

Рекомендації для педагогів



Психологічні поради педагогу щодо збереження психологічного здоров'я

Як уберегти себе від впливу стресу, що руйнує, і допомогти набутити впевненості, оптимізму і натхнення вам-вчителям і вашим учням.

Прагніть до максимальної, але доступної для вас життєвої мети.

- Відпочивайте ще до того, як встигнете стомитися.
- Використовуйте енергію стресу в інтересах особистого зростання.
- Постійно створюйте у своїй уяві зону психічної безпеки, комфорту і відпочинку.
- Пам'ятайте дуже важливу рекомендацію П. Брегга про те, що єдиний спосіб продовжити своє життя – це не укорочувати його.
-

Антистресові правила життя і поведінки для вчителя

Не всі вони можуть підійти конкретно вам. Однак ви вправі зробити вибір. Використовуючи ті з них, що дійсно вам підходять, ви забезпечите собі високу життєву стійкість.

Правило 1

Визначте негативні чинники, що призводять у вас виникнення стресу. Намагайтеся уникати їх або за допомогою позитивного мислення, спробуйте змінити своє ставлення до них.

Правило 2

Забезпечуйте високий життєвий потенціал у здоров'ї, освіті, праці, сім'ї, позитивному мисленні. Він гарантує високу стресостійкість.

Правило 3

Навчіться розслаблюватися: тілом, диханням, думкою тощо.

Стрес викликає загальне напруження. Розслаблення ж, навпаки, протидіє стресу. Тому необхідно опанувати різні способи розслаблення. Бо саме в умінні розслаблюватися полягає секрет успішної боротьби зі стресом. Розслаблюючись, ви знижуєте негативний вплив стресу на ваше фізичне й психічне здоров'я.

Правило 4

Зробіть паузу.

Слід пам'ятати, що успішність побудови особистої програми захисту від стресу залежить від того, наскільки точно й вчасно ви навчилися відчувати, що вступаєте в «зону» стресу і втрачаєте самоконтроль.

Тому необхідно шукати способи зупинки самого себе, «зробити паузу». На цій стадії стресу важливо «взяти перерву» і зусиллям волі перервати свої дії:

- зробити паузу в спілкуванні (помовчати кілька хвилин замість того, щоб із роздратуванням відповідати на несправедливе зауваження);
- порахувати до 10;
- вийти з приміщення;
- переміститися в іншу, віддалену частину приміщення.

Якщо втрата самовладання відбулася на роботі, ми повинні завжди прагнути перевести свою енергію в іншу форму діяльності, зайнятися чим-небудь іншим що дасть можливість зняти напруження:

- перебрати свої ділові папери (класний журнал, підручники), полоти квіти на підвіконні, заварити чай;
- вийти в коридор (звичайно, на перерві, але якщо, то...) і поговорити з колегами на нейтральні теми (про погоду, покупки та ін.);
- підійти до вікна і подивитися на небо й дерева, порадіти сонцю, дощеві або снігові;
- звернути увагу на людей, що йдуть по вулиці. Спробувати уявити, про що думають ці люди;
- зайти в туалетну кімнату і на 2-3 хвилини опустити долоні під холодну воду.

Такі «перерви» потрібно робити якнайчастіше в ті моменти, коли відбувається втрата самоконтролю. Важливо, щоб дія «зупинки себе» стала звичкою.

Правило 5

Навчайтеся планувати.

Дезорганізація може призвести до стресу. Наявність великої кількості планів одночасно часто призводить до плутанини, безпам'ятності й почуття, що незакінчені проекти висять над головою, як дамоклів меч.

Приділіть планам якийсь час, попрацюйте над ними.

