола цих кіл. Не думайте, а йдіть за натхненням. Закінчивши, подивіться на мандалу. Спробуйте згадати три моменти, коли ви відчували себе на диво спокійно в складні моменти розфарбовування цих непростих переплетених фігур. Запишіть ці спогади.

Відчуйте, де саме знаходиться ваш спокій? В якій частки тіла?

### **Мандала 7: «Що перешкоджає вільному потоку моєї енергії?»**



Розфарбуйте цю мандалу, рухаючись від центру, задайте собі питання: «Що заважає плавної циркуляції моєї енергії?» Закінчивши розфарбовувати мандалу, розгляньте її протягом декількох хвилин. Робіть це спокійно і безтурботно. Відпустіть ваш розум, нехай думки приходять і йдуть, як хмари на небі. А тепер подивіться, які кольори ви використали - холодні (зелений, синій, фіолетовий) або теплі (червоний,

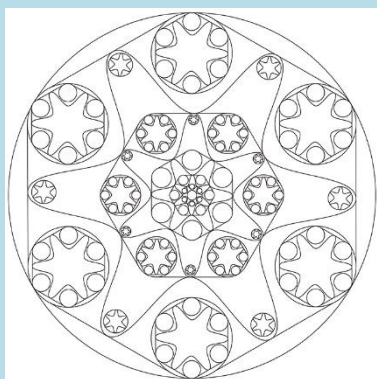


оранжевий, жовтий)? Перші «закривають» енергетичні канали, другі «відкривають» їх. Уважно подивіться, куди ви помістили ці кольори. Спробуйте згадати, які образи і емоції виникали у вас в ті моменти, коли ви використовували олівці різних кольорів. І запишіть те, що згадаєте.

«Коли ви відчуваєте себе дуже енергійною(им)?».

«Де знаходиться ваш центр енергії?».

### **Мандала 8: «Як підсилити свою енергію?».**



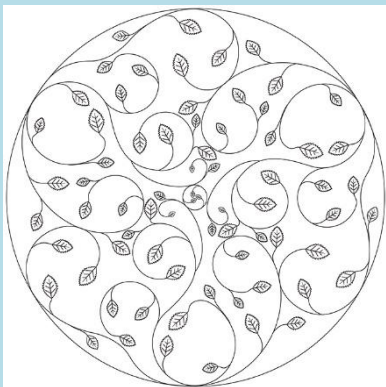
Починаючи з центрального «квітки» цієї мандали, педантично розфарбуйте його пелюстки, використовуючи три кольори, які вам подобаються. Для розмалювки інших «квітів» поміняйте олівці, вибравши ті, які, як вам здається, будуть доповнювати і активізувати перші три кольори. Після цього обері інший колір для центру «квітки». Дихайте повільно, дивіться на свій малюнок і запишіть три вирази, які раптово прийдуть в голову.

Подумайте над ними в спокійній обстановці.

«Як саме вирази пов'язані з вашою енергією?» «Що вас наповнює енергією?»

«Коли відчуваєте себе виснаженим?».

## Мандала 9: «Як збалансувати емоції?»



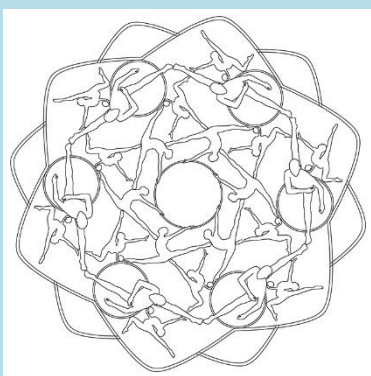
Визначте три негативні емоції, які вам особливо заважають (наприклад, страх, гнів, заздрість ...). Перерахуйте їх під мандалой. Потім виберіть три кольори, які будуть їх символізувати. Слідуючи за інтуїцією, розфарбуйте в ці кольори лістя. Возьміте інші олівці і розфарбуйте ними стебла і фон мандали.

Розслабтеся, закрийте очі на хвилину. Потім подивіться на свій малюнок. Опишіть під мандалою те, що відчуваєте.

«Чи подобається вам мандала?» «Як змінювався ваш настрій?»

«Що ви відчуваєте зараз?»

Мандала 10: «Я роблю активним вікно і гармонізує свою енергію»



Подивіться на цю мандалу протягом пари хвилин. Потім почніть розфарбовувати її з центрального кола, вибравши для цього олівець улюбленого кольору. Потім візьміть сім олівців усіх кольорів веселки (червоний, оранжевий, жовтий, зелений, блакитний, синій, фіолетовий).

Прислухаючись тільки до своїх почуттів, розфарбуйте кожну з людських фігур одним з цих кольорів.

В фіналі можна розфарбувати кордону мандали будь-яким вподобаним кольором або тим, який, як вам здається, максимально гармонійно доповнить малюнок. Ця вправа активізує і гармонізує енергію.

Запишіть те, що відчуєте після того, як закінчите малюнок.

«Що допоможе вам зробити сьогоднішній день наповненим і радісним?»

Про що говорять кольори мандали?

У малюванні мандали ви вільні використовувати абсолютно будь-які кольори. Для початку розділимо кольори, які ви обрали для створення своєї мандали, на три основні групи. Ці групи об'єднані за принципом інтенсивності кольору.

Перша група - інтенсивно-темні відтінки кольорів.

Це - психологічний зміст рівня несвідомого, яке поки не змінюється.

Друга група - середні за інтенсивністю відтінки кольорів.

Психологічний зміст на рівні свідомості, яке теж поки не змінюється.

Третя група - світлі відтінки.

Світлі відтінки несуть амбівалентне психологічний зміст. Тобто, світлі кольори можуть відображати як зміст свідомості, так і несвідомого. Однак в одному певному аспекті - в аспекті психологічної трансформації. Тобто, це той зміст психіки, в якому вже почалося «рух соків», яке почало змінюватися.

Це завжди свідчить про початок лікування.

А тепер давайте конкретизуємо значення окремих кольорів.

червоний - колір крові, колір виживання, любові і пристрасті, якщо червоний колір - в надлишку, то це свідчить про агресію, відсутність червоного кольору в малюнку взагалі - занепад життєвих сил, пасивність, невміння наполягти на своєму.

чорний - колір темряви, смерті, відчаю, небезпеки, втрата віри і опори.

жовтий - символізує добробут, радість, щастя

помаранчевий - амбітність, емоційність, суперечки

блакитний - символізує джерело життя, воду і небо

синій - містика, таємниця, конфлікт, інтуїція, страх

зелений - підтримка, розуміння, бажання допомогти, колір зрілості.

салатовий - слабе енергетичне поле МАНДАЛИ ЕМОЦІЙ

фіолетовий - емоційна залежність

бузковий - переживання, хвилювання, самопочуття

Література:

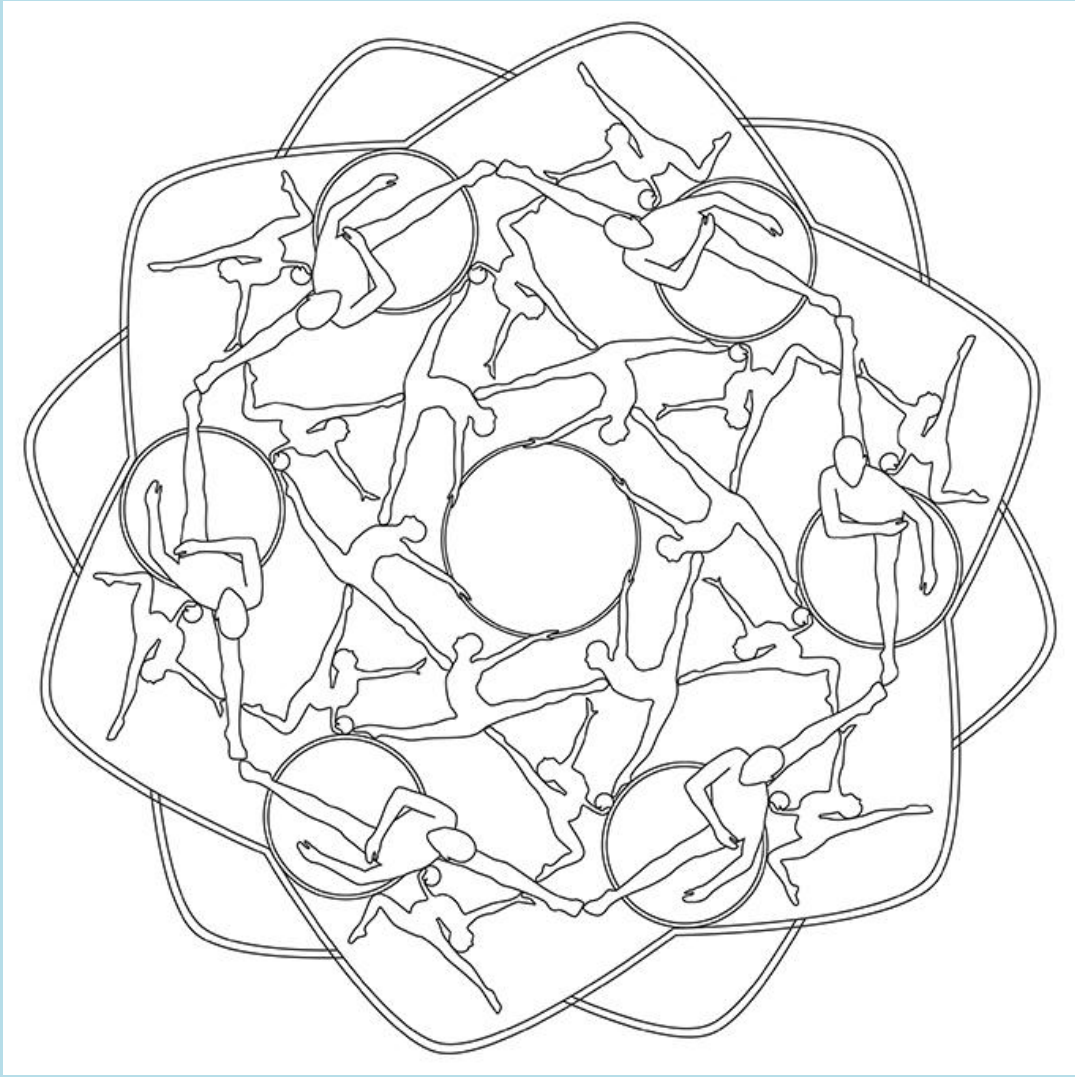
1. Олександр Лоуен, Леслі Лоуен Збірник біоенергетичних досвідів.

