

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ Т.Г. ШЕВЧЕНКА

*Кафедра педагогіки і методики  
початкового навчання*

**М.В. Коновальчук, Ю.М. Носко**

## **ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ**

**ПРОГРАМА  
ТА НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ  
ДЛЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ  
"ПОЧАТКОВА ОСВІТА"**

Чернігів  
2011

УДК 37.091.12  
ББК Ч 489.518.3  
К 65

Рецензенти                    доктор педагогічних наук, професор,  
                                      дійсний член НАПН України *О.Я. Савченко*;  
                                      кандидат педагогічних наук,  
                                      доцент кафедри дошкільної освіти  
                                      і практичної психології *В.П. Антинець*

**М.В. Коновальчук, Ю.М. Носко**

**К 65 Програма та методичне забезпечення курсу "ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ" для студентів спеціальності "Початкове навчання" – Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка, 2011. – 132 с.**

Авторами представлено зміст та структуру програми курсу "Вступ до спеціальності" для студентів спеціальності "початкове навчання", список рекомендованої літератури та Інтернет-ресурсів. Методичне забезпечення курсу включає тематику лекційних та практичних занять, рефератів, індивідуальних завдань, методичні рекомендації щодо виконання самостійної роботи. У додатках подано тренінгові методики щодо розвитку комунікативних здібностей майбутніх педагогів, навчання прийомам самоорганізації, самовиховання, профілактики професійного вигорання тощо. Адресовано студентам спеціальності "початкове навчання", а також педагогам-практикам.

Рекомендовано до друку вченою радою Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка (протокол № 1 від 30.08.2011р.)

ISBN 978-966-7743-93-2

© М.В. Коновальчук, Ю.М. Носко, 2011

*Учитель – це скло, крізь яке  
дитина дивиться на світ.*

*Ш. Амонашвілі*

---

## ПЕРЕДМОВА

### *Дорогі першокурсники!*

Ви зробили свій вибір – обрали прекрасну, складну і відповідальну професію вчителя. Напевно, більшість із вас усвідомлює, що бути вчителем, особливо в сучасних умовах – не просто. Разом із тим учитель був, є і завжди буде, за словами сучасного грузинського педагога Ш. Амонашвілі, "склом, крізь яке дитина дивиться на світ", і його величезний вплив на майбутнє держави є беззаперечним.

Учителя протягом тисячоліть вважали лікарем душі, світочем знань, барометром духовності, сіячем добра, дослідником істини, захисником дитячого світу. Адже, на відміну від більшості професій, професія педагога передбачає наявність у людини не лише певних схильностей, задатків до педагогічної діяльності, мотивів (бажання, інтересу), а і певних моральних якостей – любові до дітей, безкорисливості, терплячості, емпатії, тактовності,

доброти. Без цих якостей неможливо навіть випробовувати себе у цій професії. Можна навчитися прийомам та методам навчання, формам організації навчального процесу, плануванню виховної роботи та ще багато чого іншого, але так і не стати вчителем – гарним вчителем, який віддає себе дітям.

Педагог-гуманіст В. Сухомлинський стверджував: "Праці вчителя ні з чим не можна ні порівняти, ні зіставити. Ткач уже через годину бачить плоди своєї роботи. Сталевар через кілька годин радіє з вогненного потоку металу. Хлібороб, сіяч через кілька місяців милується колосками і жменею зерна, вирощеного в полі... А вчителеві треба працювати роки, щоб побачити предмет свого творіння. Буває, минають десятиріччя, і ледве-ледве починає позначатися те, що ти замислив... Учитель зобов'язаний – перед суспільством, перед батьками – працювати тільки правильно, тільки добре...".

Результат праці вчителя – особистість нового покоління, в цьому велич творчості педагога. Разом з тим помилка вчителя може стати трагедією дитини – трагедією, помноженою на роки. Так, помилка у виборі професії може коштувати дорого, бо її ціна – життя, здоров'я, щастя, самореалізація дитини, а не тільки рівень її знань.

Учитель в усі часи був шанованою людиною у суспільстві. Раніше він був чи не єдиною освіченою особистістю, особливо у селі, а його ерудиція – майже єдиним джерелом знань великого кола людей. Зараз, в інформаційну добу, ситуація суттєво змінилася – книги, журнали, медіапростір, глобальна мережа Інтернет стали важливими джерелами знань, тим самим ніби відсунула вчителя на другий план, позбавила цього пріоритету.

Водночас це не зовсім так. Учитель усе одно залишається провідником культури, загальнолюдських цінностей. Учителю потрібно постійно працювати над собою, бути відкритим до нових знань, обізнаним, ерудованим, компетентним, уміти здобувати потрібну інформацію, володіти сучасними технологіями та навчати цьому дітей.

Сьогодні педагоги всього світу усвідомлюють, що роль освіти у 21 столітті суттєво змінилася. У минулому столітті пріоритетом освіти здебільшого була навчальна підготовка до виконання певної соціальної ролі, формування гарного виконавця, об'єкта, яким легко керувати. Однак сьогодні освіта поступово переходить у людиноцентрований вимір, тобто здійснює орієнтацію на суб'єкта, який самостійно аналізує ситуацію, обирає собі цілі та самостійно

їх досягає. Навчання в школі не може зводитися лише до отримання знань, адже це не соціальний тренінг, не формування, а вирощування, плекання, допомога у становленні самостійної творчої особистості. Отже, перед учителем постає спектр нових завдань: розвивати людину, здатну повноцінно жити та ефективно діяти у глобальному середовищі, здатну до успішної самореалізації у динамічному рухливому та нестабільному світі.

Водночас вчитель не повинен забувати і про власне фізичне та психічне здоров'я. Психологи останнім часом стурбовані високими показниками прояву синдрому професійного вигорання вчителя, який, прагнучи бути ідеальним, нехтує власним психічним здоров'ям, відчуває моральне та фізичне виснаження, що неминуче позначається на ефективності професійної діяльності, психологічному самопочутті, стосунках у сім'ї.

У зв'язку з цим змінюється і мета професійної підготовки педагога. Окрім професійних знань, умінь і навичок (професійна компетентність) вона охоплює і загальнокультурний розвиток педагога, формування у нього особистісної позиції, потягу до самоудосконалення, а також навчання його прийомам ефективної праці та спілкування, тайм-менеджменту, відновлення власного енергопотенціалу, профілактику професійного вигорання.

Входження в професію, вважають психологи, є "вростанням в супер-роль". Людина не може просто жити і виконувати свою роботу, вона повинна знайти мету, в якій робота і професія, а головне він сам і його дії у професії займають певне місце. Отже, проблема вибору педагогічної професії та оволодіння діяльністю є частиною проблеми сенсу життя.

Курс "Вступ до спеціальності" – ваша перша професійно-педагогічна дисципліна, яка допоможе оволодінню мистецтвом педагогічної діяльності. Вона логічно пов'язана з основними теоретичними психолого-педагогічними дисциплінами, що вами вивчатимуться на старших курсах факультету початкового навчання. В рамках предмету ви ознайомитеся з історією виникнення педагогічної професії, професіограмою сучасного вчителя початкових класів, функціями та структурою педагогічної діяльності, основами професійно-педагогічної комунікації, видами навчальної праці студента тощо.

Оскільки саме зараз відбувається процес вашої адаптації до нових умов навчання у вищій школі, ми намагалися представити у посібнику крім творчих завдань, питань для самоконтролю, ще і діагностичні та тренінгові методики, спрямовані на підняття

самооцінки, ознайомлення з прийомами вербальної, невербальної та комп'ютерної комунікації, основами тайм-менеджменту студента (раціонального використання навчального часу), профілактики емоційного вигорання та ін.

Вчитися сьогодні потрібно якісно та ефективно, економно використовувати час, швидко орієнтуватись у потоці інформації, користуватися загальнонавчальними вміннями, навичками та бути відкритим до нового, прагнути до самоосвіти. Отже, твердження К. Ушинського про те, що педагог живе до тих пір, поки вчиться, у сучасних умовах набуває особливого сенсу. Саме життя поставило на порядок денний проблему безперервної педагогічної освіти, навчання майбутнього вчителя інноваційної діяльності, запалення вогника потягу до нових знань, до самоактуалізації, саморозвитку, самовиховання.

Прагнучи стати гарним педагогом, пам'ятайте, що духовний та творчий учитель може багато зробити задля процвітання нашої країни. Йому не страшні віруси педагогічної деградації, авторитаризму, його клас – не педагогічний інкубатор, а Майстерня Гуманності, де життя кожної дитини, її проблеми, турботи, потреби, інтереси цікаві і важливі для вчителя. Справжній вчитель – Маестро думки, почуттів, він здатний дати свіжий імпульс школі, вивести освіту на "дитиноцентрову" орбіту, наповнити шкільне життя дітей духовною та творчою працею.

Опановуючи курс "Вступ до спеціальності", ви відкриваєте лише перше віконце у світ педагогічної професії, робите перші кроки до власних педагогічних відкриттів, зазираєте у творчу лабораторію вчителя, в якій ви поступово відкриватимете педагогічні закони, аксіоми та формули навчання, виховання та розвитку своїх майбутніх маленьких учнів.

*Бажаємо успіхів на цьому відповідальному та цікавому шляху!*

I. Програма навчальної дисципліни  
"ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ"

**ОПИС ПРЕДМЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ**

| <b>Курс:<br/>підготовка (бака-<br/>лаврів, магістрів,<br/>підвищення<br/>кваліфікації)</b>  | <b>Напрямок,<br/>спеціальність,<br/>освітньо-<br/>кваліфікаційний<br/>рівень</b>            | <b>Характеристика<br/>навчальної<br/>дисципліни</b>  |
|---|---|--|
| <p>Кількість кредитів<br/>ECTS: <b>1,5</b></p> <p>Модулів: <b>2</b></p> <p>Змістових модулів: <b>5</b></p> <p>Загальна кількість<br/>годин: <b>54</b></p> <p>Тижневих годин: <b>2</b></p> | <p>0101 Педагогічна<br/>освіта</p> <p>6.010102 "Початкове<br/>навчання"</p> <p>Бакалавр</p> | <p>Основна</p> <p>Рік підготовки: 1<br/>Семестр: 1</p> <p>Лекції (<i>теоретична<br/>підготовка</i>): <b>10 годин</b><br/>Практичні: <b>16 годин</b><br/>Самостійна робота:<br/><b>28 годин</b></p> <p>Вид контролю: <i>залік</i></p> |

**МЕТА:** озброєння студентів знаннями про сутність та особливості педагогічної діяльності, ознайомлення з основними компетенціями вчителя, особливостями професійно-педагогічної комунікації, структурою педагогічного ВНЗ, видами навчальних занять у ВНЗ, особливостями самостійної та наукової роботи студентів, формування уміння вчитися, потягу до самоосвіти та самовиховання протягом життя.

**СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ  
ЗА КРЕДИТНО-МОДУЛЬНОЮ СИСТЕМОЮ**

| №   | Змістовий модуль  | Кількість годин |           |           |           |
|---|---|-----------------|-----------|-----------|-----------|
|   |   | Лекції          | Практичні | Сам. роб  | Всього    |
| <b>Модуль I</b>                               |   |                 |           |           |           |
| 1   | Основні риси та функції особистості вчителя початкових класів   | 2               | 2         | 4         | 8         |
| 2   | Культура педагогічного спілкування                              | 2               | 4         | 4         | 10        |
| 3   | Педагогічний досвід та творчість вчителя                        | 2               | 2         | 4         | 8         |
|   | <i>всього</i>   | <i>6</i>        | <i>8</i>  | <i>12</i> | <i>26</i> |
| Форма модульного контролю – контрольна робота |   |                 |           |           |           |
| <b>Модуль II</b>                              |   |                 |           |           |           |
| 4   | Особливості навчання у педагогічному ВНЗ                        | 2               | 4         | 6         | 12        |
| 5   | Самостійна та наукова робота студента<br>Самовиховання студента | 2               | 4         | 10        | 16        |
|   | <i>всього</i>   | <i>4</i>        | <i>8</i>  | <i>16</i> | <i>28</i> |
| Форма модульного контролю – контрольна робота |   |                 |           |           |           |
|   | <b><i>Разом</i></b>   | <b>10</b>       | <b>16</b> | <b>28</b> | <b>54</b> |
| Форма підсумкового контролю – залік           |   |                 |           |           |           |



## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Навчальна дисципліна "Вступ до спеціальності" має велике значення у процесі професійної підготовки майбутнього вчителя початкової школи.

Мета вивчення дисципліни "Вступ до спеціальності" полягає в тому, щоби студенти з'ясували роль вчителя початкових класів у розвитку учнів, отримали знання про виникнення та розвиток педагогічної професії, структуру професіограми вчителя початкової школи, з'ясували функції педагога, особливості професійно-педагогічної спрямованості особистості вчителя, творчий характер його діяльності, отримали уявлення про деякі шляхи оволодіння педагогічною майстерністю, про підвищення вимог до особистості вчителя в сучасних умовах, особистісно-орієнтований підхід до учнів, про педагогів-новаторів як майстрів своєї справи. У процесі опанування курсу першокурсники знайомляться з вербальною, невербальною, комп'ютерною комунікаціями вчителя відповідно до вимог сучасного інформаційного суспільства, особливостями педагогічного спілкування, стилями та видами спілкування, комунікабельністю як професійною якістю педагога. Разом із тим курс спрямований на те, щоби допомогти першокурснику адаптуватися до навчання у вищому навчальному закладі, "навчити вчитися" та покликаний сприяти його саморозвитку та самоосвіті.

Студенти мають застосовувати на практиці набуті теоретичні знання, удосконалювати навички самопізнання, самооцінки, самоконтролю, самовиховання інтелекту та почуття волі, мати культуру навчальної праці, володіти прийомами мнемотехніки, ефективного спілкування, знати про працездатність та умови її збереження, здійснювати профілактику професійного вигорання, дотримуватися правильного режиму дня, праці та відпочинку.

Програма складена на основі Галузевого стандарту вищої освіти та рекомендується в якості навчальної програми з педагогіки початкової школи за спеціальністю 6.010102 "Початкове навчання", освітньо-кваліфікаційний рівень "бакалавр", кваліфікація "Вчитель початкових класів".

Програма пропонує різні форми навчання: лекції, практичні заняття, індивідуальну та самостійну роботу студента. Самостійна робота передбачає роботу в Інтернеті, створення індивідуальних, парних та групових творчих проектів, написання педагогічних есе, підготовку рефератів та доповідей, виконання дослідницьких завдань тощо. На практичних заняттях разом з актуалізацією знань, отриманих на лекціях, відбувається формування професійних умінь, що здійснюється переважно в інтерактивній формі (рольові ігри, мозковий штурм, створення групових проектів, марафон ідей тощо).

Засвоєння програмного матеріалу має забезпечити формування професійної компетентності вчителя початкових класів, сприяє формуванню педагогічного іміджу, професійного світогляду майбутніх вчителів. Курс дає можливість студенту проявити індивідуальні особливості професійного мислення, його світоглядні позиції та сформувавши понятійний апарат, розвинути практичні уміння, що забезпечать творчість та ініціативу в різних видах педагогічної діяльності.

Контроль та оцінювання навчальних та творчих досягнень студентів здійснюється відповідно до розподілу балів за видами та формами контролю. При оцінюванні звертається увага на творчий підхід у виконанні завдань, новизну, оригінальність підходів, самостійність мислення, уміння працювати з різними джерелами інформації.

Типовими **завданнями** діяльності при вивченні I модуля є:

- 1) дати знання про структуру, зміст, характер і специфіку майбутньої професійної діяльності;
- 2) розкрити шляхи формування культури педагогічного спілкування;
- 3) сформувавши у студентів загальне уявлення про педагогічну творчість як невід'ємну складову професійної майстерності вчителя початкових класів;
- 4) розкрити сутність поняття "професіограма вчителя", "педагогічна культура", "імідж вчителя", "професійна компетентність", "комунікабельність", "вербальна, невербальна, комп'ютерна комунікація" сучасного вчителя;
- 5) ознайомити з деякими педагогічними технологіями як проявом творчості вчителя.

Вирішення цих завдань забезпечує формування **умінь**:

- 1) складати професіограму вчителя початкових класів;
- 2) створювати власний імідж майбутнього педагога;
- 3) творчо підходити до розв'язання педагогічних ситуацій;
- 4) володіти прийомами педагогічної комунікації (вербальної, невербальної та комп'ютерної).

Типовими **завданнями** діяльності при вивченні II модуля є:

- 1) ознайомити зі змістом та основними формами навчання у вищому навчальному закладі освіти;
- 2) дати уявлення про історію розвитку факультету початкового навчання та університету;
- 3) ознайомити з науковою організацією праці студента;
- 4) дати уявлення про важливість самоосвіти та самовиховання майбутнього педагога протягом життя.

Вирішення цих завдань забезпечує формування **умінь**:

- 1) продуктивно та самостійно працювати, успішно займатись самоосвітою;

- 2) користуватися прийомами швидкого запам'ятовування, раціонального використання часу тощо;
- 3) володіти уміннями вчитися;
- 4) володіти прийомами самовиховання (самонавіювання, саморегуляція тощо);
- 5) здійснювати профілактику професійного вигорання.

### ***Тема 1. Основні риси та функції сучасного вчителя початкових класів***

Виникнення та розвиток педагогічної професії. Особистість вчителя. Основні риси сучасного вчителя початкових класів. Професіограма вчителя. Професійна компетентність сучасного вчителя. Професійно-педагогічний імідж у структурі професійної компетентності вчителя. Функції педагога. Професійно-педагогічна спрямованість особистості вчителя, творчий характер його діяльності, шляхи оволодіння педагогічною майстерністю. Підвищення вимог до особистості вчителя в сучасних умовах. Особистісно-орієнтований підхід до дітей.

### ***Тема 2. Культура педагогічного спілкування***

Сутність людського спілкування. Спілкування в життєдіяльності і вихованні школяра. Педагогічне спілкування, його місце у професійній діяльності вчителя. Вимоги до педагогічної комунікації, особливості педагогічного спілкування, стилі та види спілкування. Вербальна, невербальна, комп'ютерна комунікація вчителя відповідно до вимог сучасного інформаційного суспільства. Вимоги до педагогічної комунікації в початковій школі. Комунікабельність у структурі професійної компетентності педагога. Індивідуальний стиль педагогічного спілкування. Вплив стилю спілкування на психологічну атмосферу в класі.

### ***Тема 3. Педагогічний досвід і творчість вчителя***

Педагогічна творчість, її ознаки. Сфери прояву педагогічної творчості. Приклади творчості вчителя. Наука та мистецтво в педагогічній праці вчителя. Творчий характер діяльності вчителя. Творчість вчителя у розв'язуванні психолого-педагогічних задач. Робота вчителя з вивчення і удосконалення педагогічного досвіду. Шлях до оволодіння педагогічною майстерністю. Підвищення вимог до особистості вчителя в сучасних умовах. Педагоги-новатори як майстри своєї справи. Роль кращих зразків педагогічної діяльності у професійному становленні молодих вчителів. Спостереження за діяльністю вчителя в ході педагогічної практики як засіб вивчення педагогічної творчості вчителів. Використання педагогічних технологій як творчість вчителя початкових класів.

#### **Тема 4. Особливості навчання у педагогічному ВНЗ**

Зміст та організація навчально-виховного процесу у вищій школі. Історія факультету початкового навчання та університету. Правила та обов'язки студентів. Правила внутрішнього розпорядку у ВНЗ. Організація студентського самоврядування у вищому навчальному закладі. Студентська група – центр навчально-виховної роботи. Основні форми організації навчання у вищому педагогічному заклад освіти (лекції, практичні заняття, самостійна робота студента, різні види практики). Дипломні та курсові проекти. Самостійна робота студента та її види (підготовка до слухання лекцій, обробка лекцій, підготовка до семінарів, практичних, консультацій, заліків, екзаменів). Творча робота студентів.

#### **Тема 5. Самостійна і наукова робота студента. Самовиховання як засіб професійної підготовки майбутнього вчителя**

Наукова робота як складова самостійної роботи. Культура навчальної праці студентів – майбутніх вчителів. Працездатність та умови її збереження. Режим дня, праці та відпочинку. Тайм-менеджмент (технологія управління власним часом). Пам'ять та її значення у професійній діяльності вчителя. Мнемотехніка. Раціональний взаємозв'язок аудиторної і самостійної роботи студентів. Всебічний розвиток як засіб професійної підготовки особистості та самовиховання. Професійне вигорання та його профілактика. Поняття професійного самовиховання. Роль професійного самовиховання у формуванні особистості вчителя. Самопізнання. Самооцінка. Професійний ідеал. Самозобов'язання. Самоконтроль. Самозвіт. Засоби самостимулювання. Самопереконавання. Аутотренінг. Емпатія. Самовиховання інтелекту, почуття волі. Самоосвіта. Активність як головна умова успішності у навчанні та у житті.

### **Рекомендована література до курсу**

#### **Основна**

1. Батракова С.Н. Основы профессионально-педагогического общения : Учебное пособие / С.Н. Батракова. – Ярославль, 1986. – 80 с. **373.01 Б28**
2. Булатова О.С. Педагогический артистизм : Учеб. пособие для студ. пед. вузов. / О.С. Булатова. – М.: "АКАДЕМИЯ", 2001. – 240 с. **Ч421.4 Б90**
3. Введение в педагогическую деятельность: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / ред. А.С. Роботова. – 2-е изд. стереотип. – М.: Академия, 2004. – 208 с.

4. Введение в специальность / Под ред. Л.И. Рувинского. – М., 1988. – 206 с.
5. Грехнев В.С. Культура педагогического общения: книга для учителя. – М.: Просвещение, 1990. – 144 с. – (Мастерство учителя: идеи, советы, приложения).
6. Журавлев В.И. Основы педагогической конфликтологии : Учебник / В.И. Журавлев. – М.: Рос. пед. агенство, 1995. – 183 с. **Ч421.4 Ж91**
7. Загвязинский В.И. Педагогическое творчество учителя / В.И. Загвязинский. – М., 2001. – 56 с.
8. Кан-Калик В.А. Педагогическое творчество / В.А. Кан-Калик, Н.Д. Никандров. – М.: Педагогика, 1990. – 140 с. **Ч421.4 К19**
9. Кан-Калик В.А. Учителю от педагогическом общении : Кн. для учителя / В.А. Кан-Калик. – М.: Просвещение, 1987. – 190 с. **Ч421.4 К19**
10. Кукушин В.С. Введение в педагогическую деятельность : Учеб. Пособие для студ. пед. спец. вузов. / В.С. Кукушин. – Ростов-на-Дону: ИЦ "МарТ", 2002. – 224 с. **Ч421.4 К89**
11. Львова Ю.Л. Творческая лаборатория учителя. – М.: Просвещение, 1986. – 192 с.
12. Мазоха Д.С. На шляху до педагогічної професії. Вступ до спеціальності : Навч. посібник для студ. вузів / Д.С. Мазоха. – К.: Центр. навч. л-ри., 2005. – 168 с. **Ч421.4 М13**
13. Сисоєва С.О. Основи педагогічної творчості вчителя: Навчальний посібник. – К.: ІСДОУ, 1994. – 112 с.
14. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти. / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**

### Додаткова

1. Абрамян В.Ц. Театральна педагогіка: [ навчальний посібник для студ. ВНЗ] / В.Ц. Абрамян. – К.: Лібра, 1996. – 224 с. – (Трансформація гуманітарної освіти в Україні). **Ч421.4 А16**
2. Азаров В.П. Искусство воспитывать. М.: Просвещение, 1985. – 448 с.
3. Винник В. 100 порад: як отримати задоволення від роботи і уникнути емоційного вигорання / В. Винник. – К.: Літера ЛТД, 2010. – 174 с.
4. Волкова Н.П. Педагогіка. Навчальний посібник. – К.: ВЦ "Академія", 2003. – 616 с.
5. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч. посіб. – К.: ВЦ "Академія", 2006. – 256 с. (Альма-матер). **Ч421.4 В67**
6. Все начинается с учителя : Учеб. пособие для студ. пед. ин-тов / Сост. К.А. Иванов. Под ред. З.И. Равкина. – М.: Просвещение, 1983. – 175 с. **373 В84**

7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения: Кн. для учителя и родителей. – М.: Просвещение, 1987. – 207 с.
8. Драйден Г., Вос Д. Революция в обучении. Научить мир учиться по-новому. – М.: Парвинэ, 2003. – С.122-123.
9. Елканов С.Б. Основи професійного самовоспитання майбутнього вчителя : Учеб. посібник для пед. ін-тов / С.Б. Елканов. – М.: Просвещение, 1989. – 189 с. **Ч48 Е51**
10. Жильцов П.А. Учитель сельской школы : Учеб. пособие по спецкурсу для пед. ин-тов / П.А. Жильцов, В.М. Величкина. – М.: Просвещение, 1985. – 160 с. **373 Ж72**
11. Зязюн І.А., Сагач Г.Н. Краса педагогічної дії : Навч. посібник для вчит., аспір., студ. середніх і вищих навч. закладів. – К.: АПН України, 1997. – 302 с. **Ч421.4 З-99**
12. Карнегі Д. Як здобувати друзів і впливати на людей. – К.: Наукова думка, 1990. – 234 с.
13. Михальская А.К. Педагогическая риторика : История и теория: Учеб. пособие для студ. пед. ун-тов и ин-тов / А.К. Михальская. – М.: Академия, 1998. – 432 с. **Ч421.4 М69**
14. Мудрик А.В. Учитель: мастерство и вдохновение. – М., 1986 – 160 с.
15. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования.: Учебное пособие для студ. пед. вузов. / Под ред. Е.С. Полат. – М.: Академия, 2002. – 272 с.
16. Основи педагогічної творчості вчителя: Навчально-тематичний план і програма курсу для студентів педагогічних інститутів і університетів / Уклад. С.О. Сисоєва, В.І. Барко, І.В. Бушовський та ін.; Заг. ред. С.О. Сисоєвої. – К.: КГПІ імені О.М. Горького. – 1991. – 43 с.
17. Отич О.М. Мистецтво у змісті професійної підготовки майбутнього педагога професійного навчання / О.М. Отич. – Полтава: ІнтерГрафіка, 2005. – 200 с. **Ч48 О-82**
18. Педагогічна майстерність : хрестоматія: навч. посібник для студ. ВПНЗ / за ред. І.А. Зязюна. – К.: Вища школа, 2006. – 606 с. **Ч421.4 П24**
19. Педагогический поиск / Сост. И.Н. Баженова. – М.: Педагогика, 1987. – 544 с.
20. Поташкин М.М. Педагогическое творчество: проблемы развития и опыт: Пособие для учителя. – К.: Рад. шк., 1988. – 191 с.
21. Просецкий П.А., Семиченко В.А. Психология творчества. Учебное пособие. – М.: Изд-во "Прометей" МГПИ им. В.И. Ленина, 1989. – 83 с.
22. Резерв успеха – творчество / Под ред. Г. Нойнера, В. Калвейта, Х. Клейна; пер. с нем. – М.: Педагогика, 1989. – 118 с.
23. Радченко Є.С. Формування іміджу педагога – вимога сучасності. / [www.nbu.gov.ua/portal/soc\\_gum/Prrog/2008\\_7\\_1.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/Prrog/2008_7_1.pdf)
24. Рувинский Л.И. Теория самовоспитания: Учебное пособие для студ. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1973. – 263 с.
25. Савченко О. Виховання розумної особистості, яка вміє самостійно вчитися / Початкова школа. - №8. – 2007. – С. 1-5.

26. Савченко О.Я. Сучасний урок у початкових класах. – К.: Магістр, 1997. – 255 с.
27. Савченко О.Я. Удосконалення психолого-педагогічної підготовки майбутніх учителів у контексті модернізації шкільної освіти // Науковий вісник. Миколаївського державного університету. – Випуск 12. Педагогічні науки: Збірник наукових праць. – Т. 1. – Миколаїв: МДУ, 2006. – С. 22-37.
28. Сисоєва С.О. Педагогічна творчість: Монографія. – Х. – К.: Книжкове видав. "Каравела", 1998. – 150 с.
29. Сисоєва С.О. Підготовка вчителя для формування творчої особистості: Монографія. – К.: Поліграфкнига, 1996. – 405 с.
30. Стельмахович М.Г. Народна педагогіка. – К.: Рад. школа, 1985. – 312 с.
31. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка: Навчально-методичний посібник. – К.: Фірма "Віпол", 1997.—231 с.
32. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям // Вибрані твори: У 5-ти т. – К.: Рад.шк., 1977. – Т-3. – С. 7-282.
33. Сухомлинський В.О. Сто порад вчителю. – К.: Рад. школа, 1984. – 254 с.
34. Фіцула М.М. Педагогіка: навчальний посібник. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 1999. – 192 с.
35. Хорев И.А. Психология жизненного и профессионального успеха. – Х.: Изд. группа "Основа", 2010. – 240с.
36. Щербакова К.І. Вступ до педагогічної професії : Посібник для студ. пед. ін-тів спец. № 03.07.02 "Педагогіка і психологія (дошкільна)" і учнів педагогічних училищ / К.І. Щербакова. – К.: Вища школа, 1990. – 166 с. **Ч48 Щ61**
37. Щербань П.М. Прикладна педагогіка: Навч.-метод. посіб. – К.: Вища школа, 2002. – 215 с.

### Інтернет-ресурси

<http://ebk.net.ua>  
<http://www.br.com.ua/referats>  
<http://works.tarefer.ru>  
<http://ua.textreferat.com>  
<http://www.epochtimes.com.ua>  
<http://myrefs.org.ua>  
<http://ukrref.com.ua>  
<http://www.lib.ua-ru.net>  
<http://magazines.russ.ru>  
<http://ostriv.in.ua>  
<http://teacher.at.ua>  
<http://www.uroki.net>  
[http://www.slideshare.net/stecenko\\_nm/6-2253966](http://www.slideshare.net/stecenko_nm/6-2253966)

////////////////////////////////////

**II. Методичне забезпечення курсу  
"ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ"**

**ЛЕКЦІЙНИЙ КУРС**

**Модуль 1 (6 год)**

**Тема 1. Основні риси та функції сучасного вчителя початкових класів (2 год).**

1. Історія виникнення педагогічної професії.
2. Основні риси сучасного вчителя початкових класів. Імідж вчителя.
3. Функції педагога.
4. Особливості педагогічної діяльності.

**Основна література**

1. Введение в педагогическую деятельность: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / ред. А.С. Роботова. – 2-е изд. стереотип. – М.: Академия, 2004. – 208 с.
2. Введение в специальность / Под ред. Л.И. Рувинского. – М., 1988. – 206 с.
3. Кукушин В.С. Введение в педагогическую деятельность : Учеб. пособие для студ. пед. спец. вузов. / В.С. Кукушин. – Ростов-на-Дону: ИЦ "МарТ", 2002. – 224 с. **Ч421.4 К89**
4. Львова Ю.Л. Творческая лаборатория учителя. – М.: Просвещение, 1986. – 192 с.
5. Мазоха Д.С. На шляху до педагогічної професії. Вступ до спеціальності : Навч. посібник для студ. вузів / Д.С. Мазоха. – К.: Центр. навч. л-ри., 2005. – 168 с. **Ч421.4 М13**
6. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти. / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**

**Додаткова література**

1. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч. посіб. – К.: ВЦ "Академія", 2006. – 256 с. (Альма-матер). **Ч421.4 В67**



2. Все начинается с учителя : Учеб. пособие для студ. пед. ин-тов / Сост. К.А. Иванов. Под ред. З.И. Равкина. – М.: Просвещение, 1983. – 175 с. **373 В84**
3. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя : Учеб. пособие для пед. ин-тов / С.Б. Елканов. – М.: Просвещение, 1989. – 189 с. **Ч48 Е51**
4. Жильцов П.А. Учитель сельской школы : Учеб. пособие по спецкурсу для пед. ин-тов / П.А. Жильцов, В.М. Величкина. – М.: Просвещение, 1985. – 160 с. **373 Ж72**
5. Зязюн І.А., Сагач Г.Н. Краса педагогічної дії : Навч. посібник для вчит., аспір., студ. середніх і вищих навч. закладів. – К.: АПН України, 1997. – 302 с. **Ч421.4 З-99**
6. Карнегі Д. Як здобувати друзів і впливати на людей. – К.: Наукова думка, 1990. – 234 с.
7. Мудрик А.В. Учитель: мастерство и вдохновение. – М., 1986 – 160 с.
8. Радченко Є.С. Формування іміджу педагога – вимога сучасності. / [www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/Prrog/2008\\_7\\_1.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Prrog/2008_7_1.pdf)
9. Савченко О.Я. Сучасний урок у початкових класах. – К.: Магістр, 1997. – 255 с.
10. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям // Вибрані твори: У 5-ти т. – К.: Рад.шк., 1977. – Т-3. – С. 7-282.
11. Сухомлинський В.О. Сто порад вчителю. – К.: Рад. школа, 1984. – 254 с.

## *Тема 2. Культура педагогічного спілкування (2 год)*

1. Сутність людського спілкування. Педагогічне спілкування, його місце в професійній діяльності вчителя.
2. Види та стилі спілкування.
3. Вербальна, невербальна, комп'ютерна комунікації вчителя відповідно до вимог сучасного інформаційного суспільства. Вимоги до педагогічної комунікації.
4. Комунікабельність у структурі професійної компетентності педагога.
5. Особливості педагогічного спілкування з учнями початкової школи.

