

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КОМФОРТ НА УРОКЕ КАК УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА С ОВЗ

Прысь О.Е.

Казенное общеобразовательное учреждение Воронежской области  
«Павловская школа-интернат №2 для обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья», г. Павловск

Психологическая безопасность – важнейшее условие полноценного развития слабовидящего ребенка. Школа должна стать для ученика с ОВЗ не только местом, где он получает знания, но и пространством полноценного взросления, средой становления успешных, здоровых людей. Это возможно только в атмосфере душевного комфорта и благоприятного социально-психологического климата в школе – интернате. А для этого, урок как образовательное пространство, должен быть территорией безусловной психологической безопасности.

Благоприятный климат на уроке зависит от многих факторов. Учителю важно помнить, что психологический климат на уроке начинает создаваться вне урока. Взаимоотношения учителя с учениками – важнейшее условие психологической атмосферы урока. Как учитель относится к работе, как разговаривает с детьми, с родителями, другими учителями, радуется ли он успехам детей и как он радуется, как он выражает свои эмоциональные чувства, как он ими владеет.

Для создания психологического комфорта на своих уроках я использую различные приёмы и методы. Важный момент – это психологическая установка, создание положительного настроения на работу. В начале урока, чтобы добиться позитивного настроения, я использую:

1) стихотворные строки:

Добрый день, добрый час.

Как я рада видеть вас!

Прозвенел звонок,

Начинается урок.

2) речевые настройки:

Я рада видеть вас таких красивых, добрых, с хорошим настроением! Этот день мы проведем вместе. Пусть вам он принесет радость и много новых интересных впечатлений. Давайте радовать друг друга!

Сегодня на улице пасмурно и сыро, а в нашем классе светло и тепло! А от ваших светлых улыбок становится весело. Ведь каждая улыбка – это маленькое солнышко, от которой становится тепло и хорошо. Поэтому я предлагаю вам чаще улыбаться друг другу и дарить окружающим хорошее настроение! И пусть хорошее настроение не покидает нас целый день!

3) игры:

«Пожелание на день»

Дети высказывают друг другу пожелания на сегодняшний день или желают что-то хорошее.

4) упражнение «Волшебная поляна» (Предварительно надо вырезать цветы разного цвета).

Учитель: «На улице осень, отцвели цветы, осыпались листья, и настроение стало осенним. Все эти цветы (показывает на вырезанные цветы) раньше росли на большой солнечной поляне. Представьте, что наш класс и есть волшебная солнечная поляна. Чтобы развеять осеннюю тоску и добавить нам на урок летнего настроения, давайте прикрепим цветок там, где вам понравится. Посмотрите – в комнате стало теплее и веселее, потому что зацвели цветы, а с ними и ваши лица. Пусть так и будет всегда! Будьте всегда цветущими, с хорошим настроением.

Одной из самых главных и сложных задач в работе педагога со слабовидящими детьми является создание психологического комфорта в течение урока. Главным аспектом, который обеспечивает развитие личности, выступает эмоционально-психологический настрой учащихся. Благодаря этому ребенок с ОВЗ развивается, показывает свои способности, активно общается с преподавателем и сверстниками, или, наоборот, становится пассивным,

замкнутым и отстраненным. В своей работе я применяю такие формы работы, которые помогают детям получить психологическую зарядку.

### 1. Упражнения-энергизаторы

#### Энергизатор «Ладони»

Участники стоят в кругу. Ведущий начинает какое-то движение и передает его соседу справа, который в свою очередь передает это движение также соседу справа. Сосед справа продолжает выполнять данное движение до тех пор, пока не получит от соседа слева новое движение, которое он должен передать. Затем ведущий начинает другое движение и т. д.

Движения:

- а) трение ладони о ладонь;
- б) щелканье пальцами;
- в) хлопанье ладонями по бедрам;
- г) топанье ногами;
- д) хлопки

Упражнение способствует развитию внимания. Может использоваться при переключении с одного вида деятельности на другой.