М. «Видавництво АСТ», 2004. - 188, [4] с.

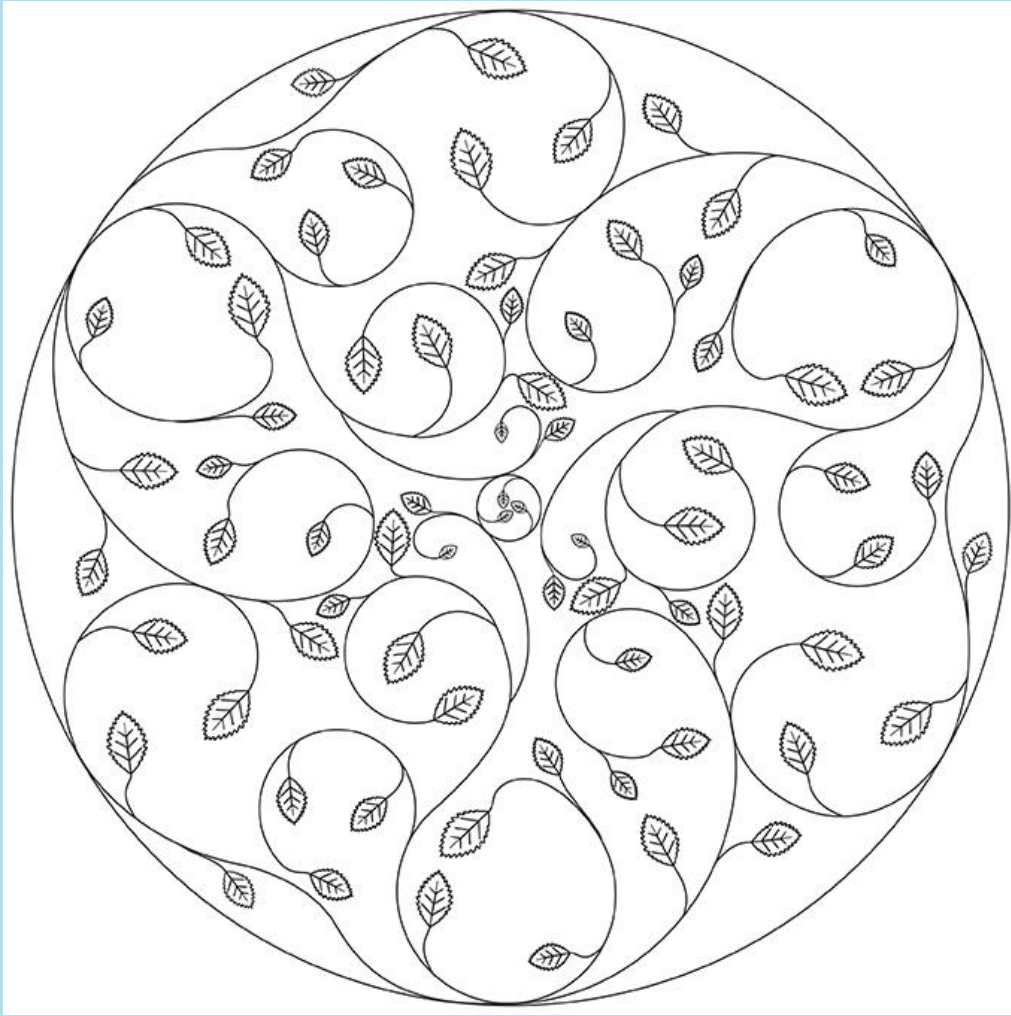
2. Наталія Львова Психологическая скарбничка премудростей.

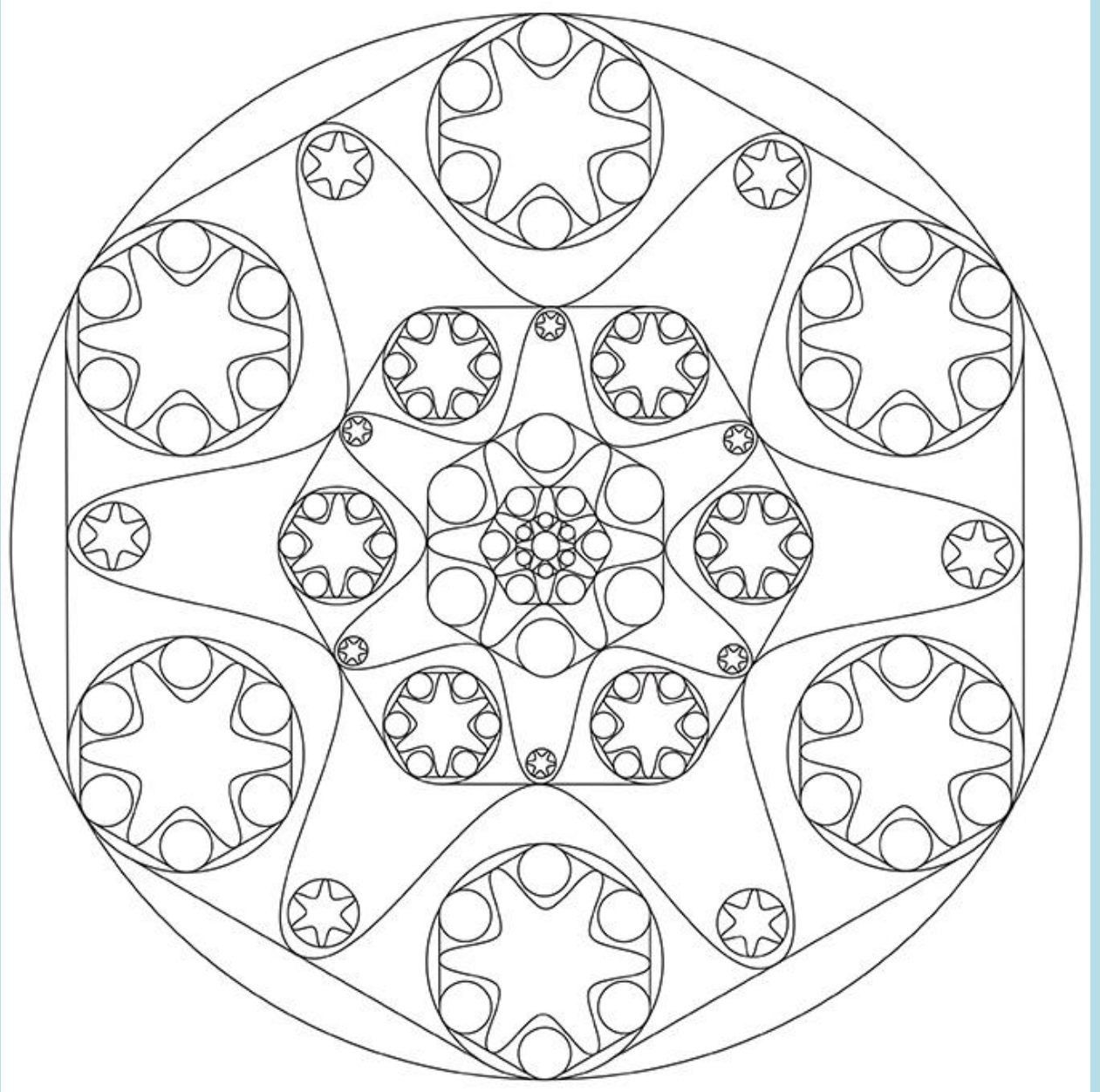
3. [http://www.psychologies.ru/psychotherapy/self-development/10-mandal-  
chtobyi-vernut-jizni-yarkost/](http://www.psychologies.ru/psychotherapy/self-development/10-mandal-chtobyi-vernut-jizni-yarkost/)