- Запишіть задачі, плани, справи на тиждень і поєднайте їх із розкладом ваших занять. Такий пробний список «запустить механізм» і полегшить подальше планування.
- Розставте завдання відповідно до їх важливості. Записавши всі намічені справи, позначте їхні пріоритети: вищий, високий, низький, найнижчий.
- Виключіть всі справи, що не є вкрай необхідними у вашій повсякденній діяльності. Перенесіть їх у кінець списку.
- Делегуйте повноваження. Одна з найважливіших причин стресу полягає у впевненості, що ви все повинні робити самі. Занадто багато при проведенні занять бере на себе вчитель. Намагайтесь якомога частіше доручати своїм учням проведення окремих елементів занять. Це дозволить вам не тільки уникати стресу, а й активізувати навчання.
- Закінчіть одне завдання, перш ніж прийнятися за інше. Не відкладайте справи на завтра.
- Навчіться говорити «ні». З усіх способів розподілу часу уміння говорити «ні» – найкращий.
- Резервуйте час на термінові роботи або незаплановані зустрічі. Тоді ви будете менше турбуватися про те, щоб встигнути виконати свій план.
- Контролюйте процес. При розподілі часу тримати ситуацію під контролем не менш важливо, ніж керувати стресом. Почуття контролю ситуації, імовірно, найважливіша якість, яка необхідна для того, щоб перебороти стрес. Стрес — це не стільки результат напруженої роботи і негативних подій, скільки результат відчуття того, що життя занадто складне і не піддається контролю.

Правило 6

Намагайтеся завершувати ситуації.

Для того щоб уберегти себе від стресу, вчіться відслідковувати незавершені ситуації. Якщо ви зазнаєте утиску незавершених справ, спробуйте скоротити їхнє число, для цього виконайте такі чотири дії:

- усвідомте, що виявилися заручником незавершеної ситуації, яка вимагає свого рішення і марно розтрачує ваші сили;
- прийміть рішення завершити її;
- подумайте про те, що у ваших силах і що залежить саме від вас, виберіть кращу можливість і покладайтеся на себе;
- запровадьте свій план у життя.

Якщо з першого разу ситуація не завершиться, пошукайте ще один вихід, але не залишайте її незавершеною.

Правило 7

Визнайте й прийміть обмеження.

Багато хто з нас ставлять собі надмірні й недосяжні цілі. Якщо людина не може досягти їх, то часто виникає почуття неспроможності або невідповідності незалежно від того, наскільки добре ми виконали що-небудь. Ставте досяжні цілі.

Послабте ваші стандарти. На противагу загальноприйнятій думці не все, що потрібно робити, слід робити добре. Будьте більш гнучкими. Досконалість не завжди досяжна, а якщо і досяжна, то вона не завжди цього варта.

Уникайте непотрібної конкуренції.

У житті дуже багато ситуацій, коли ми не можемо уникнути конкуренції. Але наявність надто великого прагнення до вигравання у надто багатьох сферах життя створює напруження і тривогу, робить людину надто агресивною.

Правило 8

Будьте «позитивною» особистістю.

Уникайте критикувати інших, особливо своїх учнів. Учіться хвалити інших за ті речі, які вам у них подобаються. Зосередьтеся на позитивних якостях оточуючих.

Рахуйте ваші удачі!

На кожную сьогоднішню невдачу, імовірно, знайдеться десять або більше випадків, коли вам пощастило. Подумайте про них. Спогад про гарний випадок зменшить ваше роздратування, коли знову що-небудь відбудеться не так, як ви хотіли б.

Щодня хваліть себе по декілька разів.

Будь-яка робота, велика або маленька, виконана вами або іншим, заслуговує подяки. Не чекайте подвигів. Згадайте відомі слова: «От так Пушкін!».

Щодня освідчуйтесь в коханні найдорожчій для вас людині, окрім себе. Хоча б раз на день говоріть приємні слова своїм близьким. Почавши це робити, ви незабаром зрозумієте, що це приносить подвійну користь: вам і близькій людині.

Учіться терпіти й прощати.

Нетерпимість до інших призведе до фрустрації й гніву. Спробуйте зрозуміти, що відчувають інші люди, це допоможе вам прийняти їх. Прощайте й забувайте. Не скаржтеся, не скигліть, не відчувайте невдоволення іншими. Прийміть той факт, що люди навколо вас і світ, у якому ми живемо, недосконалі, і мають «різні карти світу».