## **Основна література**

1. Батракова С.Н. Основы профессионально-педагогического общения : Учебное пособие / С.Н. Батракова. – Ярославль, 1986. – 80 с. **373.01 Б28**
2. Булатова О.С. Педагогический артистизм : Учеб. пособие для студ. пед. вузов. / О.С. Булатова. – М.: "АКАДЕМИЯ", 2001. – 240 с. **Ч421.4 Б90**

3. Грехнев В.С. Культура педагогического общения: книга для учителя. – М. : Просвещение, 1990. – 144 с. – (Мастерство учителя: идеи, советы, приложения).
4. Журавлев В.И. Основы педагогической конфликтологии : Учебник / В.И. Журавлев. – М.: Рос. пед. агентство, 1995. – 183 с. **Ч421.4 Ж91**
5. Кан-Калик В.А. Учителю от педагогическом общении : Кн. для учителя / В.А. Кан-Калик. – М.: Просвещение, 1987. – 190 с. **Ч421.4 К19**
6. Кукушин В.С. Введение в педагогическую деятельность : Учеб. пособие для студ. пед. спец. вузов. / В.С. Кукушин. – Ростов-на-Дону: ИЦ "МарТ", 2002. – 224 с. **Ч421.4 К89**

### Додаткова література

1. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч. посіб. – К.: ВЦ "Академія", 2006. – 256 с. (Альма-матер). **Ч421.4 В67**
2. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения: Кн. для учителя и родителей. – М.: Просвещение, 1987. – 207 с.
3. Карнегі Д. Як здобувати друзів і впливати на людей. – К.: Наукова думка, 1990. – 234 с.
4. Михальская А.К. Педагогическая риторика : История и теория: Учеб. пособие для студ. пед. ун-тов и ин-тов / А.К. Михальская. – М.: Академія, 1998. – 432 с. **Ч421.4 М69**
5. Мудрик А.В. Учитель: мастерство и вдохновение. – М., 1986 – 160 с.

### *Тема 3. Педагогічний досвід та творчість вчителя (2 год)*

1. Педагогічна творчість, її ознаки, складові.
2. Наука та мистецтво в педагогічній праці вчителя.
3. Роль кращих зразків педагогічної діяльності у професійному становленні молодих вчителів.
4. Використання педагогічних технологій як творчість вчителя.

### Основна література

1. Введение в специальность / Под ред. Л.И. Рувинского. – М., 1988. – 206 с.
2. Грехнев В.С. Культура педагогического общения: книга для учителя. – Москва : Просвещение, 1990. – 144 с. – (Мастерство учителя: идеи, советы, приложения) .
3. Загвязинский В.И. Педагогическое творчество учителя / В.И. Загвязинский. – М., 2001. – 56 с.
4. Кан-Калик В.А. Педагогическое творчество / В.А. Кан-Калик, Н.Д. Никандров. – М.: Педагогика, 1990. – 140 с. **Ч421.4 К19**

5. Кан-Калик В.А. Учителю от педагогическом общении : Кн. для учителя / В.А. Кан-Калик. – М.: Просвещение, 1987. – 190 с. **Ч421.4 К19**
6. Львова Ю.Л. Творческая лаборатория учителя. – М.: Просвещение, 1986. – 192 с.
7. Савченко О.Я. Удосконалення психолого-педагогічної підготовки майбутніх учителів у контексті модернізації шкільної освіти // Науковий вісник. Миколаївського державного університету. – Випуск 12. Педагогічні науки: Збірник наукових праць. – Т. 1. – Миколаїв: МДУ, 2006. – С. 22-37.
8. Сисоєва С.О. Основи педагогічної творчості вчителя: Навчальний посібник. – К.: ІСДОУ, 1994. – 112 с.
9. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти. / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**

### Додаткова література

1. Все начинается с учителя : Учеб. пособие для студ. пед. ин-тов / Сост. К.А. Иванов. Под ред. З.И. Равкина. – М.:, Просвещение, 1983. – 175 с. **373 В84**
2. Основи педагогічної творчості вчителя: Навчально-тематичний план і програма курсу для студентів педагогічних інститутів і університетів / Уклад. С.О. Сисоєва, В.І. Барко, І.В. Бушовський та ін.; Заг. ред. С.О. Сисоєвої. – К.: КГПШ імені О.М. Горького. – 1991. – 43 с.
3. Отич О.М. Мистецтво у змісті професійної підготовки майбутнього педагога професійного навчання / О.М. Отич. – Полтава: ІнтерГрафіка, 2005. – 200 с. **Ч48 О-82**
4. Педагогічна майстерність : хрестоматія: навч. посібник для студ. ВПНЗ / за ред. І.А. Зязюна. – К.: Вища школа, 2006. – 606 с. **Ч421.4 П24**
5. Педагогический поиск / Сост. И.Н. Баженова. – М.: Педагогика, 1987. – 544 с.
6. Поташкин М.М. Педагогическое творчество: проблемы развития и опыт: Пособие для учителя. – К.: Рад. шк., 1988. – 191 с.
7. Просецкий П.А., Семиченко В.А. Психология творчества. Учебное пособие. – М.: Изд-во "Прометей" МГПИ им. В.И. Ленина, 1989. – 83 с.
8. Резерв успеха – творчество / Под ред. Г. Нойнера, В. Калвейта, Х. Клейна; пер. с нем. – М.: Педагогика, 1989. – 118 с.
9. Сисоєва С.О. Педагогічна творчість: Монографія. – Х. – К.: Книжкове видавн. "Каравела", 1998. – 150 с.
10. Сисоєва С.О. Підготовка вчителя для формування творчої особистості: Монографія. – К.: Поліграфкнига, 1996. – 405 с.

11. Сухомлинський В.О. Сто порад вчителю. – К.: Рад. школа, 1984. – 254 с.

## **Модуль 2 (4 год)**

### **Тема 4. Особливості навчання у педагогічному ВНЗ (2 год)**

1. Структура ВНЗ. Правила внутрішнього розпорядку у ВНЗ. Організація студентського самоврядування у вищому навчальному закладі.
2. Основні форми організації навчання у вищому педагогічному заклад освіти (лекції, практичні заняття, самостійна робота студента, різні види практики).

### **Основна література**

1. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти. / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**
2. Факультет Першого Вчителя / За заг. ред. О.В. Бобиря. – Чернігів: ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка, 2008. – 180 с.
3. Основні засади розвитку вищої освіти України в контексті Болонського процесу (документи і матеріали 2003–2004 рр.) / За ред. В.Г. Кременя; Авт. кол.: М.Ф. Степко, Я.Я. Болюбаш, В.Д. Шинкарук та ін. – К.; Тернопіль: Вид-во ТДПУ, 2004. – 147 с.; ([www.tspu.edu.ua](http://www.tspu.edu.ua)).

### **Додаткова література**

1. Драйден Г., Джаннет В. Революция в обучении: Пер. с англ. – М.: ООО "ПАРВИНЕ", 2003. – 672 с.
2. Журавський В.С., Згуровський М.З. Болонський процес: головні принципи входження в Європейський простір вищої освіти. – К.: ІВЦ "Вид-во "Політехніка"", 2003. – 200 с.
3. Про проведення педагогічного експерименту з кредитно-модульної системи організації навчального процесу: Наказ Міністерства освіти і науки України від 23 січня 2004 р. № 48. ([www.mon.gov.ua](http://www.mon.gov.ua))
4. Про особливості впровадження кредитно-модульної системи організації навчального процесу: Наказ Міністерства освіти і науки України від 20 жовтня 2004 року № 812. ([www.mon.gov.ua](http://www.mon.gov.ua))

### **Тема 5. Самостійна і наукова робота студента. Самовиховання майбутнього вчителя. (2 год)**

1. Зміст і методика самостійної роботи студента ВНЗ.
2. Наукова робота як складова самостійної роботи.

3. Роль самовиховання у підготовці майбутнього педагога. Профілактика професійного вигорання педагога.
4. Активність як головна умова успішності у навчанні та життєвого успіху.

### Основна література

1. Введение в педагогическую деятельность: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / ред. А.С. Роботова. – 2-е изд. стереотип. – М.: Академия, 2004. – 208 с.
2. Введение в специальность / Под ред. Л.И. Рувинского. – М., 1988. – 206 с.
3. Львова Ю.Л. Творческая лаборатория учителя. – М.: Просвещение, 1986. – 192 с.
4. Мазоха Д.С. На шляху до педагогічної професії. Вступ до спеціальності : Навч. посібник для студ. вузів / Д.С. Мазоха. – К.: Центр навч. л-ри, 2005. – 168 с. **Ч421.4 М13**
5. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти. / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**

### Додаткова література

1. Резерв успеха – творчество / Под ред. Г. Нойнера, В. Калвейта, Х. Клейна; пер. с нем. – М.: Педагогика, 1989. – 118 с.
2. Рувинский Л.И. Теория самовоспитания: Учебное пособие для студ. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1973. – 263 с.
3. Щербакова К.Й. Вступ до педагогічної професії : Посібник для студ. пед. ін-тів спец. № 03.07.02 "Педагогіка і психологія (дошкільна)" і учнів педагогічних училищ / К.Й. Щербакова. – К.: Вища школа, 1990. – 166 с. **Ч48 Щ61**
4. Хорев И.А. Психология жизненного и профессионального успеха. – Х.: Изд. группа "Основа", 2010. – 240с.
5. Винник В. 100 порад: як отримати задоволення від роботи і уникнути емоційного вигорання / В. Винник. – К.: Літера ЛТД, 2010. – 174 с.
6. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя : Учеб. пособие для пед. ин-тов / С.Б. Елканов. – М.: Просвещение, 1989. – 189 с. **Ч48 Е51**
7. Савченко О. Виховання розумної особистості, яка вміє самостійно вчитися / Початкова школа. - №8. – 2007. – С. 1-5.
8. Сухомлинський В.О. Сто порад вчителю. – К.: Рад. школа, 1984. – 254 с.

# ПРАКТИЧНИЙ КУРС

## Модуль 1

### Тема I. Основні риси та функції особистості вчителя початкових класів (2 год)

#### Практичне заняття № 1

**1.1. Мета заняття.** Розкрити вимоги до сучасного українського вчителя. Створити професіограму вчителя початкових класів. Розкрити сутність поняття "імідж вчителя". Формувати творче ставлення студентів до майбутньої професії. Підготуватися до написання твору.

#### 1.2. Питання, які виносяться для вивчення:

1. Виникнення та розвиток педагогічної професії.
2. Основні риси сучасного вчителя. Створення професіограми вчителя початкових класів.
3. Імідж учителя. Функції педагога.
4. Особливості педагогічної діяльності – визначення позитивів і недоліків.

#### 1.3. Завдання для самостійної роботи

1. Напишіть педагогічне есе (міні-твір) на одну із запропонованих тем: "Мій улюблений учитель", "Мій ідеал учителя", "Образ учителя в художній літературі".
2. Доберіть, користуючись Інтернет-джерелами, вислови видатних педагогів (зокрема, В.О.Сухомлинського і А.С.Макаренка) про вчителя і створіть "Збірник висловів" за вашою редакцією.
3. Прокоментуйте думку дослідників:  
Сучасні дослідники відзначають, що професія вчителя передбачає потреби:
  - у співпраці,
  - у досягненнях,
  - творчості,
  - самопізнанні,
  - в емоційних контактах.
4. Позначте над кожною якістю ідеального вчителя порядковий номер, який буде свідчити про питому вагу тієї чи іншої якості (номер 1 – найважливіша для педагога якість і т.д.)  
*властивостей: ввічливість, вдумливість, вимогливість, вразливість, вихованість, уважність, витримка і самовладання, гнучкість поведінки, громадянськість, гуманність, діловитість,*

дисциплінованість, доброта, сумлінність, доброзичливість, ідейна переконаність, ініціативність, щирість, колективізм, критичність, логічність, любов до дітей, спостережливість, наполегливість, відповідальність, чуйність, організованість, товарицькість, політична свідомість, порядність, патріотизм, правдивість, педагогічна ерудиція, передбачливість, принциповість, самостійність, самокритичність, скромність, справедливість, кмітливість, сміливість, прагнення до самовдосконалення, тактовність, почуття нового, почуття власної гідності, чуйність, емоційність.

#### 5. Прокоментуйте наступні міркування педагогів:

*Мета вчителя початкової школи – сформуванню у дитини бажання вчитися (а не відбити у нього це бажання), запалити вогник потягу до знань і дати йому необхідні для цього інструменти, способи (уміння читати, рахувати, писати). Зауважте – у ідеального вчителя пріоритети у формуванні дитини йдуть саме у такій послідовності: спочатку – мотивація (бажання), потім – технічна частина. При цьому ідеальний учитель завжди турбується про духовний, моральний розвиток дітей, відстежить, коли та чи інша ступінь мотивації вже сформувалася, і треба відкривати дитині нові горизонти. Втім, ідеальний учитель зробить й інше. Він закохає учнів у свій клас. Він покаже цінність кожної дитини. Він виявить родзинку і важливість кожного, його значимість, а отже – розвине індивідуальні якості учня і здійснюватиме особистісно-орієнтований підхід.*

*... Ідеальному вчителеві цікаво формування душі дитини. Ідеальний учитель здогадується, що кожній людині дано ті чи інші обставини життя – батьки, матеріальна забезпеченість, інтелектуальні здібності, схильність до співчуття або до лідерства. І не може бути дитина з початковим рівнем навчальних досягнень вартою меншої уваги та любові, ніж дитина-відмінник.*

6. Пройдіть тест вивчення самооцінки професійної придатності та здібностей до педагогічної діяльності та зробіть самоаналіз.

#### 1.4. Завдання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте основні вимоги до вчителя сучасної школи і обґрунтуйте їх необхідність.
2. Які особливі риси властиві вчителю початкових класів?
3. Що таке "імідж учителя"? Чим він відрізняється від іміджу політика, лікаря, менеджера?
4. Чи був у вас улюблений учитель? Які риси його особистості імпонували вам найбільше?

## *Тема II. Культура педагогічного спілкування (4 год.)*

### **Практичне заняття № 2 – 3**

**1.1. Мета заняття.** Формування індивідуального стилю педагогічного спілкування, удосконалення вербальної, невербальної та комп'ютерної комунікації майбутнього вчителя.

#### **1.2. Питання, які виносяться для вивчення:**

1. Сутність людського спілкування.
2. Види і стилі спілкування.
3. Педагогічна комунікація, її місце у професійній діяльності вчителя.
4. Вимоги до педагогічного спілкування.
5. Комунікабельність як професійна якість педагога. Бар'єри спілкування та шляхи їх подолання.
6. Особливості педагогічного спілкування з учнями початкової школи.

#### **1.3. Завдання для самостійної роботи**

1. Випишіть з творів А.Макаренка "Прапори на баштах", "Педагогічна поема" та В.Сухомлинського "Серце віддаю дітям", інших педагогів 4-5 прикладів продуктивного спілкування вчителя з вихованцями.
2. Користуючись книгою Д.Карнегі "Як здобувати друзів і впливати на людей", випишіть принципи, правила і способи: як поводитися з людьми; як сподобатися людям; як спонукати людину позитивно ставитися до ваших думок; як змінити думку людини, не викликаючи при цьому її обурення або образи.
3. Наведіть з власного досвіду приклади проблемних чи конфліктних ситуацій, що виникли через нерозуміння, неправильне використання вчителем (викладачем ВНЗ) стилю спілкування.
4. Користуючись електронними адресами освітніх сайтів (див. список джерел), проаналізуйте, як здійснюється процес комп'ютерної комунікації між учителями (на форумах, у блогах, в соціальних мережах).
5. Зверніться до наукових джерел, рекомендованих до теми, складіть правила спілкування педагога з батьками учнів та колегами.
6. Складіть "антипорадник" вчителя: "Як не потрібно спілкуватися з дітьми і до яких наслідків це призведе". Потім розробіть поради для вчителя "Як потрібно спілкуватися з дитиною".



**Творчий проект (робота в парах):** "Кодекс честі вчителя", "Клятва вчителя" (проект на вибір, проводиться у парах, творчо оформлюється, публічно захищається, кращі проекти виставляються на святі "Тиждень факультету").

#### **1.4. Завдання для самоконтролю**

1. У чому полягає сутність педагогічного спілкування, і в чому ви вбачаєте його відмінність від загальнолюдського спілкування?
2. Проаналізуйте основні функції педагогічного спілкування.
3. Поясніть сутність основних стилів спілкування.
4. У чому ви вбачаєте взаємозв'язок між видами спілкування?
5. Проаналізуйте можливі наслідки впливу на особистість того чи іншого стилю спілкування.
6. Проаналізуйте основні умови ефективності педагогічного спілкування.
7. Що означає бути комунікабельним?
8. Як стати привабливим і приємним співбесідником?
9. Яку роль у педагогічному спілкуванні відіграють мовні здібності?
10. Якою є роль у сучасному інформаційному середовищі комп'ютерної комунікації вчителя? Як вона здійснюється?
11. Чи спілкуєтеся ви з однокласниками у соціальних мережах на форумах? Чим відрізняється спілкування особистісне та Інтернет-комунікація?
12. Як ви розумієте поняття "комунікативне забезпечення уроку"?
13. Визначте домінуючі риси у вашому педагогічному спілкуванні. Чого вам не вистачає для досягнення високого рівня професійно-педагогічної комунікації?

#### **1.5. Тренінгові вправи з розвитку комунікативних здібностей педагогів:**

- увійдіть до класу і зверніть до себе увагу учнів засобами міміки, рухів, жестів;
- проявіть здивування, хвилювання, обурення, іронію у педагогічно доцільній формі;
- зробіть коротке зауваження порушнику дисципліни (бажано проявити почуття гумору);
- зверніться до учня (класу) з проханням, запитанням, пропозицією побажанням, вимогою;
- висловіть із різними інтонаціями одну і ту ж фразу, звернену до учнів: "Прошу уваги", "Іди до дошки", "Відкрийте зошити і запишіть";
- інсценізуйте педагогічні ситуації (спілкування з педагогічно занедбаною дитиною; з роздратованим батьком; вчителем, який не об'єктивно оцінює учня тощо).

## Тема III. Педагогічний досвід та творчість вчителя (2 год.)

### Практичне заняття № 4

**1.1. Мета заняття.** Робота з удосконалення творчої особистості майбутнього педагога. Ознайомлення з проявами педагогічної творчості, творчим використанням педагогічних технологій. *Модульний контроль навчальних досягнень за I модуль (контрольна робота).*

### 1.2. Питання, які виносяться для вивчення:

1. Педагогічна творчість, її ознаки, складові.
2. Наука та мистецтво в педагогічній праці вчителя.
3. Роль кращих зразків педагогічної діяльності у професійному становленні молодих вчителів.
4. Творчість вчителя у розв'язуванні психолого-педагогічних задач.
5. Використання педагогічних технологій як творчість вчителя.

### 1.3. Завдання для самостійної роботи

1. Розв'яжіть психолого-педагогічних ситуації, що потребують педагогічної творчості (придумати назву команд та девіз для змагань; розробити проект стіннівки до Дня здоров'я; придумати сценарій світа та ін.).
2. Проведіть відео-інтерв'ю у вчителя на тему: "Що є найважливішим у Вашій професії?" або візьміть інтерв'ю у студентів старших курсів на тему "Що вас приваблює у професії вчителя?" (інтерв'ю береться за допомогою відеокамери, презентується на практичному занятті).
3. Дискусія в парах. Розподіліть між собою твердження і доведіть правильність обраного.
  - а) *"Сучасний вчитель має бути обізнаним із комп'ютерними технологіями, користуватися ними, адже це вимога часу";*
  - б) *"Вчитель-професіонал може провести чудовий урок, маючи у класі лише дошку та крейду, тобто бути гарним педагогом і без знання сучасних комп'ютерних технологій".*
4. *Будьте дослідниками!* Користуючись інтернет-джерелами, з'ясуйте особливості педагогічної діяльності вчителя у Вальдорфській школі та школі Марії Монтесорі. Прокоментуйте поданий вислів.  
*"У школі Монтесорі ідеальний учитель – це здебільшого мудрий спостерігач, наставник, який втручається у процес, підказує або допомагає тільки в тому випадку, коли це дійсно потрібно, допомагає дитині зробити справу самостійно. У Вальдорфській школі ідеальний учитель – це вчитель, що турбується в першу чергу про формування душевних та духовних якостей".*

5. Робота в групах. Що ви думаєте з приводу міркувань американського дослідника У. Уолтера про вчителя? Висловіть своє ставлення та послушайте думки одногрупників.

*"Щоб наблизитися до ідеалу, учитель повинен знати специфічні небезпеки і шкідливості своєї професії. Американський соціолог У. Уоллер у роботі "Що навчання робить із учителем" (1932) описав деякі з цих шкідливостей. На жаль, багатьох учителів і поза школою відрізняє настирливо-дидактична, повчаюча манера тримати себе. Звичка спрощувати складні речі, щоб зробити їх доступними дітям, сприяє розвитку негнучкого, прямолінійного мислення, виробляє схильність бачити світ у спрощеному, чорно-білому варіанті, а звичка постійно тримати себе в руках утрудняє емоційне самовираження. Положення вчителів – це постійна спокуса, випробування владою. Справа не тільки в суб'єктивізмі й особистій упередженості в оцінках і ставленні до учнів.*

*У бюрократично організованій системі освіти вчитель є, перш за все, державним службовцем, чиновником. Його головне завдання – не допускати будь-яких подій і відхилень від офіційно прийнятих думок. В інтересах власного самозбереження вчитель змушений придушувати самостійність учнів, вимагаючи, щоб вони говорили не те, що думають, а те, що належить.*

*Причому йому дуже легко переконати себе в тому, що він діє так в інтересах самих дітей, страхуючи їх від майбутніх неприємностей. Для придушення самостійної думки використовуються оцінки, записи у щоденниках, маніпулювання думкою однокласників, а також тиск на батьків. Прикро, що наша школа багато років була і залишається найефективнішим інструментом виховання конформізму, репродуктивної діяльності, пристосуванства і подвійних стандартів".*

**Груповий творчий проект:** "Учитель очима дітей", "Учитель очима батьків", "Учитель очима керівництва школи" (проект на вибір, проводиться у трьох групах, творчо оформлюється, публічно захищається, оцінюється та аналізується експертами).

#### **1.4. Завдання для самоконтролю**

1. Що вміщує поняття "педагогічна творчість"?
2. В яких ситуаціях проявляється педагогічна творчість?
3. Наведіть приклади педагогічних ситуацій, в яких вчителю допомагає творчість.
4. Обґрунтуйте, яким чином розвиток творчих здібностей учнів творчим учителем впливає на соціальний розвиток суспільства.
5. З досвідом яких вчителів вам хотілося б познайомитися?
6. Які педагогічні технології вам відомі?

## Рекомендована література до модуля № 1

1. Азаров В.П. Искусство воспитывать. М.: Просвещение, 1985. – 448 с.
2. Батракова С.Н. Основы профессионально-педагогического общения : Учебное пособие / С.Н. Батракова. – Ярославль, 1986. – 80 с. **373.01 Б28**
3. Введение в педагогическую деятельность: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / ред. А.С. Роботова. – 2-е изд.. стереотип. – М.: Академия, 2004. – 208 с.
4. Волкова Н.П. Педагогіка. Навчальний посібник. – К.: ВЦ "Академія", 2003. – 616 с.
5. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч. посіб. – К.: ВЦ "Академія", 2006. – 256 с. (Альма-матер). **Ч421.4 В67**
6. Жильцов П.А. Учитель сельской школы : Учеб. пособие по спецкурсу для пед. ин-тов / П.А. Жильцов, В.М. Величкина. – М.: Просвещение, 1985. – 160 с. **373 Ж72**
7. Журавлев В.И. Основы педагогической конфликтологии : Учебник / В.И. Журавлев. – М.: Рос. пед. агенство, 1995. – 183 с. **Ч421.4 Ж91**
8. Загвязинский В.И. Педагогическое творчество учителя / В.И. Загвязинский. – М., 2001. – 56 с.
9. Зязюн І.А., Сагач Г.Н. Краса педагогічної дії : Навч. посібник для вчит., аспір., студ. середніх і вищих навч. закладів. – К.: АПН України, 1997. – 302 с. **Ч421.4 З-99**
10. Кан-Калик В.А. Педагогическое творчество / В.А. Кан-Калик, Н.Д. Никандров. – М.: Педагогика, 1990. – 140 с. **Ч421.4 К19**
11. Кан-Калик В.А. Учителю от педагогическом общении : Кн. для учителя / В.А. Кан-Калик. – М.: Просвещение, 1987. – 190 с. **Ч421.4 К19**
12. Карнегі Д. Як здобувати друзів і впливати на людей. – К.: Наукова думка, 1990. – 234 с.
13. Кукушин В.С. Введение в педагогическую деятельность : Учеб. пособие для студ. пед. спец. вузов. / В.С. Кукушин. – Ростов-на-Дону: ИЦ "МарТ", 2002. – 224 с. **Ч421.4 К89**
14. Отич О.М. Мистецтво у змісті професійної підготовки майбутнього педагога професійного навчання / О.М. Отич. – Полтава: ІнтерГрафіка, 2005. – 200 с. **Ч48 О-82**
15. Радченко Є.С. Формування іміджу педагога – вимога сучасності. / [www.nbu.gov.ua/portal/soc\\_gum/Prpg/2008\\_7\\_1.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/Prpg/2008_7_1.pdf)
16. Сисоева С.О. Основы педагогической творчості вчителя: Навчальний посібник. – К.: ІСДОУ, 1994. – 112 с.
17. Сухомлинський В.О. Сто порад вчителю. – К.: Рад. школа, 1984. – 254 с.
18. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти. / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**
19. Щербакова К.Й. Вступ до педагогічної професії : Посібник для студ. пед. ін-тів спец. № 03.07.02 "Педагогіка і психологія (дошкільна)" і учнів педагогічних училищ / К.Й. Щербакова. – К.: Вища школа, 1990. – 166 с. **Ч48 Щ61**

## Модуль 2

### Тема IV. Особливості навчання у педагогічному ВНЗ (4 год.).

#### Практичне заняття № 5-6

(Заняття № 5 проводиться у музеї історії ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка)

**1.1. Мета заняття.** Ознайомити з історією розвитку університету та факультету, виявити специфіку навчання у ВНЗ, сприяти успішній адаптації першокурсників до ВНЗ.

#### 1.2. Питання, які виносяться для вивчення:

1. Історія розвитку факультету початкового навчання та ЧНПУ імені Т.Г.Шевченка.
2. Структура ВНЗ. Правила внутрішнього розпорядку ВНЗ. Організація студентського самоврядування у вищому навчальному закладі.
3. Основні форми організації навчання у вищому педагогічному закладі освіти (лекції, практичні заняття, самостійна робота студента, курсові і дипломні проекти, різні види практик).
4. Суть навчально-пізнавальної діяльності студентів під час різних навчальних занять.
5. Види і форми контролю знань.

#### 1.3. Завдання для самостійної роботи

1. Підготуйте доповідь на тему "Історія факультету початкового навчання", користуючись журналом "Початкова школа" 2008 р. №5; ювілейним буклетом ЧНПУ імені Т.Г.Шевченка (2010 р.); книгою "Факультет Першого Вчителя / За заг. ред. О.В. Бобиря. – Чернігів: ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка, 2008. – 180 с.
2. Напишіть есе на тему: "Що би я хотів змінити на факультеті початкового навчання?".
3. *Будьте дослідниками!* З'ясуйте, хто був першим ректором вашого університету? Яким був його внесок у розвиток університету? Де знаходилось перше приміщення університету?
4. Дізнайтеся про роботу студентського парламенту та профкому університету, познайомтеся з лідерами. Які функції вони виконують?
5. Які якості викладача ВНЗ сприяють покращенню якості навчально-виховного процесу у вищій школі?
6. Які якості мають бути властиві професійному лектору? Якими вміннями він має володіти?

7. Як доцільно конспектувати лекцію, щоб легше запам'ятати навчальний матеріал?
8. Поміркуйте, як зробити так, щоб практичні заняття стали цікавими і корисними. Які прийоми, методи може використати викладач з цією метою?
9. На які теми вам було би цікаво писати дипломну роботу з педагогіки?
10. Тренінг: прийоми конспектування лекції.

#### **1.4. Завдання для самоконтролю**

1. Якою є структура вашого ВНЗ?
2. Яку функцію виконує профком студентів?
3. Чи є органи самоврядування у вашому ВНЗ?
4. Розкрийте структуру курсового та дипломного проекту.
5. Чим відрізняються курсові від дипломних проектів?
6. Охарактеризуйте основні форми організації навчання у вищому педагогічному закладі освіти (лекції, практичні заняття, самостійна робота студента, різні види практики).
7. Якою є мета педагогічної практики?
8. Як ви плануєте готуватися до складання заліків та іспитів?

### ***Тема V. Самостійна робота та наукова організація праці студента (2 год.)***

#### **Практичне заняття № 7**

**1.1. Мета заняття.** Розкрити сутність самостійної роботи у ВНЗ та наукової як її складової. Допомогти студентам у плануванні та організації самостійної роботи, зацікавити науковою діяльністю, дати знання про культуру навчальної праці, прийоми мнемотехніки, навчити здійснювати профілактику професійного вигорання.

#### **1.2. Питання, які виносяться для вивчення:**

1. Наукова робота як складова самостійної роботи.
2. Зміст і методика самостійної роботи студента вищого навчального закладу.
3. Ефективна організація самостійної роботи у ВНЗ.
4. Як розвивати пам'ять. Прийоми мнемотехніки.
5. Працездатність студента і педагога. Втома і працездатність.
6. Профілактика професійного вигорання вчителя.

#### **1.3. Завдання для самостійної роботи**

1. Які проблеми, пов'язані з навчанням та вихованням молодших школярів вас цікавлять? Чи хотілося би вам дізнатися більше з цієї проблеми?

2. *Будьте дослідниками!* Знайдіть в Інтернет-мережі інформацію про студентські педагогічні конференції на поточний навчальний рік. Які проблеми розглядаються? Кого запрошують до участі? Які вимоги до публікацій висувуються?
3. Чи є у вас бажання брати участь у студентських конференціях?
4. Дізнайтеся, чи є на вашому факультеті СНТ (студентські наукові товариства). Яку функцію вони виконують?
5. Чому Болонський процес передбачає пріоритет самостійної роботи студента? Що означає "самоосвіта протягом життя"?
6. Чи вистачає у вас часу на виконання самостійної роботи?
7. Поміркуйте, які фактори заважають вам ефективно займатися позааудиторною самостійною роботою і які сприяють (робоче місце, час занять, обсяг матеріалу для опрацювання, його актуальність для вас, технічні засоби навчання, самопочуття тощо)
8. Складіть хронологію вашого робочого дня:
  - Скільки часу витрачено на підготовку до занять?
  - Скільки часу витрачено на дорогу до університету та додому?
  - Скільки часу витрачено на відпочинок (прогулянка, спілкування з друзями перегляд телепрограм, читання художніх творів тощо).
  - Скільки часу витрачено на спілкування з батьками?
  - Скільки часу витрачено на господарську роботу вдома чи в гуртожитку?
  - Скільки часу витрачено задарма?
9. Займайтеся подальшою самоосвітою щодо ефективної організації навчальної праці.
10. Профілактика професійного вигорання: тренінг накопичення енергії, релаксації, стимулювання двох півкуль мозку.

**Творчий проект:** Зафіксуйте свій емоційний стан протягом доби та представте його у вигляді діаграми, графіка, на якому найвищі точки будуть символізувати емоційний підйом, а нижні – спад, поганий настрій, стрес. Проаналізуйте, що наповнює вас позитивом, енергією, гарним настроєм, дає сили для навчання. Що впливає негативно на ваше самопочуття, не дає максимально використати свій потенціал?

#### **1.4. Завдання для самоконтролю**

1. Що таке самостійна робота студента.
2. Розкрийте суть поняття "наукова робота студента".
3. Які ви знаєте прийоми мнемотехніки (швидкого та ефективного запам'ятовування)?
4. Яка роль пам'яті у професійній діяльності вчителя?
5. Які умови збереження працездатності?
6. Як уникнути професійного вигорання?

## Тема VI. Самовиховання студента (2 год.)

### Практичне заняття № 8

**1.1. Мета заняття.** Набути теоретичних знань про дотримання правильного режиму дня, праці та відпочинку, розвивати навички самопізнання, самооцінки, самоконтролю, саморозвитку інтелекту та почуття волі, допомогти першокурснику адаптуватися до навчання у вищому навчальному закладі, "навчити вчитися", стимулювати потяг до самоосвіти протягом життя. *Модульний контроль навчальних досягнень за II модуль (контрольна робота).*

### 1.2. Питання, які виносяться для вивчення:

1. Роль самовиховання у підготовці майбутнього педагога.
2. Етапи та прийоми процесу самовиховання.
3. Вміння планувати та розподіляти час.
4. Особливості організації робочого дня студента.
5. Активність як головна умова успішності у навчанні та життєвого успіху.

### 1.3. Завдання для самостійної роботи

1. Складіть план самовиховання на семестр і обговоріть його з одногрупниками.
2. Користуючись працями Г. Архангельського, познайомся з прийомами тайм-менеджменту (технологія управління власним часом) та спробуй використати їх на практиці. Що змінилося після застосування прийомів збереження часу?
3. Запишіть на папері декілька висловів, гасел, які могли би підвищити власну самооцінку (наприклад, "Я багато працюю, отже неодмінно досягну успіху", "У мене великий потенціал", "Я успішно складу сесію" та ін.), розмістите їх над робочим столом.
4. Тренінг "Крісло успіху", "Візитівка", візуалізація майбутнього.
5. По завершенню вивчення курсу зробіть рефлексію та продовжить речення: "Для мене було відкриттям...", "Я зробила висновок...", "Мені залишилося незрозумілим...", "Мені сподобалась тема...", "Мені здалася складною тема...", "Тепер я впевнена, що...", "Мені б хотілося...", "Я планую..." та ін.

**Творчий проект** "Якою я уявляю себе через 5 років" або "Лист із майбутнього" (у формі педагогічного есе, творчо оформити, проілюструвати, або у формі презентації у Power Point; оцінюється експертами).

### 1.4. Завдання для самоконтролю

1. Чи займаєтеся ви самоосвітою? Яким чином?
2. Для чого потрібно займатись самоосвітою?
3. Чи можна навчитися працювати ефективно, заощаджуючи час?



4. Чи можете ви самі себе об'єктивно оцінити?
5. Яким чином підвищення самооцінки впливає на життєвий успіх?
6. Яка роль установок у підвищенні самооцінки?
7. Чого ви плануєте досягти за п'ять років навчання у ВНЗ?
8. Всебічний розвиток – засіб професійної підготовки особистості та самовиховання.