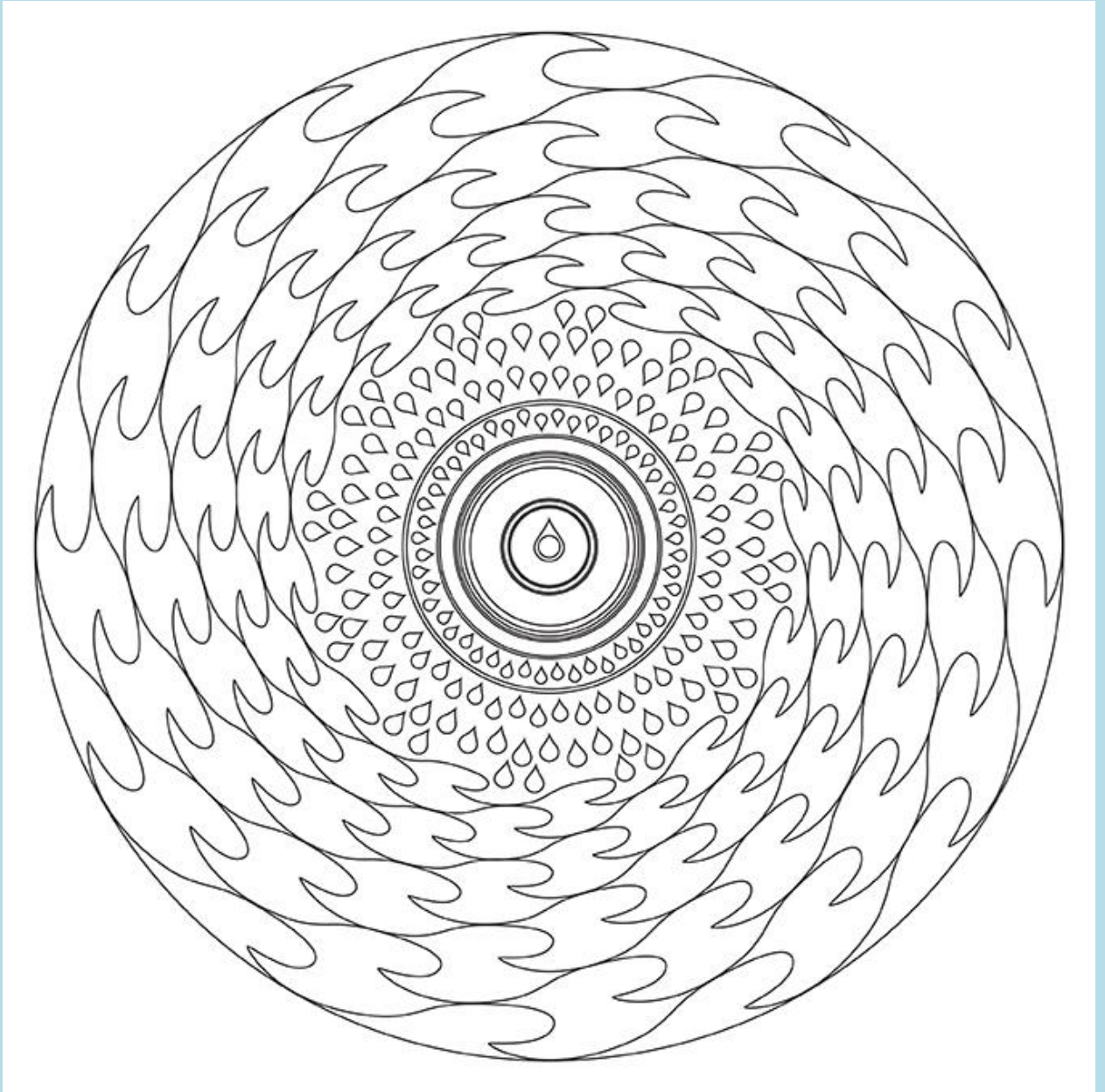
4. [https://www.live-and-learn.ru/catalog/article/O-chyom-govoryat-tsveta-  
mandaly/](https://www.live-and-learn.ru/catalog/article/O-chyom-govoryat-tsveta-mandaly/)