Приймайте доброзичливо, на віру слова інших людей, якщо немає доказів зворотного.

Вірте тому, що більшість людей намагається робити все настільки добре, наскільки може.

Зробіть що-небудь для поліпшення вашого зовнішнього вигляду. Якщо ви буде виглядати краще, це змусить вас і почувати себе краще. Гарна зачіска, акуратний костюм можуть підвищити ваш життєвий тонус. Відносьтеся до себе добре.

Якщо ви відчуваєте, що знаходитеся всильному напруженні, а сили на межі, відкладіть важкі справи.

Не кваптеся називати всі справи невідкладними. Вибудуйте їх у чергу і готуйтеся до виконання найголовнішої справи.

Правило 9

Змусьте стрес працювати на вас, а не проти вас.

Опануйте головним умінням – перетворювати негативні події на позитивні.

Оскільки стрес пов'язаний практично з будь-якою діяльністю, а особливо педагогічну, уникнути його може лише той, хто нічого не робить. Але кому приємне бездіяльне життя? Нічого не робити не означає відпочивати.. Дозвільний розум і ледаче тіло страждають від стресу неробства. Основоположник теорії стресу Г. Сел'є писав: «Не слід боятися стресу. Його не буває тільки в мертвих. Стресом треба керувати. Керований стрес несе в собі аромат і смак життя». Багато досліджень показують, що людина позитивно реагує на стрес тільки в тому випадку, якщо здатна поставитися до стресових подій як до виклику, що винагороджує зусилля.

Слід думати про позитивні моменти, які можна взяти з більшості стресових цій. Коли людина намагається реалізувати цю здатність на практиці, вона переборює найбільшу перешкоду на шляху до стресостійкості. Змінюючи значення, ви змінюєте свою реакцію на те, що відбувається.

Уміння перетворювати щось негативне на щось позитивне – майстерність контролювати стрес.

Потрапляючи в ту чи іншу ситуацію, ми починаємо контролювати її, перетворюємо на хвилюючий і вартісний життєвий досвід й автоматично вважаємо, що саме ця ситуація змушує нас демонструвати свої кращі якості й робить наше життя більш результативним і повноцінним. Така поведінка змусить вас відчувати, що в такий самий спосіб можна будь-яку негативну ситуацію перетворити на позитивний досвід.

Ваш вибір визначає, чи дозволите ви подіям одержати над вами верх, чи будете самі контролювати їх і, відповідно, чи зумієте сприймати стрес як труднощі, які можна перебороти й перетворити собі на користь. Таке невелике коригування відносин до труднощів є основним принципом, що лежить в основі стійкості до стресів. Упровадивши цей простий принцип у повсякденне життя, ви зможете перетворити стрес на рушійну життєву силу, змусити його працювати на вас, а не проти вас (Вправи: «Ідеальна модель», на розвиток уяви)

Правило 10

Звільніться від «ментальних токсинів» стресу.

Щоб звільнитися від ментальних токсинів стресу, потрібно виконати своєрідне ментальне прибирання за допомогою засобів раціональної терапії.

Для цього поверніться у момент минулого, де ви були не цілком задоволені своїм поведінням і переживіть його ще раз, але вже не так, як у вас вийшло тоді. Відомий американський психотерапевт Вірджинія Сатир називає це «повернутися й побачити новими очима». З позиції сьогодення зрозумійте, чого вам не вистачало тоді для більш успішного поведіння.

«Потренуйтеся» кілька разів, поки не будете задоволені своєю реакцією. Доможіться такої зміни уявлення про стресор, щоб воно більше не служило для вас джерелом напруження. Перетворюйте проблемно-конфліктні й кризові педагогічні ситуації на досвід, що сприяє професійному й особистісному зростанню.