## Рекомендована література до модуля № 2

1. Введение в педагогическую деятельность: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / ред. А.С. Роботова. – 2-е изд. стереотип. – М.: Академия, 2004. – 208 с.
2. Кан-Калик В.А. Педагогическое творчество / В.А. Кан-Калик, Н.Д. Никандров. – М.: Педагогика, 1990. – 140 с. **Ч421.4 К19**
3. Мазоха Д.С. На шляху до педагогічної професії. Вступ до спеціальності : Навч. посібник для студ. вузів / Д.С. Мазоха. – К.: Центр. навч. л-ри., 2005. – 168 с. **Ч421.4 М13**
4. Фіцула М.М. Вступ до педагогічної професії : Навч. посібник для студ. вищ. пед. закладів освіти / М.М. Фіцула. – 2-е вид. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 2003. – 136 с. **Ч421.4 Ф66**
5. Волкова Н.П. Педагогіка. Навчальний посібник. – К.: ВЦ "Академія", 2003. – 616 с.
6. Елканов С.Б. Основи професійного самовоспитання будущего учителя : Учеб. пособие для пед. ин-тов / С.Б. Елканов. – М.: Просвещение, 1989. – 189 с. **Ч48 Е51**
7. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования.: Учебное пособие для студ. пед. вузов. / Под ред. Е.С. Полат. – М.: Академия, 2002. – 272 с.
8. Основи педагогічної творчості вчителя: Навчально-тематичний план і програма курсу для студентів педагогічних інститутів і університетів / Уклад. С.О. Сисоєва, В.І. Барко, І.В. Бушовський та ін.; Заг. ред. С.О. Сисоєвої. – К.: КГПІ імені О.М. Горького. – 1991. – 43 с.
9. Сисоєва С.О. Підготовка вчителя для формування творчої особистості: Монографія. – К.: Поліграфкнига, 1996. – 405 с.
10. Фіцула М.М. Педагогіка: навчальний посібник. – Тернопіль: "Навчальна книга – Богдан", 1999. – 192 с.
11. Щербакова К.Й. Вступ до педагогічної професії : Посібник для студ. пед. ін-тів спец. № 03.07.02 "Педагогіка і психологія (дошкільна)" і учнів педагогічних училищ / К.Й. Щербакова. – К.: Вища школа, 1990. – 166 с. **Ч48 Щ61**
12. Щербань П.М. Прикладна педагогіка: Навч.-метод. посіб. – К.: Вища школа, 2002. – 215 с.

## Розподіл балів за формами контролю

| Види контролю                   | Кількість | Бали | Загальна кількість балів |
|---------------------------------|-----------|------|--------------------------|
| Практичні заняття               | 8         | 5    | 40                       |
| Модульні контрольні роботи      | 2         | 8    | 16                       |
| Творчий проект                  | 4         | 4    | 16                       |
| Виконання самостійної роботи:   |           |      |                          |
| реферати                        | 2         | 5    | 10                       |
| аудиторна самостійна робота     | 4         | 2    | 8                        |
| позааудиторна самостійна робота | 10        | 1    | 10                       |
| <i>Всього</i>                   |           |      | 100                      |

## Шкала оцінки знань студентів

| За школою ECTS | За національною шкалою                              | За шкалою університету |
|----------------|---|------------------------|
| A              | Відмінно  | 90-100                 |
| B, C           | Добре   | 75-89                  |
| D, E           | Задовільно  | 60-74                  |
| F, X           | Незадовільно<br>(з можливістю повторного складання) | 35-59                  |
| F              | Незадовільно<br>(з обов'язковим повторним курсом)   | 0-34                   |

## Значення оцінки за шкалою ECTS

|    |               |        |   |
|----|---------------|--------|---|
| A  | (Відмінно)    | 90-100 | Робота з мінімальними помилками                               |
| B  | (Дуже добре)  | 83-89  | Вище середнього стандарту, але з деякими поширеними помилками |
| C  | (Добре)       | 75-82  | В цілому хороша робота, але з помітними помилками             |
| D  | (Задовільно)  | 68-74  | Пристойно, але із значними помилками                          |
| E  | (Достатньо)   | 60-67  | Задовольняє мінімальні вимоги                                 |
| FX | (Не прийнято) | 35-59  | Необхідно виконати певну додаткову роботу (доопрацювати)      |
| F  | (Не прийнято) | 0-34   | Необхідна значна подальша робота (переробити)                 |

## ТЕМАТИКА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ТА МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ЇЇ ВИКОНАННЯ

Метою самостійної роботи студентів з курсу "Вступ до спеціальності" є стимулювання мотивації навчання у ВНЗ, розширення і поглиблення педагогічних знань, формування умінь і навичок, необхідних для подальшої професійної діяльності, розвиток творчих здібностей, пізнавальних інтересів, бажання займатися самоосвітою, саморозвитком, самовихованням.

Виконання самостійної роботи (аудиторної та позааудиторної) передбачає ознайомлення з додатковою інформацією з різних тем програми, написання педагогічних есе, колекціонування висловів, афоризмів, виконання тестів, розробку та захист творчих проектів (групових та індивідуальних), розв'язування психолого-педагогічних ситуацій, презентації відео-інтерв'ю з вчителями, студентами. Студенти беруть участь у групових інтерактивних формах організації навчального процесу (круглий стіл, дискусія, мікрофон, рольова гра тощо), здійснюють самоаналіз, рефлексію, презентують творчі здобутки ("Клятва вчителя", "Кодекс честі вчителя" тощо) студентам інших курсів під час Свята факультету тощо.

Самостійна робота студента носить інноваційний та інтерактивний характер, що стимулює інтерес до навчання, дозволяє використовувати різні джерела інформації (друковані, електронні, мультимедіа). При оцінюванні звертається увага на творчий підхід у виконанні завдань, ініціативу, новизну, оригінальність підходів, самостійність мислення, уміння працювати з різними джерелами інформації. Критеріями оцінювання є професійне спрямування творчих робіт, їх змістовність, оригінальність, самостійність та творчість у підходах до розкриття теми.

Аудиторна самостійна робота передбачає роботу першокурсників у групах, що сприяє їх успішній адаптації до навчання у ВНЗ, дозволяє зменшити бар'єри комунікації, сприяє покращенню стосунків у групі. Перед початком групової роботи слід нагадати *правила роботи у групі*:

- дотримуватися регламенту;
- слухати і чути: один говорить – усі слухають;
- не перебивати – уважно слухати одне одного і поважати різні думки;
- бути толерантними – не можна змушувати людину замовкнути лише тому, що її погляди не збігаються з поглядами інших;
- не критикувати – кожний має право на власну думку;
- бути доброзичливими – ставитися одне до одного доброзичливо і поважати почуття інших;
- говорити тільки за темою та від свого імені;
- говорити коротко, по черзі;
- право на анонімність та конфіденційність – кожен має право ставити запитання анонімно.

При створенні творчих проектів, розв'язування психолого-педагогічних задач радимо студентам скористатися певними *порадами вирішення проблеми та знаходження правильного рішення*:

**1. Розпізнайте, визначте і з'ясуйте проблему.** Якщо ви не знаєте точно, над якою проблемою хочете працювати, то зазнаєте поразки. Ваша проблема повинна бути чітко визначеною.

**2. Збираючи факти та інформацію, проаналізуйте проблему.** Якщо не повністю розумієте проблему, над якою збираєтесь працювати, ви можете упустити важливі моменти та націлитись на неправильні рішення. Якщо ж ви з самого початку повільно просуваєтесь уперед, збираючи всю необхідну інформацію, то в кінці збережете цінний час і енергію. Запитайте себе, які є джерела, звідки можна одержати інформацію. Приклади: засоби масової інформації, бібліотеки, Інтернет тощо.

**3. Розвивайте альтернативні рішення.** Ніколи не зупиняйтесь лише на одному рішенні. Придумайте безліч способів вирішення вашої проблеми. Не зупиняйтесь лише на одному плані дій – ви можете пропустити легший чи більш логічний спосіб вирішення проблеми. Пам'ятайте, що на цьому етапі група не судитиме вашу ідею.

**4. Виберіть найкраще рішення.** Після того, як ви ретельно дослідили свою проблему й витратили час на визначення альтернативних рішень, у вас є всі підстави вибрати найкраще з них. Запитайте себе та членів групи, якими методами можна скористатися, щоб здійснити вибір. Приклад: порівняння, думка експертів, розробка критеріїв і оцінка на основі цих критеріїв тощо. Також нагадайте групі, що на цій стадії є як мінімум два "найкращих" рішення: є найкраще рішення і є рішення, яке реально може бути впроваджене в життя.

**5. Складіть план дій.** Ретельно, крок за кроком обдумайте все, що необхідно зробити: чітко визначити проблему, окреслити кроки здійснення проекту, бюджет, приблизний час здійснення, необхідні матеріали і людські ресурси тощо.

**6. Впроваджуйте рішення.** Коли вся підготовча робота позаду, сподіваємося, що фактичне виконання проекту буде справжнім успіхом. Впровадження – це дія. Не дозволяйте своєму проекту залишатися лише на папері й припадати пилом.

**7. Оцініть.** Після того, як завершили проект, перевірте, чи досягнута його мета. Визначте, який вплив мало його впровадження. Оцінка також може здійснюватись упродовж усього процесу впровадження проекту. Скоригуйте всі проблеми й перегляньте всі питання, які виникають. Запитайте себе про різні методи оцінювання. Приклад: ініційовані групою порівняння, наукові дані, опитування тощо.

Кожен змістовий модуль курсу передбачає різноманітні види самостійної роботи, обов'язковою формою модульного контролю є контрольна робота.

## ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ТА ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ

1. Проведіть теле-інтерв'ю у вчителя на тему: "Що є найважливішим у Вашій професії?" (інтерв'ю береться за допомогою відеокамери, презентується на практичному занятті).
2. Розробіть проект сайту для вчителя, придумайте назву.
3. Розробіть проект "Школа майбутнього".
4. Створіть картотеку висловів про вчителя (користуючись друкованими та електронними книгами).
5. Створіть словничок гуманної педагогіки (вислови гуманного педагога).
6. Доберіть електронну літературу до теми "Педагогічне спілкування".
7. Створіть свій форум і за допомогою нього дослідіть ставлення молоді до професії вчителя.
8. Складіть власне педагогічне кредо.
9. Створіть колекцію афоризмів та висловлювань видатних людей про виховання, вплив вихователя на вихованця.
10. Напишіть лист майбутньому учневі.
11. Візьміть інтерв'ю у студентів 1 курсу на тему "Що вас приваблює у професії вчителя?".
12. Створіть програму творчого самоудосконалення вчителя.
13. Розробіть десять порад для батьків з розвитку молодших школярів.
14. Кожний творчий учитель мріє проте, щоб учіння під час його уроків було цікавим для учнів. Як зробити урок цікавим? Охарактеризуйте основні шляхи формування в учнів інтересу до знань, стимулювання ініціативи та творчої активності.
15. Створіть презентацію у Power Point "Сучасний ідеальний вчитель" та розмістіть на сайті університету.
16. Напишіть педагогічне есе на вільну тему, використовуючи вислови відомих педагогів.

## ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ ТА ДОПОВІДЕЙ

1. Формування інноваційного освітнього середовища у педагогічному ВНЗ в контексті завдань Болонського процесу.
2. Роль і місце вчителя в суспільстві.
3. Історія розвитку педагогічної професії.
4. Суспільні функції вчителя.
5. Професійна діяльність і особистість педагога.
6. Сучасні вимоги до особистості вчителя.
7. Основні напрямки професійної діяльності вчителя.
8. Вимоги до якостей особистості вчителя.
9. Вимоги до культури мовлення вчителя.
10. Вправи з техніки і культури мовлення.
11. Шляхи вдосконалення культури мовлення.
12. Естетика педагогічної праці.
13. Етика і майстерність вчителя.
14. Педагогічний такт вчителя.
15. Елементи акторської майстерності вчителя.
16. Невербальні засоби спілкування вчителя.
17. А. Макаренко про педагогічну майстерність.
18. Культура педагогічного спілкування.
19. Історія розвитку ораторства на Україні.
20. Діалог та монолог у спілкуванні.
21. Конфлікти в педагогічному спілкуванні.
22. Способи та прийоми педагогічного впливу.
23. Увага та уява вчителя, їх роль у педагогічній діяльності.
24. Особливості системи К. Станіславського.
25. Особливості творчості вчителя та актора.
26. Методи педагогічного навчання.
27. Майстерність використання прийомів активізації пізнавальної діяльності учнів.
28. Права й обов'язки студентів.
29. Роль та значення академічної групи у становленні майбутнього педагога.
30. Функції куратора академічної групи.
31. Форми та методи позааудиторної роботи зі студентами.
32. Структура студентського самоврядування, основні напрямки роботи.
33. Роль та значення студентського самоврядування в організації навчально-виховного процесу у вищій школі.
34. Формування навичок індивідуальної самостійної роботи з навчальною книгою.
35. Навчальна та виробнича практики як форми самостійної роботи студентів.

36. Суть і зміст професійно-педагогічного становлення майбутнього педагога.
37. Розвиток професійно важливих якостей і властивостей майбутнього учителя.
38. Педагогічна культура майбутнього педагога.
39. Роль і значення культури освітян у становленні демократичної держави.
40. Основні компоненти педагогічної культури.
41. Шляхи формування педагогічної культури майбутнього педагога.
42. Самоосвіта та самовиховання майбутнього педагога.
43. Основні напрямки формування готовності майбутнього педагога до здійснення педагогічної діяльності.
44. Характеристика основних видів готовності до здійснення педагогічної діяльності.
45. Культура самопочуття вчителя.
46. Психолого-педагогічні основи самовиховання вчителя.
47. Новітні технології та сучасний урок.
48. Майстерність гуманістичного виховання учнів.
49. Зміст, форми і методи індивідуальної самостійної роботи студентів.
50. В. Сухомлинський про вчителя і школу.
51. В. Сухомлинський – людина, вчитель, вчений.
52. Гуманістична система роботи В. Сухомлинського.
53. Новаторський досвід В. Шаталова.
54. Ідеї народної педагогіки в спадщині В. Сухомлинського.
55. Розвиток творчих здібностей учнів з досвіду роботи І. Волкова.
56. Педагогіка Шалви Амонашвілі.
57. Педагогіка інформаційної доби.
58. Виховання обдарованих учнів.
59. Мрії педагогів минулого про школу майбутнього.
60. Вивчення досвіду роботи вчителя.
61. Основи професійного самовиховання вчителя.
62. Програма самовдосконалення майстерності вчителя.
63. Вимоги галузевого стандарту вищої освіти до особистості і компетентності педагога.
64. Освітньо-кваліфікаційна характеристика фахівця.
65. Освітньо-професійна програма підготовки майбутнього вчителя.
66. Права випускника вищої педагогічної школи.

## ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Історія виникнення вчительської професії.
2. Функції педагога.
3. Імідж сучасного вчителя.
4. Особливості педагогічної діяльності.
5. Професіограма вчителя початкових класів.
6. Структура та зміст роботи ВНЗ.
7. Історія виникнення ЧНПУ імені Т.Г.Шевченка.
8. Історія факультету початкового навчання.
9. Основні види навчальних занять у ВНЗ.
10. Культура педагогічного спілкування.
11. Види та стилі педагогічного спілкування.
12. Вербальна, невербальна та комп'ютерна комунікація вчителя.
13. Бар'єри комунікації вчителя.
14. Педагогічна творчість, її сутність.
15. Творчість вчителя у розв'язуванні педагогічних задач.
16. Творче використання вчителем сучасних освітніх технологій.
17. Зміст і методика самостійної роботи студента ВНЗ.
18. Наукова робота як складова самостійної роботи.
19. Профілактика професійного вигорання вчителя.
20. Прийоми самоорганізації студента.
21. Самоосвіта та самовиховання як важлива умова розвитку особистості студента.



ДОДАТОК 1

**Професіограма вчителя початкових класів**

*... Щоб відкрити перед учнями іскорку знань,  
учителеві треба увібрати море світла,  
ні на хвилину не відходячи від променів  
вічно сяючого сонця знань, людської мудрості.*

*К. Ушинський*

Як ми вже з'ясували, професія вчителя потребує особливих якостей, здібностей з метою її ефективної реалізації та досягнення певного рівня професіоналізму.

Під професіоналізмом слід розуміти сукупність психофізіологічних, психічних та особистісних змін, що відбуваються в людині у процесі оволодіння і тривалого виконання діяльності, що забезпечують якісно новий, більш ефективний рівень вирішення складних професійних завдань.

Усе частіше дослідники кажуть не про професійні уміння, а про професійну компетентність. Під професійною компетентністю педагога розуміють особистісні можливості вчителя, які дозволяють йому самостійно й ефективно реалізовувати цілі педагогічного процесу. Для цього потрібно знати педагогічну теорію та уміти застосовувати її в практичній діяльності.

Педагогічна компетентність учителя – це єдність його теоретичної і практичної готовності до здійснення педагогічної діяльності. Вчені, що вивчають особливості педагогічної діяльності, підходять з різних позицій до визначення кваліфікаційних і особистісних якостей вчителя (або "компетенцій") та виділяють певний комплекс цих властивостей, який називають **професіограмою вчителя**.

Професіограма вчителя – це перелік вимог, що пред'являються до його особистості, здібностей, майстерності та психолого-фізичних

можливостей. Це психофізичний аналіз, опис і характеристика професійно важливих якостей. Професіограма може виступати як форма моніторингу якості професійної підготовки студента до педагогічної діяльності. У такому сенсі вона дозволяє проектувати особистісне та професійне зростання студента – майбутнього педагога і може стати однією з методик самовиховання.

Залишається відкритим питання, які якості вчителя (або "компетенції") є константним, тобто що не залежать від часу, а які якості є "рухливими", тобто необхідними вчителю-педагогу у зв'язку з вимогою сучасного глобалізованого світу. Так, наприклад, всього 10-15 років тому володіння комп'ютерними технологіями не входило в число "компетенцій" вчителів, а зараз ця якість є необхідною для вчителя.

До сьогоденного дня накопичено багатий досвід побудови професіограми вчителя. Зокрема, Я.А. Коменський, якого називають засновником педагогіки як науки, у роботі "Велика дидактика" спробував визначити свої вимоги до "універсального вчителя": кожен сам повинен бути таким, яким повинен робити інших; кожен повинен володіти мистецтвом робити інших такими; бути прихильником своєї справи – повинен могти, уміти і хотіти насаджувати свій досвід і знання.

Перші науково обґрунтовані професіограми для вчителів було створено у 20 – 30-і роки ХХ ст. Практично у всіх з них наступні вимоги:

- хороше фізичне здоров'я;
- врівноваженість характеру;
- наявність розвинутої волі;
- завзятість, ініціатива;
- організаторські уміння та навички;
- загальна освіта і добре знання свого предмета;
- прагнення поповнити розумовий багаж;
- знання учнівського колективу;
- соціально-економічна і політична підготовка;
- знайомство з основними течіями рефлексології, педагогіки і методики;
- інтерес до суспільного життя і участь в ній;
- ясне і виразне розуміння цілей і завдань проведеної роботи;
- знайомство зі спорідненими формами політико-просвітницької роботи;
- уважне і любовне ставлення до учнів;
- зразкова поведінка вчителя.

А ось уривок із професіограми вчителя соціалістичних часів: володіння методиками і методами навчання і виховання, загальна ерудиція, педагогічна майстерність, знання психолого-педагогічних основ навчання і виховання, комуністична переконаність і цілеспрямованість, володіння ТСО і новітніми методами навчання, любов до дітей, вміння зрозуміти дітей, знання методів комуністичного виховання та вміння їх

застосовувати, переконаність, наполегливість, оптимізм, систематичне підвищення ідейно-політичного і спеціального рівня, високі моральні якості, особистий приклад у всьому і т.д.

Отже, можна зробити висновок, що вимоги до вчителя в усі часи мають спільні риси, загальне ядро – любов до дітей, ерудованість, спостережливість, терплячість, витримка, почуття гумору, доброта, організованість, оптимізм, самостійність, відповідальність, товариськість, готовність до співчуття, емпатії тощо.

Разом із тим професіограма має історичний та соціально-детермінований характер, має відповідати вимогами часу і конкретного суспільства. Зокрема, в інформаційну добу на передній план висувається вимога не стільки ерудованості, обізнаності педагога, скільки оволодіння комунікативними вміннями, здатністю здобувати знання, шукати потрібну інформацію, бути самостійною особистістю, здатною до самоосвіти протягом життя.

На думку сучасного психолога В.А. Крутецького, до основних професійно-значущих якостей педагога належать наступні блоки:

- 1) світогляд особистості;
- 2) позитивне ставлення до педагогічної діяльності;
- 3) педагогічні здібності;
- 4) професійно-педагогічні знання, вміння та навички.

**1-й блок. Гуманістичний світогляд** (мова йде про тих переконаннях, ідеалах, які притаманні вчителю-вихователю; виховує лише той, хто сам вихований; бажано, щоб вихователь мав високий рівень загальної культури і високий моральний вигляд, а головне – любив би інших людей).

**2-й блок. Позитивне ставлення до педагогічної діяльності** (мова йде про педагогічної спрямованості особистості, педагогічних схильностях як стійкому бажанні та прагненні присвятити себе педагогічній діяльності; не може бути гарним вчителем той, хто байдуже ставиться до своєї роботи, а діти безпомилково визначають тих вчителів, які їх не люблять або не люблять педагогічну діяльність в цілому).

**3-й блок. Педагогічні здібності** (грунтуючись на природних передумови, вони за певних умов реалізуються – чи ні – в професійно-педагогічні знання, вміння, навички, інакше кажучи – педагогічні здібності) – це узагальнена сукупність індивідуально-психологічних особливостей та професійно-значущих якостей особистості, які відповідають вимогам педагогічної діяльності, забезпечують досягнення в ній високих результатів, визначають успіх педагога в цілому в оволодінні цією діяльністю.

**4-й блок. Професійно-педагогічні знання, вміння, навички** (мова йде про знаннях в області викладати предмети і технології навчання)

У педагогічній діяльності всі ці складові взаємопов'язані та взаємообумовлені. Наприклад, складно чітко відокремити гуманістичну

спрямованість особистості від її педагогічних здібностей, оскільки здібності – це певні якості, що забезпечують успішне оволодіння тією чи іншою діяльністю. У свою чергу позитивне ставлення до педагогічної діяльності нерозривно пов'язане з професійно-педагогічними знаннями та вміннями.

Ми розглянули широку палітру вимог до "ідеального вчителя". Та все ж які якості учителя початкових класів можна виділити як основні, без яких ефективно здійснювати педагогічну діяльність неможливо?

Виділені нами якості є інтегративним відображенням трьох з розглянутих блоків: гуманістичного світогляду, педагогічної спрямованості, педагогічних здібностей. На нашу думку, професіограма сучасного вчителя початкових класів має складатися в першу чергу з таких якостей вчителя:

- любов до дітей;
- чесність, справедливість, об'єктивність.
- витримка, терплячість;
- принциповість і вимогливість;
- педагогічний оптимізм, любов до життя, почуття гумору;
- чуйність, гуманне ставлення до людей;
- тактовність;
- організаторські здібності, вміння працювати з дитячим колективом.
- всебічний розвиток;
- фізичне та психічне здоров'я, здатність відновлювати енергопотенціал;
- творчий склад мислення, відкритість до нового;
- педагогічна спрямованість;
- потяг до удосконалення, самоосвіти протягом життя.

Окремо представлено систему педагогічних умінь та навичок, які теж значною мірою пов'язані з іншими компонентами професіограми.

Розглянемо детально кожен складову.

## **1. Любов до дітей**

Василь Сухомлинський, відомий усьому світу педагог-гуманіст, стверджував: "Педагог без любові до дитини – все одно, що співак без голосу, музикант без слуху, живописець без відчуття кольору".

Сучасні дослідники одноставно визнають, що саме любов до дітей слід вважати найважливішою особистісною та професійною рисою вчителя, без чого неможлива ефективна педагогічна діяльність.

Отже, перш за все, вчитель має любити дітей – гучних і тихих, слухняних і примхливих, доглянутих і неохайних, з високим рівнем навчальних досягнень і з початковим, – на тій простій підставі, що вони – діти.

Педагог П.Ф. Каптерев наголошував, що "... Любов до дітей і юнацтва треба відрізнити від любові до учительської професії: можна дуже любити дітей, глибоко симпатизувати юнацтву і в той же час не мати схильності до педагогічної діяльності; можна, навпаки, нічого не мати власне проти вчительської діяльності, віддавати перевагу їй у порівнянні з іншими, але не мати приязні до дітей".

Педагогічна любов – це вміння бачити у своїх вихованцях юних громадян з невичерпними потенціальними можливостями. Любов – це плоть і кров вихователя, як сили, здатної впливати на духовний світ іншої людини, вміння поважати їхню людську гідність, потреба і здатність надавати кваліфіковану педагогічну допомогу в їхньому особистісному розвитку.

В. Сухомлинський називав любов до дитини – вершиною педагогічної культури, найголовнішою рисою якої є гуманність, а гімн гуманізму – відчувати серцем іншу людину.

**2. Чесність, справедливість, об'єктивність.** Це ті якості, які вихованці найбільше цінують в учителіві. Чесність – це поняття моральної свідомості й категорія етики. Вона розкриває ставлення людини до самої себе і в першу чергу готовність і вміння підтримувати і виправдовувати ту репутацію, яку має, або колективу, групи, до якої належить. Совість – також категорія етики. Це не що інше, як здатність особистості до морального самоконтролю, об'єктивної самооцінки відповідно до моральних норм, традицій; ця якість ґрунтується на самосвідомості людини і забезпечує внутрішній контроль власного "Я", дій та вчинків. Справедливість є поняттям моральної свідомості, що виражає співвідношення певних цінностей, певний порядок людського співіснування відповідно до розуміння того, що людина має бути в центрі уваги усіх сфер діяльності.

Педагогічна справедливість представляє собою своєрідне мірило об'єктивності вчителя, рівня його моральної вихованості. В.А. Сухомлинський писав: "Справедливість – це основа довіри дитини до вихователя ... щоб стати справедливим, треба знати духовний світ кожної людини".

**3. Витримка, терплячість.** Без цих рис учителіві аж ніяк не можна. Адже йому щоденно доводиться спілкуватися з дітьми, які ще не мають достатнього соціального досвіду, не завжди діють відповідно до встановлених правил і норм, схильні до пустоців тощо. Учитель повинен вміти стримувати себе, не квапитися приймати необдумані рішення, особливо у збудженому стані. Виховання – досить тривалий процес. Інколи педагогові доводиться роками чекати результатів своєї діяльності. Тому без терплячості, сподівання на результативність власних дій у майбутньому вихователіві аж ніяк не можна.

**4. Організаторські здібності, вміння працювати з дитячим колективом.** Учитель повинен вміти організувати як себе, так і вихованців для різних видів діяльності. У навчально-виховному процесі встановлюються не лише парні стосунки: учитель – учень, а взагалі стосунки між учителем і дитячим колективом. Почуття колективізму – споконвічна риса людини, прагнення до її ствердження і задоволення. Вміння організувати колектив, працювати з ним – це, з одного боку, запорука успіху навчально-виховної роботи, а з другого – підготовка учнів до активної діяльності в умовах співіснування в соціальних колективах дорослих.

Організаційна діяльність – діяльність людини, яка здійснює координацію, взаємодію, мобілізує групу людей на здійснення сумісних дій для виконання поставленої задачі. Включає як організацію себе, своєї діяльності, свого робочого часу.

**5. Всебічний розвиток.** Діти схильні до активного пізнання оточуючої дійсності, бажають на безліч питань отримати відповіді. І, насамперед, вони чекають задоволення своїх пізнавальних інтересів від батьків та вчителів. Оскільки більшість батьків не має належної педагогічної підготовки, то вчителеві доводиться самому щоденно допомагати учням свідомо пізнавати невідомий для них світ природи і суспільних стосунків. Тому, окрім глибоких знань в межах своєї навчальної дисципліни, учитель має володіти певним рівнем знань з різноманітних галузей. А це досягається лише щоденною копіткою працею.

В.А. Сухомлинський вважав, що "майстер педагогічної справи наскільки добре знає абетку своєї науки, що на уроці, в ході навчального матеріалу, в центрі його уваги не сам зміст того, що вивчається, а учні, їх розумова праця, їхнє мислення, труднощі їх розумової праці" [17, с. 39].

Учні досить високо цінують обізнаність свого вихователя. Маленькі чомусики саме до ерудованого вчителя звертаються з хвилюючими їх питаннями і мають отримати точну відповідь. Або, наприклад, почути такі слова: "Я не можу тобі зараз сказати, але через деякий час, я тобі обов'язково відповім". І відповіді потрібно обов'язково. Тому що хороший учитель завжди стримає дане слово, поважає себе і учня.

Таким чином, сучасний вчитель повинен добре орієнтуватися в різних галузях науки, основи яких він викладає та бути постійно в курсі нових досліджень, відкриттів і гіпотез.

**6. Принциповість і вимогливість.** Ці якості лежать в основі педагогічного спілкування з вихованцями. Принципи (від лат. *principium* – начало, основа) – це вихідні положення певної діяльності, що ґрунтуються на внутрішніх переконаннях особистості. У сфері виховання вчитель повинен мати міцний ґрунт, певне вістря, навколо якого і будується уся

його діяльність. Принциповість педагога має впливати з глибокого розуміння ним виховних завдань, знань закономірностей навчально-виховного процесу, особливостей анатомо-фізіологічного і психічного розвитку дітей певної вікової групи. Вимогливість діалектично пов'язана з процесом переконування. Вимогливість – це той інструмент, за допомогою якого учитель допомагає вихованцеві сформуванню у собі певні вміння і навички.

**7. Оптимізм, любов до життя, почуття гумору.** Вчитель завжди працює з колективом дітей, а для них характерні почуття радості, веселості, мажорності. Тому вчитель передусім повинен задавати тон оптимізму. Одночасно він має вірити у силу вихованців, у те, що у процесі виховання можна сформуванню благородні риси навіть у "безнадійного" школяра, глибоко вірити в силу й можливості дітей, бачити насамперед усе краще, що їм притаманне, "проектувати хороше" (А. Макаренко). Учитель має підходити до кожної дитини з оптимістичною налаштованістю, навіть, якщо ризикує помилитися. Водночас він не повинен ідеалізувати їх позитивних рис, ігноруючи їх недоліки. Завдання вчителя – "не загубити" жодної дитини, дати кожній можливість розкрити все краще, закладене природою, сім'єю, школою.

Не зайвим було б над дверима будь-якого педагогічного освітнього закладу повісити плакат: "Вхід заборонений людям злим, мстивим, невірніваженим і без почуття гумору!" Гумор допомагає людині не ставитися до себе надто вже серйозно, допомагає легше пережити всілякі негаразди, складні нестандартні ситуації, яких у професійному житті вчителя чимало.

**8. Чуйність, гуманне ставлення до людей.** Праця вчителя-вихователя спрямована на створення найбільших цінностей на землі – скарбів розуму і душі. В умовах масового технократичного впливу на особистість відірваність значної частини дітей від природи, багатолітній прес жорстокого тоталітаризму вкрай негативно впливають на формування ніжності, чуйності, глибокої поваги до людини, бачення в ній найбільшої цінності в житті. Тому учитель своєю чуйністю, гуманістичною спрямованістю має в першу чергу компенсувати те негативне, що не дає змоги прорости у дитячих серцях паросткам доброти. Школа в особі вчителя має стати тим духовним храмом, де кожна дитина відчула б справді чуйне, гуманне ставлення до себе, мала змогу знайти у цьому храмі спокій і захист від впливу жорстокості, зневаги до неї.

Звичайно, він обов'язково повинен знати дитячу психологію, розуміти душу дитини і вміти ставити собі запитання: "А чи завжди я прав? Чому зазвичай добрий хлопчик став агресивним? Чому так напружені спокійна доброзичлива дівчина? Якщо вчитель байдужий до внутрішнього світу

дитини, до його переживань, йому не місце в школі, навіть якщо він чудово знає свій предмет.

**9. Творчий склад мислення.** Ця якість також зумовлюється винятковими особливостями професії учителя. З одного боку, Учителеві необхідно постійно перебувати у творчому пошуку при підготовці уроку. Урок – це своєрідна невелика вистава. Тому учителеві доводиться виступати в ролі і автора сценарію, і режисера, і актора, отже без творчого підходу не обійтись. З іншого боку, вихователь постійно спілкується з учнями на уроці, поза уроком, щоденно розв'язує складні педагогічні ситуації, тому використовувати чіткі формули, рівняння чи алгоритми аж ніяк не можна. Успіх залежить лише від знань, майстерності, творчості вчителя. Творчі вчителі – завжди відкриті до нового досвіду, не лякаються інновацій, нових підходів, експериментувань

**10. Тактовність.** Педагогічний такт (від лат. *tactus* – відчуття, дотик, дія) – це почуття міри, відчуття конкретного стану вихованця, що підказує вихователеві найделікатніший спосіб поведінки у спілкуванні з учнями в різних сферах діяльності, вміння обирати найбільш доцільний підхід до особистості у системі виховних взаємин з нею. Педагогічний такт допомагає вихователеві спілкуватися з учнями на основі розуміння їх психічного стану в конкретних обставинах, приймати доцільні рішення, які не гальмують дій вихованців, а спонукають їх до активної, раціональної праці.

Взаємовідношення вчителя з колегами, батьками і дітьми, засновані на усвідомленні професійного обов'язку та почутті відповідальності, становлять сутність педагогічного такту. Тактика поведінки вчителя в будь-якому випадку полягає в тому, щоб вибрати відповідні стиль і тону, час і дію педагогічного дії, а також провести своєчасну їх коректування. Педагогічний такт багато в чому залежить від особистих якостей педагога, його кругозору, культури, волі, громадянської позиції та професійної майстерності. Він є тією основою, на якій виростають довірчі відносини між вчителями та учнями. Обов'язкова передумова педагогічного такту – знання індивідуальних особливостей психічного стану, настрою і переживань учнів.

**11. Педагогічна спрямованість, відданість справі і відповідальність**

У структурі особистості вчителя особлива роль належить професійно-педагогічній спрямованості. Вона є тим каркасом, навколо якого компонуються основні професійно значущі властивості особистості вчителя. Професійна спрямованість особистості вчителя включає інтерес до професії вчителя, педагогічні покликання, професійно – педагогічні наміри та схильності. Основою педагогічної спрямованості є інтерес до



професії вчителя, який знаходить своє відображення в позитивному емоційному ставленні до дітей, до батьків, педагогічної діяльності в цілому і до конкретних її видів у прагненні до оволодіння педагогічними знаннями й уміннями.