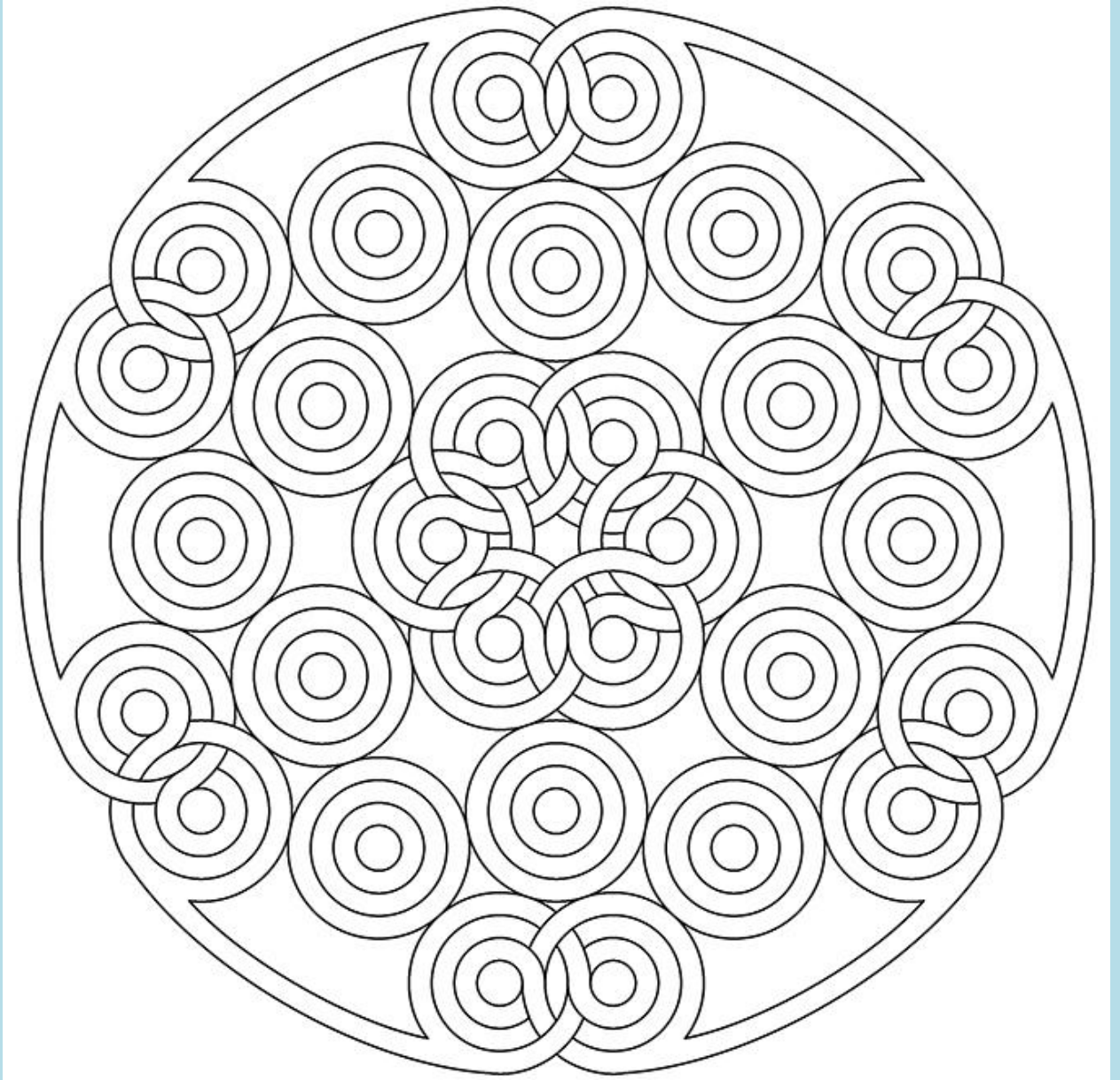
## МАНДАЛИ ЕМОЦІЙ

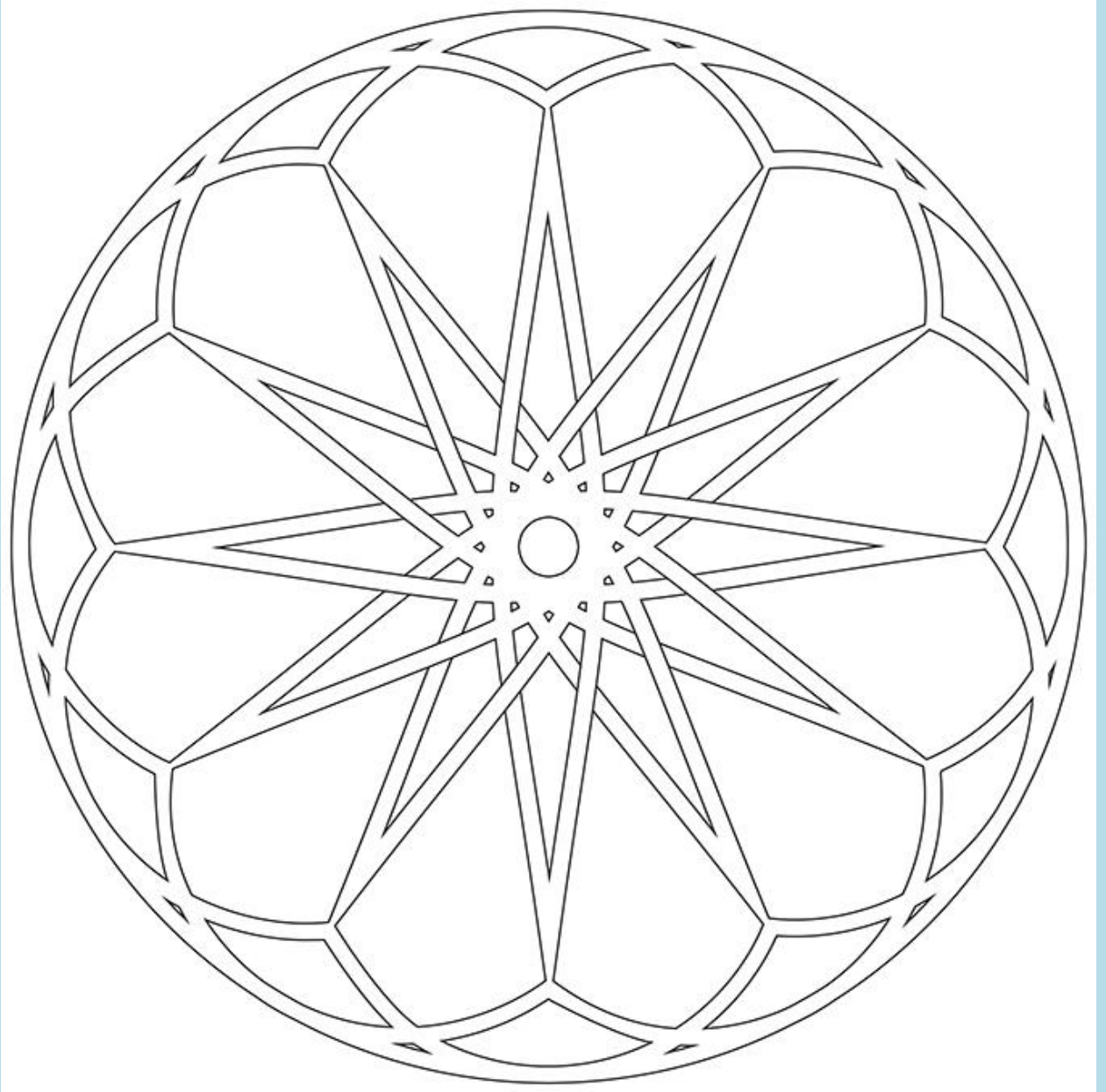


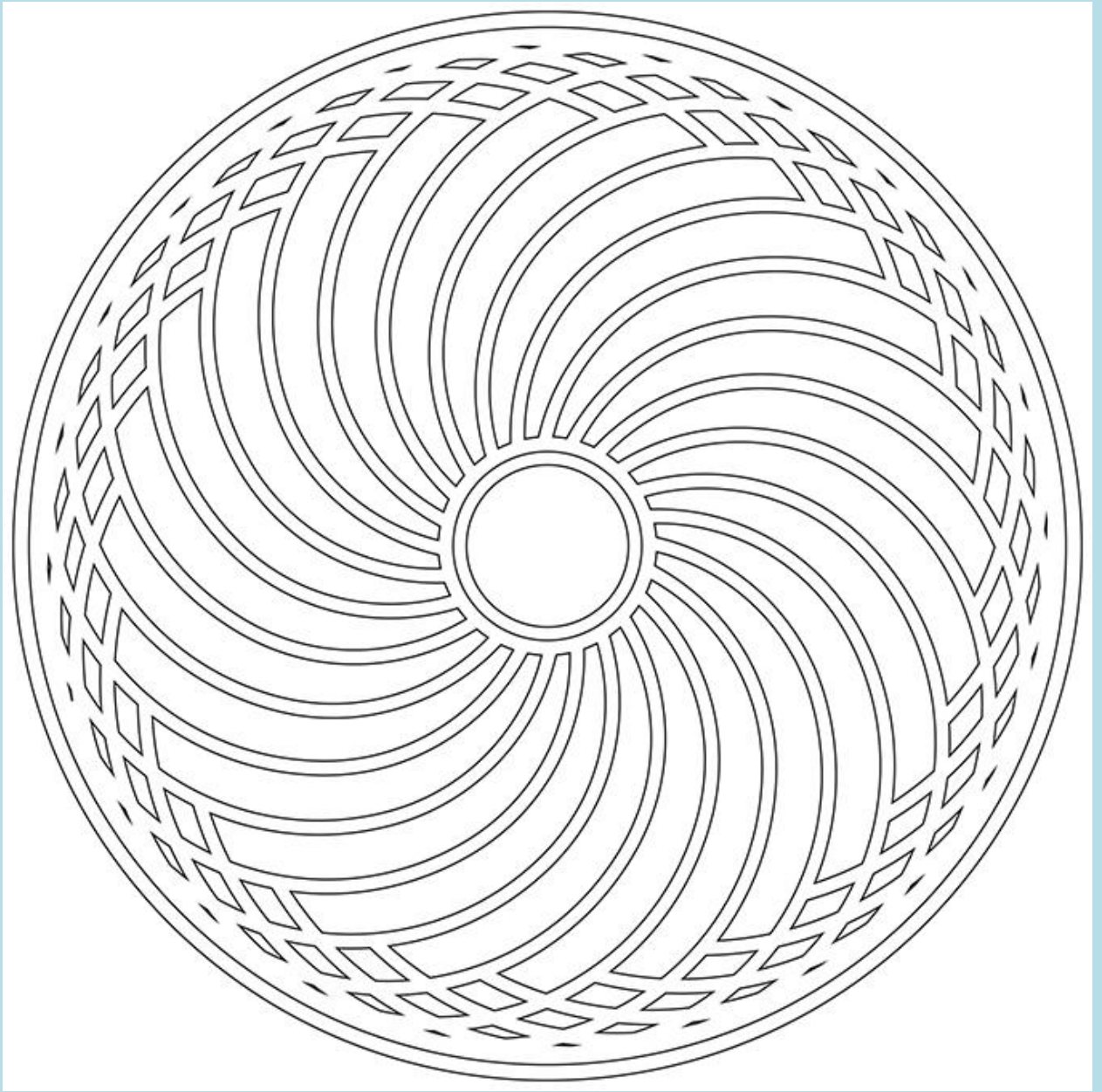














**Падеріна Тетяна Миколаївна**

***практичний психолог***

***Криворізького професійного ліцею***

096 780 38 28

[tanysha1122@gmail.com](mailto:tanysha1122@gmail.com)

Успіх приходить до того,

Успіх приходить до того,

хто робить те,

що найбільше любить.

М.Форбс

## **Тренінгове заняття для педагогів**

### **”Позаурочна діяльність, як чинник мотивації учнів до життєвого проектування”**

- Тисячі професій народжуються і вмирають. Але й досі живуть найдавніші з них: хлібороб, будівельник, лікар, учитель. Змінюються умови, форми й засоби навчання, та незмінним залишається головне призначення вчителя – навчити людину бути Людиною.

Стати справжнім вчителем, духовним наставником своїх вихованців, чудовим класоводом чи класним керівником, дуже нелегко. Діяльність учителя як організатора учнівського колективу багатогранна, коло обов’язків дуже широке, прикрощів і невдач набагато більше, ніж радощів і перемог. Але водночас – це радість спілкування, це бажання бути потрібним кожному своєму учневі й досягнення маленьких чи великих перемог у навчанні та вихованні. Кожен намагається відшукати свої шляхи вирішення, здавалося б, одних і тих же завдань. І чим вища майстерність вчителя, тим результативнішим є процес навчання і виховання: менше конфліктів, більше доброти і взаєморозуміння у відносинах між педагогом та його учнями. Педагогічна майстерність педагога – це цілеспрямований педагогічний вплив на учня, який здійснює щохвилини, щогодини кожен педагог своєю особистістю, манерою поведінки, знаннями, спілкуванням.

- А зараз спробуйте уявити, скільки треба докласти зусиль, щоб цікаво та змістовно організувати урок, позакласний чи виховний захід.. І якщо педагог не володіє цими навичками, то урок або захід пройде, але в ньому не буде ні продуктивності, ні доцільності, навряд чи він торкнеться глибини дитячих сердець.