Додаючи спогадові характеристики сильного позитивного переживання, ви не тільки захищаєтеся від впливів стресу, але й здобуваєте впевненість, що надалі цей спогад стане позитивно впливати на всі наступні події. Крім того, ви перетворюєте проблемно-конфліктні й кризові педагогічні ситуації на досвід, що сприяє професійному й особистісному зростанню.

Правило 11

Регулярно робіть фізичні вправи.

Два-три рази на тиждень (а ще краще щодня) давайте собі фізичне навантаження. Найкраще, якщо це будуть ритмічні, повторювані рухи під музику. Подаруйте тілу свято: відвідайте лазню, зробіть масаж (самомасаж).

Дуже важливо давати собі можливість регулярно звільнятися від напруження, яке поволі накопичується. Кілька разів на день займайтеся фізичними вправами.

Правило 12

Щодня знаходьте привід посміятися.

Почитайте, подивіться, послухайте, розповідайте про що-небудь смішне. Умійте посміятися над собою. Сміх є дієвим засобом боротьби зі стресом. За твердженням Анрі Рубінштейна, автора книги «Психосоматика сміху», одна хвилина сміху еквівалентна сорока п'ятьом хвилинам гімнастики або фізичних тренувань. Дослідження зі сміхотерапії, проведені в Стенфордському університеті (сміх там називають бігом на місці), довели, що сміх дійсно тренує багато м'язів, знімає головний біль, знижує артеріальний тиск, нормалізує дихання і сон. При цьому в кров потрапляє більше гормонів, активніше йдуть процеси обміну речовин. Людина, яка часто сміється, перестає відчувати біль.

Психологічні умови створення ситуації успіху на уроці



— Психолого-педагогічні прийоми, які сприяють створенню ситуації успіху на мотиваційному етапі навчальної діяльності:

- 1. Ефект Розенталя, або „Ефект навіювання“:** „Ти це можеш”, „Тобі це вдасться” тощо. Якщо педагог буде переконувати учнів у реальності успіху, то успіх прийде. Англійський учений Стоуенс довів, що учні, яких заохочували, досягли значно більших успіхів, ніж ті, кого ніяк не заохочували.
- 2. Прийом „Емоційне прогладжування”** – констатація будь-якого факту успіху, прищеплювання дитині віри в себе, відкритість учителя для довіри і співчуття.
- 3. Прийом „Анонсування”** – репетиція майбутньої дії, яка створює психологічний настрій на успіх перед класом. Це можуть бути додаткові індивідуальні заняття з окремими учнями. Добре заздалегідь оголосити приклади запитань самостійної роботи чи назвати прізвища учнів, яких не передбачається опитувати на наступному уроці (або навпаки), можна провести пробну контрольну роботу тощо.

Психолого-педагогічні прийоми, які сприяють створенню ситуації успіху на організаційному етапі навчальної діяльності:

- 1. Прийом „Даю шанс”** – це заздалегідь підготовлена педагогом ситуація, в якій учень отримує можливість знезацька для себе розкрити свої можливості.
- 2. Прийом „Рушай за нами”.** Алгоритм цього прийому такий:

- діагностика інтелектуального фону колективу;
- вибір інтелектуального спонсора;
- фіксація результату та його оцінка.

Наприкінці цей прийом реалізується за допомогою окремих учнів, які „ведуть” за собою невстигаючих.

3. Прийом „Емоційний сплеск” корисний дітям, які емоційно реагують на похвалу і критику. Завдання вчителя – у кожного учня вивільнити енергію, ініційовану теплим словом підтримки вчителя.

4. Прийом „Навіювання” побудований на точному розрахунку, в якому головне – вибір гносеоносія, тобто джерела інтелектуального збудження. Алгоритм прийому такий:

- реалізована або несподівана радість учня;
- підтримка педагога;
- „збудження” окремих членів колективу (наприклад, створення ситуації змагальності);
- поява нових стимулів для саморозвитку кожного.