Вищим проявом педагогічної спрямованості особистості є самовідданість вчителя. Саме в ній знаходить вираз його мотиваційно – ціннісне ставлення до праці. Керуючись цим ставленням, учитель завжди поспішає надати допомогу дітям і дорослим – всім, хто її потребує.

Яскравим прикладом професійної самовідданості є життя і діяльність А.С. Макаренка і В.А. Сухомлинського. Винятковий приклад самовідданості і самопожертви – життя та подвиг Яноша Корчака, відомого польського лікаря і педагога зневажила пропозицію фашистів залишитися живим і зробив крок у піч крематорію разом зі своїми вихованцями.

## **12. Фізичне та психічне здоров'я, здатність відновлювати енергопотенціал, працездатність**

Педагогічна свідомість багато в чому заповнена міфами, ілюзіями, стереотипами про те, що вчитель ніби "суперлюдина" – завжди емоційно врівноважена, сильна, морально стабільна, схильна до самопожертви в *ущерб* власної сім'ї, однаково любить усіх дітей, завжди знаходить вихід із стресових, конфліктних ситуацій і завжди має на це сили і енергію. Така налаштованість, з одного боку, дає змогу педагогові з мінімальними витратами оперативно вирішувати складні проблеми, що виникають у його діяльності, здійснювати її на високому якісному рівні, а з іншого боку – призводить до виникнення таких станів, як "емоційне згорання", психоенергетичне виснаження, почуття власної недосконалості, професійної невідповідності.

Тому щоб зберегти психічне здоров'я і в процесі роботи, і після її закінчення, учитель початкових класів має володіти хорошим здоров'ям та знаннями про його збереження, постійно піклуватися про підтримку себе у формі, а саме користуватися технологіями релаксації, накопичення, раціонального використання та відновлення енергії, методиками психологічного захисту від стресогенів.

## **13. Потяг до удосконалення, самоосвіти протягом життя**

У вчителя може бути єдиний і неподільний авторитет особистості. Основу пізнавальної спрямованості особистості складають духовні потреби та інтереси. Одним з проявів духовних сил і культурних потреб особистості є потреби в знаннях.

Безперервність педагогічного самоосвіти – необхідна умова професійного становлення та вдосконалення. Один з головних чинників пізнавального інтересу – любов до викладання предмету.

Саморозвиток має як би подвійний педагогічний результат. З одного боку – це ті зміни, які відбуваються в особистому розвитку і

професійному зростанні, з іншого – оволодіння самою здатністю займатися саморозвитком.

Індикатором опанування майбутнім педагогом цією здатністю виступає вміння здійснювати певні дії. Зокрема, цілепокладання: ставити перед собою професійно значущі цілі і завдання саморозвитку; планування: вибирати засоби і способи, дії і прийоми саморозвитку; самоконтроль: здійснювати зіставлення ходу і результату саморозвитку з тим, що намічалось; корекція: вносити необхідні поправки в результати роботи над собою.

Крім зазначених якостей, педагогові не обійтися без теоретичних та практичних умінь: аналітичних, прогностичних, проєктивних, рефлексивних та ін.

---

## ДОДАТОК 2

### Формування іміджу педагога – вимога сучасності

У суспільстві часто розмовляють про імідж політиків, імідж артистів, імідж бізнесменів. Кожна професія має свою специфіку, але створення іміджу необхідно працівникам усіх галузей, які у своїй професійній діяльності зв'язані з людьми. Про імідж вчителя як у нашому суспільстві, так і в освітньому середовищі, раніше не прийнято було говорити. "А педагогам, им вроде не пристало о нем думать, им следовало лишь волноваться по поводу успеваемости и воспитанности, а вовсе не по поводу собственного образа в глазах ребенка. Достаточно было выглядеть скромно, аккуратно, в общем – прилично" (Булатова О.О.). Демократизація суспільства та динамізм розвитку системи освіти вимагають формування іміджу педагога в освітньому середовищі, що є сьогодні нововведенням.

Поняття "імідж" почали використовувати ще у часи Аристотеля. Аналіз першоджерел свідчить, що в Україні термін "імідж" з'явився наприкінці ХХ сторіччя. Воно походить від латинського "imago", тобто "імітувати", у перекладі з англійської мови означає "образ". "Имидж – образ, слепок, умственное представление конкретного лица, содержательная сторона его характера. В практическом употреблении это слово близко к известному греческому слову "харизма", в которое древние греки вкладывали значение одаренности, авторитетности, мудрости и святости. Люди, обладающие совокупностью таких качеств, всегда обладали силой влияния на окружающих" (Нуреева О.С.). Це слово не використовувалося раніше, але імідж особистості формувався ще в далекому минулому, утворюючи різні прізвиська, які формували уяву про особистість. Наприклад: Іван Грозний мав імідж власного та суворого царю, Ярослав Мудрий мав імідж прозорого та мудрішого правителя. Часто імідж асоціюється тільки з зовнішнім виглядом, але це не правильний підхід. Ще російський письменник А.П. Чехов висловив думку: "У человека должно быть прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли", Дейл Карнегі писав: "Люди судят о нас на основании того, как мы выглядим, что мы делаем, что и как мы говорим", А.С. Пушкін стверджував: "Быть можно умным человеком и думать о красе ногтей".

Таким чином, імідж людини складається на підставі сукупності іміджоутворюючих факторів.

"Можна зробити припущення, що поняття "імідж" в системі освіти набуло актуальності в період становлення незалежності України та переосмислення підходів до навчально-виховного процесу". Свідчень цьому факту багато. В першу чергу це вплив іміджу вчителя на вибір навчального закладу для навчання. Батьки дітей, яких відправляють у школу до першого класу, обов'язково цікавляться: "Хто буде першою вчителькою у їх дитини?", "Чи можна віддати на навчання дитину саме цієї вчительці?", "Чи треба шукати школу, де працюють більш досвідчені вчителі?". Така ж проблема у батьків виникає і при переході до середньої та старшої ланки, а саме: "Хто буде класним керівником їх дитини?", "Чи зможе вчитель знайти підхід до їх дитини, правильно навчити та виховати?" Тому на сучасному етапі розвитку освіти позитивний імідж у освітньому середовищі вчителю просто необхідний.

Д. Журавльов вважає, що "большая часть педагогической общественности еще очень далека от того, что собственный имидж необходимо формировать. Отношение у педагогов к имиджу самое разное. Отрицательно относится к нему старшее поколение учителей: его понимают как "маску", убеждены в приоритете внутреннего содержания над внешним и считают, что главное быть, а не казаться". Всякие разговоры про имидж учителя воспринимаются насторожено, как призыв быть неискренним". Сучасні вчителі підтримують ідею формування іміджу учителя, але більшість з них не розуміє його складових компонентів.

Знання про формування іміджу вчителю необхідно значно більше, ніж спеціалістам інших професій, тому що саме вчителі впливають на формування іміджу своїх учнів. Вчитель для них – еталонна модель. Н.А. Добролюбов писав: "Учителями должны быть лучшие люди общества". Кожен вчитель має бути яскравою особистістю, тому що завдяки своїй особистості він зацікавлює учнів, розвиває інтерес до свого предмету. Прикладом є учитель географії у творі письменника А. Маркуші "Если ты учитель". Л.А. Фридман: "Как он учил, теперь, спустя полвека, судить не берусь, а вот его появление в классе – самое первое – помню отлично: распахиваются двери и к нам вступает моряк – китель, украшенный сверкающими, якоренными пуговицами, расклешенные брюки, выправка... Отчетливо сохранилось ощущение – моряк одним только видом своим призывает нас ринуться в мир штормов, бурь, в настоящую жизнь. Привлекательная внешность плюс легкий налет таинственности, понятно, вдобавок к умению учить, как я убедился на школьном опыте, очень повышают шансы всякого учителя на успех".

Педагог навчає учнів і тоді, коли мовчить, навчає своїм образом, своєю поведінкою, своїм ставленням до учнів. О. Булатова пише: "Если образ учителя приятен, воспринимается как "манок", то в нем заключена

первоначальна сила духовного впливу, такого учителя хочеться слухати і слідувати за ним". Образ учителя – це не тільки візуальний образ, але і жести, і манери, і комунікабельність, і педагогічний такт, і мовна культура, і любов до дітей, і педагогічна прозорливість, і багато інших якостей, які є складовими професійного педагогічного іміджу. М. Рудакевич влучно говорить про імідж, що "це не просто зовнішня оболонка людини, хоча остання, безумовно, теж багато важить. Достатньо згадати стару казку про kota в чоботях, який біг попереду господаря і розповідав усім, який той багатий і могутній. Відомий бізнесмен і політик наголошує, що без реального наповнення, яке стоїть за зовнішньою оболонкою, вплив такого "іміджу" на оточуюче середовище рано чи пізно буде зведений нанівець".

Поняття "імідж" інтерпретується по-різному. На наш погляд, "професійний педагогічний імідж вчителя" – це форма самовиявлення індивідуального цілісного образу особистості учителя як реалізатора потреб мікро- і макросоціуму в освітніх послугах, при якій виявляються найбільш виразні ділові та особистісні якості відповідно до статусу учителя та соціальної ролі у освітньому оточенні.

Психологічні механізми формування іміджу – це, по суті, механізми сприймання людини людиною... Механізмами сприймання людей, з якими ми вже знайомі, є ідентифікація, рефлексія й емпатія. Якщо ми помітили в людині хоча б одну негативну рисочку, то наше ставлення до неї може швидко змінитися. Тривожні "червоні лампочки" на внутрішньому пульсі сигналізації примушують нас змінити своє ставлення, очікуючи на небезпеку. Ми відчуваємо смутну тривогу або роздратування і кажемо собі: "Я знаю таких людей, їм не варто довіряти". Тобто в першу чергу важливо знати, якою є для нас та чи інша людина – "своєю" або "чужою", і тільки після цього ми звертаємо увагу на її дії та оцінюємо їх" (Радченко А.Є.).

Педагогічний імідж починає формуватися при навчанні студентів у педагогічних ВНЗ, де закладаються перші паростки майбутнього вчителя, але формування вчителя-майстра та його іміджу в більшій мірі відбувається у системі післядипломної педагогічної освіти, де вчитель розкриває усі свої здібності шляхом постійного удосконалення власного педагогічного досвіду. Таким чином, актуальним та доцільним є необхідність перетворення існуючої системи розвитку педагогічної майстерності на більш високий рівень створення механізму формування стійкого цілісного образу педагога (педагогічного іміджу), який забезпечить оптимальні умови для навчання та виховання учнів.

**Культура педагогічного спілкування.  
Розвиток комунікативних здібностей вчителів**

**1. Розв'язання та усунення педагогічних конфліктів**

Деструктивні міжособистісні конфлікти спричинюють глибокі порушення відносин у колективі, через що кожна сторона надалі фіксуватиме найменші дії противника, приписуватиме їм додатковий негативний контекст, навіть якщо він діяв з найкращих міркувань. Зміна конфліктної ситуації, трансформації сформованих в учасників конфлікту її образів є передумовами завершення конфлікту. Ініціатива у врегулюванні його має належати вчителю, який повинен перетворити протидію сторін на взаємодію, деструктивний конфлікт – на конструктивний.

Для врегулювання конфлікту педагогічної взаємодії важливо знати його причини, інтереси його учасників, особливості розвитку (на якому етапі він перебуває), обрати ефективні способи його подолання. Початком його, як відомо, буває інцидент, коли ще немає відкритого протистояння, а наявні лише невдоволення, нестриманість учнів. Залишати це поза увагою не можна, бо нерідко учні трактують таку ситуацію як конфлікт. Якщо вчитель не усвідомить цього і вчасно не скоригує ситуацію, вона може набути деструктивного характеру. Належно продумані, делікатні превентивні дії знімають напруження, відкривають простір для позитивних емоцій. Часто ефективними бувають компроміс сторін, взаємний аналіз ситуації.

Перебіг конфлікту супроводжується зіткненням сторін у формі демонстративної поведінки, а іноді й фізичних дій, нагнітанням емоцій, напруженості. Потрібно докласти всіх зусиль для недопущення таких проявів, оскільки вони мають тенденцію закріплюватися у стереотипах поведінки.

Конфлікт розвивається у певній послідовності: поступове посилення позицій учасників конфлікту за рахунок включення активних сил, набуття досвіду протистояння; розширення спектра проблем, поглиблення первинної проблемної ситуації; підвищення конфліктної активності учасників, нагнітання, залучення до нього нових осіб; наростання емоційної напруженості, яка дезорганізовує поведінку учасників; зміна ставлення до проблемної ситуації і конфлікту загалом.

Конфлікт може розвиватися в конструктивному і деструктивному напрямках. У *конструктивному конфлікті* опоненти послуговуються діловими аргументами, не торкаються особистісних якостей протилежної сторони. Учасники *деструктивного конфлікту* не гребують етично осуджуваними методами боротьби, намагаються дискредитувати, принизити опонента. Це тільки посилює опір їм, загострює протистояння, унеможливорює вирішення проблеми, руйнує міжособистісні відносини.

Завершення конфлікту можливе як наслідок зміни конфліктної ситуації, трансформації сформованих в учасників конфлікту її образів. Врегулюванню конфлікту сприяють розв'язання проблем (пошук позитивного рішення), переконання (усунення розбіжностей, спричинених різними індивідуальними цілями), переговори. Налагодження нормальних відносин полягає в запобіганні конфліктним ситуаціям завдяки правильній психологічній тактиці у спілкуванні з учнями, навіть "зарядженими" на протистояння.

Подоланню конфліктів сприяє переключення уваги з проблем, які спровокували його, на ділові чи інші питання, щодо яких немає розходження в поглядах. Навіть за найнапруженішої ситуації учитель мав би, перш ніж грюкати дверима, подумати, як потім зайде до класу.

Не менш важливо при цьому усвідомлювати, що в конфлікті не буває одноосібних винуватців, а його подолання неможливе тільки за рахунок прав та інтересів опонента.

Під час подолання *конфлікту діяльності* ефективними можуть бути такі дії:

- відстрочення виконання педагогічної вимоги (педагог не наполягає на негайному виконанні його розпорядження, висловлює впевненість, що учень і сам усвідомить його необхідність, демонструючи віру в розсудливість учня);
- компроміс (послаблення вимог, згода на їх часткове виконання або на невиконання їх за певних умов);
- поступка (вчитель ніби погоджується з аргументами учня, розуміє його почуття і скасовує своє рішення, не висуваючи ніяких умов, висловлюючи віру в його належну поведінку в майбутньому).

У конфліктній ситуації вчитель може спрямувати свою активність на те, щоб оптимізувати свій психологічний стан, краще зрозуміти співрозмовника, досягти взаєморозуміння з опонентом. У цій непростій справі він може скористатися арсеналом таких методів:

а) метод інтроспекції. Він передбачає уявлення себе на місці опонента, його думок, почуттів і виробленні завдяки цьому обґрунтованих висновків про мотиви і зовнішні спонуки його поведінки. За невмілого використання цього методу можна прийняти власні думки і почуття за думки і почуття іншої людини, неправильно відтворити образ опонента;

б) метод емпатії. Заснований він на техніці проникнення в переживання іншої людини. Цим методом послуговуються емоційні,

здатні до інтуїтивного мислення особи, котрі, довіряючи своєму інтуїтивному відчуттю, своєчасно зупиняють інтелектуальні інтерпретації;

в) метод логічного аналізу. Суть методу полягає в тому, що людина з раціональним мисленням, щоб зрозуміти співрозмовника, відтворює інтелектуальні уявлення про нього, моделює ситуацію, в якій він перебуває. Оптимізація вчителем свого внутрішнього стану дає йому змогу зберігати внутрішній спокій і стабільність і завдяки цьому уникнути конфлікту, бо якщо один із опонентів зберігає стриманість, рівновагу, інший втрачає можливість розпочати конфлікт чи взаємодіяти у "конфліктному режимі" (Н.П.Волкова).

Для зниження напруги, запобігання конфліктам у взаємовідносинах "учитель – учень", а також для зняття стресових станів та збереження психічного, морального здоров'я учнів (психозбереження) педагоги використовують різноманітні *засоби і прийоми*:

а) прийоми позитивної взаємодії. Педагог порівнює досягнення дитини тільки з результатами діяльності в минулому, а не із здобутками інших дітей, використовує позитивне підкріплення перед оцінюванням; виявляє і відзначає позитивні мотиви дитячої діяльності. Зауваживши небажану поведінку школяра, він не демонструє подиву, а відверто висловлює своє розуміння його мотивів, почуттів, допомагає зрозуміти наслідки такої поведінки, захищає його від негативного ставлення тих, хто був свідком цього вчинку, а також від негативного самоствавлення;

б) використання ігрових методів навчання. Педагогіка справедливо розглядає гру як один із найефективніших методів навчання і виховання дитини. Не менш значущий психорелаксаційний, компенсаторний вплив гри, оскільки вона знімає психологічне напруження, дає дитині змогу побачити себе в бажаній ролі чи на бажаному рівні самореалізації, зрозуміти логіку поведінки інших, свої помилки тощо;

в) проведення бесіди з батьками. У такому спілкуванні вчитель не може дозволяти собі звинувачень, прямих вимог. Раціональна його поведінка полягатиме у встановленні з батьками емоційно доброзичливих стосунків, демонструванні своєї зацікавленості в благополуччі, успіхах їх дитини. За такої його налаштованості батьки почуватимуться невимушено, охоче ділитимуться своїми думками про дитину, не приховуючи сумнівів, тривог. Від педагога в таких ситуаціях вони чекають порад, підтримки, співучасті, і він не має права розчарувати їх у цьому;

г) демонстрація педагогами й учнями позитивного мислення. Це означає пошук в усьому доброго, світлого, веселого, створення доброзичливої атмосфери і гарного настрою іншим, налаштованість на позитивні оцінки і висновки. Це привчатиме дітей бачити краще в інших людях. Людина з позитивним мисленням не концентруватиме увагу на негараздах, помилках, похмурому настрої, хворобах, а шукатиме світле в житті. З учнями педагог може провести відповідні розмови про



значущість позитивного настрою в житті людини, методи, прийоми, техніки створення його собі й іншим;

г) використання релаксаційних вправ у роботі над собою та з дітьми. Повернути стан рівноваги, впевненість у собі можуть зображення свого настрою у формі малюнка; письмовий виклад того, що хвилює, і відкидання від себе аркуша паперу із зафіксованими неприємностями; концентрація уваги на диханні; ототожнення себе за допомогою уяви з улюбленим деревом; самомасаж рук, обличчя; приємні спогади дитинства; творче використання формул впливу на себе ("Я на все здатний, я здатний до величезних вольових зусиль", "Я – людина смілива і впевнена в собі", "Мене наповнюють спокій, любов, радість", "Чиста, прозора вода змиває з мене всі турботи і біль, хвилювання. Мене зігріває сонце, наповнює теплом, світлом, радістю і живою енергією" та ін.);

д) самоаналіз. Погляд на себе очима різних людей, з якими доводиться взаємодіяти, дає змогу реально побачити свою соціальну значущість, особистісні недоліки, комунікативні помилки і скоригувати свою поведінку;

е) творче використання відомих засобів психозбереження. Прислужитися в цьому можуть музика (допомагає позбутися напруги, смутку, виплакати, підбадьоритися), малювання (зображення смутку, жаху, болю допомагає позбутися їх, а радості, натхненню – вселитися в душі), імпровізований танець (допомагає реалізуватися негативним емоціям, зарядитися позитивною енергією), думки (негативні необхідно відштовхнути від себе, щоб поліпшити настрій; віддатися думкам, здатним вселити добре самопочуття, бадьорий настрій), уява (уявлення одних символів допомагає позбутися смутку, наповнити організм, психіку силами, радістю);

є) використання психофізіологічних вправ (творчо дібрані індивідуальні способи самомасажу, розслаблення м'язів, фізична активність), спрямованих на психологічну саморегуляцію, поліпшення настрою і самопочуття.

Учитель, який володіє методами саморегулювання, запобігання, уникнення стресу, виходу із стресової ситуації, є ефективним комунікатором з колегами, керівниками школи, учнями і їх батьками. Його поведінка у непростих ситуаціях є унаочненням раціональної поведінки для учнів. Не менш цінні його рекомендації, поради, оцінки.

Волкова Н.П. виділяє такі *види сумісності індивідів*:

- фізична сумісність. Виявляється вона в гармонійному поєднанні фізичних якостей людей, без чого неможлива їхня продуктивна спільна діяльність;
- психофізіологічна сумісність. Основою її є особливості роботи аналізаторної системи, темпераменту тощо (проблеми в спілкуванні виникають у людей з яскраво вираженими рисами холеричного або флегматичного темпераменту);

- соціально-ідеологічна сумісність. Ця сумісність стосується політичних, наукових, моральних, естетичних, філософських знань, умінь, навичок, особистісного, ціннісного ставлення до себе й інших.

На ефективність взаємодії впливають і біоритми людини. Іноді конфлікти у спілкуванні виникають у "сови" й "жайворонка". Учитель (учень)-"сова", як правило, зранку має знижену працездатність, пригнічений настрій, млявий, дратівливий, а тому може некоректно відреагувати на зауваження, які дещо пізніше сприйняв би зовсім інакше. "Жайворонки", навпаки, утомлений, дратівливий у другій половині дня.

Головною ознакою сумісності є суб'єктивна задоволеність, адже основою будь-якого впливу людини на людину є взаємна залежність. Вступаючи в контакт із іншими, людина не тільки відчувається інакше, ніж наодинці, у неї по-іншому відбуваються і психічні процеси. Експерименти засвідчили, що присутність інших людей може полегшити чи ускладнити діяльність і поведінку індивіда. Навіть взаємодія двох осіб суттєво змінює їх. Взаємовплив, за спостереженням психологів, може реалізовуватися як взаємне полегшення (успішність діяльності кожного); однобічне полегшення (присутність одного полегшує діяльність іншого); взаємне утруднення (збільшення кількості помилок у діяльності кожного); однобічне утруднення (присутність одного може заважати діяльності іншого); незалежність (трапляється дуже рідко, означає, що присутність інших ніяк не позначається на діяльності кожного).

Якщо колектив досягає високих результатів у спільній діяльності за колосальних затрат психічної енергії, нервових зривів, це дає підстави сумніватися у психологічній сумісності людей, які належать до нього. Загалом психологічну сумісність і успіх спільної діяльності зумовлюють оптимальні психофізіологічні якості кожного індивіда, критичне ставлення до себе й терпимість до інших, цілковита взаємодовіра тощо.

За змістом і спрямуванням соціально-психологічний клімат у колективі може відповідати одному з таких типів:

*Сприятливий тип.* Його характеризують: довіра, доброзичливість, чуйність, висока взаємовимогливість і ділова критика; вільне висловлювання власної думки під час обговорення питань, що стосуються колективу; відсутність тиску керівника на підлеглих і визнання за ними права приймати важливі для колективу рішення; поінформованість усіх про завдання колективу і стан їх виконання, можливість займати активну позицію у процесі ділового спілкування в колективі; наявність умов для активної професійної і творчої діяльності, самореалізації, самоствердження, саморозвитку кожного працівника; задоволення роботою (змістом, оплатою, організацією праці) та належністю саме до цього колективу; взаємодопомога членів колективу в критичних ситуаціях; прийняття індивідами на себе відповідальності за справи у колективі; уболівання за честь колективу, сприяння його розвитку.

Педагоги, об'єднані в колектив, де панує здоровий (сприятливий) соціально-психологічний клімат, не просто дотримуються моральних норм, а прагнуть до того, щоб у кожного учителя вони ставали внутрішніми переконаннями. У колективі, де розумно поєднано свободу діяльності з дисципліною, творчу активність з підпорядкуванням, можливі свідоме підпорядкування волі більшості, вільне прийняття її вимог. Тільки в атмосфері взаєморозуміння вчитель відчувається впевнено, максимально використовує свій потенціал.

*Несприятливий тип.* У колективах із таким кліматом домінують байдуже ставлення людей одне до одного і до спільних справ. Кожен працівник існує ніби ізольовано, у своєму світі, що є причиною невисоких результатів роботи, незадовільної дисципліни, напруженості в особистих стосунках, конфліктності, бажання змінити місце роботи тощо.

*Нейтральний тип.* Клімат характеризується збалансованістю суб'єктивних та об'єктивних ознак, однак він нестійкий і будь-коли може зазнати змін.

Зважаючи на складність педагогічних колективів, неоднорідність процесів, що відбуваються в ньому, керівники освітніх установ повинні знати психологічні особливості, соціальні позиції, ролі працівників, специфіку мотивації їхньої діяльності та поведінки, уміти діагностувати психологічні характеристики колективу, який очолюють, прогнозувати розвиток психологічного клімату в ньому тощо.

Процес комунікації може мати негативний результат, якщо супроводжуватиметься почуттями образи, ворожості, відчуження. Найчастіше їх зумовлюють такі *чинники*:

1. Відмінності між мовним і немовним спілкуванням. Спеціалісти стверджують, що тільки 7% інформації має зміст сказаного, 55% передається на невербальному рівні (мімікою, жестами), 38% – якісними характеристиками голосу (висота тону, тембр). У процесі спілкування невербальні засоби реалізуються поза контролем свідомості, імпульсивно. Тому сказане не завжди тотожне тому, що демонструється поведінкою. Так, учитель може говорити про доброзичливе ставлення до учня, але поводитися при цьому нервово, відчужено. На цій підставі ймовірні сумніви учнів у його щирості. Під час взаємодії слід зважати на засоби і манеру спілкування, своєчасно виправляти помилки та розбіжності. Дисгармонія між словами, репліками, мімікою, жестами, рухами тіла нерідко вирішально впливає на його перебіг і результат. Зауваживши розбіжності в словах, поведінці співрозмовників, доцільно доброзичливо підкреслити не самі розбіжності, а своє сприйняття їх: "Зважаючи на ваш тон, я відчуваю, що ви чимось розгнівані (роздратовані, занепокоєні). Тому хотів би знати, чи не пов'язано це зі мною".

2. Вплив на взаємодію прихованих (хибних) припущень. Вступаючи у взаємодію, людина часто має певні припущення щодо особливостей поведінки та особистості партнера в спілкуванні. Неточні або хибні

припущення ускладнюють процес взаємодії: інколи може здатися, що опір учня спричинений його невихованістю, неповагою до вчителя, а насправді він є реакцією на прояв неповаги з боку вчителя.

3. Прихований контекст спілкування. У процесі взаємодії людина не завжди усвідомлює свої відчуття, думки, бажання. Не висловлюючи конкретно своїх занепокоєнь, рідко отримує адекватну відповідь. У педагогічній взаємодії така ситуація ускладнюється нерозумінням дитиною того, що з нею коїться, недостатнім усвідомленням своїх прагнень, бажань, побоювань. Тому вчитель повинен не орієнтуватися на поведінку учня, а намагатися з'ясувати можливі її причини ("думати й аналізувати за двох"). В іншому разі спілкування з учнем породжуватиме образи, роздратування, хибну поведінку, ускладнення конфлікту.

4. Ускладнюють спілкування погрози, попередження, обіцянки негативних наслідків ("Якщо це повториться ще раз, я вижену тебе з уроку..."), накази, безапеляційні розпорядження, команди ("Повтори ще", "Розповідай повільніше", "Не роби цього"); критика, образи, образливі порівняння, прізвиська ("Ти як осел", "Свиня болото знайде"); апелювання до обов'язків ("Ти повинен", "Ти не маєш права"); репліки-пастки ("Вихована людина не повинна так розмовляти з дорослим"); натяки без розкриття важливої інформації ("Якщо будеш поводитися добре, я допоможу тобі"); допит; похвала з "пасткою" ("Ти розумна людина, як можна таке робити?"); упереджений діагноз мотивів поведінки ("У тебе немає бажання вчитися", "Ти безсоромна людина, якщо таке робиш"); несвоєчасні поради; відмова від обговорення питання; зміна теми ("Це дуже цікаво. Але давай краще поговоримо про твої оцінки"); змагання ("Та хіба це проблема? От у мене проблема складніша"); заспокоєння запереченням ("Усе мине, все коли-небудь закінчується, тому не слід хвилюватися").

На *комунікативну поведінку вчителя* відчутно впливають і його *установки* – стійкі схильності до певної форми реагування, за допомогою якої може бути задоволена потреба. Вони орієнтують його діяльність у певному напрямі, віддзеркалюють стан особистості, забезпечують легкість, автоматичність і цілеспрямованість поведінки, опосередковують активну його взаємодію із соціальним середовищем. Установки можуть бути позитивними (поведінка школяра, основана на позитивному ставленні його до вчителя) і негативними, упередженими (ставлення вчителя до невстигаючих учнів, які ще й порушують дисципліну).

Роль установки в педагогічному спілкуванні було досліджено під час експерименту, відомого в історії педагогіки як "ефект Пігмаліона". Американські психологи Розенталь і Джекобсон після психологічного обстеження школярів, визначення рівня їх розумового розвитку повідомили вчителям, що в класах є учні з високим інтелектуальним потенціалом, назвавши їх прізвиська. При цьому були названі діти, які насправді мали різні успіхи й здібності. Через певний час психологи

виявили найпомітніші успіхи в розвитку тих дітей, які були названі серед кращих, але мали посередні оцінки. Сталося це тому, що вчителі, дізнавшись про неабиякі здібності своїх вихованців, змінили установку щодо них. Навіть якщо рівень знань дитини був вельми невисокий, учитель почав уважніше придивлятися до неї, створюючи умови для її ефективного розвитку. Він ставився до дитини як до талановитої і робив усе для того, щоб розвинути її талант. Отже, установка педагога завжди повинна бути позитивною, динамічною, оптимістичною.

### **3. Бар'єри педагогічної комунікації та їх усунення**

Розрізняють такі бар'єри педагогічної комунікації (Н.П.Волкова):

- соціальний бар'єр. Зумовлений він переважанням у системі педагогічної взаємодії рольової позиції вчителя, який навмисне демонструє перевагу над учнем і свій соціальний статус. Нейтралізують цей бар'єр прагненням не протиставляти себе учням, а підносити їх до свого рівня, не нав'язувати свою позицію, а радити;
- фізичний бар'єр. Цей бар'єр пов'язаний з організацією фізичного простору під час взаємодії: неправильно організований простір зумовлює ізолюваність учителя, який неначе віддаляє себе від учнів, намагаючись сховатися за стіл, стілець тощо. Долають його скороченням дистанції, відкритістю в спілкуванні;
- смисловий бар'єр. Породжують його неадаптоване до особливостей сприйняття школярами мовлення учителя, надмірна його насиченість незрозумілими словами, науковими термінами. Це знижує їх інтерес до матеріалу, створює дистанцію у взаємодії. Смисловий бар'єр стає непомітним за уважного ставлення до свого мовлення, ретельної підготовки до уроку;
- естетичний бар'єр. Виникає він через несприйняття співрозмовником зовнішнього вигляду, особливостей міміки педагога. Усувають такий бар'єр шляхом самоконтролю поведінки;
- емоційний бар'єр. Він є наслідком невідповідності настрою, негативних емоцій, що деформують сприймання. Долають його за допомогою усмішки, чуйного ставлення до співрозмовника;
- психологічний бар'єр. Проявляється цей комунікативний бар'єр як сформована на підставі попереднього досвіду негативна установка, розбіжність інтересів партнерів спілкування тощо. Усувають переорієнтацією уваги з особистості на роботу, оптимістичним прогнозуванням подальшої діяльності. Найтипівішими психологічними бар'єрами є розбіжність настанов (учитель приходиться на урок захоплений своїм задумом, а учні байдужі, незібрані, неуважні, що його дратує, нервує); боязнь класу (притаманна учителям-початківцям, які непогано володіють матеріалом уроку, але побоюються контакту з дітьми); поганий контакт (учитель заходить

до класу й замість організації взаємодії з учнями поводить ся "автономно", наприклад пише пояснення на дошці та ін.;

- інтуїтивно-емоційний бар'єр. Постає він як невідповідність емоційного настрою класу тому, що вимагається від окремого учня у певній комунікативній ситуації. Можливі шляхи усунення цього бар'єра: зміна емоційного настрою класу цікавою розповіддю викладача, бесідою, яка несе відповідне позитивне забарвлення; використання ситуативних завдань, тренувальних вправ;
- кордон психологічного самозахисту. Він є реакцією на гіпотетичну чи зумовлену попереднім досвідом можливість стати об'єктом кепкування, нетактовних зауважень однокласників, учителя. У подоланні його ефективно навіювання позитивного настрою, підтримка діяльності учнів викладачем, ненав'язлива (найкраще позакласна) індивідуальна робота;
- бар'єр невпевненості в своїх уміннях. Проявляється він за необхідності виконувати в ігровій ситуації певні дії, демонструвати власні можливості, в яких учень сумнівається.

За твердженнями Дж.-Г. Скотта, в конфліктних ситуаціях простежуються такі *типи особистості*, яким притаманна відповідна поведінка:

- "агресивісти" (люди, які висловлюються дошкульно, роздратовуються, якщо їх не слухають);
- "скаржники" (нарікають на все, нічого не роблячи для розв'язання проблеми);
- "покладисті" (з усім погоджуються, завжди обіцяють підтримку, але здебільшого не дотримують своїх слів);
- "песимісти" (завжди й у всьому бачать проблеми);
- "всезнайки" (вважають себе обізнанішими за інших);
- "нерішучі" (не можуть прийняти рішення, боячись помилитися);
- "максималісти" (завжди прагнуть найвищих результатів, навіть якщо для цього немає необхідності);
- "цнотливі брехуни" (вишукано камуфлюють свою брехню, через що неможливо відрізнити її від правди);
- "хибні альтруїсти" (роблять добро, але в глибині душі жалкують про це).

#### **4. Комп'ютерні засоби професійно-педагогічної комунікації**

Застосування у ХХ ст. комп'ютерів як засобів комунікації започаткувало становлення і розвиток її нового виду – комп'ютерної комунікації, яка швидко прижилася в освітньому процесі як засіб реалізації та координації педагогічної діяльності, педагогічного діалогу з різними за фахом людьми, реальними і віртуальними партнерами. Завдяки їй учитель отримав змогу використовувати сучасні інформаційні технології, працювати з необмеженими інформаційними ресурсами,

отримувати і надавати різноманітні комунікативні послуги, притаманні інформаційно-освітньому середовищу.