## **Притча «Знайди вихід»**

Один мисливець вийшов на полювання в африканських джунглях зі своїм молодим фокстер'єром. Недосвідчений пес почав ганятися за метеликами, відстав від господаря і заблукав у джунглях, раптом побачив, що до нього великими стрибками наближається пантера. Пес почав гарячково метикувати, що він може зробити для свого порятунку. Побачивши поряд обгризені кістки великого звіра, почав їх гризти. Коли пантера наблизилася і була готова атакувати, фокстер'єр, облизавшись, прогарчав:

- Ой, якою смачною була ця пантера! Де б його знайти таку саму?

Пантера почула, різко загальмувала і подумала: «жахливий собака! Раптом і мене з'їсть?» І вирішила тихо піти геть.

Мавпа, яка спостерігала за подіями, що відбувалися, зверху, з розлогого баобаба кинулася доганяти пантеру, щоб розповісти, як обдурих її пес. Але насторожений фокстер'єр почув, як мавпа доповідала про його вигадку пантері. Пантера дуже розізлилася і проревіла мавпі:

- Сідай мені на спину, я зараз провчу цього пса, і подивимося, хто кого з'їсть.

І помчалися вони до місця, де залишили пса. Собака побачив небезпеку, яка наближалася, і зрозумів, що на цей раз намір пантери був рішучішим, ніж минулого разу, і запитав себе:

- А тепер що я можу зробити, щоб врятуватися? І замість того, щоб тікати хутчіше, лишився сидіти на місці, ніби нічого не помічаючи. Коли пантера уже дихала в потилицю, пес мовив:
- Ну й дурна ж ця мавпа! Я ще півгодини тому наказав привести до мене ще одну пантеру, і до цих пір її немає!

### ***Обговорення.***

- Які враження у вас виникли, коли ви прослухали цю притчу?

- Яка її головна думка?
- Як вона пов'язана з темою нашого сьогоденного заняття?

### **Учительський проект «Сучасний педагог»**

**Мета:** з'ясувати, яким має бути учитель у сучасному навчальному закладі. Завуч пропонує учасникам взяти участь у проекті «Сучасний педагог».

- Посилаючись на особистий досвід, з'ясуємо наше бачення ролі особистості педагога у формуванні творчого працездатного учнівського колективу. Спробуємо створити вчительський проект «Сучасний педагог».

Працюватимемо всі. Учасники записують одну з найважливіших, на їхню думку рис сучасного педагога й передають аркуш далі. Всі вказують свою, але відмінну від записаної і т.д. Після написання рис останнім учасником робота завершується.

#### *Сучасний учитель (вчительський проект-зразок)*

1. Любить дітей.
2. Доброзичливий.
3. Володіє елементами педагогічної майстерності.
4. Комунікативний.
5. Толерантний.
6. Справедливий.
7. Вимогливий.
8. Ерудований.
9. Мобільний.

10. Поважає думку інших.

11. Справжній друг і порадник.

12. Порядний в усіх відношеннях.

- А тепер порівняймо наш проект з учнівським (складений учнями I і II курсів).

*Класний учитель! (учнівський проект)*

1. Добрий.

2. Справедливий.

3. Має почуття гумору

4. Любить дітей

5. Відповідальний.

6. Організатор корисних і цікавих справ

7. Порядний. Шановна людина, яка поважає інших

8. Життєрадісний. Справжній друг і порадник

9. Володіє елементами педагогічної майстерності

10. Вимогливий

**Висновок.** Легко переконатися, що учні передусім цінують моральні, гуманні риси педагога. Професійну майстерність і вимогливість педагога вони поставили у кінці рейтингу.

Об'єднавши ці два проекти, маємо вчительський проект «Яким має бути педагог у сучасному навчальному закладі».

**Інформаційне повідомлення «Основні критерії оцінювання роботи педагога» (3 хв.).**



- Проект «Яким має бути педагог у сучасному навчальному закладі» - наші з вами методичні рекомендації. І наступним кроком стане впровадження їх у практику. Але як же це зробити? Гадаю, кожен із вас вирішуватиме сам, але вся робота має бути підпорядкована основним критеріям оцінювання педагога (*кожен їх отримує*).

Основні критерії оцінювання роботи педагога:

1. Доцільність (за спрямованістю).

2. Продуктивність (за результатами): підвищення рівня навченості та вихованості учнів, їхній моральний, інтелектуальний, естетичний і культурний розвиток.

3. Творчість (за змістом діяльності). Педагог, ідучи до дітей, щоразу стикається з багатьма ситуаціями, які він повинен з гідністю розв'язати. Без майстерності, без творчості тут не обійтися.

4. Діалогічність (характер стосунків з учнями) – вміння бачити початок конфлікту й запобігати йому.

У сучасних умовах нам необхідно не лише по-новому вчити, а й по-новому вчитися, бути в постійному творчому пошуку. Тому головним критерієм майстерності є творчість – це здатність дивуватися чи пізнавати, вміння знаходити рішення в нестандартних ситуаціях. І тут постає питання: чим відрізняється будь-яка робота від роботи творчої?

Творчість відрізняється оригінальністю, неповторністю, унікальністю.

Це:

- ефективне використання вже створеного досвіду в нових умовах;
- гнучкість під час виконання запланованого в несподіваних ситуаціях;

- імпровізація, вміння фантазувати, розвивати ідею, бачити перспективу й реалізувати її.
- модернізація відомого.

Педагогічна техніка поруч із знаннями, здібностями, професіоналізмом є одним із компонентів педагогічної майстерності. Передових учителів, тобто тих, хто досягає високих результатів, називають майстрами. Стати майстром чи ні – залежить лише від зусилля тих, хто хоче, хто вчиться, самовдосконалюється. Для цього треба усвідомити орієнтири та шляхи досягнення мети.

### **Вправа «Знайомся, це я»**

**Інструкція.** Важко полюбити того, кого ми не знаємо, а чи знаємо ми самих себе? Отже, спробуйте більше дізнатися про самих себе. А для цього вам потрібно написати своє ім'я великими літерами у стовпчик. Навпроти кожної літери напишіть те, що характеризує вас.

Наприклад:

Т – тендітна;

Е – енергійна;

Т – тверда;

Я – яскрава;

Н- надійна;

А – активна.

**Девізом нашої роботи будуть слова К. Ушинського**

**«Педагог як фахівець живе доти, поки вчиться».**

Далі, хочу розповісти вам дуже відому притчу.

В один дуже сонячний і нестерпно жаркий день подорожній підходив до споруджуваного мосту. Усюди снували працівники, всі вони носили великі і важкі камені і обробляли їх під палючим сонцем.

Подорожній побачив людину, яка виглядала дуже втомленою і нещасною, хоча сонце ще не піднялося в zenit. Він стогнав, його обличчя було незадоволеним, він безперервно бурмотів прокльони собі під ніс.

Подорожній підійшов до нього і запитав - «Що ти робиш один і чому ти такий нещасний?»

- «Ти що сліпий? Ти що не бачиш, що я тягаю ці кляті камені в цей нестерпно жаркий день ... »- огризнувся той.

Подорожній пішов по дорозі далі, але незабаром побачив іншого робітника. Він не виглядав настільки нещасним, як перший, він був зосереджений, строгий, і всім своїм виглядом показував, що зайнятий серйозною роботою.

Подорожній поставив йому те ж питання: «Скажи мені друг, що ти робиш? Чим ти таким серйозним займаєшся? »

Цей робітник відповів подорожньому, що він дуже зайнятий, що ця робота дуже важлива для нього, тому що вона дозволяє йому заробляти гроші і годувати свою сім'ю.

Подорожній йшов далі своєю дорогою уздовж зростаючих будівель. Раптом він побачив чоловіка, який сильно виділявся серед сірого натовпу похмурих робітників. Робив він те ж саме, що і інші - носив і обробляв камінь під сонцем. Але вид його вражав - він весь світився, обличчя його було розслаблене і на ньому сяяла посмішка, від цієї людини виходила радість і бадьорість. Наче він ніколи не втомлювався, виконуючи цю пекельну роботу.

Подорожній відразу поспішив до цього робітника, привітався і запитав - «Що ти робиш, дорогенький, і чому ти такий щасливий, коли всі навколо незадоволені своїм становищем і важкою роботою?»

Щасливий чоловік подивився на подорожнього своїми ясними і сяючими очима, посміхнувся і сказав:

- "Як що? Ти що не бачиш - я будую прекрасний Храм! Великий храм, в який будуть приходити люди з усього міста, щоб молитися і віддавати подяку Богам. Їх душі тут, в цьому храмі, який я будую, будуть знаходити заспокоєння, відпочинок і надію! І це робить мене неймовірно щасливим. Це надає мені величезні сили! А ще я думаю про те, що колись в цей прекрасний храм прийдуть молитися мої діти, і вони будуть з гордістю говорити про те, що цей храм збудував їх батько ».

Робимо висновки:

1. Робота без мотивації і без радості - завжди буде пекельною працею і на шкоду вашому здоров'ю.

2. Добре, коли є хоч якась мотивація і коли людину веде його борг перед родиною або перед батьківщиною - це добре, це працює. Але коли душа не співає, тобто ключ до власного серця не знайдений, така робота не буде давати вам максимум сили і насолоди.