5. Прийом „Еврика”. Створюються умови, за яких дитина, виконуючи навчальне завдання, несподівано відкриває в собі невідомі досі здібності. Завдання вчителя – помітити це глибоко особисте відкриття, всіляко підтримати дитину, поставити нову мету і надихнути на її досягнення. Допомога вчителя у створенні ситуації відкриття має бути ненав’язливою, прихованою.

6. Прийом „Навмисна помилка”. Можна застосувати з урахуванням віку і знань учнів на відомому матеріалі, що використовується як опорні знання.

Створюючи ситуації успіху на етапі організації навчальної діяльності, слід пам’ятати про два основні правила:

- формування свідомого ставлення до результату навчальної діяльності має слугувати перетворенню результату на мотив для нової пізнавальної діяльності;
- у кожної дитини є задатки, які можуть розвинути у здібності.

Рекомендації учителю в роботі з дітьми різних типів темпераментів:



Дітей із **сангвінічним** темпераментом характеризують: легка збудливість почуттів, які не дуже міцні, але відносно стійкі; вони енергійні, активні, довго не витримують одноманітної діяльності; здебільшого не сором’язливі, але стримані; легко спілкуються; користуються повагою ровесників; не схильні ображатись; беруть участь у громадській роботі класу і школи.

За сприятливих умов виховання ростуть спокійними, в міру рухливими, адекватно реагують на зміну обставин, за несприятливих – виявляють байдужість, безвідповідальність, несамокритичність.

У роботі з такими дітьми слід враховувати:

- сангвініки швидко освоюють правила поведінки й уміння ними керуватися засвоюють легко, але без систематичних вправ швидко втрачають;

- завдяки рухливості швидко піддаються як позитивному, так і негативному впливу;
- на зауваження дорослих реагують спокійно, не опираючись;
- такі учні досить комфортно відчувають себе, як при письмовій так і при усній відповіді. Зовнішні фактори їх майже не відволікають;
- досить відповідальні тривалі справи (наприклад звання старости класу, або керівника по дисципліні) сангвінікам не слід доручати. Вони проявлять незвичайну активність, та на протязі місяцю втратять усякій інтерес до цієї роботи. Але з сангвініків вийде справжній активіст у розважальних культмасових справах, або класний репортер;
- опитування домашнього завдання слід починати саме з таких учнів;
- сангвініки будуть брати активну участь у розборі нової теми, навіть якщо вона їм не цікава.

Діти **холеричного типу темпераменту** характеризуються: легкою збудливістю почуттів, силою і стійкістю їх у часі; енергійною та різкою поведінкою; бурхливо реагують на подразники; важко переключаються на спокійнішу справу; у колективі прагнуть самостверджуватись; люблять організувати ігри; охоче залучаються до різних видів діяльності

За правильних умов виховання холерики виявляють активність, наполегливість у роботі, за неправильних – стають неслухняними, запальними, образливими. Покарання, зауваження дорослих діють на них негативно, збуджують, роблять їх грубими, викликають намагання вчинити "на зло".

У спілкуванні з такими дітьми потрібно:

- зважати на їхні особливості;
- бути спокійним, доброзичливим, але вимогливим ставленням формувати стриманість;
- при навчанні (особливо на заліку) враховувати те, що такій дитині легше буде відповідати усно, ніж писати все що їй відомо по даному питанню. Холерики тяжко переносять однотипну діяльність. Тому вони просто не зможуть виконати письмову роботу на високому рівні;
- пам'ятати, що чим довше йде робота (диктант, контрольна тощо) тим більше холерик зробить помилок;
- перевірку домашнього завдання також можна починати з холериків, вони навряд розгубляться від. Також холерики не відчувають ніяких труднощів від неочікуваних поточних запитань;
- у опрацюванні нової теми можете сміливо покладатися на їхню активність, якщо зможете заохотити та зацікавити їх. Проте, холерики як швидко запам'ятовують інформацію, так же швидко і забувають її.