*Комп'ютерна комунікація* – процес взаємообміну інформацією між суб'єктами за допомогою вербальних і невербальних комунікативних систем, опосередкований комп'ютерними засобами комунікації.

Комп'ютерна комунікація охоплює всі традиційні види і форми мовлення – усну, писемну, внутрішню, монологічну й діалогічну. Завдяки їй сформувалася особлива форма комунікації, яка знімає просторово-часові обмеження в процесі роботи з різними джерелами інформації. Ресурси комп'ютерних комунікацій відкривають можливості для діалогу віддалених у просторі суб'єктів. Ця форма взаємодії є засобом міжнародної комунікації, що дає змогу залучити фахівців різних галузей знань до розв'язання загальнолюдських проблем, у тому числі і педагогічних (Н.П.Волкова).

Запровадження комп'ютерних комунікацій підвищує вимоги до усного та писемного мовлення (мовленнєвих умінь), передбачає уміння користуватися інформаційними ресурсами комп'ютерних технологій (діалог: "людина – комп'ютер", "людина – комп'ютер – людина").

Комп'ютерні комунікації мають потужні комунікативні можливості:

1) мультимедійний зв'язок, що поєднує голос, текст і відеозображення, які передаються по одній фізичній лінії зв'язку (перехід від вербальної до графічної комунікації на наочному, візуально-образному рівні). Суттєвим елементом такої комунікації є вибір засобу представлення інформації;

2) гіпермедіасистеми, що стимулюють внутрішній діалог користувача за умови, коли гіпертекст (база даних, яка складається з текстових та/або графічних фрагментів) поєднує у собі завдання на розуміння і предметні мікрозадачі. Ці види діяльності, розкриваючи способи мислення, сприяють зіставленню різних позицій, спонукають до самостійного розмірковування, оцінювання висловлених гіпотез, аргументів, прийняття самостійних рішень, аналізу різних позицій, оцінних суджень;

3) телекомунікаційні технології (технології передавання й одержання інформації за допомогою глобальних комп'ютерних мереж), які ґрунтуються на спілкуванні, зближенні, стиранні кордонів між окремими соціумами, вільному обміні думками, ідеями, інформацією учасників спільного проекту. Засновані вони на широких контактах з культурою різних народів, досвідом людства.

Разом з тим критики комп'ютерної комунікації зосереджують увагу на таких її недоліках, як втрата міжособистісної взаємодії, знеособлення, емоційна віддаленість комунікантів, певною мірою неекологічність.

Системи комп'ютерної комунікації класифікують за різними критеріями. За адресною спрямованістю повідомлень і часом реакції, відповіді на них розрізняють системи особистого й колективного листування; за часом реакції на відправлене повідомлення – системи

інтерактивного спілкування (синхронного режиму зв'язку "on-line") й відстроченого (асинхронного режиму зв'язку "off-line"). Серед комп'ютерних систем підтримки міжособистісної комунікації виокремлюють такі їх типи:

1) інтерактивне особисте листування. До нього відносять чат (chat), коли повідомлення, що набирається одним із учасників діалогу, автоматично відображається і на моніторі іншого учасника, на яке він у такий самий спосіб відповідає, продовжуючи діалог;

2) відстрочене особисте листування. До нього належить електронна пошта (e-mail). Користувач набирає повідомлення і відсилає його адресату, який, отримавши його, за необхідності посилає відповідь;

3) колективне інтерактивне листування. Мається на увазі колективний чат, коли учасники колективного обговорення по черзі обмінюються репліками-повідомленнями;

4) відстрочене колективне листування. Основною формою його є електронні конференції (форуми). Повідомлення, що відсилається на конференцію, стає доступним усім її учасникам. Кожен учасник може відповісти на нього, підтримавши обговорення, а ще може ініціювати нові питання.

Різні типи комп'ютерної комунікації визначають інтенсивність діалогу. Якщо обмін інформацією здійснюється за допомогою електронної пошти, діалог уповільнюється, є високоструктурованим, оскільки здійснюється у письмовій формі. Високий ступінь інтенсивності діалогу досягається за допомогою комп'ютерних конференцій, у процесі яких користувач відповідає на запитання інших і кожен бере участь у діалозі, інформаційно збагачуючи його.

Комп'ютерні комунікації завдяки наочному поданню інтелектуальних засобів (гіпотез, прийомів аналізу умови, контролю за діями) забезпечують включення користувача у змодельований комп'ютером процес спілкування, що уможливорює засвоєння нової інформації під час внутрішньої комунікації; демократизують використання освітніх, інформаційних ресурсів, через фізичну непередставленість партнерів у текстовій комунікації запобігають виникненню традиційних комунікативних бар'єрів, зумовлених зовнішніми даними співрозмовників (статтю, віком, соціальним статусом); надають змогу учасникам спілкування створювати про себе будь-яке враження за власним бажанням, тобто уможливають конструювання віртуальних особистостей.

Для повноцінної професійно-педагогічної комунікації вчитель має уміти використовувати інформаційні ресурси комп'ютерних технологій (діалог "людина – комп'ютер"), працювати з різними видами, носіями, електронними банками інформації; здійснювати швидко і кваліфіковано пошук, відбір необхідних даних із різних джерел інформації (професійна, психолого-педагогічна література, періодика); працювати з текстовими файлами (Web-сторінками); використовувати інформаційні ресурси



мережі Internet і локальної мережі для організації навчального процесу; управляти навчально-виховним процесом за допомогою комп'ютерних технологій; приймати і надсилати повідомлення електронною поштою; встановлювати комунікативні зв'язки в різних режимах зв'язку ("off-line", "on-line"); володіти культурою діалогу (сетікетом) із всесвітньою мережею.

Працюючи у мережі, вчителі можуть розширити комунікативні зв'язки, дізнатися про особливості викладання відповідних предметів в інших навчальних закладах, знайомляться з новими навчальними програмами і підручниками, теоретичними і прикладними розробками тощо. За допомогою комп'ютерних мереж вони використовують різноманітні навчальні матеріали; підвищують свою кваліфікацію шляхом дистанційного навчання у вищих навчальних закладах, використовують для свого професійного зростання широкі інформаційні ресурси комп'ютерних мереж.

Для встановлення зв'язків із суб'єктами комунікації вчитель має знати програми взаємодії в комп'ютерній мережі, що забезпечують обмін інформацією між об'єднаними в ній комп'ютерами.

*(за матеріалами підручника Волкової Н.П.  
Професійно-педагогічна комунікація:  
Навч. посіб. – К.: ВЦ "Академія", 2006. – 256 с.)*

## ТРЕНІНГ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПЕДАГОГА

Дослідники стверджують, що "комунікативні здібності" представляють собою стійку сукупність індивідуально-психологічних особливостей людини та складаються з таких структурних компонентів: когнітивного, мотиваційного, самооцінного, емоційного, комунікативно-діяльнісного, які перебувають у тісному взаємозв'язку та забезпечують успішність комунікативної діяльності.

Основні сутнісні характеристики комунікативних здібностей: індивідуальний ступінь виразності, функціонування структурних компонентів як єдиного цілого, забезпечення успішності професійної комунікативної діяльності. Разом із тим комунікативні здібності не зводяться лише до комунікативних знань, умінь і навичок. Виходячи з цього, комунікабельність трактується як інтегральна характеристика індивіда, як така його властивість, яка необхідна йому для забезпечення самореалізації, саморозвитку, загалом для життєдіяльності. Оскільки спілкування передбачає вербальну, невербальну, а також енергетичну взаємодію між людьми, то розвиток комунікативних здібностей майбутніх педагогів включає ігри на знайомство, довіру, розвиток вербальної та невербальної комунікабельності, вправи на екстрасенсорику, інтуїцію, завдання з розвитку педагогічної техніки, прийоми наповнення позитивною енергією тощо.

### *І. Ігри на знайомство*

**"Снігова куля"** Група встає в коло і перший гравець називає своє ім'я. Другий називає ім'я першого і своє. Третій ім'я першого, другого і своє. Разом з ім'ям можна зобразити свій улюблений жест, назвати свій улюблений напій, особисту якість (варіант – що починається на першу букву імені), хобі тощо.

**"Зібратися в групи за іменам і гуртом прокричати своє ім'я"** Люди з унікальними іменами об'єднуються в одну групу і повинні прокричати щонебудь, що їх об'єднує.

**"Свято підтримки"** Гравці сидять по колу. Кожен учасник гри по черзі розповідає про свої досягнення, уподобання, хобі тощо. Всі інші по закінченні презентації аплодують та відверто радіють за презентера зі словами "Молодець!", "Ми раді за тебе!", "Так тримати!". Гра розвиває емоційне сприймання людей, комунікативні здібності, вміння презентувати себе, дає можливість повірити у власні сили, вчить радіти за успіхи іншої людини, допомагає відкрити енергетичні канали самоактуалізації.

**"Зробити візитку своєї особистості"** Група стає у два кола – зовнішній і внутрішній, обличчям до обличчя. Пари, що утворилися протягом двох-трьох хвилин знайомляться і розповідають про себе, а потім внутрішнє коло зміщується вправо на одну людину. Цикл повторюється, поки не буде пройдено все коло. Можна використовувати музичний супровід, проводити гру, танцюючи.

**"Привітатися за руку з максимальною кількістю людей"** Кожен повинен за певний час (1-3 хв.) встигнути привітатися за руку з максимальною кількістю людей. Увага учасників фіксується на тому, що руку треба тиснути доброзичливо, дивлячись в очі людині. Варіант: обов'язково називати своє ім'я. Можна обумовити те, що необхідно підрахувати кількість людей, з якими ти привітався. Тоді наостанок ведучий запитує: "Хто привітався більше, ніж з 10 людьми? А більше ніж з 20?" Виявляються кілька кращих.

**"Поміняйтеся місцями"** Гравці (від 7-8 чоловік і більше) стоять у колі (або сидять), ведучий – у центрі кола. Він уважно розглядає учасників і, помітивши будь-яку ознаку, що об'єднує більшість граючих, каже: "Поміняйтеся місцями ті, у кого світле волосся (хто в джинсах, хто любить зиму, хто навчається в школі, хто з годинником і т. д.). Усі, хто потрапляють до категорії носіїв вказаної ознаки, повинні швидко схопитися і помінятися місцями, ведучий намагається зайняти місце, що звільнилося. Той, хто залишився без місця або на своєму старому місці, стає ведучим. В якості ознак, що об'єднують тих, хто повинен помінятися місцями, може бути використано, що завгодно (кольори і види одягу, довжина і колір волосся, наявність або відсутність прикрас, годинників, види взуття, музичні, літературні та інші уподобання).

## ***II. Ігри на контактність***

**"Молекули"** Група хаотично пересувається по приміщенню. Ведучий кричить, – "Єднаймося в групи по 3 (4,5 і т.д.) людина. Решта повинні швидко об'єднатися і міцно обнятися в групах. Якщо для наступної гри потрібно утворити кілька мікрогруп, то можна назвати одразу потрібне число.

**"Плутанина"** Всі стають в коло і протягують вперед руки. Потрібно схопитися своїми руками за руки різних людей. Потім потрібно розплутатися. Можна ускладнити завдання, якщо заборонити розмовляти. При обговоренні плутанину можна порівняти з людськими стосунками, які здаються заплутаними, коли всі між собою переплетені, але якщо об'єднати зусилля, то можна розплутати та налагодити навіть складні взаємини.

### *III. Ігри на командну роботу*

**"Шикуйсь!"** У цій грі можуть брати участь 2-3 команди по 5-8 чоловік (від кількості учасників в одній команді залежить час на підготовку). Командам пропонується за 10-15 сек. розібратися і вишикуватися по порядку (алфавітному або числовому). Варіанти: за першою літерою ім'я батька, мами (власні імена); № школи; № телефону (перші три цифри); улюблений предмет; розмір взуття; улюблений письменник і т.д. У процесі гри ненав'язливо відбувається знайомство гравців.

**"Одна копійка на всіх"** Учасникам пропонується об'єднатися у два кола і передавати копійку по колу з кінчика вказівного пальця на кінчик пальця сусіду справа. Перемагає та команда, у якої копійка жодного разу не впаде. Гра допомагає об'єднати зусилля колективу навколо однієї спільної справи.

**"Телеграма"** Учасники гри стоять у колі, взявшись за руки. В центрі стоїть ведучий. Один з граючих говорить: "Я посилаю телеграму такому-то". "Телеграма" передається по ланцюжку потиском зчеплених рук в будь-яку сторону по колу. Ведучий повинен "перехопити" телеграму", тобто побачити потиск руки. Якщо він помічає це, то стає в загальне коло, а попався стає ведучим. Якщо телеграма "доходить до адресата, він говорить:" Телеграму "отримав" і сам відправляє "телеграму" кому-то. Не можна відправляти "телеграму" сусіду по колу, можна передавати у будь-яку сторону.

**"Знайомство"** По команді ведучого гравці пересуваються по кімнаті, зустрічаючи один одного і запитуючи: "Вибачте, ви не Маша (Коля, Саша)?". Партнер має відповісти щось на зразок: "Ні, я не Маша, я Наташа, у мене блакитні очі, біле волосся і красива посмішка". Таким чином, всі гравці знайомляться один з одним, час контактів – 3-5 хв. По закінченні ведучий запитує кожного, кого він запам'ятав, колективно обирають найпопулярнішу людину (або двох), які найбільше запам'яталися.

### *IV. Ігри на довіру*

**"М-М-М по колу"** Група сидить у колі. Перша людина довго тягне звук м-м-м-м-м ... на певній висоті. У той момент, коли він закінчує, наступний має підхопити, і так далі по колу. Важливо, щоб звук не переривався.

**"Колінки"** Група сидить у колі. Кожен кладе свої руки на коліна сусідів. Потрібно плескати долонями по колінах, так щоб долоні плескали по черзі, як вони лежать. Гравець, який помилився, прибирає руку. Гра знімає

психологічні та фізичні бар'єри спілкування між гравцями, розвиває увагу.

**"Фотоапарат"** Група об'єднується у пари. Перший в парі стає фотографом, другий фотоапаратом. Фотоапарат закриває очі, фотограф підводить його до цікавого місця в приміщенні і, злегка натискаючи на його голову, "робить знімки" (Фотоапарат на секунду відкриває очі, а потім закриває знову). Потім фотоапарат повинен вгадати, в якому місці "зроблені знімки". Потім ролі міняються. Насправді вправа має прихований підтекст, про який йдеться у процесі подальшого обговорення. Найбільш важливі моменти: хто з фотографів водив за собою свій фотоапарат, чи попереджав про небезпеки, чи думав про напарника або тільки про себе; наскільки фотоапарату було комфортно зі своїм фотографом, наскільки він довіряв йому; кому приємніше було бути фотографом (тобто ведучим), кому фотоапаратом (тобто тим, кому комфортно підкорятися) і т. д.

**"Сонечко"** Один гравець стає в центрі і закриває очі, – це "сонце". Гравці ("планети") стають на тій відстані, на якому їм комфортно. Також можна приймати різні пози. Потім "сонце" відкриває очі і дивиться на картину, що утворилася. Після цього "сонце" може пересунути "планети" так, як би йому було комфортно. В результаті усі бачать реальну і бажану картину взаємин групи до людини і людини до групи. Гра представляє певний варіант соціометрії.

**"Магніт"** Учасники стоять у шерензі біля стіни із закритими очима, їм повідомляють, що вони до неї "прилипли". Один виходить у центр. Це "магніт". Він закриває очі, зосереджується і починає "притягувати" людей до себе. Той хто відчуває, що його "висмикнули з клею" приєднується до магніту і вони починають тягнути разом. Спостерігаючи за послідовністю, в якій учасники будуть "відлипати" від стіни, можна робити висновки про ставлення групи до людини-магніту.

**"Добра тварина"** Гравці стають у коло, тримаючись за руки. Ведучий повідомляє, що утворене коло – не коло, а велика добра тварина (черепаха, динозавр, слон тощо). Вона може дихати (діти ритмічно дихають і у цей час роблять крок уперед, потім назад, імітуючи вдих і видих тварини), потягуватися, ставати навшпиньки, присідати, пити воду, виглядати друзів і т.д. (коло виконує усі дії тварини). Гра активізує почуття єдності колективу, знімає психологічні бар'єри спілкування між людьми.

## **V. Ігри на вербальну комунікабельність**

**"Історія"** Двоє виходять за двері. Всім іншим дається інструкція: "Коли вони увійдуть, ми їм скажемо, що придумали про них цікаву історію (пригодницьку, фантастичну, романтичну, страшну і ін.) Вони повинні відгадати її, задаючи нам питання. Насправді на питання, які закінчуються на голосну, ми будемо відповідати "так", а на питання, що закінчуються на приголосну, ми будемо відповідати "ні". Історію ми придумувати не будемо. Її придумують самі добровольці, задаючи питання. Тут проявиться їх фантазія і уява ". Гра розвиває фантазію та вміння ставити запитання.

**"Картина"** Кілька людей виходять за двері. Обов'язково залишається той, хто буде розглядати картину і той, хто буде спостерігати за грою. Тим, хто залишився, показується будь-яка картина. Їх завдання максимально запам'ятати деталі картини, щоб потім її описати одному з гравців, що вийшли. Потім картину ховають. Той, хто розглядав картину, описує її першому гравцеві, який зайде до кімнати, потім той – другому і т. д. Останній входить і описує почуте про картину всім. На завершення спостерігачів запитують, що особливого він помітив у описі картини різними людьми, як він думає, чому це відбулося. В кінці гри всім пред'являється картина. І все порівнюють свій опис з реальною картиною. Варіант гри – замість картини читається уривок історії і гравці переказують його один одному.

**"Іменник-прикметники"** Учасники стоять у широкому колі. Ведучий ходить по колу з м'ячиком (або з будь-яким невеликим предметом). Він кидає одному з учасників м'яч (предмет) і називає іменник, наприклад, земля. Той, кому кинули м'яч, повинен швидко утворити від цього іменника прикметник і кинути м'яч назад, сказавши це слово. Якщо через 3 секунди учасник гри не називає прикметник, то він стає ведучим. Для підвищення інтересу можна придумувати складні іменники, від яких важко утворювати прикметники. Наприклад, таксі, штани, камзол, піаніно, лінійка тощо.

**"Черга і продавець"** Розігруються 2 ситуації.

- 1) Божевільна черга і нормальний продавець.
- 2) Нормальна черга і божевільний продавець. "Нормальні" у цій грі, як зазвичай буває у житті, кричать, розпочинають конфлікти, лізуть вперед і обважають покупців. "Божевільні" ведуть себе вкрай незвичайно – спокійно, чемно, виховано, привітно. У кінці гри аналізується, яку роль було приємніше грати і чому.

## **VI. Вправи на екстрасенсоріку, інтуїцію**

**"Долоньки"** Гравці стають в пари. Один закриває очі і простягає долоні вперед. Другий мовчки намагається торканнями долонь і пальців передати якусь картинку. (Наприклад: осінь, дощ, снігопад, ліхтарі, двоє на лавочці і т.п.) Потім пари міняються. На обговоренні розповідається, хто що хотів передати, наскільки це вийшло і чому.

**"Телепатія"** Виконується в парах. Людина, зосередившись, намагається передати партнеру нескладний образ (наприклад: захід). Зазвичай вгадування чужих думок дійсно може відбутися. Важливо, щоб у групі дотримувалася тиша.

**"Сенсорика"** Ведучий стоїть в центрі. До нього зі спини хтось підходить. Ведучий намагається спробувати визначити стать людини, а якщо вийде, то й ім'я.

**"Зупинка рук"** У людини закриті очі. Партнер поступово наближає до нього руку. Коли першому здається, що чужа рука знаходиться від нього на відстані 1 см, потрібно сказати "Стоп". Варіант – партнер підходить до людини, що стоїть з закритими очима. Коли той відчує наближення, він повинен сказати "Стоп". Варіант: гравці по черзі прикладають палець до чола однієї людини із закритими очима. Він повинен назвати цю людину.

**"Скільки нас?"** Із закритими очима (стоячи на місці) визначити, скільки людей в залі і хто де знаходиться.

## **VII. Прийоми наповнення позитивною енергією**

**Приєм "Релаксація"** Приділіть трохи часу тому, що робить вас щасливими, приносить вам радість. Поміркуйте, почитайте улюблений твір, погуляйте з другом, поспілкуйтеся на приємні теми. Проаналізуйте, що піднімає вам настрій і наповнює енергією. Намагайтеся частіше займатися приємними речами і ви відчуєте, як сповнені силами для нових справ.

**Приєм "Подяка"** Подумки подякуйте усім людям, які зустрічалися на вашому шляху за добро, турботу, а деяким за життєві уроки. Поміркуйте про щасливі моменти вашого життя, відчуйте позитивні вібрації душі, вдячність за дар життя. У цей момент ви миттєво розслабитесь і відчуєте приємний спокій, серце буде сповнене любов'ю і теплом, відкрите до творчості і гарних справ.

**Приєм "Розвиток уяви"** спробуйте закрити очі і уявити себе в ідеальному оточенні. Розгляньте деталі навколишнього оточення, кольору, текстури. Доторкніться до поверхні декількох предметів. Які відчуття у вас виникають? Що ви чуєте? Які запахи відчуваєте? Яка температура? Все це сприяє розслабленню та наповненню енергією.

**Приєм "Тут і тепер"** Для наповнення позитивною енергією потрібно розвивати у собі відчуття теперішнього моменту, зосереджуватися на відчуттях, запахах, кольорах. Таке "проживання моменту" привчає насолоджуватися життям без обтяжливих думок про минуле, майбутнє, вчить цінувати кожну хвилину буття.

**Приєм "Пошук натхнення"** Розглядайте красиві речі, які викликають у вас позитивні емоції. Відвідайте картинну галерею, милуйтеся заходом сонця, роздивляйтеся квіти. При цьому намагайтеся вбирати в себе приємні кольори, ставати красивішим душею, думками, словами. Якщо користуватися цим прийомом регулярно, то навіть ваша зовнішність стане привабливішою, а обличчя випромінюватиме красу.

**Приєм "Думки на папері"** Для того, щоб привчитися мислити позитивно, почніть записувати власні думки на папері. Можна проводити лінії, малювати малюнки. Варто поступово відсіювати ті думки та слова, що спричиняють негатив, збільшувати кількість слів про добро, красу, милосердя. Зверніть увагу на ваш настрій – чи покращився він від того, що ви більше говорите про позитивні моменти життя?

### *VIII. Завдання з розвитку педагогічної техніки*

#### **"Управління ініціативою"**

Під час бесіди роль одного учасника – лідер контакту: він тримає нитку розмови у своїх руках. Іншому партнеру потрібно свою роль пасивного учасника розмови (підтакують, подає репліки) змінити на роль лідера – перехопити ініціативу. Це вдасться не відразу: дуже ймовірно, що співрозмовник прагнутиме утримати свою перевагу.

**"Техніка інтонування"** Пропонуються різні фрази і поставлено завдання вимовляти їх з різними відтінками залежно від педагогічної ситуації (фрази типу "Хто черговий?", "Ідіть сюди", "Чи виконали завдання?", "Прошу уваги", "Так", "Будьте ласкаві" і т.п.).

**"Розвиток міміки, пантоміміки"** Заняття проводяться вдома перед дзеркалом: покажіть подив, хвилювання, гнів, сміх, іронію і т.п. Ці завдання корисні для передачі доцільних педагогічних переживань.



**"Розвиток педагогічної емпатії"** Потрібно спробувати знайти в собі зародки почуття, якого ви зараз не відчуваєте: радість, гнів, байдужість, горе, відчай, обурення і т.п. і в педагогічно доцільною формі висловити ці почуття в різних ситуаціях.

**"Розвиток семантичних рухів"** Пропонується завдання – пошук рухових мімічних і зорових аналогів втілення вимоги, наприклад: "сідайте", "увага", "тиша", "йди сюди" і т.п. Потрібно знайти пантомімічні і мімічні засоби вираження цих вимог.

**"Відтворення жестів"** Пропонується почати пояснювати новий матеріал (в ролі учнів – студенти). Слухачі фіксують жести і оцінюють їх. Таким чином, опрацьовуються всі типові педагогічні жести: під час роботи біля дошки, виклику учня і т.д. Одночасно проводяться заняття з міміки. Учасники діляться на пари і дають один одному мімічні завдання (не менше десяти кожен), потім міняються ролями. Це завдання повторюється на інших заняттях.

**Профілактика професійного вигорання педагогів**

Педагогічна свідомість багато в чому заповнена міфами, ілюзіями, стереотипами про те, що вчитель ніби "суперлюдина" – завжди емоційно врівноважена, сильна, морально стабільна, схильна до самопожертви на шкоду інтересам власної сім'ї, однаково любить усіх дітей, завжди знаходить вихід із стресових, конфліктних ситуацій і завжди має на це сили і енергію. Така налаштованість, з одного боку, дає змогу педагогові з мінімальними витратами оперативно вирішувати складні проблеми, що виникають у його діяльності, здійснювати її на високому якісному рівні, а з іншого боку – призводить до виникнення таких станів, як "професійне вигорання" або "емоційне згорання", психоенергетичне виснаження, почуття власної недосконалості, професійної невідповідності.

Професійна діяльність педагогів входить у групу професій із великою кількістю стрес-факторів і проблем. Високий динамізм, брак часу, робочі перевантаження, складність виникаючих педагогічних ситуацій, соціальна оцінка, необхідність здійснення постійних та інтенсивних контактів, взаємодія з різними соціальними групами сприяють виникненню синдрому "професійного вигорання". Часті емоційні стреси та фрустрації негативно позначаються на діяльності педагога.

Поняття "стрес", "хронічна втома", стали звичними і буденними в нашому житті та сприймаються нами як невід'ємна складова сьогодення. Однак більшість із нас навіть не підозрюють, наскільки руйнівний вплив здійснюють на наше життя ці процеси.

Педагог втрачає психічну енергію, у нього розвиваються психосоматична втома, емоційне виснаження, з'являються невмотивоване занепокоєння, тривога, дратівливість, виникають вегетативні розлади, знижується самооцінка, втрачається усвідомлення смислу власної професійної діяльності. Робота у стресовій обстановці призводить до мобілізації внутрішніх ресурсів і може викликати як гострі порушення, так і відстрочені наслідки.

Спочатку несприятливі умови праці викликають негативні зміни у професійній діяльності, у поведінці. При повторенні важких ситуацій, вони можуть накопичуватися і в особистості, що проявляється в її поведінці та спілкуванні.

Деформований діяльністю педагог – самовпевнений, педантичний, агресивний (особливо вербально), авторитарний, зневажливо ставиться до

інших професійних груп, виявляє захисний грубуватий гумор, ригідність мислення, формалізм, прихильність до традицій і норм (часом перекручених власним баченням), неадекватну самооцінку, порівняно невисокі показники інтелектуального розвитку, соціальне лицемірство, що призводить до виникнення таких якостей, як моралізування, повчальність, нещирість прояву почуттів.

Серйозне погіршення стану здоров'я, втрата друзів, розпад сім'ї, зловживання наркотичними речовинами, глибокі депресії – далеко не повний перелік можливих наслідків емоційного вигорання. В більшості випадків люди згорають саме через нерозуміння того, що з ними відбувається, й того, як попередити цей процес і захиститися від нього.

"Я почуваю себе вичавленим, наче лимон", "Мені стає зле, коли подумаю, що завтра знову треба йти на роботу", "У мене вже ні на що немає сил", "Я нічого не встигаю", "Мене нудить від цієї роботи" – знайомі думки, чи не так? Хто з нас не говорив сам або не чув цих або схожих висловлювань від близьких, друзів чи колег по роботі?

Як ми реагуємо на це? "Мені просто треба відпочити", "Завтра все буде краще", "Я просто втомився" – говоримо ми собі... Інколи справді цього буває достатньо. Однак з часом ми з подивом зауважуємо, що вже навіть тривалий відпочинок не дає бажаного результату.

Прокинувшись зранку, людина відчуває таку ж втому, як і наприкінці робочого дня. З'являється відчуття, що робота стає все важча і важча, а сил її виконувати все менше і менше. Робочий день здається нескінченно довгим. З часом лише думка про роботу викликає відразу. Частішають головні болі по вечорах. Людина стає дратівливою, легко вразливою, відчуває себе "жертвою". Приходячи з роботи, людина не відчуває в собі сил для виконання навіть дріб'язкових справ. Оскільки людина виснажена, спілкування з близькими людьми теж зводиться до мінімуму, що нерідко переростає в ланцюг непорозумінь, конфліктів і взаємного віддалення з подальшим руйнуванням стосунків. Людина втрачає віру в себе, впадає в депресію, починає часто хворіти і хоча й усвідомлює, що з нею щось не так і що цей стан не лише не зникає сам по собі, а наче сніговий ком щоденно збільшується, однак, що робити, як це змінити, як собі допомогти, не знає.

Емоційне ж виснаження виникає саме в результаті постійної дії на людину стресів середньої інтенсивності. "Вигорання" – це своєрідна психологічна незгода людини у відповідь на тривалий стрес, фрустрацію або розчарування (причому причиною може бути не лише робота).

Якщо раніше схильність до вигорання була притаманна здебільшого професіям комунікативного характеру, то сьогодні – у наш час постійних інтересів – вигорання сягає епідемічних масштабів, тому виокремлювати когось уже немає сенсу – від "вигорання" не застрахований ніхто.

За даними досліджень американського Національного інституту проблем здоров'я і професійної безпеки (NIOSH), в наш час більше 35 млн.

людей у всьому світі страждають на клінічну форму синдрому хронічної втоми.

*Емоційне вигорання* – це синдром, що розвивається на тлі безперервного впливу на людину стресових ситуацій і призводить до інтелектуальної, душевної і фізичної перевтоми та виснаження.

Існує так звана група ризику працівників, які найбільше схильні до "вигорання". Це ті, хто працює у сфері "людина-людина" і з огляду на свою професію змушені багато й інтенсивно спілкуватися з різними людьми, знайомими і незнайомими. Особливо швидко й помітно "вигорання" настає при надмірному навантаженні лікарів, медсестер, учителів, психологів, пожежників, рятувальників.

Емоційне вигорання виникає як наслідок внутрішнього накопичення негативних емоцій, без відповідної "розрядки" або "звільнення" від них. Синдром вигорання розвивається поступово. Спочатку в "вигораючого" починає зростати напруження у спілкуванні. Емоційна перевтома переходить у фізичну. Нерідко це супроводжується головними болями та застудами. Дедалі частіше в голові не тримаються важливі справи. Стає дуже важко зосередитись на виконуваний роботі. Зростаюче напруження призводить до неадекватного, вибіркового реагування на навколишні події.

Небезпека полягає в тому, що для "вигорання" характерне щоденне прогресування. Зупинити цей процес буває надзвичайно складною на його тлі можуть загострюватись хронічні захворювання, розвиватися нові хвороби і навіть змінюватися склад крові.

До об'єктивних чинників виникнення вигорання педагогів дослідники відносять:

а) недоліки в організації педагогічної діяльності – її регламентація, ступінь автономності педагога, характер розподілу навчального навантаження, характер стимулювання праці вчителя, перспективи професійного зростання, характер включення педагога в управління учбовим закладом;

б) несприятливий соціально-психологічний клімат педагогічного колективу, що перешкоджає продуктивній діяльності і повноцінному розвитку особистості (часті конфлікти, мобінг "по вертикалі" та "горизонталі", відсутність підтримки і згуртованості в колективі).

Як наслідок може відбуватися деперсоналізація та редукція професійних досягнень.

Деперсоналізація припускає цинічне ставлення до праці й об'єктів своєї праці. У педагогічній сфері деперсоналізація характеризується бездушним, негуманним ставленням до учнів, батьків, колег і т.д. Контакти з ними стають формальними, знеособленими, негативні установки можуть спочатку мати прихований характер і виявлятися у внутрішньо стримуваному роздратуванні, яке з часом проривається назовні і призводить до конфліктів. Редукція професійних досягнень – це

виникнення в педагогів відчуття некомпетентності у професійній сфері, усвідомлення невдачі в ній.

Симптомами *професійного вигорання* можуть бути:

- робота витісняє все інше ("береться" додому і на вихідні, посідає головні теми розмов);
- коли колишня енергійність змінюється почуттям втоми, апатії, розчарування;
- розлади сну, нав'язливі думки, які стосуються роботи, прокручування подумки моментів, в які можна було б інакше вчинити-сказати;
- зниження уважності, збільшення кількості помилок, сповільнення темпів роботи, зниження продуктивності;
- спалахи агресивності, цинічності, байдужості стосовно колег, клієнтів, часто – родини;
- зниження настрою, почуття провини за реальні чи уявні помилки;
- поява хворобливих проявів (починаючи від частих ГРЗ, закінчуючи появою гіпертонії і проблем і серцем);
- небажання виконувати свої обов'язки.

Тому щоб зберегти психічне здоров'я і в процесі роботи, і після її закінчення, учитель початкових класів має володіти хорошим здоров'ям та знаннями про його збереження, постійно піклуватися про підтримку себе у формі, а саме користуватися технологіями релаксації, накопичення, раціонального використання та відновлення енергії, методиками психологічного захисту від стресогенів.

## ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ ПЕДАГОГАМ ЩОДО УНИКНЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ

▪ Сформулюйте і запишіть на папері ваші особисті цілі (відмінні від професійних) – і досягайте їх. Пам'ятайте, робота – це засіб, а не мета.

▪ Учіться планувати. Дезорганізація може призвести до стресу. Наявність великої кількості планів уроків часто веде до плутанини, безпам'ятності й почуття, що незакінчені проекти висять над головою як дамоклів меч. Приділіть планам якийсь час, коли це буде можливо, і попрацюйте над ними доти, доки не закінчите. Правильно плануйте робочий час (читайте літературу з тайм-менеджменту, можете навіть сходити на тренінг) – не "беріть" роботу додому.