3. Найбільшою силою володіє Вища Мотивація - ясне бачення, яку користь ви приносите Миру, Товариству, Людям, Всесвіту. І ваша душа співає від радості, і дає море енергії.

Коли діяльність не наповнена змістом значущим для вас - вона буде важким вантажем і може бути навіть шкідливою і руйнівною для людини!

Давня мудрість говорить: можна привести коня до водопою, але змусити його напиться не можна.

Так, можна посадити дітей за столи, домогтися ідеальної дисципліни. Однак без пробудження інтересу до навчання, освоєння знань не відбудеться, це буде лише видимість навчальної діяльності.

Активізація пізнавальної діяльності учнів стає ключовим фактором досягнення якості освіти.

Це ж відноситься до бажання педагогів продуктивно працювати.

Не секрет, що можна поставити привабливі та перспективні цілі, розробити чудові плани уроку, встановити в класі найсучасніше обладнання, але все виявиться марним, якщо діти не захочуть вчитися в повну силу. Звідси виникають цілком резонні запитання:

- Що спонукає дітей добре вчитися?

- Чому діти, які мають однакові умови навчання, вчаться з різною ефективністю?

- Що треба зробити, щоб діти вчилися краще?

- Від чого і кого це залежить?

Давайте зараз виконаємо одну невеличку вправу.

### **Вправа «Сліпий і поводитир»**

Мета: вчити довіряти партнерам.

Слово тренера. Дуже важливо в житті вміти довіряти одне одному, і не менш важливо виправдати довіру. Зараз ми попрацюємо в парах: одному учасникові зав'яжемо очі, а інший — буде його «поводирем»: він повинен вести «сліпого», допомагати йому долати перешкоди. А потім поміняємо ролями.

Рефлексія:

— Що ви відчували, коли були «сліпим»?

— А коли були «поводирем»?

— У якій ролі вам було важче? Чому?

Ви педагоги, зараз ви є поводитрями для ваших учнів у світ знань, вони вам довіряють, і дуже важливо виправдати їхню довіру.

### **Наступна Вправа «Анаграма»**

Мета: активізувати пізнавальну діяльність учасників.

Перед вами набір букв: ТИЦШВАМО.

Якщо ви правильно їх поєднаєте, то дізнаєтесь, яке ключове слово теми нашого семінару. (Мотивація.)

Сьогодні ми уточнимо наші знання про мотивацію (види мотивів навчання, методи та шляхи мотивації навчальної діяльності).

Мотивація - це душевний мотор людини. Якщо цей мотор стоїть, людина нічого не хоче і нікуди не йде. Але мотор теж може бути різний, може бути космічний, щоб з вітерцем і насолодою по життю летіти, а може бути на педалях, який потрібно постійно крутити, відчуваючи себе рабом на галерах.

Мотив – спонукальна причина діяльності людини, те, задля чого вона здійснюється.

Основа мотивів – первинні (природні) та вторинні (набуті) потреби, які в мотивах відбиваються у формі переживань, почуттів, інтересів, уявлень, думок, ідей, понять, моральних ідеалів, переконань тощо. Мотиви з узагальненням, відносно сталим предметним змістом називають мотивацією.

### **Давайте виконаємо таку вправу.**

Поділимось умовно на дві групи.

Перша група називає причини, що спонукають дитину навчатися, виконувати домашні закидання, відвідувати гуртки, брати участь в олімпіадах.

Друга група називає причини, які викликають небажання вчитися.

### **Орієнтовні відповіді:**

### ***Що мене спонукає вчитися?***

*Бажання багато знати;*

*Бути схваленим батьками;*

*Уникати проблем;*

*Мати гідний статус в групі.*

### ***Причини, що викликають небажання вчитися?***

*Погано розумію навчальний матеріал;*

*Нецікаво на уроках;*

*Багато часу проводжу за комп'ютером;*

*Непорозуміння з одногрупниками;*

*Гарно навчатись не престижно.*

**Висновки** Як бачимо, мотивація має неоднозначний характер. Тобто вчитися можна як із міркувань престижу, уникання проблем, щоб бути не гіршим за інших. Так і маючи високу пізнавальну мотивацію. Людина може перебувати під одночасним впливом комплексу мотивів, одні з яких є головними, інші – підпорядкованими, одні усвідомленими, інші – неусвідомленими.

**Слайд** Визначення мотивів навчання

### **Пропонуємо тест «Мотивація успіху та невдачі»**

**(картки)**

Так, у людини розрізняють ще два види мотиву, які проявляються в процесах досягнення нею мети:

- мотив досягнення успіху,
- мотив уникнення невдачі.

Поведінка людей, орієнтованих на досягнення успіху і на уникнення невдачі розрізняється таким чином. Люди, мотивовані на успіх, зазвичай ставлять перед собою в діяльності якусь позитивну мету, досягнення якої може бути однозначно розцінено як успіх. Вони чітко виявляють прагнення

будь-що-будь домагатися тільки успіхів у своїй діяльності, шукають такої діяльності, активно в неї включаються, вибирають засоби і вважають за краще дії, спрямовані на досягнення поставленої мети. У таких людей зазвичай є очікування успіху, тобто, беручись за будь-яку роботу, вони обов'язково розраховують на те, що доб'ються успіху, впевнені в цьому. Вони розраховують отримати схвалення за дії, спрямовані на досягнення поставленої мети, а пов'язана з цим робота викликає у них позитивні емоції. Для них, крім того, характерна повна мобілізація всіх своїх ресурсів і зосередженість уваги на досягненні поставленої мети.

Зовсім інакше поведуться індивіди, мотивовані на уникнення невдачі. Їх явно виражена мета в діяльності полягає не в тому, щоб домогтися успіху, а в тому, щоб уникнути невдачі. Всі їхні думки і дії в першу чергу підпорядковані саме цій меті. Людина, спочатку мотивована на невдачу, виявляє непевність у собі, не вірить в можливість досягти успіху, боїться критики. З роботою, особливо такою, де є можливі невдачі, в учня зазвичай пов'язані негативні емоційні переживання, він не відчуває задоволення від діяльності, тяготиться нею. В результаті він часто виявляється не переможцем, а переможеним, в цілому - життєвим невдахою.

Чому одним Фортуна постійно посміхається, а інших ніби й не помічає і навіть знущається над ними?

Англійський психолог Річард Вайзман з Хартфордширського університету вирішив науково досліджувати це питання. У кількох національних газетах він опублікував оголошення, в якому пропонував людям, які вважають себе виключно щасливими або, навпаки, страшно невдачливими, зв'язатися з ним і взяти участь в психологічному експерименті. Відгукнулися сотні людей, яких Вайзман детально проінтерв'ював, з'ясовуючи особливості їхньої поведінки і життєвого шляху.



А досвід, в якому їм пропонувалося взяти участь, був напрочуд простий. Кожному випробуваному учений видавав товсту газету (англійські газети налічують десятки сторінок) і просив точно порахувати кількість фотографій в ній. Підступ полягав у тому, що одна зі сторінок газети була майстерно змодельована вченим. Замість банального рекламного оголошення в неї було вмонтовано оголошення такого змісту: «Будь ласка, повідомте експериментатору, що Ви побачили ЦЕ, і отримаєте в нагороду 250 фунтів стерлінгів».

Оголошення було набрано великими літерами висотою в 2 дюйми і займало півсторінки. Незважаючи на це, жоден з випробуваних, раніше заявили про свою невдачливості, його не помітив! Всі вони були зайняті виконанням інструкцій - скрупульозним підрахунком фотографій - і на текстові повідомлення навіть не звертали уваги. А ось всі «щасливчики» підтвердили свою везучість і отримали немаленький приз, який для багатьох дорівнював їх тижневого заробітку.

Марк Твен писав: «Принаймні, один раз в житті Удача стукає в двері до кожного, але багато хто з нас в цей час сидять в сусідньому шинку і не чують стукоту». Досвід англійського психолога наочно підтверджує це судження. Удача - це не вдалий збіг обставин, а наша готовність ними скористатися. Перше трапляється в житті практично кожного, і не раз, а от друге відрізняє далеко не кожного.

«Невдахи» виявляються закриті для сприятливих можливостей. У пошуках роботи, переглядаючи в газеті список вакансій, вони вишукують те, що з якихось суб'єктивних параметрів вважають гідною кандидатурою, і навіть не звертають уваги на несподівані, більш вигідні пропозиції.

Розмовляючи з різними людьми, Вайзман виявив ще одну важливу особливість. Виявилось, що щасливі люди - по натурі оптимісти. І з ними теж трапляються неприємності, але вони розглядають це скоріше як

випадковість, а не як закономірність. У всьому різноманітті подій свого життя вони виділяють найпозитивніше, налаштовуючись на повторення приємних подій і оновлення свого вдалого досвіду. Напевно, правий був Теннессі Вільямс, коли говорив: «Віра в удачу приносить удачу». Дуже проста формула. Зате надійна!