У дітей **флегматичного типу** темпераменту : почуття важко збуджувані, проте тривалі і стійкі; флегматик повільний, неохоче спілкується, часто нехтує тим, що вимагає швидкості, зайвих рухів; уникає доручень, але отримавши їх, виконує бажання, хоч і не поспішаючи, дотримується порядку, організованості; ухиляється від конфліктів, його важко образити, але, вступивши в конфлікт, глибоко переживає, хоч зовні не демонструє цього.

За сприятливих виховних умов такі діти виростають вдумливими, слухняними, організованими, добре сприймають зауваження дорослих, виправляють помилки; за несприятливих – лінивими, байдужими, апатичними, пасивними.

У спілкуванні з такими дітьми потрібно:

- щоб посилити активність флегматиків, їх слід залучати до ігор, спорту;

- надати доручення, які в першу чергу потребують відповідальності та чесності. Тоді учень буде відчувати себе потрібним у колективі. Враховувати, що такої дитині краще дати не обмежену часом письмову відповідь, ніж викликати відповідати усно. В цьому випадку флегматик може почати з «іншого кінця» питання та його відповідь займе величезну кількість часу;
- враховувати, що високий темп ставлення запитань збиває з толку таку дитину;
- враховувати, що для флегматика не має нічого більш складнішого, як виконання завдань на відведений час. Однак саме такі учні можуть працювати дуже довго без суттєвих помилок та стомлення;
- не слід активно запитувати таку дитину під час пояснення нової теми. Їй, як нікому іншому потрібен час у оволодінні інформацією, але отриманні знання зберігаються у пам'яті флегматика надовго;
- враховувати, що ситуації у яких потрібно розподілити увагу або переключення її з одного виду діяльності на другий, флегматик переносить дуже важко.

Діти з **меланхолічним** темпераментом: надзвичайно чутливі. Почуття, що легко виникають у них, є міцними й стійкими у часі; сором'язливі; малоактивні; важко пристосовуються до нових обставин; відзначаються хворобливою вразливістю; швидко втомлюються; невпевнені у своїх силах; часто мають поганий настрій, відчувають страхом перед труднощами; скаржаться на ровесників; бояться образ, часто плачуть, намагаються гратися самотійно.

Вчителю у роботі з такими дітьми слід :

- підтримувати таку дитину, підбадьорювати. Але не у якому разі не робити акцент на її помилках. Різке зауваження від вчителя може викликати великі труднощі під час наступної роботи на уроці. Такій дитині буде достатньо й вашого погляду;
- доручити дитині якусь корисну та важливу справу в класі. Меланхоліку просто необхідно відчути себе потрібним у класі;
- враховувати, переживання дитини. Якщо меланхолік за щось переживає, він не зможе дати повну відповідь на запитання, навіть якщо знає матеріал досконально. Тому має сенс запитати у такого учня, чи згоден він з отриманою оцінкою, або бажає прездати її протягом дня;
- враховувати, що меланхоліки побоюючись труднощів, будучи невпевненими у своїх силах, вони губляться при опитуванні, виконанні контрольних робіт, хоч мають знання. Тому можливо має смисл залікові відповіді приймати у таких дітей в індивідуальній формі;
- при опануванні нової теми такі діти сидять мовчки, їм краще слухати, а дома ще раз самим прочитати, вивчити матеріал. Тільки тоді вони будуть впевнені у своїй відповіді, а отриманні знання залишаться у них надовго;
- перевірку домашнього завдання не слід починати з меланхоліків, вони легко можуть розгубитися. Краще надати їм декілька хвилин для підготовки;
- враховувати, що такі дітей дуже відволікає шум, та будь яка неспокійна обстановка;
- враховувати, що таких дітей особливо пугають: серйозні самотійні роботи на які відведено певний час; неочікувані запитання, потребуючі негайної відповіді;
- відповідь такої дитини не в якому разі не слід критикувати. Тому що меланхолік прийме це дуже близько та весь день буде переживати з цього приводу.