▪ Насамперед варто сформулювати настанову на діяльність, причому не тільки у себе, а й в учнів. З давніх часів кращими способами формування настанови були певні ритуали. Ритуал – це умовний рефлекс, пов'язаний із подальшою діяльністю. Воїни, що дружно викрикують вітання вождю, чи учні, що встають, коли вчитель заходить до класу, – усі вони налаштовуються на майбутню діяльність. Учителю корисно розробити свою систему ритуалів. При цьому варто пам'ятати: якщо сам учитель має потребу в однократному налаштуванні перед роботою, то учням необхідне повторення ритуалу. Таким ритуалом може бути і вітання, і перекличка, якщо вона не забирає багато часу, і короткі усні задачі, що їх задають періодично, і щось емоційно позитивне наприкінці заняття. Отже, активний ритуал створює настанову на діяльність.

▪ Далі варто провести "розминку" мислення, орієнтовану на вид майбутньої інтелектуальної діяльності. Так, якщо має бути робота з абстрактним матеріалом, то розминку можна провести у формі усного рахунку. Якщо має бути діяльність, пов'язана з проектуванням, то краще вирішити яку-небудь наочну задачу. Але оскільки в усіх випадках треба буде викладати, розповідати матеріал, то для цього необхідно активізувати мовну функцію, вербальне мислення, необхідно налаштувати на цю функцію. Вона особливо важлива для людей інтровертних, замкнутих, що віддають перевагу внутрішній рефлексії над зовнішнім спілкуванням. Можна порадити "розговоритися" до початку уроку, розігріти себе не обмірковуванням того, про що буде сказано, а його частковим проговоренням уголос. А ще краще вимовити голосно і чітко кілька скоромовок. Вони активізують мовно-мисленнєву функцію, знімають емоційне напруження, а також можуть виконувати роль ритуалу готовності.

▪ Вважається, що успіху досягає саме той, хто знає, що робити, зазнавши невдачі. Тому варто заздалегідь програти в уяві різні варіанти поведінки (зазначаючи можливі варіанти в "партитурі уроку", як робить диригент перед концертом на репетиції) залежно від того, як поведе себе клас. Учні можуть не включитися у проблему, не захотіти виконувати завдання, не засміятись у відповідь на жарт. Як на це відреагувати, не почати комплексувати? Усе це варто продумати заздалегідь.

▪Визнайте і прийміть обмеження. Багато хто з нас ставить перед собою абсолютно недосяжні цілі. Але людина не може бути досконалою, тому часто виникає почуття неспроможності чи невідповідності, незалежно від того, наскільки добре ми виконали що-небудь. Ставте перед собою цілі, які зможете досягти. Розвивайте в собі "мужність недосконалості" (А. Адлер), тобто уникайте перфекціонізму (намагання бути в усьому ідеалом, робити усе бездоганно).

▪Розважайтесь. Іноді необхідно втекти від життєвих проблем і розважитися. Знайдіть заняття, що було б захоплюючим і приємним. Займайтесь спортом. Відпочивайте на вихідних. Візьміть тайм-аут – максимально змініть обстановку.

▪Спілкуйтесь поза роботою! Знайдіть собі хобі, яке може об'єднати вас з іншими.

▪Прийміть відповідальність за свій хороший настрій (дивіться, читайте, говоріть, думайте – позитивно). Будьте позитивною особистістю. Не критикуйте інших. Учність хвалити інших за ті речі, що вам у них подобаються. Зосередьтеся на позитивних якостях оточуючих. Познайомтеся з принципами "позитивної психології" і використовуйте їх у житті. Ви здивуєтесь, скількох проблем можна позбутися, якщо дивитися на світ оптимістично та не боятися труднощів і перешкод.

▪Учність терпіти і прощати. Нетерпимість до інших призведе до фрустрації і гніву. Спробуйте зрозуміти, що відчувають інші люди, це допоможе вам прийняти їх.

▪Уникайте нездорової конкуренції. У житті дуже багато ситуацій, коли ми не можемо уникнути конкуренції. Але занадто велике прагнення вигравати в багатьох галузях життя створює напруження і тривогу, робить людину агресивною.

▪У стресовій ситуації спробуйте поставитись до роботи, як до гри. Проаналізуйте, які казкові герої вас оточують. Роль якого казкового персонажу ви граєте? Можливо, роль жертви, і вона вам не подобається? Змініть свою роль на сильну і позитивну.

▪Пропишіть плюси й мінуси вашої роботи, це допоможе більш відсторонено і об'єктивно оцінити ситуацію.

▪Зберіть гумористичні чи філософські вислови щодо роботи і зробіть з ними плакати.

▪Регулярно робіть фізичні вправи. Перевіртеся в лікаря до того, як займатися за якою-небудь системою. Краще виконувати ту програму, що приносить вам задоволення.

▪Вчіться накопичувати енергію, використовуючи певні вправи. Для цього спочатку з'ясуйте, що вас наповнює силами, а що спустошує. Наприклад, якщо ви стомлюєтесь і втрачаєте енергію, коли тривалий час перебуваєте серед шуму, то знаходьте можливість побути наодинці. Позитивною енергією можуть наповнювати людину навіть маленькі дрібниці – чай, красиві речі, розмова з другом, поїздка на велосипеді,

баня, творчість та ін. Використовуйте ці приємні дрібнички для самоцілення.

▪ Розповідайте про свої неприємності. Знайдіть друга, священика чи консультанта-психолога, із якими ви можете бути відверті.

▪ Якщо у вас симптоми такі як депресія, синдром нав'язливих станів, психосоматичні захворювання – зверніться по кваліфіковану допомогу, оскільки зміна місця праці навряд чи буде ефективною.

▪ Учіться безмедикаментозного методу розслаблення. Медитація, йога, аутогенне тренування і релаксація можуть допомогти позбутися синдрому професійного вигорання.

▪ На жаль чи на щастя, щеплень від "вигорання" нема. Всі ці симптоми з'являються тоді, коли людина не слухає себе, залишається сліпою до того, що живе не у гармонії із Собою.

*Тренінг зміцнення фізичного та психічного здоров'я,  
відновлення енергопотенціалу, працездатності  
(за В. Кобилецькою)*

### **ДИХАЛЬНІ ПСИХОТЕХНІКИ**

Керування диханням – це ефективний засіб впливу на тонус м'язів. Повільне і глибоке дихання (за участю м'язів живота) знижує збудливість нервових центрів, сприяє м'язовому розслабленню, тобто релаксації. Часте грудне, навпаки, забезпечує високий рівень активності організму, підтримує нервово-психічну напруженість.

#### **Спосіб 1**

- сидячи або стоячи, постарайтеся, по можливості, розслабити м'язи тіла й зосередьте увагу на диханні;
- на рахунок 1-2-3-4 робіть повільний глибокий вдих (при цьому живіт випинається вперед, а грудна клітка нерухома);
- на наступні чотири рахунки проводиться затримка подиху;
- потім плавний видих на рахунок 1-2-3-4-5-6;
- знову затримка перед наступним вдихом на рахунок 1-2-3-4;
- вже через 3-5 хвилин такого дихання ви помітите, що стали спокійнішими та врівноваженішими.

#### **Спосіб 2**

Уявіть, що перед вашим носом на відстані 10-15 см висить пушинка. Дихайте тільки носом так, щоб пушинка не колихалася.

#### **Спосіб 3**

Оскільки в ситуації роздратування, гніву ми забуваємо робити повноцінний видих, то спробуємо цього навчитися:

- глибоко видихніть;
- затримайте подих так довго, як зможете;
- зробіть кілька глибоких вдихів; знову затримайте подих.



## М'ЯЗЕВІ ПСИХОТЕХНІКИ

Під впливом психічних навантажень виникають м'язові затиски, напруга. Вміння їх розслаблювати дозволяє зняти нервово-психічну напруженість, швидко відновити сили.

### Спосіб 4

- сядьте зручно, якщо є можливість, заплющте очі;
- дихайте глибоко й повільно;
- пройдіться внутрішнім поглядом по всьому вашому тілу, починаючи від голови до кінчиків пальців ніг (або у зворотній послідовності) і знайдіть місця найбільшої напруги (часто це рот, губи, щелепи, шия, потилиця, плечі, живіт);
- постарайтеся ще сильніше напружити місця затисків (до тремтіння м'язів), робіть це на вдиху;
- відчуйте цю напругу;
- різко скиньте напругу – робіть це на видиху;
- зробіть так декілька разів.

### Спосіб 5

У вільні хвилини, паузи відпочинку, освоюйте послідовне розслаблення різних груп м'язів, дотримуючись наступних правил:

- усвідомлюйте й запам'ятовуйте відчуття розслабленого м'яза по контрасту з перенапругою;
- кожна вправа складається з трьох фаз: "напружити-відчути-розслабити";
- напрузі відповідає вдих, розслабленню – видих.

Можна працювати з наступними групами м'язів: лице (чоло, повіки, губи, зуби); потилиця та плечі; грудна клітка; стегна і живіт; кисті рук; нижня частина ніг. Щоб навчитися розслаблювати м'язи, треба їх мати, тому щоденні фізичні навантаження підвищують ефективність вправ на розслаблення м'язів.

### Спосіб 6

Спробуйте задати ритм всьому організму за допомогою монотонних ритмічних рухів:

- рух великими пальцями рук в "напівзамку";
- перебирання намистинок, вирвиці;
- пройдіться по кабінету (коридору) декілька разів, роблячи на два кроки вдих, і на п'ять кроків – видих.

## **ОБРАЗНІ ПСИХОТЕХНІКИ** **(візуальні, аудіальні, кінестетичні)**

Використання образів пов'язане з активним впливом на центральну нервову систему. Багато наших позитивних відчуттів, спостережень, вражень ми не запам'ятовуємо, але якщо розбудити спогади й образи, з ними пов'язані, то можна пережити їх знову й навіть підсилити. Якщо словом можемо впливати на свідомість, то образи уяви відкривають доступ до потужних підсвідомих резервів психіки.

### **Спосіб 7**

Для того, щоб використати образи для саморегуляції: спеціально запам'ятовуйте ситуації, події, в яких ви почували себе комфортно, розслаблено, спокійно – це ваші ресурсні ситуації; робіть це в трьох основних модальностях (аудіальній, візуальній, кінестетичній). Фіксуйте: зорові образи подій (що ви бачите: хмари, квіти, ліс); слухові образи (які звуки ви чуєте: спів птахів, дзюркіт струмка, шум дощу, музику); відчуття в тілі (що ви відчуваєте: тепло сонячних променів, бризи води, запах квітучих яблунь, смак полуниці):

- сядьте зручно, заплющіть очі;
- дихайте повільно й глибоко;
- згадайте одну з ваших ресурсних ситуацій;
- проживіть її заново, згадуючи зорові, слухові й тілесні відчуття;
- побудьте усередині цієї ситуації декілька хвилин;
- відкрийте очі й поверніться до роботи.

## **ПСИХОТЕХНІЧНІ ВПРАВИ ДЛЯ АУТОТРЕНІНГУ**

**Вправа 1 "Внутрішній промінь"**. Ця вправа спрямована на зняття в учителя стомлення та внутрішніх "утисків", на знаходження ним внутрішньої стабільності.

Необхідно зайняти зручну позу сидячи чи стоячи в залежності від того, в якій конкретній ситуації вправа буде виконуватись (у вчительській, на уроці, у транспорті тощо).

Уявіть, що всередині вашої голови, у верхній її частині, виникає світлий промінь, що повільно й послідовно рухається зверху вниз, освітлюючи зсередини теплим, рівним і розслаблюючим світлом усі частини обличчя, шию, плечі, руки тощо. У міру руху променя зникає напруга в ділянці потилиці, розгладжуються зморшки на обличчі, краще бачать очі, опускаються плечі. "Внутрішній промінь" як би формує нову зовнішність спокійної людини, задоволеної собою та своїм життям, своєю професією та своїми учнями.

Уявний рух "внутрішнього променя" зверху вниз, а потім знизу нагору необхідно здійснювати кілька разів. Від виконання вправи важливо

одержувати внутрішнє задоволення, навіть насолоду. Закінчується вправа словами: "Я стала новою людиною! Я стала молодою та сильною, спокійною та стабільною! Я все тепер буду робити добре!"

**Вправа 2 "Пресс".** Ця вправа сприяє нейтралізації та придушенню емоцій гніву, роздратування, підвищеної тривожності, агресії. Її рекомендується виконувати перед роботою у "важкому" класі, розмовою з "важким" учнем чи його батьками, перед психологічно напруженою ситуацією, що вимагає внутрішнього самоволодіння, упевненості в собі та здатності керувати ситуацією. До виконання вправи необхідно вдаватися на самому початку виникнення негативних емоцій, інакше не буде психотерапевтичного результату. Потрапивши в залежність від свого емоційного стану, учитель може вдатись до небажаних способів "скидання" негативної енергії на вихованця чи колегу по роботі. На жаль, це часто відбувається в родині вчителя, де він послаблює внутрішній самоконтроль.

Суть вправи така. Учитель подумки уявляє всередині себе, на рівні грудей, могутній прес, що рухається зверху вниз, придушуючи виникаючу негативну емоцію та внутрішнє напруження, пов'язане з нею. Виконуючи вправу, важливо досягти відчуття фізичної ваги внутрішнього преса, що придушує та начебто виштовхує вниз небажані негативні емоції та напругу, яку вона несе.

**Вправа 3 "Дерево".** Стан внутрішньої напруженості характеризується надконцентрацією людини на своїх відчуттях, переживаннях, емоціях.

Відчутне послаблення внутрішньої напруженості досягається в тому випадку, якщо людина зуміє здійснити децентрацію, тобто центр неприємної ситуації подумки перенести із себе на який-небудь предмет чи зовнішню обставину. При цьому негативна емоція викидається в зовнішнє середовище і людина рятується від неї.

Суть вправи така. Прямуючи з роботи додому, у міському транспорті, учитель стоїть і уявляє себе деревом, з яким може себе найбільш легко ототожнити. Він детально має уявити у свідомості образ цього дерева: його могутній чи гнучкий стовбур, гілки, що переплітаються та колишуться на вітрі, листя, циркуляцію живильних соків по стовбуру, корені, що міцно вросли в землю. Необхідно як можна реальніше уявити живильні соки, які корені одержують із землі. Уявлення стомленим учителем врісших у землю коренів дерева є, по суті, символізацією його внутрішнього зв'язку з реальністю, зміцнення впевненості в собі.

**Вправа 4 "Книга".** Необхідно уявити себе книгою, що лежить на столі (або будь-яким іншим предметом, що знаходиться в полі зору). Варто докладно сконструювати у свідомості внутрішнє "самопочуття" книги – її спокій, положення на столі, захищаючу від зовнішніх впливів

обкладинку, сторінки. Крім цього, постарайтесь подумки як би "від імені книги" побачити кімнату та розташовані в ній предмети: олівці, ручки, папір, зошити, стілець, книжкову шафу тощо. Вправа проводиться протягом 3-5 хв. і цілком знімає внутрішнє напруження педагога, переводячи його у світ предметів.

**Вправа 5 "Марія Іванівна".** У вас відбулась неприємна розмова, наприклад, із завучем, умовно названим нами Марією Іванівною. Вона дозволила собі в розмові з вами нечемний тон і несправедливі зауваження. Закінчився робочий день, і дорогою додому ви пригадуєте неприємну бесіду, у вас знову виникає почуття образи. Ви намагаєтесь забути кривдницю, але це не вдається. На тлі втоми у вас виникає психічна напруга.

Спробуйте поступити так. Замість того щоб викреслювати Марію Іванівну зі своєї пам'яті, спробуйте, навпаки, подумки наблизити її до себе. Для цього дорогою додому зіграйте роль Марії Іванівни. Наслідуйте її ходу, манеру поводитись, уявіть її міркування, сімейну ситуацію, нарешті, ставлення до розмови з вами. Через кілька хвилин ви відчуєте не тільки послаблення внутрішнього напруження, а і зміну свого ставлення до конфлікту, до Марії Іванівни. По суті, ви включились у ситуацію Марії Іванівни і змогли її зрозуміти. Результати цієї вправи відчуєте іншого дня, коли прийдете до школи: Марія Іванівна зі здивуванням відчує, що ви спокійні та доброзичливі, і, у свою чергу, стане прагнути залагодити конфлікт.

**Вправа 6 "Голова".** Окрім інтелектуальної напруги вчитель змушений протягом робочого дня безупинно впливати на учнів, придушувати їхню надмірну активність, у чомусь стримувати, контролювати. Таке інтенсивне управління навчальною ситуацією викликає в нього перенапругу і, як наслідок цього, різні фізичні недуги. Учителі часто скаржаться на головні болі, важкість у потиличній ділянці голови.

Пропонуємо вправу, що допомагає зняти ці хворобливі відчуття. Станьте прямо, розправивши плечі та злегка відкиньте голову назад. Постарайтесь зрозуміти, в якій частині голови відчуваєте важкість. Уявіть собі, що на вас надягнуто громіздкий головний убір, що давить на голову в тому місці, де ви відчуваєте важкість. Подумки зніміть цей головний убір рукою, виразно, емоційно жбурніть його на підлогу. Потрясіть головою, поправте рукою волосся на голові, а потім киньте руки вниз, як би рятуючись від головного болю.

**Вправа 7 "Руки".** У вас іде урок. Учні вирішують задачі. У класі тиша, і ви можете кілька хвилин приділити собі. Сьогодні у вас це п'ятий урок, і ви, звичайно, утомились. Сядьте на стілець, трохи витягнувши ноги та звисивши руки вниз. Постарайтесь уявити собі, що втома "струменіє" від голови до плечей, потім передпліччями, досягає ліктів, далі кистей рук і "випливає" через кінчики пальців. Ви фізично відчуваєте важкість, що

сковзає по ваших руках. Посидьте так 1,5-2 хв., а потім злегка потрясіть кистями рук, остаточно рятуючись від своєї втоми. Легко, пружно підведіться, пройдіться класом. Порадійте запитанням, які ставлять діти, постарайтесь відповідати на них докладно й детально.

Ця вправа знімає втому, сприяє встановленню психічної рівноваги.

**Вправа 8 "Настрій".** Кілька хвилин тому у вас закінчилась неприємна розмова з матір'ю учня, який постійно прогулює уроки, порушує дисципліну у класі, грубить вам. Ви призвали матір регулярно контролювати відвідання її сином уроків, виконання ним домашніх завдань. Зненацька для вас мати учня відмовилась виконувати ваші рекомендації, заявивши, що виховувати учня повинна школа. Ви не змогли стриматись і перейшли до погроз: пообіцяли викликати учня на педагогічну раду, залишити його на другий рік. Мати учня пішла з повною впевненістю в тому, що у школі не люблять її дитину.

Як зняти неприємний осад після такої розмови? Попереду ще кілька уроків, і необхідно зберегти внутрішній спокій і працездатність. На перерві сядьте в учительській, візьміть кольорові олівці чи крейди та чистий аркуш паперу. Розслаблено, лівою рукою намалюйте лінії, барвисті плями, фігури. Спробуйте уявити собі, що ви переносите на папір ваш тривожний настрій, як би матеріалізуючи його. Важливо при цьому вибрати колір у повній відповідності з вашим настроєм. А тепер переверніть папір і на іншому боці аркуша напишіть 5-7 слів, які відбивають ваш настрій. Довго не думайте, необхідно, щоби слова виникали спонтанно, без спеціального контролю з вашої сторони.

Після цього ще раз подивіться на свій малюнок, як би заново проживаючи свій стан, перечитайте слова та із задоволенням, емоційно розірвіть листок, викинете в урну.

Ваш емоційно неприємний стан зникне, він перейде в малюнок і буде знищений вами.

А тепер, заспокоївшись, ідіть на урок!

**Вправа 9 "Прислів'я".** Пропонуємо вправу, що добре знімає депресію та поганий настрій. Візьміть будь-яку з книг: "Перлини прислів'їв", "Думки величних людей", "Афоризми". Вони є майже в кожній шкільній бібліотеці. Читайте прислів'я чи афоризми протягом 25-30 хв., поки не відчуєте внутрішнє полегшення. Можливо, крім заспокоєння, те чи інше прислів'я наштовхне вас на правильне рішення.

**Вправа 10 "Спогад".** Одним із професійних недоліків учителя є його дорослість. Парадоксально, але це так. Учитель приходиться до дітей із незрозумілого й у чомусь далекого їм світу дорослих, у якому на кожному кроці – обмеження, правила, норми. Через це він як би "відсувається" від дитини, стає для неї незрозумілим, викликає в неї або пригніченість, або агресію, бунт.

Відчуження та протистояння, які вчитель викликає в дитини, можна істотно пом'якшити або взагалі прибрати. Цього можна досягти, якщо педагог спробує "оживити" свої спогади про те, яким він був у дитинстві. У такий спосіб він психологічно зможе наблизитись до своїх учнів, стане краще їх розуміти.

**Вправа 11 "Подорож у дитинство".** Розпитайте своїх батьків, якщо вони живі, про те, якими ви були в дитинстві, які витівки та провини робили, чи приходили батьки у школу за викликом учителя. Під час розповіді спробуйте жваво уявити себе дитиною та як би заново пережити свої дитячі враження. Головне, пригадайте, які внутрішні мотиви змусили вас тоді зробити той чи інший учинок.

Регулярно пригадуйте ваше шкільне дитинство. Спираючись на свій дитячий досвід, постарайтеся зрозуміти своїх учнів, мотиви їхніх учинків, поспівчувати їм, викликати їхню довіру. Розпитайте учнів, чим, наприклад, вони займались, коли прогуляли урок. Через якийсь час ви зрозумієте, що порушення дисципліни у вашому класі стають усе рідшими. У чому причина? А в тому, що діти відгукнулись на ваше бажання зрозуміти, відчуті їхній внутрішній стан. В учнів зникло прагнення до бунту, протистояння. Вони відчували себе разом з вами.

Пропонуємо ще декілька *релаксацій*, які допоможуть зняти емоційну напругу:

### *Релаксація "Теплий, як сонце..."* (К. Фоппель)

Вправа стимулює діяльність правої півкулі мозку, активізує інтуїтивні процеси творчості. Сядьте або ляжте зручно на стіл та заплющити очі. Три рази зробіть глибокий вдих і видих. Уявіть собі, що зараз чудовий день і над вами пропливає сіра хмаринка, на яку ви можете покласти зараз усі турботи або погані думки. Дай їм просто полетіти разом із хмаринкою. Уявіть собі, що небо над вами яскраво-голубе, що легкі промені сонця зігрівають тебе. Ви відчуваєте себе надійно захищеними – так спокійно навкруги. М'який подих вітру торкнувся голови, і ви відчуваєте себе легко і щасливо, як маленька легка пір'їнка. Ви сьогодні такі же гарні, як небо, сонце, такі же ніжні, як подих вітру.

Уявіть собі, що коли ви вдихаєте, тіло наповнюється золотим світлом – від голови до кінчиків пальців ніг... А коли ви видихаєте, уявіть собі, що усі негативні почуття, які не потрібні, залишають вас. ви вдихаєте золоте сяйво, а видихаєте неприємні почуття. Ви – як маленька м'яка пір'їнка, яку несе легкий вітер; ви – як промінь сонця, що падає на Землю. Дайте ще більше розслабитися вашому тілу, вашим плечам та рукам, пальцям та стопам ніг.

Уявіть собі, що ви – як райдуга, яка складається з безлічі різноманітних кольорів. Нема нікого в світі, хто думав і відчував би так, як ви... Це просто чудово, що ви можете бути зараз тут, серед нас...

Не поспішаючи, повертайтеся до аудиторії. Відчуйте свою голову, руки, ноги. Зробіть вдих глибоко і легко. Тепер ви можете відчувати себе райдугою і радувати кольорами себе та інших. Повільно відкрийте очі для того, щоб побачити навколо себе багато інших різнокольорових райдуг. Посміхніться їм.

Після релаксації обов'язково проводиться рефлексія: коли ви були напруженими, а коли розслабленими; чи вийшло у вас повністю розслабитися; яка частина тіла не хотіла розслаблятися; що заважало розслабитися; які думки, образи приходили в голову; що у вашій веселці особливо прекрасного, який колір у ній переважає і т.д.

*Релаксація "Срібна куля"*. Сісти зручно, закрити очі, розслабитися, робити ритмічно вдих і видих. Уявіть собі, що зверху на вас лине потік світла. Він складається із чистого білого світла... абсолютно чистого білого світла... На голові повільно розпускається квітка... Білий світло повільно входить у тіло... тече через горло... у грудну клітину... і далі через усе тіло... Все тіло наповнюється сяючим білим світлом... Навколо поступово утворюється куля, яка наповнюється цим чистим життєдайним світлом... Вона наповнює вас силою, енергією, творчим натхненням... Ви сильна, смілива, захищена, впевнена у собі людина... Ви – це суцільна чиста енергія.

*Релаксація "Веселковий плащ"*. Уявіть собі, що ви вдягнені у плащ, який складається із усіх дивовижних кольорів веселки. Попереду нього є гудзики, ви їх застібуєте і опиняєтеся у повній безпеці і з вами нічого поганого не може трапитися. Ніхто не може побачити цей чарівний плащ, але ви знаєте, що він на вас і надійно захищає від усіляких негараздів!

*Релаксація "Дихаємо сонячним світлом"*. Уявіть собі, що ви бачите сонце. Його промені лунуть зверху, і його золоте сяйво ллється на вас. Повільно зробіть вдих і порахуйте до 4-х. Потім підніміть до неба і розкрийте свої руки. Сонячні промені торкаються ваших долоней. Уявіть, як сонячне світло по ваших долонях, по руках ллється у ваше серце і наповнюють його. Ще раз порахуйте до 4-х і затримайте дихання. Потім, знов рахуючи до 4-х, повільно зробіть видих і повільно опустіть руки. Роблячи видих, уявіть собі, як золоте сяйво виходить назовні через пори вашого тіла. ви наповнені з голови до ніг золотим сяйвом та випромінюєте його. ви відчули, як вам легко і сонячно на серці?

Бережіть себе!



## Прийоми тайм-менеджменту

*Якось мудрець йшов по лісу і побачив  
лісоруба, який завзято рубав дрова тупою сокирою.  
Мудрець здивувався і порадив:  
"Добрий чоловіче, наточи сокиру, і ти заощадиш свій час",  
на що лісоруб відповів: "Мені ніколи це робити!"*

Ми всі в рівному становищі перед невблаганним плином часу. Наші унікальні здібності, професійна компетентність, прагнення досягти більшого часто стикаються з хронічним його браком. Це єдиний ресурс, якого не вистачає всім, незалежно від віку, психологічного типу, соціального і матеріального становища.

Часу у кожного з нас дуже небагато. У сфері часу немає мільйонерів. Доступний нам капітал часу, що залишився до кінця життя, становить приблизно 200-400 тисяч годин. І найголовніше – втрачений час, на відміну від втрачених грошей, не можна повернути.

"Мистецтво встигати", тайм-менеджмент, управління часом – один із найнеобхідніших мистецтв для сучасної людини. Різноманітної інформації все більше. Події відбуваються все швидше. Потрібно вчасно реагувати, вкладатися у все більш жорсткі терміни. При цьому якось знаходити час для відпочинку, захоплень, сім'ї, друзів ...

Тайм-менеджмент – це не тільки щоденники, плани і терміни. Це технологія, що дозволяє використовувати дорогоцінний час вашого життя у відповідності з вашими цілями і цінностями. Чи будете ви застосовувати гнучке планування або жорстке, хронометраж або самомотивацію, Outlook або паперовий блокнотик – немає ніякої різниці. Техніка вторинна. Важливо знайти свої, "рідні", життєві цілі – і розподіляти свій час відповідно до них, витратити час у житті на те, що дійсно хочеш.

Як розподілити час і сили студента при підготовці до сесії?

Можна виділити три основні принципи при побудові будь-якої діяльності:

1. Цілевизначення
2. Планування



### 3. Реалізація.

Це схоже на сходи. Якщо один щабель не пройдений, перестрибнути його неможливо. Тобто, звичайно, ви можете відразу перейти до реалізації, але як буде виглядати ця діяльність? Більше нагадуватиме хаос.

Тому перше – це поставити мету, до якого терміну ви плануєте здати курсову, реферат, самостійну роботу.

Потім ми розбиваємо мету на підцілі.

Наступний крок – планування та пов'язування дій.

У цьому нам допоможе матриця Ейзенхауера. Вона являє собою таблицю.

Спочатку випишіть завдання (справи) на тиждень (місяць) і розподіліть їх у таблицю: важливі та термінові завдання; термінові, але не важливі завдання; важливі, але не термінові завдання; неважливі і нетермінові завдання.

Важливі та термінові завдання (справи) потрібно робити не відкладаючи, самому. Це – гасіння пожеж. Можна було б і не допустити, щоб так багато справ, були одночасно терміновими і важливими. Професіонали роблять ці справи на тій стадії, коли вони вже важливі, але ще не термінові, тоді можна користуватися допомогою інших людей, планувати час і т.д.

Кепські і нетермінові справи можна сміливо кидати в сміттеву корзину, хоча зазвичай саме вони займають левову частку часу і викликають найбільше задоволення.

Справи не термінові, але важливі необхідно робити, хоча зазвичай саме для них і не вистачає часу. Щоб все-таки їх зробити, потрібно виділити час, коли Ви цими справами займетесь, і включити їх у план.

Справи термінові, але не важливі можна делегувати, скорочувати, виключати.

## ОСНОВНІ МЕТОДИ І ПРИЙОМИ ТАЙМ МЕНЕДЖМЕНТУ

**Метод "Швейцарського сир"** підходить, якщо ви не знаєте, з якого боку приступити до великої справи. Спробуйте виконувати роботу не в логічному порядку, а вигризаючи з неї по шматочку. Потім з'явиться стільки дірок, що доїсти сир вже буде простіше. Наприклад, приступаючи до написання курсової роботи, насамперед можна створити на комп'ютері документ із відповідною назвою, зберегти його в потрібну папку. Справа, звичайно, нікчемна, але разом з тим на один шматочок сиру наближає вас до завершення. Далі можна дібрати літературу. І так далі ... Не має значення логічний порядок шматочків – що більше подобається, те і робите.

### **Прийом "Наточи олівець"**

Для включення у завдання певним налаштуванням може бути будь-яка технічна, чорнова робота. З її допомогою можна націлитися на виконання складного завдання. Як впливає з назви розділу, один із прикладів – це точити олівець перед будь-якою складною роботою.

### **Метод "Проміжна радість"**

Зробив частину роботи – нагороди себе чимось приємним. Наприклад, шматочком шоколаду. Такі маленькі радості, подаровані собі, дозволяють полегшити будь-яку складну і одноманітну роботу.

### **Метод "Жаб"**

Велика і нудна справа розбивається на десятки (сотні, тисячі) дрібних неприємних, але необхідних справ – жаб. І кожен ранок починається з "поїдання однієї жаби". З'їв жабу – день пройшов не даремно.

### **Метод "Слонів і біфштексів"**

Кому не знайомо, що великі завдання з невизначеним терміном постійно відсуваються "на потім"?!  
"Слони" – це такі великі важливі завдання, термін яких далекий або не визначений.

Наприклад, один із таких слонів – вивчити англійську мову. Бажання є, та ось узятися за справу ніяк не вдається. Щоб все-таки "з'їсти слона", потрібно розрізати його на маленькі "біфштекси" і щодня з'їдати по одному "біфштексу". Це ж простіше, ніж намагатися проковтнути всього "слона"! Ну і звичайно, потрібно розбивати на "біфштекси" так, щоб кожен "біфштекс" при поїданні наближав вас до омріяної цілі.

Додатково можна фіксувати час на поїдання "слона", будувати графіки, аналізувати їх .... Ось такий діловий раціон – жаби і біфштекси зі слонів!

І ще є порада про "жаб" і "біфштекси": можна накреслити табличку – у ліву частину записувати "слонів" (наприклад, вивчити англійську мову), у праву – "біфштекси" та "жаби" (вивчити 30 слів, подивитися фільм англійською та ін). І якщо з'їли "жабу" або "біфштекс" – у правій частині робіть позначку. Якщо не з'їли – ставте прочерк. Таблицю вішаєте на почесне місце (або вкладаєте в щоденник). Вона повинна потрапляти вам на очі кілька разів за день.

Також до таблички можна додати "проміжні радості" (тобто ліву колонку писати у вигляді вкладеного списку – "слон", а під ним "біфштекси", і вказувати, яка винагорода буде за кожен "біфштекс").

Крім цього ми пропонуємо кілька корисних спостережень, порад:

**Закон Паркінсона.** Паркінсон встановив, що робота займає весь відведений на неї час. Тобто, якщо Ви відвели для написання роботи час з ранку і до обіду, не сподівайтесь, що Вам вдасться виконати його за півгодини. Якщо Ви відведете на написання звіту півгодини, можливо, Ви укладетеся не більше, ніж у 40 хвилин.

**Принцип полотна пилки.** Пам'ятаєте, як виглядає пила? Її зубці нагадують злети і падіння ритму вашої роботи. Коли ви приходите на роботу, вам можливо, потрібно якийсь час на розгойдування, щоб втягнутися в роботу. Розглянемо приклад. Коли ваша продуктивність піднімається від нуля до 100%, лунає телефонний дзвінок, потім приходить друг, потім Ви йдете обідати, після обіду відповідаєте на електронну пошту.

Що відбувається з Вашої працездатністю і написанням роботи? Вона падає. Вважається, що продуктивність щоразу піднімається до 100%. Якщо намалювати малюнок, це буде схоже на полотно пилки. Насправді Ваша ефективність плавно знижується в міру збільшення кількості перешкод. Ви працювали над рефератом цілий день, а написали зовсім мало.

Щоб ефективніше працювати, потрібно проаналізувати "пожирачів часу".

### **Поглиначі часу**

Виберіть п'ять своїх найважливіших "поглиначів часу"

- 1) нечітка постановка цілей;
- 2) відсутність пріоритету в справах;
- 3) спроба зробити багато за один раз;

4) відсутність повного уявлення про майбутні завдання і шляхи вирішення;

5) погане планування трудового дня;

6) особиста неорганізованість, "завалений" письмовий стіл;

7) надмірне читання;

8) брак мотивації;

9) надмірно довгий пошук інформації (пошук записів, адрес, телефонних номерів);

10) відривають від справ постійні особисті телефонні дзвінки;

11) незаплановані відвідувачі;

12) нездатність сказати ні;

13) неповна, несвоєчасна інформація;

14) "погана" дисципліна;

15) невміння довести справу до кінця;

16) відволікання (шум);

17) недостатня підготовка до зустрічей, обговорень;

18) відсутність зв'язку або неточний зворотній зв'язок;

19) розмови на приватні теми;

20) зайва комунікабельність;

21) надмірність ділових записів;

22) синдром "відкладання";

23) бажання знати "всі факти";

24) поспіх, нетерпіння.