### 2. Логические разминки.

#### Упражнение «Предложения»

Учитель предлагает ученикам четыре разные буквы, например: (С, О, Х, Д). Ребятам необходимо в режиме «мозгового штурма» составить наибольшее количество предложений, состоящих из четырех слов, где каждое слово будет начинаться на определенную букву. Например: «Сегодня очень хороший день»

#### Упражнение «Слова-перевертыши»

Учитель пишет на доске или произносит вслух ряд слов не связанных между собой по смыслу. Задача учащихся – прочитать или, восприняв на слух, произнести предложенные слова «наоборот». Например: кино – оник, такси – искарт, дерево – оверед.

#### Упражнение «Взаимосвязь»

Учитель просит учащихся по «цепочке» назвать ассоциации к существительному и добавить к нему прилагательное, глагол, таким образом, чтобы получилось словосочетание. Педагог озвучивает ключевое сочетание слов, первый ученик продолжает, затем второй ученик.

Например: «молоко тёплое, конфета сладкая, девочка гуляет».

Упражнение «Признаки»

Учитель просит назвать как можно больше разных предметов, обладающих определенными озвученными признаками. Например: назовите все цветные стеклянные предметы; назовите все деревянные предметы большого размера.

3. Релакс – паузы.

Упражнение «Расслабляющее дыхание»

Учитель просит учащихся сесть максимально удобно и выполнить предложенное задание. Инструкция: «Закройте глаза. Держите спину прямо, чтобы можно было свободно дышать. Медленно и глубоко вдохните через нос. Дышите полной грудью и диафрагмой одновременно. Медленно и полностью выдохните через рот. Во время дыхания при каждом медленном вдохе говорите про себя «Я», при выдохе «Расслабляюсь». Это упражнение повторяют 3-4 раза.

Представьте, что теплые солнечные лучи согревают ваше тело, как будто проникают внутрь и образуют вокруг солнечного сплетения мягкую теплую зону... Каждый выдох – и приятные волны тепла и расслабления от солнечного сплетения растекаются по всему вашему телу... Выдох - и теплые волны растекаются в стороны, по мышцам грудной клетки, к спине... Выдох - и приятное тепло наполнило руки... Выдох - расслабляющая теплота спустилась вниз, к ногам, до кончиков пальцев ног... Прислушайтесь к себе, почувствуйте теплую зону в солнечном сплетении очень отчетливо. Проследите распространение тепла по всему телу с каждым выходом. Вы отдыхаете...

На протяжении урока я стараюсь создать ситуацию успеха, которая формирует у слабовидящих ребят веру в себя, учит преодолевать трудности,

помогает осознать своё продвижение вперед, воздействует на эмоционально-волевую сферу. В своей практике я применяю:

- дифференцированное обучение;
- авансированный успешный результат;
- подбадривающие слова;
- задания разной сложности;
- самостоятельный выбор задания;
- разноуровневые домашние задания;
- обучение самовнушению;
- метод проектов;
- портфолио.

С переходом на новые образовательные стандарты для детей с ОВЗ обязательным условием создания развивающей среды на уроке является этап рефлексии. Очень важно, с каким настроением ученики уйдут с урока.

Я применяю различные приемы рефлексии на уроке.

1. «Смайлики»
2. «Солнышко и тучка»
3. «Букет настроения»
4. «Дерево радости»
5. «Картина настроения»
6. «Корзина чувств»
7. «Градусник»

Эмоциональный комфорт является жизненно важным для ребёнка, от него зависит восприятие учеником окружающего мира и его психическое здоровье в целом. Задача педагога заключается в том, чтобы создавать в классе атмосферу психологического комфорта, в которой дети будут себя чувствовать уютно, успешно.

## Литература

1. Григорьев Д. А. Бизнес-тренинг: как это делается. ООО: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 310 с.

2. Картушина Е.П., Романенко Т.В. Психологический комфорт в школе: как его достичь: акции, тренинги, семинар. Волгоград: Учитель, 2009. – 239 с.

3. Макарова Е. В. Приёмы рефлексии на уроках в начальной школе [Электронный ресурс]. URL: <http://festival.1september.ru/articles/626313/>.