Процес навчання у школі збудований таким чином, що саме активні діти (сангвініки та холеріки) мають великі переваги: вони швидко запам'ятовують, відновлюють інформацію, отримують оцінку і також швидко її забувають. Проте, меланхоліки та флегматики, якщо вчитель правильно побудує процес навчання, зможуть бути надійною

опорою, тому що саме вони самостійно проникають глибше у тему та часто знають більше шкільної програми. Флегматики люблять зосереджуватися на будь-якому виді діяльності, тому саме вони поступово розв'язують саму важку задачу. У них та сангвініках вистає самостійності для вирішення багатьох завдань. Саме для таких учнів оптимальною формою заліку будуть тестові завдання.

У природі ніколи не зустрічається «чистого» типу темпераменту. Але один-два з них ядро виражені у кожній дитині. Спробуйте врахувати ці особливості у своїй роботі, правильно роздавати завдання та опиратися на сильні сторони. Це забезпечить ефективність навчання та виховання кожного учня.

Рекомендації класному керівнику щодо роботи з учнями 5-х класів



Особливості віку п'ятикласників:

- 1) період 10-12 років – час переходу від мислення, заснованого на оперуванні конкретними уявленнями, до мислення теоретичного, від безпосередньої пам'яті до логічної;
- 2) в інтелектуальній діяльності школярів у період отрочества підсилюються індивідуальні особливості розвитку, що пов'язані з розвитком самостійного мислення, інтелектуальної активності, творчого підходу до вирішення задач;
- 3) центральне особистісне новоутворення цього періоду – становлення нового рівня самосвідомості, Я-концепції, що виявляється в прагненні зрозуміти себе, свої можливості й особливості, свою подібність з іншими людьми і свою відмінність – унікальність й неповторність;
- 4) радикальні зрушення в соціальному розвитку відбуваються саме в 10 років, коли з'являється потреба у визначенні свого місця в соціумі, отримання суспільного визначення.

Основні задачі розвитку учнів у п'ятому класі:

- оволодіння базовими шкільними навичками й уміннями;
- розвиток навчальної мотивації, формування інтересів;
- розвиток навичок співробітництва з однолітками, вміння змагатися з іншими, правильно і різнобічно порівнювати свої результати з успіхами інших;
- формування вміння домагатися успіху і правильно ставитися до власних успіхів і невдач, розвиток упевненості в собі;
- формування уявлення про себе як про успішну людину з великими можливостями розвитку.

У середній школі докорінно змінюються умови навчання. Більшість дітей переживає цей перехід як важливий крок у їхньому житті. Для багатьох дітей цей перехід є показником дорослішання. Крім того, певна частина дітей сприймає такий перехід як шанс заново почати шкільне життя, налагодити несформовані стосунки з педагогами або виправити ті

стосунки, які їх не влаштовують. Діти очікують змін, сподіваються, що їм у школі стане цікавіше.

Вчителям слід не забувати про різницю між п'ятикласниками та іншими учнями середньої школи. Великі вимоги до них найчастіше виявляються їм не під силу та ускладнюють адаптацію до середньої школи.

У цей час у школярів дуже сильно виражене емоційне ставлення до навчального предмету (свою здібність до предмету дитина оцінює не з позицій своєї реальної успішності, а – з суб'єктивного ставлення до нього). Тому важливим є те, щоб заняття викликали в учня позитивні переживання. При цьому необхідно орієнтувати дітей на вироблення об'єктивних критеріїв успішності і неуспішності, прагнення перевірити свої можливості і знаходити (за допомогою дорослих) шляхи подальшого їх розвитку і удосконалення.

Учні п'ятих класів особливо чутливі до демократичного (на відміну від ліберального чи авторитарного) стилю керівництва з боку дорослого: коли він виявляє ініціативу, задає деякі рамки їхньої діяльності, але при цьому дозволяє учням самим приймати рішення, не встановлює покрокового контролю.

Слід враховувати, що у п'ятикласників є сильною потреба у спілкуванні з однолітками, тому вони охоче відкликаються на групові форми роботи з активними та інтерактивними методами навчання, де є можливість суперничати, вигравати.