Проаналізуйте, хто або що стоїть за кожним пунктом: інші люди чи це наслідок ваших звичок?

Витративши мінімум "початкових вкладень часу", потрібно також налагодити ефективний відпочинок протягом робочого дня та у неробочий час.

Короткі рекомендації щодо відпочинку:

- Зробіть відпочинок протягом дня ритмічним
- Забезпечуйте максимальне перемикання
- Використовуйте "творчу лінь"
- Підвищить ефективність сну
- Застосовуйте "мікро-сон" протягом дня
- Виділяйте час на "переживання моменту".

Успіхів вам у побудові власного тайм-менеджменту!

**Прийоми самовиховання вчителя**

*Велика частина людей не пробує  
вийти за межі своїх можливостей;  
за своє життя вони так і не намагаються  
дізнатися, на що вони здатні і на що –  
нездатні. Вони не знають, що їм  
не під силу ... Прикро прожити життя,  
так і не пізнавши себе – людини, яка була тобі  
начебто ближче всіх і яку ти так любив ...  
Д.О. Гранін*

Вербальні самовпливи – самоорганізація, самопідбадьорення, самонаказ, самонавіювання, самоопанування, самопрограмування, самообмеження, самокорекція, самозаспокоєння, самосхвалення, самозобов'язання.

Вербальний вплив запускає свідомий механізм самонавіювання, йде безпосередній вплив на психофізіологічні функції організму. Формулювання самонавіювань будуються у вигляді простих і коротких тверджень, з позитивною спрямованістю (без частки "не").

**Приєм "Самонаказ"**

Застосовуйте самонаказ, коли переконані в тому, що треба поводитися певним чином, але зазнаєте труднощів з виконанням. Наприклад, "Розмовляти спокійно!", "Мовчати, мовчати!", "Не піддаватися на провокацію!", "Тримати себе в руках" – це допомагає стримувати емоції, поводитися гідно, дотримуватися вимог етики.

- Сформулюйте самонаказ.
- Подумки повторіть його декілька разів, а якщо це можливо – то вголос.

**Приєм "Самопрограмування"**

У багатьох ситуаціях доцільно "оглянутися назад", згадати про свої успіхи в подібній ситуації. Минулі успіхи нагадують людині про її можливості, приховані резерви в духовній, інтелектуальній, вольовій сферах і вселяють упевненість у своїх силах.

- Згадайте ситуацію, коли ви впоралися з аналогічними труднощами.
- Сформулюйте текст афірмації, для посилення ефекту можна використати слова "саме сьогодні": "Саме сьогодні в мене все вийде", "Саме сьогодні я буду найспокійнішою, найстриманішою",

"Саме сьогодні я буду впевненою в собі", "Мені приємно розмовляти спокійним й упевненим голосом, демонструвати витримку й самовладання".

- Подумки або вголос повторіть його декілька разів.

### **Приєм "Самосхвалення" (самозаохочення)**

Люди часто не отримують позитивної оцінки своєї поведінки чи діяльності, що може стати причиною "професійного вигорання". Саме тому важливо самому заохочувати себе.

- згадайте своє останнє, навіть незначне досягнення;
- похваліть за це себе, подумки або вголос говорячи: "молодець!", "розумник!", "це мені вдалося!";
- знаходьте можливість для похвали протягом робочого дня не менш 3-5 разів

**Приєм "Крісло успіху"** В центрі аудиторії розташоване чарівне "крісло успіху". Ведучий пояснює, що той, хто у нього сідає – стає успішною, впевненою у свої силах людиною. Гравець сідає у крісло і розповідає про свої майбутнє, про свою професію, про свій життєвий успіх, як він до нього прийшов. Закінчує він словами "Я успішна людина, я займаюсь улюбленою справою. Я впевнений у свої силах, мої мрії здійснюються, мої плани реалізуються. Я щасливий, я відкритий до розвитку, моє життя таке, яким я його створюю" Приєм спрямований на позитивне сприймання свого майбутнього, на розвиток впевненості у власних силах, стимулювання лідерських якостей.

**Приєм "Візитівка"** Кожен з учасників уявляє свою візитівку, міркує, що на ній написано, якого вона буде кольору, як оформлена тощо. По колу кожен учасник презентує візитівку. Потім учасники уявляють свою візитівку майбутнього (наприклад, через 10 років), так само по колу презентують їх. В кінці під керівництвом ведучого аналізують, що планує кожен досягнути за вказаний проміжок часу, аплодують усім гравцям і бажають успіху в майбутніх досягненнях.

ДОДАТОК 7  
Тестові діагностичні методики

**Тест 1**  
**МЕТОДИКА ВИВЧЕННЯ САМООЦІНКИ**  
**ПРОФЕСІЙНОЇ ПРИДАТНОСТІ ТА ЗДІБНОСТЕЙ**  
**ДО ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**  
**(Т.А. Ротанова, Л.І. Золотарьова, Н.Ф. Шляхта)**

Рівні сформованості самооцінки професійної придатності.

*Високий рівень сформованості* (3 бали). Самооцінка висока (або середня), відносно стійка. Випробуваний добре уявляє, які якості в нього розвинені недостатньо, займається самовихованням.

*Середній рівень сформованості* (2 бали). Самооцінка може бути середньої або високою. Випробуваний представляє, які якості необхідно розвивати, але не докладає зусиль до самовдосконалення.

*Низький рівень сформованості* (1 бал). Самооцінка низька, суперечлива, немає прагнення до самовдосконалення.

При вивченні самооцінки професійної придатності пропонується набір якостей, з яких треба вибрати і записати в першому ряду ті, які характеризують, на його думку, позитивні риси ідеального вчителя.

У другій ряд слід виписати ті риси, якими його ідеал володіти не повинен. Їх кількість в кожному ряду обмежується 1-15 якостями. Потім випробуваний повинен вибрати з "позитивного" і "негативного" ті риси, якими він, на його думку, має і повинен володіти.

При обробці даних для кожного підраховується кількість тих рис, які вибрав випробуваний, і ділиться на загальну кількість у відповідному еталонному ряду. Якщо коефіцієнт по позитивному переліку близький до одиниці, то він швидше за все переоцінює себе; якщо близький до нуля, то недооцінює. За негативним переліком – навпаки. Коефіцієнти, близькі до 0,5, говорять про нормальну, середню самооцінку.

**Набір якостей для прикладу:**

|                           |                             |
|---------------------------|-----------------------------|
| життєрадісність           | рішучість                   |
| почуття гумору            | чесність                    |
| схильність до самоаналізу | відповідальність            |
| охайність                 | нестриманість               |
| грубість                  | образливість                |
| дбайливість               | цілеспрямованість           |
| організованість           | любов до дітей              |
| організаторські здібності | уміння доступно пояснювати  |
| щирість                   | доброта                     |
| сором'язливість           | прагнення надавати допомогу |
| заздрісність              | мстивість                   |
| наполегливість            | підозрілість                |
| чуйність                  | розуміння людей             |
| терплячість               | ерудованість                |
| злопам'ятність            | захопленість                |
| ініціативність            | принциповість               |
| товариськість             | справедливість              |
| нерішучість               | замкнутість                 |
| самостійність             | культура мови               |
| дисциплінованість         | спостережливість            |
|                           | суворість                   |

## Тест 2

### СИНДРОМ "ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ" ВЧИТЕЛЯ

Синдром "емоційного вигорання" – добре знайоме явище в школах. Постійна втома, емоційна спустошеність, відчуття відсутності соціальної підтримки, постійні докори учням і їхнім батькам, невдоволення професією – його прояви. За основу при складанні питальника використовувалася методика К. Маслача та С. Джексона, призначена для вимірювання ступеня "емоційного вигорання" в професіях типу "людина-людина".

*Інструкція.* Вам пропонується ряд тверджень, за кожним висловіть свою думку. Для оцінки ступеня своєї згоди з твердженням використовуйте шкалу:

- + 2 – "так";
- + 1 – "швидше так";
- 0 – "не знаю";
- 1 – "швидше ні";
- 2 – "ні".



1. Іноді мені здається, що результати моєї роботи не варті тих зусиль, що я витрачаю.
2. Я впевнен(ий/а), що моя робота потрібна людям.
3. Через утому чи напругу я приділяю своїм справам менше уваги, ніж потрібно.
4. Я вмію знаходити правильне рішення в конфліктних ситуаціях, що виникають при спілкуванні.
5. Я не відчуваю підтримки батьків своїх учнів.
6. Незважаючи на труднощі, інтерес до роботи зберігається, моя робота приносить мені багато радості.
7. Я відверто втоми(вся/лася) від проблем, з якими доводиться мати справу на роботі.
8. Я часто радію, що моя робота приносить користь дітям.
9. Я помили(вся/лася) у виборі професії (займаю не своє місце).
10. Я звичайно виявляю цікавість до учнів і крім того, що стосується уроку.
11. У мене багато планів на майбутнє в моїй професії, і я вірю в їхнє здійснення.
12. Я постійно відчуваю підтримку в роботі від своїх колег.
13. Ранком я відчуваю втому та небажання йти на роботу.
14. Учням я приділяю багато уваги, але й одержую достатню віддачу від них.
15. Робота приносить мені усе менше задоволення.
16. Я б зміни(в/ла) місце роботи, якби була можливість.
17. Бувають дні, коли мій емоційний стан погано позначається на результатах роботи.
18. Я легко можу створити атмосферу доброзичливості та співробітництва в колективі.
19. Наша робота низько оцінюється суспільством, неprestижна.
20. Після роботи на якийсь час хочеться усамітнитися.
21. Моя робота погано на мене вплинула – притупила емоції, зробила нервов (им/ою).
22. Мої вимоги до якості виконуваної роботи вищі, ніж результат, якого реально досягаю в силу обставин.
23. Ситуація на роботі мені здається дуже важкою, напруженою.
24. Зазвичай я кваплю час: швидше б робочий день скінчився.
25. Під час роботи я відчуваю приємне поживлення.
26. Моє бажання навчити школярів не знаходить у них підтримки.
27. Мені здається, що я занадто багато працюю.
28. Останнім часом я ста(в/ла) більш "холодн(им/ою)" до тих, з ким працюю.
29. Останнім часом мене переслідують невдачі.
30. Якби в мене була інша робота, я бу(в/ла) би більш щаслив(им/ою).
31. Я часто працюю через силу.

32. Завдяки своїй роботі я вже зроби(в/ла) у житті багато вартісного.
33. Працюючи з учнями, наче ставлю "екран", що захищає мене від негативних емоцій.
34. Після роботи я відчуваю себе, як "вичавлений лимон".
35. Мені здається, що колеги все частіше перекладають на мене свої проблеми та обов'язки.

*Бланк для відповідей:*

|     |   |    |    |    |    |
|-----|---|----|----|----|----|
| НС  | 1 | 8  | 15 | 22 | 29 |
| ЗК  | 2 | 9  | 16 | 23 | 30 |
| РПО | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 |
| РОД | 4 | 11 | 18 | 25 | 32 |
| ВСП | 5 | 12 | 19 | 26 | 33 |
| ЕС  | 6 | 13 | 20 | 27 | 34 |
| ОВ  | 7 | 14 | 21 | 28 | 35 |

Нижче наводиться "ключ" до методики – перелічуються симптоми і відповідні номери тверджень (ознак).

Знак (–) перед номером означає, що відповідь "так" (+) чи "ні" (–) треба замінити на протилежну. Далі підраховується алгебраїчна сума балів у рядках. Чим вищий підсумковий бал у рядку, тим вища виразність цього симптому "емоційного вигорання".

1. Незадоволеність собою: +1, -8, +15, +22, +29.
2. Загнаність у клітку: -2, +9, +16, +23, +30.
3. Редукція професійних обов'язків: +3, -10, +17, +24, +31.
4. Редукція особистих досягнень: -4, -11, -18, -25, -32.
5. Відсутність соціальної підтримки: +5, -12, +19, +26, +33.
6. Емоційна спустошеність: -6, +13, +20, +27, +34.
7. Особистісна відчуженість (деперсоналізація): +7, -14, +21, +28, +35.

**Тест 3**  
**ДІАГНОСТУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ**  
**ГОТОВНОСТІ ВЧИТЕЛІВ ДО ОПАНУВАННЯ НОВОГО**  
**У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**  
**"Який Ваш творчий потенціал?"**

1. Чи вважаєте Ви, що світ, який Вас оточує, може бути поліпшений?  
а) так;  
**межі допитливості** б) ні, він і так гарний;  
в) так, але тільки в дечому.
2. Чи гадаєте Ви, що можете брати участь у значних змінах довколишнього світу?  
а) так, у більшості випадків;  
**віра в себе** б) ні;  
в) так, у деяких випадках.
3. Чи вважаєте Ви, що деякі з Ваших ідей зумовили б значний прогрес у тій галузі діяльності, в якій працюєте?  
а) так;  
**віра в себе** б) так, за сприятливих обставин;  
в) лише певною мірою.
4. Чи вважаєте, що в майбутньому відіграватиме таку важливу роль, що зможете щось принципово змінити:  
а) так, напевно;  
**віра в себе** б) це малоймовірно;  
в) можливо.
5. Коли вирішуєте розпочати якусь справу, чи думаєте, що здійснили своє починання?  
а) так;  
**віра в себе** б) часто думаєте, що не зумієте;  
в) так, часто.
6. Чи відчуваєте бажання взятися за справу, якої абсолютно не знаєте?  
а) так, невідоме приваблює;  
**межі допитливості** б) невідоме Вас не цікавить;  
в) усе залежить від характеру цієї справи.
7. Вам довелося взятися за незнайому справу. Чи відчуваєте бажання досягти в ній досконалості?  
а) так;  
**межі допитливості** б) будете вдоволені тим, чого встигли досягти;  
в) так, але тільки якщо це подобається.

8. Якщо справа, яку не знаєте, подобається, чи хочете Ви знати про неї все?

- межі допитливості**
- а) так;
  - б) ні, хочете навчитись найголовнішого;
  - в) ні, бажаєте лише задовольнити свою допитливість.

9. Коли Вас спіткає невдача, то:

- стабільність**
- а) певний час наполягаєте на своєму всупереч здоровому глузду;
  - б) облишите справу (розумієте, що вона нереальна);
  - в) продовжуєте робити справу, навіть коли стає очевидним, що перешкоди нездоланні.

10. Професію слід обирати, виходячи із:

- амбіційність**
- а) своїх можливостей, дальших перспектив для себе;
  - б) стабільності, значущості, важливості професії, потреби в ній;
  - в) переваг, які вона забезпечує.

11. Чи могли б Ви, мандруючи, легко орієнтуватися в маршруті, яким уже пройшли?

- міра зосереджуватись**
- а) так;
  - б) ні, боїтеся збитися в дорозі;
  - в) так, але тільки там, де місцевість сподобалась і запам'яталась.

12. Чи зможете зразу після якоїсь бесіди пригадати все, про що говорилося?

- слухова пам'ять**
- а) так, із легкістю;
  - б) усе не зможете;
  - в) запам'ятовується те, що Вас цікавить.

13. Коли чуєте слово незнайомою для Вас мовою, можете повторити його за складами, без помилок, навіть не знаючи його значення:

- слухова пам'ять**
- а) так, без утруднень;
  - б) якщо слово легко запам'ятати;
  - в) повторите, але не зовсім правильно.

14. У вільний час хочете:

- прагнення бути незалежним**
- а) залишитися наодинці, поміркувати;
  - б) перебувати в компанії;
  - в) байдуже, чи будете самі, чи в компанії.

15. Виконуєте справу. Вирішуєте припинити це заняття лише тоді, коли:
- а) справу завершено, вона здається відмінно виконаною;
  - б) більш-менш задоволені;
  - в) ще не все вдалося зробити.
- стабільність**
16. Коли Ви сама:
- а) любите мріяти;
  - б) будь-якою ціною прагнете знайти собі конкретне завдання;
  - в) іноді любите помріяти, але про речі, пов'язані з роботою.
- абстрагування**
17. Коли якась ідея захоплює вас, то починаєте думати про неї:
- а) незалежно від того, де і з ким перебуваєте;
  - б) не можете робити цього лише наодинці;
  - в) лише там, де буде не дуже гамірно.
- абстрагування**
18. Коли обстоюєте ідею:
- а) можете відмовитись від неї, якщо вислухаєте переконливі аргументи опонентів;
  - б) залишитесь при своїй думці, хоч би які аргументи вислухали;
  - в) зміните думку, якщо опір виявиться надто сильним.
- міра зосереджуватись**

За відповідь "а" – 3 б, "б" – 1 б, "в" – 2 б. Загальна сума балів розкриває рівень Вашого творчого потенціалу.

**49 і більше** – маєте значний творчий потенціал, який надає Вам великий вибір творчих можливостей. Якщо зможете застосувати Ваші здібності, доступні різні форми творчості.

**20 – 48** – нормальний твій потенціал. Наділені тими якостями, які дають змогу творити, проте є й проблеми, що гальмують процес творчості. Принаймні Ваш потенціал дасть змогу творчо виявити себе, якщо ви, звичайно, цього побажаєте.

**23 і менше** – твій потенціал, на жаль, невеликий. Проте, можливо, Ви просто недооцінюєте себе, свої здібності. Брак віри в себе.

## Тест 4

### МОЄ ПЕДАГОГІЧНЕ КРЕДО

1. а) дитина – така сама людина, як і я. Я поважаю її права і зважаю на її життєві потреби;  
б) у дитини немає ніякого життєвого досвіду. Я повинна навчити її життя, допомогти сформувати правильні цінності.
2. а) Я бачу всі недоліки своїх учнів і роблю все, щоб вони стали кращими;  
б) приймаю дитину такою, якою є, з усіма індивідуальними особливостями, і відповідно до цього вибудовую стосунки з нею.
3. а) як учитель допомагаю дитині в самостійному оволодінні знаннями і навичками, у формуванні її світогляду;  
б) моє завдання – передати дітям знання і домогтися їх ґрунтовного освоєння.
4. а) вважаю, що дитина спочатку повинна засвоїти те, що напрацьовано наукою, а потім висловлювати погляди;  
б) на уроках заохочую думки і погляди своїх учнів, навіть якщо вони мають розбіжності із загальноприйнятими.
5. а) повагу учнів я можу завоювати своїми діями і вчинками;  
б) вважаю, що учні зобов'язані поважати будь-кого з учителів.

### Педагогічне спілкування

6. а) я дуже швидко розумію, наскільки добре учень знає матеріал. Немає сенсу слухати його до кінця;  
б) Прагну слухати учня не перебиваючи. У разі утруднень можу поставити навіть запитання.
7. а) вважаю своїм обов'язком робити зауваження тим, хто не вміє правильно поводитися на уроці. Якщо це не дає результату, звертаюсь по допомогу до батьків;  
б) коли учні заважають мені проводити урок, я не намагаюся їх усіх перекричати. Тримаю паузу і думаю, як їх залучити до роботи.
8. а) мені цікаві думки педагогів про мій клас. Уважно вислуховую навіть безсторонні міркування;  
б) знаю, що деякі педагоги говорять лише про негативні сторони мого класу. Неприємно це чути.
9. а) часом дні доводять мене до краю, і я не можу стримати себе від вияву негативних емоцій;  
б) якщо на уроці виникає конфліктна ситуація, не стараюся брати гору, не пориваюсь принизити учня. Пропоную розібратися після уроку.
10. а) помічаю, що іноді повертаюсь додому в пригніченому стані. Бачу, що домашнім це не до вподоби. Прагну працювати над собою;  
б) мої домашні часто не розуміють, яка в мене важка робота. І дома я знову змушена всім керувати.

## Другий етап: підраховуємо бали

### Бланк для обробки результатів

| Педагогічні аспекти самодіагностики        | Моє педагогічне кредо |   |   |   |   | Педагогічне спілкування |   |   |   |    | К-ть збігів із ключем |
|--|-----------------------|---|---|---|---|-------------------------|---|---|---|----|-----------------------|
|  | 1                     | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                       | 7 | 8 | 9 | 10 |                       |
| Тенденція до рівноправного співробітництва | А                     | Б | А | Б | А | Б                       | Б | А | Б | А  |                       |
| Тенденція до авторитарної взаємодії        | Б                     | А | Б | А | Б | А                       | А | Б | А | Б  |                       |

Найбільше збігів з 1В. – Ви, без сумніву, здатні до побудови рівноправних взаємин із дітьми, визнаєте їхнє право на самостійність, поважаєте їхнє почуття власної гідності, схильні до аналізу власної професійної д-ті, прагнете до єдності своїх поглядів і дій. Можете працювати з дітьми у режимі діалогових стосунків.

2В. – будете відносини з дітьми переважно з позиції "вчитель завжди має рацію" і не схильні довіряти учням, давати їм можливість виявляти самостійність. Завжди певні своїй правоті і не допускаєте заперечень та ін. думок, не виникає необхідності аналізувати власну діяльність, у разі помилок і невдач схильні перекладати свою провину на дітей та їхніх батьків.

*Педагогічне спілкування (ПС)* комунікативна взаємодія педагога з учнями, батьками, колегами, спрямована на створення сприятливого пед. клімату, психологічну оптимізацію діяльності і стосунків. На практиці воно не завжди виступає як професійне.

| <b>Професійне ПС (+)</b>  | <b>Непрофесійне ПС (-)</b>  |
|---|---|
| + сприяє засвоєнню знань, оптимізує навчальну Д.  | – знижує працездатність   |
| + формує в учня і вчителя впевненість у власному "Я", утверджує гідність  | – викликає невпевненість, страх   |
| + засвоєння знань відбувається як формування ціннісних орієнтацій<br>+ забезпечує входження дитини в культуру (через учителя, стосунки в класі) | – розвиваються стереотипи у поведінці й висловлюваннях (через жорстку регламентацію, копіювання досвіду)<br>– формує негативне ставлення до вчителя, навчання |

**Тест 5**  
**МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ СТРАТЕГІЙ**  
**РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ**  
**(Д. Джосон і Ф. Джонсон)**

**Інструкція:** *Уважно прочитайте вислови і прислів'я. Користуючись наведеною нижче шкалою, визначте, наскільки кожне прислів'я відповідає вашим діям під час конфліктів:*

- 5 – відповідає в усіх випадках;
- 4 – відповідає у більшості випадків;
- 3 – деколи відповідає;
- 2 – відповідає, але дуже рідко;
- 1 – ніколи не відповідає.

|     |   |  |  |
|-----|---|--|--|
| 1.  | Від суперечки легше утриматися, аніж потім здихатися її   |  |  |
| 2.  | Якщо ви не можете примусити людину думати так, як ви робите, то примусьте її робити так, як ви думаєте                        |  |  |
| 3.  | Теплі слова розтоплюють холодне серце   |  |  |
| 4.  | Послуга за послугу  |  |  |
| 5.  | Давай приходь і подумаємо разом   |  |  |
| 6.  | Під час суперечки заслуговує похвали той, хто перший замовкне   |  |  |
| 7.  | Чия сила, того й правда   |  |  |
| 8.  | Солодкі слова роблять солодким рух уперед   |  |  |
| 9.  | Краще синиця у жмені, а ніж журавель у небі   |  |  |
| 10. | Істина знаходиться в знаннях  |  |  |
| 11. | Той, хто б'ється і тікає, доживає до нової битви  |  |  |
| 12. | Той перемагає блискуче, хто при змушує своїх ворогів тікати врозтіч   |  |  |
| 13. | Убий ворога своєю надмірною добротою  |  |  |
| 14. | Чесний обмін думками не приведе до суперечки  |  |  |
| 15. | Ніхто не може претендувати на істину в останній інстанції, але кожний може зробити свій внесок у неї.                         |  |  |
| 16. | Тримайся подалі від тих, хто незгідний з тобою  |  |  |
| 17. | Тільки той, хто вірить у перемогу, перемагає на полі битви  |  |  |
| 18. | Добре слово мало коштує, та дорого цінується  |  |  |
| 19. | Зуб за зуб – це чесна гра   |  |  |
| 20. | Тільки той, хто готовий відмовитися від власного права на істину в останній інстанції, збагатиться від істин, які знають інші |  |  |
| 21. | Уникайте сварливих людей – вони зроблять ваше життя нещасним  |  |  |



|    |   |  |  |
|----|---|--|--|
| 22 | Людина, яка не тікає сама, змушує тікати інших  |  |  |
| 23 | М'які слова забезпечують гармонію   |  |  |
| 24 | Хочеш мати хорошого друга – зроби йому щось приємне   |  |  |
| 25 | Відкрито говори про свої конфлікти і йди їм на зустріч – тільки це приведе до їх найкращого вирішення |  |  |
| 26 | Найкращий спосіб улагодження конфліктів – уникати їх зовсім   |  |  |
| 27 | Займаю тверду рішучу позицію (на тім стою і не можу інакше)   |  |  |
| 28 | Лагідність перемагає гнів   |  |  |
| 29 | Краще щось, аніж нічого з того, що ти хочеш   |  |  |
| 30 | Щирість, чесність і довір'я гори звернуть   |  |  |
| 31 | Немає нічого важливішого, ніж те, за що тобі треба боротися   |  |  |
| 32 | У світі завжди були і будуть переможці і переможені   |  |  |
| 33 | Вони на тебе з каменем, а ти до них з прихильністю  |  |  |
| 34 | Якщо двоє йдуть на компроміс, то справедливе рішення гарантоване                                      |  |  |
| 35 | Правди можна добитися, лише воюючи та воюючи  |  |  |
|    |   |  |  |

***Стратегія розв'язання конфліктів, які визначаються за допомогою методики***

1. ***Черепаха (втеча)***. Черепахи втікають і ховаються у свій панцир, щоб обминати конфлікти. Вони відмовляються від власних цілей та стосунків. Вони тримаються далі як від спірних питань, так і від людей, до яких він причетний. Вони почувають себе безпомічними. Вони вважають, що намагатися вирішувати конфлікт – справа повністю безнадійна. Вони переконані, що легше втекти (фізично та психологічно) від конфлікту, аніж зіткнутися з ним.
2. ***Акула (примус)***. Акули намагаються перемагати опонентів тим, що силоміць примушують їх приймати потрібне їм рішення конфлікту. Для них найважливішими є власні цілі, а стосунки з людиною мають дуже мале значення. Вони будь-якою ціною готові добиватися своїх цілей. Потреби інших людей їх не турбують. Їх мало хвилює те, чи вони комусь подобаються, чи проявляє хтось до них прихильність. Акули переконані, що конфлікти вирішуються тоді, коли один перемагає другого, який програє. Вони хочуть бути переможцями. Перемога на їхню думку, дає людям почуття гордості та успіху. Поразка викликає почуття безсилля, неадекватності і невдачі. Вони намагаються здобути перемогу, приголомшуючи суперників, нападаючи раптово, а також залякуючи або загрожуючи їм з позиції сили.
3. ***Плюшевий ведмедик (згладжування)***. Для ведмедиків – стосунки найважливіші, а власні цілі не мають значення. Ведмедики хочуть

подобатися, хочуть, щоб усі їх любили і цінували. Вони вважають, що краще уникнути конфлікту заради гармонії, і впевнені, що конфлікти неможна обговорювати без шкоди для стосунків. Вони бояться завдати болю, образити, псувати стосунки під час конфлікту. Щоб зберегти стосунки, вони готові пожертвувати особистими цілями. Плюшеві ведмедики немовби кажуть: "Я пожертвую власними цілями, роби все, що ти хочеш, аби тільки я тобі подобався". Плюшеві ведмедики намагаються згладити конфлікт.

4. **Лисиця (компроміс).** Лисиці невибагливі як у своїх цілях, так і в стосунках з іншими людьми. Лисиці шукають компромісу. Вони жертвують частиною своїх домагань під час конфлікту і переконують іншу особу поступитися теж якоюсь часткою своїх цілей. Вони шукають такого рішення конфлікту, коли б обидві сторони мали якусь вигоду – "золоту середину", між двома крайніми позиціями. Вони готові жертвувати заради досягнення згоди для спільного добра як частиною своїх домагань, так і стосунків.

5. **Сова (конфронтація).** Сови дуже високо цінують власні цілі та стосунки. Вони розглядають конфлікти як проблему, яку треба розв'язувати, і шукають таке рішення, яке б задовольнило як їхні власні цілі, так і цілі супротивної сторони в конфлікті. Сови сприймають конфлікти як засіб поліпшення стосунків шляхом послаблення напруження між двома людьми. Вони намагаються розпочати дискусію, яка б задовольнила як їх самих так і іншу особу, сови підтримують стосунки. Сови не заспокоюється чужі цілі. Вони також не заспокоюється доти, доки напруга не спаде і негативні емоції не будуть повністю зняті.

#### Підрахунок кількості набраних балів

| <i>втеча</i> | <i>примус</i> | <i>згладжування</i> | <i>компроміс</i> | <i>конфронтація</i> |
|--------------|---------------|---------------------|------------------|---------------------|
| 1            | 2             | 3                   | 4                | 5                   |
| 6            | 7             | 8                   | 9                | 10                  |
| 11           | 12            | 13                  | 14               | 15                  |
| 16           | 17            | 18                  | 19               | 20                  |
| 21           | 22            | 23                  | 24               | 25                  |
| 26           | 27            | 28                  | 29               | 30                  |

**ДОДАТОК 8**

**Вислови видатних вчених, педагогів**

\* \* \*

*Навчаючи інших, теж навчаєшся.*

Микола Гоголь

\* \* \*

*Учитель готується до гарного уроку все життя... Така духовна і філософська основа нашого фаху і технологія нашої праці.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Щоб відкрити перед учнями іскорку знань, учителю треба увібрати море світла, ні на хвилину не відходячи від променів сонця людської мудрості.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Хороший вихователь повинен обов'язково вести щоденник своєї роботи, в якому записувати окремі спостереження за вихованцями, випадки, які характеризують ту чи іншу особу, бесіди з нею, рух вихованця вперед, аналізувати явища кризи або перелому, які бувають в усіх дітей в різному віці.*

А. Макаренко

\* \* \*

*Педагогічна теорія повинна бути чуйним компасом, що вказує, куди і як вести дитину, світлом, що осяює практику.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Ще раз скажу, – важко сподіватися, що з книги можна навчитися виховувати, але навчитися мислити, увійти у сферу думок про виховання, мені здається, можна.*

А. Макаренко

\* \* \*

*Майстром педагогічної праці найшвидше стає той, хто відчув у собі дослідника.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Треба завжди пам'ятати правило: якомога більше вимог до вихованця, якомога більше поваги до нього.*

А. Макаренко

\* \* \*

*Майстерність вихователя не є якимось особливим мистецтвом, що вимагає таланту, але це спеціальність, якої треба навчити, як треба навчити лікаря його майстерності, як треба навчити музиканта.*

А. Макаренко

\* \* \*

*Гарний учитель не завжди приходиться до школи з уже готовими якостями. Часто доводиться добирати людину, яка має лише відповідні дані для тієї всебічної підготовленості, про яку говорили вище. Потім починається копітка робота з цією людиною і вона стає добрим вчителем насамперед завдяки обстановці творчої праці педагогічного колективу і учнів.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Програми в усіх школах одні й ті ж, підручники однакові, але школи різні, тому що різні вчителі. Школа – це передусім учитель. Особистість учителя – наріжний камінь виховання.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Так, діти ненавидять учителів, від яких ніколи не діждешся схвалення або визнання того, що добре зроблено. А в деяких входить у систему ніколи не хвалити; це вбиває прагнення до досконалості: хто лає, повинен уміти й хвалити.*

К. Ушинський

\* \* \*

*Потрібна маленька монографія на таку тему, як вплив вчителя на характер учнів, вплив міміки вчителя на виховання характеру учнів. Усе це найдрібніші деталі, які вимагають уваги. Адже навіть Гоголь у своєму "Ревізорі" звернув увагу на те, що інший учитель таку фізіономію скорчить, що хоч святих винось.*

А. Макаренко

\* \* \*

*Без особистості педагога – авторитетної, незламної, непохитної в очах вихованців – ідеал перетворюється у покинутий прапороносцем прапор, що лежить мертвим шматком тканини. Коріння багатьох бід виховання власне й криється у тому, що часто вихованця закликають іти за прапором в той час, коли цей прапор ніхто не несе. Бути*

*прапороносцем ідеалу, нести на своєму прапорі вогонь ідеального – ось у чому секрет педагогічного авторитету.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Виховує все: люди, речі, але перш за все – люди. З них на першому місці – батьки і педагоги. З усім складним світом оточуючої дійсності дитина входить у безконечну кількість стосунків, кожний з яких неминуче розвивається, переплітається з іншими, ускладнюється фізичним і моральним зростанням самої дитини.*

А. Макаренко

\* \* \*

*Щоб стати справжнім вихователем дітей, потрібно віддати їм своє серце.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Педагог повинен бути сам вихованою і освіченою людиною. Тому підготовка педагога починається з його власного виховання і освіти.*

П. Блонський

\* \* \*

*Поганий учитель подає істину, добрий – вчить її знаходити.*

А. Дістервег

\* \* \*

*Добрий вихователь відрізняється від поганого тільки кількістю зроблених помилок і завданої дітям шкоди.*

Я. Корчак

\* \* \*

*Майбутнє наших дітей, майбутнє народу – в руках учителя, в його золотому серці.*

О. Фадєєв

\* \* \*

*Якщо медикам ми ввіряємо наше здоров'я, то вихователям ввіряємо моральність і розум дітей наших, ввіряємо їхню душу, а разом з тим і майбутнє нашої вітчизни.*

Дж. Локк

\* \* \*

*Справжня інтелігентність – високий рівень розвитку інтелекту, освіченість у галузі предмета викладання, ерудиція, висока культура поведінки. Без особистого безпосереднього впливу вихователя на вихованця справжнє виховання, що проникає в характер, неможливе.*

*Лише особистість може впливати на розвиток і визначення особистості, лише характером можна створити характер.*

К. Ушинський

\* \* \*

*Щоб відкрити перед учнями іскорку знань, учителеві треба увібрати море світла, ні на хвилину не відходячи від променів вічно сяючого сонця знань, людської мудрості.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Змушений приховувати і обминати труднощі, вихователь легко може деморалізуватись, стати лицемірним, розчаруватись і розледачити... Виникають скарги на невдячну працю: якщо Бог хоче когось покарати, то робить його вихователем.*

Я. Корчак

\* \* \*

*Якщо вчитель має тільки любов до справи, він буде добрим учителем. Якщо вчитель відчуває тільки любов до учня, як батько, мати, він буде кращим за того вчителя, який прочитав усі книжки, але не відчуває любові ні до справи, ні до учня. Якщо учитель поєднує в собі любов до справи і до учнів, він – досконалий учитель.*

Л. Толстой

\* \* \*

*Тільки рішуча людина, енергійна, з твердим характером, така, що знає, чого вона хоче, чому вона хоче і які засоби ведуть до виконання її волі, – тільки така людина може виховати рішучих, енергійних, сильних характером людей.*

А. Дістервег

\* \* \*

*Ви для дитини, а не вона для вас; ви повинні пристосовуватись до її природи, до її духовного стану.*

М. Добролюбов

\* \* \*

*Першою і найбільш потрібною учителеві якістю хай буде добронравність. Бо він є дзеркалом, дивлячись в яке, юнаки бачать весь розквіт добродеті... Отже, хай буде учитель дзеркалом добрих звичаїв, і чого вчить або вчити збирається, те саме, як на зразкові хай показує на самому собі.*

О. Духнович

\* \* \*

*Виховання – велика справа: ним вирішується доля людини.*

В. Белінський

\* \* \*

*Великий той вчитель, який виконує справою чому вчить.*

Катон Старший

\* \* \*

*Інноваційний стиль науково-педагогічного мислення, готовність до створення нових цінностей і прийняття творчих рішень. Справжній учитель не енциклопедичний словник, а Сократ.*

П. Блонський

\* \* \*

*Я кажу вам: без прагнення до наукової роботи вчитель елементарної школи неминуче підпадає під владу трьох педагогічних демонів: механічності, рутинності, банальності. Він дерев'яніє, кам'яніє, опускається.*

А. Дістервег

\* \* \*

*Якщо ви хочете бути улюбленим вчителем, дбайте про те. Щоб вихованцеві було що в вас відкривати. Якщо ж ви кілька років однаковий, якщо минулий день нічого не додав до вашого багатства, ви можете стати обридлим і навіть ненависним... Серця й уми юнацтва можна завоювати в наші дні тим словом*

*моральної краси та інтелектуального багатства, який відкриває перед юнацтвом все нові і нові якості людини.*

В. Сухомлинський

\* \* \*

*Ми повинні самі вірити в те, чому навчаємо наших дітей.*

В. Вільсон

\* \* \*

*Щоб бути хорошим викладачем, необхідно любити те, що викладаєш, і любити тих, кому викладаєш.*

В. Ключевський

\* \* \*

*Шкільні вчителі володіють владою, про яку прем'єр-міністри можуть тільки мріяти.*

У. Черчілль

\* \* \*

*Учитель повинен мати максимум авторитету і мінімум влади.*

Т. Шаш

\* \* \*

*Орел ніколи не втрачав даремно так багато часу, як тоді, коли погодився вчитися у ворони.*

У. Блей

\* \* \*

*Щоб навчити іншого, потрібно більше розуму, ніж щоб навчитися самому.*

М. Монтень

\* \* \*

*Той вчитель хороший, чиї слова не розходяться з ділом.*

Катон Старший

\* \* \*

*Учитель – людина, яка може робити важкі речі легкими.*

Р. Емерсон

\* \* \*

*У вихованні вся справа в тому, хто вихователь.*

Д. Писарєв

\* \* \*

*Тим, хто хоче вчитися, часто шкодить авторитет тих, хто вчить.*

Цицерон

\* \* \*

*Хто осягає нове, плекаючи старе, той може бути вчителем.*

Конфуцій

\* \* \*

*Байдужість, з яким життєрадісна молодість сприймає приписи педагогіки, що суперечать духу часу, в якійсь мірі пояснюється тим, які самі служителі педагогіки, цей клас людей, відокремлений від решти світу особливими схильностями і власними слабкостями.*

К. Фреліх

\* \* \*

*Ті, у яких ми вчимося, правильно називаються нашими вчителями, але не всякий, хто вчить нас, заслуговує це ім'я.*

І. Гете

\* \* \*

*Ми повинні самі вірити в те, чому навчаємо наших дітей.*

В. Вільсон

\* \* \*

*Ми навчаємося, на жаль для школи, а не для життя.*

Сенека



## Сухомлинський про професію вчителя

Головне завдання початкових класів – це навчити дитину вчитися, сформувавши інструмент, без якого дитина стає невстигаючою, нездібною... Цим інструментом є п'ять умінь: вміння спостерігати, думати, висловлювати думку про те, що бачу, роблю, думаю, спостерігаю, читати, писати.