Отже, мотивація, як сукупність причин психологічного характеру пояснює поведінку людини - початок, спрямованість, активність, організованість і стійкість цілісної діяльності, спрямованої на досягнення певної мети і сприяє ефективності діяльності.

### **Притча «Змінити форму»**

Одного погожого весняного дня сліпий сидів на лавці біля зупинки та просив милостиню. Біля його ніг лежав капелюх, а поряд з ним стояла табличка з надписом: «Допоможіт, будь ласка, я сліпий!»

Повз проходив креатив-менеджер однієї фірми. Він прочитав надпис на табличці, подивився в капелюх, у якому побачив кілька монет. Без дозволу він взяв табличку сліпого, знайшов кусок крейди, зробив новий напис, поставив табличку на місце і пішов.

Після обіду він повернувся на місце. Де сидів сліпий. Капелюх був наповнений монетами та паперовими купюрами. Сліпий впізнав його по кроках і запитав, чи це він зробив другий надпис на табличці і що ж там таке написано. Що денні подаяння настільки збільшилися.

Менеджер відповів: «Все те, що було написано тобою, лише іншими словами». Усміхнувся і продовжив свій шлях.

Сліпий так і не дізнався. Що тепер надпис на його табличці був таким: «Сьогодні весна, але я не можу її побачити».

**Мораль:** Якщо ми намагаємося, а в нас щось не виходить, спробуймо змінити форму, а раптом вийде.

**Слайд** Визначення методів та шляхів мотивації навчальної діяльності на уроці

Мотивація навчання – система природних. Соціальних і особистісних чинників, що спонукають дітей відвідувати навчальний заклад, виконувати вимоги педагогів. Долучатися до процесу навчання, робити зусилля, необхідні для подолання труднощів, розвивати здібності тощо.

Всі ми знаємо, які діти приходять до нас на навчання. Це чудові, розумні, спритні діти, але мають інтелектуальні відхилення.

Які ж особливості розвитку мотиваційної сфери учня з інтелектуальними відхиленнями?

Це перш за все:

- слабка вираженість і короткочасність спонукань до діяльності. Едуард Сеген (1812-1880), один із психологів, надавав великого значення відсутності будь-яких бажань, прагнень, потреб: «Фізично - він не може, розумово - він не знає, психічно він не бажає. Він би і зміг, і знав, якби хотів; але вся біда в тому, що він перш за все не хоче », писав він;

- труднощі формування культурних потреб, недостатність соціальних емоцій;

- самооцінка нестійка, залежить від зовнішньої оцінки, часто завищена, рівень домагань формується з працею;

- інтереси неглибокі, односторонні, ситуативні, нестійкі, тісно пов'язані з цікавістю виконуваної діяльності; пізнавальні інтереси не виражені;

- мотиви навчальних, трудових, інших дій задані дорослими, які не перетворюються у власні дієві мотиви, внутрішні мотиви формуються важко.

«Сучасні діти (особливо діти з інтелектуальними порушеннями) не хочуть вчитися». Ця фраза стала звичною. Що ж робити? Логіка підказує два можливих шляхи виходу з ситуації. Шлях перший - змусити дітей хотіти (метод «батого і пряника», соціальний тиск «треба», контроль), тоді і вчителі можуть їх вчити. Другий шлях - навчитися вчити по-іншому, так, щоб діти навчилися хотіти вчитися (зміна педагогічних засобів, що використовуються для створення і підтримки навчальної мотивації).

- Необхідно створювати внутрішню мотивацію, формувати бажання вчитися.
- Де ж витoki навчальної мотивації? На які «кнопочки» можна натискати, до яких внутрішніх джерел активації дитини підключатися для того, щоб спонукати його до навчальної праці?

Внутрішніх психологічних джерел навчальної мотивації існує дуже багато, і якщо всіх їх грамотно задіяти, проблем може стати значно менше:

- Інтерес до інформації (пізнавальна потреба);
- Інтерес до способу дії;
- Інтерес до людей, організуючим процес або беруть участь в ньому;
- Потреба в самовираженні і (або) самопрезентації;
- Потреба у самосвідомості і (або) самовихованні;
- Актуалізація творчої позиції;
- Усвідомлення значимості для себе та інших;
- Потреба в соціальному визнанні;
- Уникнення покарання (фізичного або морального);
- Отримання матеріальних вигод і переваг.

Навчитися грамотно поєднувати всі можливі способи спонукання дитини до навчальної активності, вчасно переходити від одного способу до іншого, підбираючи до кожної окремої людини його особисту, індивідуальну кнопку, - це хороший шанс змінити ситуацію, що склалася.

Умови активізації навчальних мотивів у учнів.

1.Орієнтація педагога на індивідуальні стандарти досягнень учнів. Досягнення учня порівнюються не з результатами інших дітей, а з його власними невдачами і успіхами. В результаті зростає привабливість успіху, підвищується мотивація досягнення.

2.Допомога у плануванні ближніх і дальніх перспектив, де навчальні успіхи є засобом досягнення життєво важливих цілей.

3. Доступність викладу.

4.Побудувати захід таким чином, щоб основними переживаннями учня були інтерес і позитивні емоції (різноманітність видів діяльності, уникнення монотонності, здивування, гумор, групові переживання в командних змаганнях, ігри тощо)

5.Зв'язок досліджуваного предмета з життям. Розуміння учнем того, де це знання стане в нагоді в житті, створює ґрунт для бажання дізнаватися.

6. Усвідомлення причетності кожного учня до спільної справи, розуміння особистого вкладу.

7.Позитивні установки щодо проблемних учнів, програмування позитивних змін.

8.Мотивована особистість педагога. Виразність інтересу педагога до своєї педагогічної діяльності, задоволеність від неї є важливими мотивуючими факторами навчальної діяльності учня.

**Вправа «Створення образу учня з високою мотивацією до навчання».**

Мета: визначити риси учня з високою мотивацією до навчання.

Інструкція. А тепер уявімо учня з високою мотивацією до навчання. Ви можете його намалювати, написати, які якості йому притаманні. Кожна група презентує свій малюнок.

Рефлексія.

— Які почуття переважали, коли ви малювали?

— Чи багато таких учнів у вашому закладі?

— Чи можемо ми допомогти створити позитивну мотивацію?

В якості зовнішнього мотиватора (по Е. П. Ільїну) для підвищення ефективності роботи нашого семінару, пропоную Вам **вправу «Самий мотивований учень».**

Інструкція:

1. Пригадайте, будь ласка, свого учня, який здається Вам найменш мотивованим до навчання (не бажає вчитися). Опишіть його за допомогою 10 шкал, обвівши кружечком відповідний бал за кожною шкалою.

2. Тепер виконайте ті ж дії щодо учня, який здається Вам найбільш мотивованим (виражене бажання вчитися). Опишіть його за допомогою тих же 10 шкал.

Підсумуйте всі бали окремо кожного учня. Підніміть, будь ласка, руки, у кого мотивований учень набрав меншу кількість балів, ніж невмотивований? А у кого більше балів?

шкали мотивації

Несимпатичний	-1	0	+1	Симпатичний
---------------	----	---	----	-------------

Злий	-1	0	+1	Добрий
Безвідповідальний	-1	0	+1	Обов'язковий
Дурний	-1	0	+1	Розумний
Байдужий	-1	0	+1	Чуйний
Неуважний	-1	0	+1	Зібраний
Безвольний	-1	0	+1	Цілеспрямований
Невихований	-1	0	+1	Вихований
Нічимне цікавиться	-1	0	+1	Захоплений
Невдаха	-1	0	+1	Успішний

На неуспішних в навчанні учнів ми в якійсь мірі ставимо хрест. В даному випадку ми маємо справу з «ефектом ореола» - включення позитивних рис в уявлення про людину, яка високо оцінюється нами у важливій для нас якості (наприклад, за рівнем мотивації). А коли учень оцінюється нами низько у важливій для нас якості, ми включаємо негативні риси, хоча в житті ці риси не пов'язані з якістю, яка нас цікавлять.

Упередження по відношенню до людини виражається не в усвідомлюваних нами поведінкових сигналах, що провокують людину вести себе у відповідності з нашими упередженнями. В одному дослідженні вибрали і протестували дітей з приблизно рівним рівнем інтелекту, а потім розділили їх на дві групи. Вчителю, який взяв першу групу, сказали, що у

нього дуже сильні учні. Вчителю, який взяв другу групу, сказали, що його група сформована з відстаючих учнів. При повторному тестуванні рівня інтелекту, перша група була успішніше другої в середньому на 20 пунктів.

Ми самі не помічаємо того, як наше упередження мимоволі передається нами в словах, інтонаціях, жестах. Людина сприймає ці сигнали і, може бути навіть не усвідомлюючи цього, починає поводитися так, як ми від нього очікуємо. Це психологічний закон, який був підтверджений експериментально. Він отримав назву «ефект едипу». Можна (і потрібно) використовувати цей закон свідомо.

### **Вправа «Ефект Едипу»**

Мета: отримати результат пророкувань, які самі прогнозуємо.

Спробуємо попрацювати з нашим упередженням. Будемо діяти за таким алгоритмом:

- Напишіть ім'я учня, якого Ви оцінили зараз, як не бажаного вчитися;
- Забудьте всі упередження щодо нього, ніби Ви його зовсім не знаєте;
- Складіть для себе бажане уявлення про нього. Яким би Ви хотіли його бачити? Нехай Ваша уява буде сміливою і яскравою. Творіть новий образ цієї людини в своїй уяві.

- Запишіть, яким Ви бачите новий образ. До чого він прагне? Що його мотивує?

А тепер дійте по відношенню до нього так, якби він був таким, яким Ви хочете його бачити. Не очікуйте миттєвого результату. Наберіться терпіння, і результат буде. Прийміть це хоча б у якості експерименту.

У кожної людини є переваги, здібності, які допомагають досягти успіху у певній сфері діяльності. Їх потрібно уміти використовувати. Помітивши дещо цінне в людині, відверто скажіть їй про це. Кожен хоче



чути приємні речі про себе, отримавши схвалення від інших, людина стає впевненішою в собі, збільшується рівень її самоповаги, зростає самооцінка.

Самооцінювання – це особистісне судження про власну цінність, оцінювання своїх якостей, що відбиває ступінь розвитку самоповаги. Уявлення учнів про свої здібності забезпечує мотивацію навчання набагато більшою мірою, ніж істинний рівень цих здібностей.

### **Вправа «Самооцінка».**

Ведучий пропонує намалювати на аркуші паперу 10 однакових фігурок людей. Потім потрібно обрати найкрасивішу з них і домалювати їй щонебудь: спідничку, бантик, шорти.

Якщо фігура опинилась на:

1-3-му місці – завищена самооцінка;

4-6-му місці – нормальна;

7-10-му місці – занижена.

Хоч ми з вами і такі іноді невпевнені в собі, все ж у нас є переваги. Пропоную виконати **вправу «Незакінчене речення».**

Кожному учаснику потрібно закінчити речення: «Не хочу хвалитися, але я ...»(потрібно назвати кілька рис характеру, якими можна пишатися.)

А тепер пропоную пройти тест і дізнатися все ж таки «Яка ж я насправді?»

### **Малюнковий тест «Три тварини».**

Мета цього тесту: формувати адекватну самооцінку, стимулювати мотивацію до пізнавальної діяльності.

Ведучий пропонує учасникам намалювати або написати трьох тварин. Під кожним малюнком тварини написати по три властивості(риси, якості характеру), властиві їй.

### **Ключ до тесту:**

- Перша тварина – це те, із чим асоціюєте себе, яким ви себе бачите;
- Друга тварина – яким бачать вас інші люди;
- Третя тварина – показує те, яким ви є насправді. Це об'єктивна характеристика.

**Висновок.** Успішна людина повинна цікавитись тим, як її сприймають інші люди, аналізувати свої вчинки і намагатися скорегувати свою поведінку і свій характер відповідно до суспільної думки.

Будь-яка діяльність протікає більш ефективно і дає якісні результати, якщо при цьому в особистості є сильні, яскраві, глибокі мотиви, які викликають бажання діяти активно, з повною віддачею сил, долати неминучі труднощі, несприятливі умови та інші обставини, наполегливо просуватися до наміченої мети. Все це має пряме відношення і до позакласної діяльності, яка проходить більш успішно, якщо в учнів сформовано позитивне ставлення до неї, є пізнавальний інтерес, потреба в отриманні знань, умінь і навичок, почуття обов'язку, відповідальності та інші мотиви навчання.

Чим більше ми розвиваємо й вдосконалюємо себе, чим повніше реалізуємо свої можливості, тим цікавішими ми стаємо для оточення, тим вагомішим є наш внесок у спільну діяльність і спілкування з іншими людьми.

У кожної людини формується система її життєвих орієнтацій, яка складається з кількох складових:

- мета людини в житті, яка надає осмисленості майбутньому;
- насиченість життя, що характеризує сам процес життєздійснення;

- задоволеність самореалізацією, яка формується на основі досягнутого.

Самореалізація як складова життєвого успіху пов'язана зі свідомим прагненням розкрити свої сили та здібності в суспільному застосуванні. Для цього сучасний випускник має бути здатний до саморозвитку та відповідальності. Результатом самоосвітньої діяльності особистості є її саморозвиток та самовиховання, які сприяють самореалізації особистості як спеціаліста, громадянина.

Формування відповідальності має дуже важливе значення для особистості, воно відбувається у продовж всього життя, а найбільше у підлітковому віці, коли особистість стає більш-менш незалежною і вже може сама вибирати важливі для неї рішення і нести відповідальність за них. Саме в цей період настає повноліття. Відповідальність батьків за своїх дітей переходить на самих дітей. На відміну від школи, де за знання та виховання учнів відповідають вчителі, у професійно-технічних закладах учень сам повинен нести відповідальність за свої знання та за свою поведінку. Тільки усвідомлюючи власну відповідальність в різних видах діяльності учень може поставити перед собою перспективну мету та більш складні завдання, та проявляти вольові зусилля протягом тривалого періоду.

## **ВИСНОВОК**

Позакласні заняття організовуються і проводяться з метою мотивації учнів, розширення їх кругозору та всебічної орієнтації в оточуючому світі. Подібна діяльність в чималому ступені сприяє гармонійному вихованню учнів, а також дає можливість практично використовувати знання в реальному житті.

На сьогоднішньому тренінгу ви краще усвідомили роль педагога у формуванні творчого працездатного учнівського колективу, визначились з головними рисами сучасного педагога та орієнтирами у повсякденній педагогічній практиці.

Результатом нашої з вами роботи, на наш погляд, має стати випускник, готовий до самоосвіти, що сприятиме його саморозвитку та самовихованню, а це, в свою чергу, стане фундаментом його самореалізації та досягнення життєвого успіху.

### **Притча «Все в твоїх руках»**

Жив - був мудрець, який знав усе. Одна людина захотіла довести, що мудрець знає далеко не все. Затиснувши в долонях метелика, він запитав: «Скажи, мудрець, який метелик у мене в руках: мертвий чи живий?» А сам думає: «Скаже жива - я її вб'ю, скаже мертва - випущу». Мудрець, подумавши, відповів: «Все в твоїх руках».

### **(Перегляд ролика «Все в твоїх руках»)**

Все в наших руках, шановні колеги.

Завершуючи розмову про мотивацію, відзначимо, що вона є однією з найважливіших передумов ефективності діяльності наших учнів. Педагогу необхідно приділяти підвищену увагу формуванню в учнів стійкої мотивації не тільки до вивчення свого предмета, а й до навчальної і трудової діяльності в цілому.

Шановні колеги! Наше завдання сьогодні полягає не в тому, щоб дати готові поради і рекомендації, а в тому, щоб акцентувати увагу на важливості розвитку мотиваційної сфери учня, вмілого застосування педагогами різних технологій розвитку пізнавальної мотивації навчальної діяльності учнів.

Те, що педагоги здатні мотивувати дітей, володіють «інструментами» підвищення навчальної мотивації, свідчить про їх власні мотивації, прагнення до підвищення професійної компетентності, до вдосконалення, про готовність вчасно зробити крок в потрібному напрямку.

### **Притча «Лотерейний квиток».**

Жив на світі чоловік, нічим особливим від інших не відрізнявся. Але ось тільки була у нього ідея фікс: дуже йому хотілося в лотерею виграти. З цією метою він мало не щодня ходив до церкви, ставив свічку і просив Бога: «Господи, допоможи мені, пішли виграш в лотерею».

І так він ревно молився сотні разів, що вже не могли на це байдуже дивитися навіть архангели.

- Господи, та допоможи Ти йому, - звернулися вони до Бога, - що Тобі варто, а він ще більше в вірі зміцнитися.

- Та допоміг би я йому вже давно, сам дивитися не можу, як він вбивається, - відповів Всевишній. - Та тільки він хоч би один лотерейний квиток купив ...

**Мораль:** «Вплив мотивації - це річ делікатна, легко не виявляється, але в кінці кінців дає про себе знати фатально.» П.Я. Гальперін.

**Зробіть крок в потрібному напрямку! Допоможіть собі!**

Шановні колеги! Бажаю вам успіхів у роботі з розвитку мотиваційної сфери учнів. Нехай вам не зраджує ваша мотивація!

Підсумовуючи роботу на сьогоднішньому семінарі **виконайте Вправу «Рюкзак, м'ясорубка, корзина»** закінчивши думку:

- Сьогодні мене вразило...
- Сьогодні мені згадалося...
- Мені запам'яталося...

- Мене дратувало...
- Мене порадувало...

Кожен обирає і закінчує фразу за власним бажанням.

(На малюнках зображено рюкзак, м'ясорубку, корзину для сміття.)

**Інструкція.** Я пропоную аркушки із вашими записами покласти в рюкзак, якщо ви взяли на цьому семінарі для себе щось корисне, у м'ясорубку — якщо вам потрібно щось обміркувати, і викинути в корзину, якщо вважаєте, що нічого корисного сьогодні ви не отримали.

Дякую за увагу!