\* \* \*

Урок – це дзеркало загальної і педагогічної культури вчителя, мірило його інтелектуального багатства, показник його світогляду, ерудиції.

\* \* \*

Учитель готується до хорошого уроку все життя... Така духовна і філософська основа нашої професії і технологія нашої праці: щоб дати учням іскорку знань, вчителю треба ввібрати ціле море світла.

\* \* \*

Педагогічна ідея – це крила, на яких підноситься колективна творчість. Ідея надихає колектив, і починається найцікавіше й найпотрібніше в шкільному житті – колективна дослідницька робота.

\* \* \*

Творчість – це не сума знань, а особлива спрямованість інтелекту, особливий взаємозв'язок між інтелектуальним життям особистості і проявом її сил в активній діяльності.

\* \* \*

Серце віддаю дітям.

\* \* \*

Кожна дитина повинна бути щасливою.

\* \* \*

Несу любов до дитини через усе життя...

\* \* \*

Вчительська професія, – це людинознавство, постійне, те, що ніколи не припиняється, проникнення у складний духовний світ людини. Чудова риса – постійно відкривати в людині нове, дивуватися новому, бачити людину в процесі її становлення – один із тих корінь, які живлять покликання до педагогічної праці.

\* \* \*

Ми маємо справу з найскладнішим, неоціненним, найдорожчим, що є в житті, – з людиною.

\* \* \*

Наша праця – формування людини, і це покладає на нас особливу відповідальність, яку ні з чим не зіставити.

## **Властивості педагогічної професії**

*Ми маємо справу з найскладнішим, неоціненним, найдорожчим, що є в житті, – з людиною. Від нас, від нашого вміння, майстерності, мистецтва, мудрості залежить її життя, здоров'я, розум, характер, воля, громадянське й інтелектуальне обличчя, її місце і роль у житті, її щастя.*

*\* \* \**

*... завдання – боротися за людину, переборювати негативні впливи і давати простір позитивним.*

*\* \* \**

*Об'єкт нашої праці – найтонші сфери духовного життя особистості, яка формується, – розум, почуття, воля, переконаність, самосвідомість". Впливати тим же. Найважливіші інструменти впливу – слово, краса докільця і мистецтва.*

## **Якості педагога-майстра**

*Учительська професія – це людинознавство, постійне проникнення в складний духовний світ людини, який ніколи не припиняється... Це подив перед багатогранністю і невичерпністю людською.*

*\* \* \**

*... практична педагогіка – це знання й уміння, не тільки доведені до ступеня майстерності, але й підняті до рівня мистецтва... виховувати й відчувати її індивідуальний світ.*

*\* \* \**

*Наріжний камінь педагогічного покликання – це глибока віра в можливість успішного виховання кожної дитини". Терплячість до дитячих слабостей, мудрість в розумінні дитини, конфліктів.*

*\* \* \**

*Гармонія серця і розуму педагога. Чуйність, сердечна турбота про людину – це плоть і кров педагогічного покликання.*

\* \* \*

*Уміння настроювати себе на задушевну розмову з учнем, особливо з підлітком, надзвичайно важливе в тій майстерні педагогічних засобів, яку повинен створити для себе кожний учитель. Це вміння треба виховувати в собі, створювати, удосконалювати, "відшліфувати", робити тоншим і більш дійовим... необхідно глибоко проникати в душу дитини, вдумуватися в те, чим вона живе, як вона дивиться на світ, чим є для неї люди, що оточують її.*

\* \* \*

*Дорогий мій колега, щоб стати справжнім вихователем, треба пройти цю школу сердечності – протягом тривалого часу пізнавати серцем усе, чим живе, що думає, з чого радіє й чим засмучується ваш вихованець. Це одна з найтонших речей у нашій педагогічній справі.*

## А

**Абітурієнт** (від лат. *abituriens* – той, що збирається йти) – особа, яка закінчує середній навчальний заклад. В Україні з кінця 50-х років нашого століття термін "абітурієнт" набув іншого значення – той, що вступає до вищого або середнього спеціального навчального закладу.

**Авторитет учителя** – загально визнана учнями та їхніми батьками значущість достоїнств учителя й заснована на ньому сила його виховного впливу на дітей. До таких достоїнств належать висока духовність, культура, інтелігентність, ерудиція, високі моральні якості, педагогічна майстерність.

**Адаптація** (від лат. *adaptatio* – пристосовую) – здатність організму пристосовуватись до різних умов зовнішнього середовища.

**Аспірантура** (від лат. *aspirans* – той, хто прагне до чогось) – форма підготовки науково-педагогічних і наукових кадрів.

## Б

**Бібліографія** – галузь науково-практичної діяльності, завданням якої є бібліографічна інформація про твори друку (чи інші документи) з метою впливу на використання їх у суспільстві.

**Бібліотека** (від грец. – книгосховище) – культурно-освітній і науково-інформаційний заклад, який збирає і зберігає друковані й рукописні матеріали, організовує громадське користування літературою й провадить довідково-бібліографічну роботу. Бібліотеки були відомі ще в давньому світі. В Київській Русі найдавнішими були бібліотека Софійського собору (засн. 1037) й Києво-Печерського монастиря (XI ст.).

**Болонський процес** – процес структурного реформування національних систем вищої освіти країн Європи, зміни освітніх програм і потрібних

інституційних перетворень у вищих навчальних закладах Європи. Його метою є створення до 2010 року європейського наукового та освітнього простору задля підвищення спроможності випускників вищих навчальних закладів до працевлаштування, поліпшення мобільності громадян на європейському ринку праці, підняття конкурентоспроможності європейської вищої школи. На сьогодні 46 європейських країн, включно з Україною, є його учасниками.

## В

**Вербальна** (лат. verbalis, від verbum – слово) **комунікація** (лат. communicatio – зв'язок, повідомлення) – процес взаємообміну інформацією шляхом мови (усної, писемної, внутрішньої), який відбувається за своїми внутрішніми законами, вимагає активної розумової діяльності та ґрунтується на певній системі усталених норм.

**Види спілкування** – вербальне, невербальне, мануальне (від лат. Manualis – ручний), технічне, матеріальне, біоенергетичне, комп'ютерне.

**Викладач у широкому розумінні слова** – працівник вищої, середньої спеціальної або загальноосвітньої школи, який викладає якийсь навчальний предмет; **у вузькому розумінні слова** – штатна посада у вузах і середніх спеціальних навчальних закладах.

**Виховання національне** – історично зумовлена і створена етносом система виховних ідеалів, поглядів, переконань, традицій, звичаїв, спрямованих на доцільну організацію діяльності членів суспільства, в процесі якої відбувається процес оволодіння морально-духовними цінностями народу, забезпечується єднання і спадкоємність поколінь, соборність народу.

## Г

**Гуманізм** (від лат. humanus – людський, людяний) – прогресивний напрям духовної культури, що звеличує людину як найбільшу цінність у світі, утверджує право людини на земне щастя, захист прав на свободу, всебічний розвиток і прояв своїх здібностей.

## Д

**Декан** (від лат. decanus, букв. – десятник) – у вищому навчальному закладі керівник факультету, Д. відповідає за якість навчально-виховної й наукової роботи на факультеті, є головою ради факультету.

**Державний стандарт освіти** – сукупність єдиних норм і вимог до рівня освітньої підготовки у певних навчально-виховних закладах.

**Дидактика** (від гр. didaktikos – навчаю) – галузь педагогіки, яка розробляє теорію освіти й навчання.

**Динаміка конфлікту** – складається із 3-х фаз: 1 – нарощування, 2 – реалізація, 3 – затухання. Для блокування конфлікту необхідно перевести його з площини комунікативної взаємодії в площину предметної взаємодії.

**Дипломна робота** – заключна робота навчально-дослідного характеру, яка виконується студентами, що закінчують університети, економічні та інші гуманітарні вищі навчальні заклади. У вищих технічних навчальних закладах в окремих випадках за дозволом кафедр допускається замість дипломного проекту захист дипломної роботи теоретичного або експериментального характеру. В педінститутах студентам дозволяється замість державного екзамену з відповідного предмета захищати курсову роботу, яка задовольняє вимоги Д. р.

**Дискусія** (лат. discussion – розгляд) – широке публічне обговорення спірного питання.

**Диспут** (лат. dispute – міркую, сперечаюсь) – спір на наукову, літературну чи іншу тему.

**Дистанційне навчання** – цілеспрямований процес діалогової взаємодії суб'єктів комунікації незалежно від їх розміщення в просторі й часі, що передбачає комунікацію між учителем та учнями за допомогою спеціальних технічних засобів (компакт-диски, комп'ютерні мережі, аудіографічна форма, відеоконференції та ін.).

**Дисципліна** (від лат. disciplina – учення, виховання, розпорядок) – певний порядок поведінки людей, що забезпечує узгодженість дій у суспільних відносинах, обов'язкове засвоєння й виконання особистістю встановлених правил.

**Діалог** (грец. dialogos – бесіда, розмова) – репліки у процесі комунікації двох або кількох осіб.

**Домашня навчальна робота** – форма організації навчання, яка передбачає самостійне виконання учнями (студентами) навчальних завдань у позааудиторний час (безпосередньо вдома, в групах подовженого дня та ін.).

## Е

**Екзамен** – (лат., зважування, досліджування, випробування) перевірка, іспит з якого-небудь навчального предмета. Е. у вищій школі проводяться з теоретичних предметів. Вони можуть бути вступними, семестровими (в середині навчального року), курсовими (наприкінці навчального року) і державними (після закінчення всього курсу вузу). Одним з видів перевірки та обліку знань студентів у вищих навчальних закладах є також заліки.

**Електронна пошта** – оперативне листування віддалених суб'єктів шляхом приймання і відправлення електронних листів з одного комп'ютера на інший глобальної мережі.

**Емоційне вигорання** – це синдром, що розвивається на тлі безперервного впливу на людину стресових ситуацій і призводить до інтелектуальної, душевної і фізичної перевтоми та виснаження.

**Етикет** (франц. etiquette) – усталений порядок поведінки особи; сукупність правил поведінки (ритуалів), що регулюють зовнішній вияв відносин між людьми, культури особистості.

## Ж

**Жести** (лат. gestus – положення, поза, рух тіла) – рухи, які мають сигнальне значення; виражальні рухи головою, рукою у процесі комунікації.

## І

**Ідеал** (від гр. idea – уявлення, ідея) – поняття моральної свідомості і категорія етики, що містить у собі вищі моральні вимоги, можлива реалізація яких особисто дала б змогу їй набути досконалості; образ найбільш цінного і величного в людині.

**Імідж вчителя** – (від лат. "imago", тобто "імітувати", у перекладі з англійської мови "образ"), це професійний образ, який створює вчитель відповідно до його уявлень про зовнішній вигляд, поведінку і характер діяльності в заданій ситуації.

**Імпровізація педагогічна** (від лат. improviso – несподіваний, раптовий) – діяльність учителя чи вихователя, що здійснюється в ході педагогічного спілкування без попереднього обдумування.

**Індивідуальність** (від лат. individuum – неподільне) – людина, особистість, яка відрізняється сукупністю рис, якостей, своєрідністю психіки, поведінки та діяльності, що підкреслюють її самобутність, неповторність.

**Інновація** (лат. in – в, novus – новий) – 1) нововведення, цілеспрямовані зміни, що вносять у середовище нові стабільні елементи, котрі призводять до переходу системи з одного стану в інший; 2) нововведення в педагогічній системі, що покращують перебіг і результати навчально-виховного процесу.

**Інтонація** (від лат. Intono – голосно вимовляю) – термін у психолінгвістиці, що характеризує певний ритмомелодійний лад мовлення. Виявляється в підвищенні або пониженні тону при вимові.

**Інтуїція** (від лат. intuito, від intueor – уважно дивлюся) – процес безпосереднього одержання знання за допомогою цілісного охоплення проблемної ситуації без доведення.

## К

**Кафедра** (від гр. kathedra – сидіння, стілець): 1) місце для викладача, промовця; 2) у вищих навчальних закладах – основний навчально-науковий підрозділ, що здійснює навчальну, методичну і науково-дослідну роботу з однієї або кількох споріднених дисциплін.



**Комп'ютерна комунікація** – процес взаємообміну інформацією між суб'єктами за допомогою вербальних і невербальних комунікативних систем, опосередкований комп'ютерними засобами комунікації.

**Комунікабельність** (від лат. communico – з'єдную, повідомляю) – риса особистості, здатність її до спілкування з іншими людьми, товариськість.

**Комунікативні бар'єри** – абсолютна чи відносна, суб'єктивно пережита чи реально наявна перешкода ефективній комунікації.

**Комунікація** (лат. communicatio – зв'язок, повідомлення) – специфічний процес взаємообміну інформацією у системах "людина – людина", "людина – комп'ютер", "людина – комп'ютер – людина"; процес самостійного пошуку інформації та її використання з метою самовдосконалення особистості, збагачення її за рахунок інформації.

**Конспект** (від лат. conspectus – огляд) – коротке письмове викладення змісту книги, статті, усного виступу.

**Конфлікт** – зіткнення особистостей, їх ідей, інтересів, потреб, оцінок, рівня, прагнень, а також якнайвище загострення протиріч, що пов'язані з гострим емоційним переживанням.

**Культура мови** – галузь знань, яка вивчає нормативність мови, її відповідність суспільним вимогам; індивідуальна здатність особи вільно володіти різними функціональними стилями.

**Культура мовлення** – упорядкована сукупність нормативних мовленнєвих засобів, вироблених практикою людського спілкування, які оптимально виражають зміст мовлення і задовольняють умови і мету спілкування.

**Куратор** (від лат. curator, від curare – піклуватися, турбуватися): 1) попечитель, опікун; 2) особа, якій доручено загальний нагляд за якоюсь роботою; 3) людина, яка здійснює нагляд за навчально-виховним процесом у студентській групі.

## Л

**Лекція** (від лат. lectio – читання) – це метод навчання, що передбачає використання попереднього досвіду учнів з певної галузі знань і на основі цього залучення їх за допомогою діалогу до усвідомлення нових явищ, понять або відтворення вже набутих.

**Локальна комп'ютерна мережа (Internet)** – сукупність серверів (підключений до мережі комп'ютер, що надає її користувачам певні послуги; джерело ресурсів мережі) і робочих станцій (комп'ютер, підключений до мережі, через який користувач отримує доступ до її ресурсів).

## М

**Магістратура** (від лат. magistratus – сановник, начальник) – керівний орган у вищих навчальних закладах, які здійснюють підготовку магістрів.

**Міміка** (грец. mimikos – наслідувальний) – зовнішній прояв психічних станів, передусім емоційних, через сукупність координованих рухів м'язів обличчя; виражальні рухи м'язів обличчя.

**Мовлення** – процес добору і використання засобів мови для спілкування з іншими членами певного мовного колективу; форма існування живої мови.

**Монолог** – тривале говоріння однієї особи, не розраховане на негайну словесну реакцію у відповідь; акт тривалого і цілеспрямованого впливу на слухачів.

## Н

**Невербальна комунікація** – процес взаємообміну інформацією шляхом використання для передавання повідомлень немовних засобів комунікації.

## О

**Освіта вища** – система освіти, що передбачає забезпечення фундаментальної, загальнокультурної, практичної підготовки фахівців, які мають визначати темпи і рівень науково-технічного, економічного та соціально-культурного процесу, формування інтелектуального потенціалу суспільства.

## П

**Пантоміміка** – виражальні рухи всього тіла або окремої його частини.

**Пам'ять** – здатність організму зберігати й відтворювати інформацію про зовнішній світ та про свій внутрішній стан для подальшого її використання у процесі життєдіяльності.

**Педагогіка** (від гр. *paides* – діти; *ago* – веду) – наука про навчання, освіту та виховання людей відповідно до потреб соціально-економічного розвитку суспільства.

**Педагогіка вальдорфська** – сукупність методів і прийомів виховання та навчання, які ґрунтуються на антропософській (антропософія – релігійно-містичне вчення, що ставить на місце Бога обожнену людину) інтерпретації розвитку людини як цілісної взаємодії тілесних, душевних і духовних чинників.

**Педагогіка народна** – галузь емпіричних педагогічних знань і народного досвіду, які відображують погляди на систему, напрями, форми, засоби виховання і навчання підростаючого покоління.

**Педагогічне спілкування** – система соціально-психологічної взаємодії між учителем та учнем, спрямована на створення оптимальних соціально-психологічних умов для спільної діяльності.

**Педагогічний діалог** – дія в педагогічному процесі, яка дає змогу кожному партнерові самовиразитись у спілкуванні.

**Педагогічна діяльність** – це взаємодія між учителем та учнем (або колективом учнів), при якій та в результаті якої відбувається розвиток як учнів, так і вчителя.

**Педагогічна емпатія** – здатність вчителя до емоційної ідентифікації себе з учнем, уміння співпереживати дітям, віддзеркалювати у власній психіці їхні радощі та смутки, проблеми та інтереси, виявляти можливість поставити себе на місце інших.

**Педагогічна імпровізація** – 1) творче використання особистих і професійних рис в організації навчально-виховного процесу; 2) знаходження нового, неочікуваного задуму.

**Писемне мовлення** – мовлення, зафіксоване на папері за допомогою спеціальних графічних знаків.

**Практичні заняття** – форма навчального заняття, при якій викладач організує детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень навчальної дисципліни та формує вміння і навички їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання студентом відповідно сформульованих завдань.

**Проректор** – заступник ректора вищого навчального закладу.

**Професіограма** – опис вимог, соціально-психологічних і фізичних особистісних якостей, які висуває певна професія.

**Професія** (від лат. *professio* – офіційно зазначене заняття) – вид трудової діяльності, що потребує певних знань і трудових навичок та є джерелом існування, життєдіяльності.

## Р

**Релаксація** (від лат. *Relaxatio* – зменшення, ослаблення) – перехід системи у стан рівноваги, розслаблення. Релаксація є компонентом регуляції глибинних психофізіологічних процесів, засобом зняття нервово-психічної напруги (аутогенне тренування), психогігієнічного очищення.

**Ректор** (латин. *rector* – управитель, керівник, від *rego* – керую) – особа, яка очолює вищий навчальний заклад.

**Реферат** (від лат. *refere* – доповідати, повідомляти) – коротке викладення змісту прочитаної книги, наукової роботи, повідомлення за результатами дослідженої наукової проблеми.

## С

**Самовиховання** – усвідомлена, систематизована і цілеспрямована діяльність особистості, спрямована на формування й удосконалення її позитивних якостей та подолання негативних.

**Самоврядування** – це добровільне об'єднання студентів, яке самостійно та під свою відповідальність вирішує питання, які стосуються інтересів студентства.

**Самоконтроль** – у психології один з виявів усвідомлюваної регуляції людиною власної поведінки та діяльності з метою забезпечення відповідності їх результатів поставленим цілям, пред'явленим вимогам, нормам, правилам, зразкам.

**Самоосвіта** – один з напрямків самовиховання, самостійне здобуття знань, умінь, навичок.

**Самооцінка** – вияв оцінного ставлення людини до себе.

**Самопізнання** – дослідження, пізнання самого себе. Здатність до самопізнання притаманна лише людині; здійснюється за допомогою розуму.

**Саморегуляція** – здатність людини керувати собою на основі сприймання й усвідомлення актів своєї поведінки та власних психічних процесів.

**Самостійна робота студента** – основний засіб оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних занять.

**Семінар** – форма групових занять з якого-небудь предмета або теми студентів вузів, учнів середньої школи та ін., що відбуваються під керівництвом викладача.

**Спеціальність** – необхідна для суспільства обмежена галузь застосування фізичних і духовних сил людини, що дає їй можливість отримати необхідні засоби для життя; комплекс набутих людиною знань і практичних навичок для заняття певним видом діяльності.

**Староста студентської групи** – студент академічної групи ВНЗ, який формально вважається головою групи та виконує деякі адміністративні функції, проміжна ланка між студентами та адміністрацією навчального закладу.

**Стиль педагогічного спілкування** – усталена система способів та прийомів, які застосовує вчитель під час взаємодії.

**Стиль авторитарний** (від фр. *autoritaire* – владний, лат. *aus-toritas* – влада, вплив) – стиль спілкування, що ґрунтується на беззаперечному підкоренні окремої людини або колективу владній особистості.

**Стиль демократичний** (від гр. *demokratia* – влада народу, народовладдя) – врахування думки й волі колективу в організації життєдіяльності вихованців.

**Стиль ліберальний** (від лат. *liberalis* – вільний) – безпринципне байдуже ставлення до негативних дій вихованців, потурання учням.

**Стрес** (від англ. *stress* – букв. – тиск, напруження) – 1) емоційний стан організму; виникає в напружених обставинах у відповідь на невизначені для організму подразники; 2) комплексна психофізична реакція організму людини, яка складає сукупність стереотипних, неспецифічних реакцій, що ведуть до фізичної та психічної активності, напруги. Його фази: 1) реакція збудження – фаза мобілізації сил організму, 2) напруження, 3) виснаження.

У

**Усне мовлення** – засіб безпосередньої комунікації в присутності обох мовців чи обох сторін, яка відбувається завдяки сприйманій органами слуху усній артикуляції мовних звуків і розрахована на передавання інформації іншим людям з метою впливу на їхню поведінку й діяльність.

**Учитель** – фахівець, який має спеціальну підготовку і здійснює навчання та виховання підростаючого покоління.

## Ч

**Читання** – процес сприйняття й смислового оброблення (розуміння) писемного мовлення; процес комунікації посередництвом мовлення ("автор – читач").

## Х

**Харизма** (від гр. милість, благодать, божий дар, подарунок) – приписування особистості властивостей, які викликають поклоніння перед нею і беззастережну віру в її можливості.

## Ш

**Школа передового досвіду** – одна з форм передавання й поширення кращого педагогічного досвіду школам безпосередньої демонстрації зразків навчальної і виховної роботи, особливо були поширені в 60-ті роки.

### **Рецепт учительської молодості**

*Систематично вживай:*

*бальзам мудрості, коктейль творчості,  
каву бадьорості, відвар пунктуальності,  
настій терпимості, екстракт людяності.*

*Виконуй усе це ретельно і будеш вічно молодим, учителю.*

### **Рецепт учительського щастя**

*Візьміть чашу терпіння,*

*Наповніть серце любов'ю,*

*Вкиньте дві жмені щедрості,*

*Хлюпніть туди ж гумору,*

*Посипте добром,*

*Додайте якомога більше віри,*

*І все це добре перемішайте.*

*Потім намажте на шматок відпущеного вам життя*

*І пропонуйте всім, кого зустрінете на своєму шляху.*

### **Гуманістичні принципи педагогіки**

*1. Пізнання багатогранності дитини.*

*2. Віра в її неповторність і талановитість.*

*3. Визнання природного оптимізму дитини.*

*4. Обережне звернення до її душі й розуму.*

*5. Захист багатства людської природи в дитячій душі.*

*6. Виховання в учнів самоповаги.*

*7. Утвердження краси в природі та в людині.*

### **Вимоги до діяльності вчителя**

*1. Систематичне піклування про всебічний розвиток дитини.*

*2. Любов до дітей і кожної окремої дитини.*

*3. Повага до дитини, вміння бачити в кожній людині особистість.*

*4. Віра в дитину як запорука педагогічного успіху.*

*5. Глибоке знання дитини.*

*6. Розуміння дитини – педагогічна емпатія.*

*7. Бережливе ставлення до духовного світу і природи дитини.*

*8. Вміння розвивати у дитини почуття власної гідності.*

*9. Вміння включати дитину в коло інтересів, життя і турбот інших людей.*

10. Бути другом, мудрим радником дитини.

### **Правила спілкування**

1. Щиро цікавтеся іншими людьми.
2. Посміхайтеся – це ключ до симпатії.
3. Пам'ятайте, що ім'я людини – найсолодший і важливіший для неї звук.
4. Будьте хорошим слухачем ( стимулюйте, заохочуйте інших піклуватись про себе ), явний скандаліст і критик пом'якшується в присутності терплячого слухача.
5. Завжди запевняйте співрозмовника у значимості його особистості.
6. Давайте іншим те, що хотіли б отримати від інших.
7. Вчіться у кожної людини.

### **Десять правил уміння слухати**

1. Перестаньте постійно говорити.
2. Допмагайте співрозмовнику відкритися до спілкування.
3. Продемонструйте, що ви готові слухати.
4. Усуньте роздратовані моменти, не стукайте по столу, не перекладайте папери, не малюйте під час розмови.
5. Співпереживайте співрозмовнику.
6. Будьте терплячі: не економте час, не перебивайте, не крокуйте до дверей.
7. Стримуйте емоційний характер і роздратованість, надавайте словам емоційного змісту.
8. Не допускайте суперечок ( перемога в суперечці – це поразка).
9. Задавайте питання, які стимулюють співрозмовника і свідчать про те, що ви його слухали.
10. Щоб слухати, необхідні обидва вуха: перше сприймає зміст, друге чуттєво відображує його.

### **Заповіді педагогічного спілкування (за В.Сухомлинським)**

1. Відносини з дітьми – фундамент діяльності педагога.
2. У спілкуванні виходити з мети, завдань виховання, інтересів дитини.
3. Орієнтуватись на співрозмовника.
4. Не обмежуватися інформацією, аналізувати мотиви.
5. Усвідомлювати психологічну атмосферу (співпереживати).
6. Самокритичність. Не жалітися на учнів.
7. Вміти слухати і поважати співрозмовника. Тактовність. Взаємність у спілкуванні.
8. Динаміка, розвиток, ініціативність у спілкуванні.
9. Уникати моралізму та негативних установок спілкування.



10. Виключати "голу" критику. Вчасно похвалити чи пожурити. Не бійтеся бути ласкавими, частіше посміхатися, схвалювати, заохочувати.

### **Як не згоріти на роботі**

#### ***Природні способи регуляції***

- сон;
- смачна їжа;
- спілкування з природою і тваринами;
- баня;
- масаж;
- рух;
- танці;
- музика.

#### ***Прийоми саморегуляції, які можна використовувати на роботі***

- посмішка;
- гумор;
- роздуми про хороше, приємне;
- різні рухи на кшталт потягування;
- розслаблення м'язів;
- спостереження за пейзажем за вікном;
- розглядання квітів у приміщенні;
- розглядання фотографій;
- мисленнєве звернення до Бога;
- "купання" в сонячних променях;
- вдихання свіжого повітря;
- читання віршів;
- висловлювання похвали;
- висловлювання компліментів.

#### **Головними рисами вихователя-гуманіста є :**

1. Мудра любов і влада педагога над розумом і душею дитини.
2. Багатство думки, висока загальна культура.
3. Спільні з дитиною погляди на життя, людину як найвищу цінність.
4. Здатність зцілення душевних ран дитини.
5. Ніжне, ласкаве ставлення до дитини.

|  |     |
|--|-----|
| <b>ПЕРЕДМОВА</b> .....   | 3   |
| <b>I. Програма навчальної дисципліни<br/>"ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ"</b> .....                            | 7   |
| <b>II. Методичне забезпечення курсу<br/>"ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ"</b>                                   |     |
| Лекційний курс.....  | 16  |
| Практичний курс .....  | 22  |
| Тематика самостійної роботи та<br>методичні рекомендації до її виконання .....                         | 35  |
| Індивідуальні навчально-дослідні<br>та творчі завдання .....   | 37  |
| Тематика рефератів та доповідей .....  | 38  |
| Питання до заліку .....  | 40  |
| <b>III. Додатки</b>  |     |
| Додаток 1. Професіограма вчителя початкових класів .....   | 41  |
| Додаток 2. Формування іміджу педагога – вимога<br>сучасності.....                                      | 51  |
| Додаток 3. Культура педагогічного спілкування.<br>Розвиток комунікативних<br>здібностей вчителів ..... | 55  |
| Додаток 4. Профілактика професійного<br>вигорання педагогів.....                                       | 75  |
| Додаток 5. Прийоми тайм-менеджменту .....  | 89  |
| Додаток 6. Прийоми самовиховання вчителя .....   | 94  |
| Додаток 7. Тестові діагностичні методики .....   | 96  |
| Додаток 8. Вислови видатних вчених, педагогів.....   | 108 |
| Додаток 9. Словник термінів.....   | 117 |
| Додаток 10. Педагогічна скарбничка.....  | 128 |

# НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

Марина Валеріївна Коновальчук,

Юлія Миколаївна Носко

## ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ

### ПРОГРАМА

ТА НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ  
ДЛЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ  
"ПОЧАТКОВА ОСВІТА"

Технічний редактор *О. Клімова*

Комп'ютерна верстка  
та макетування *О. Клімова, Л. Бивалькевич*

Комп'ютерний набір *М. Коновальчук, Ю. Носко*

Ілюстрацію до посібника виконано  
студенткою факультету  
початкового навчання *І. Шевцовою*

*Свідоцтво про державну реєстрацію  
друкованого засобу масової інформації  
серія КВ № 17500-6250 ПР від 16.11.2010 р.*

---

Підписано до друку 20.01.2010 р. Формат 60 x 90 1/16.  
Папір офсетний. Друк на різнографі.  
Ум. друк. арк. 7,67. Обл.-вид. 6,29.  
Наклад 100 прим. Зам. № \_\_\_\_\_  
Редакційно-видавничий відділ ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка.  
14013, вул. Гетьмана Полуботка, 53, к. 208.  
Тел. 65-17-99.