

Що таке дисципліна та як її досягти на уроці?



«Дисципліна – це, перш за все, повага та любов до дитини, а, по-друге, це вже рамки і правила». ©

Для чого потрібна дисципліна?

1. Дисципліна потрібна для того, щоб захистити дітей від потенційно шкідливих ситуацій (травмувань тощо) та допомогти їм засвоїти необхідні знання.
2. Дисципліна – це процес, який допомагає дітям розуміти, яка поведінка є прийнятною, а яка – ні, допомагає навчитися дотримуватися правил.
3. Дисципліна допомагає дітям розвивати самоконтроль.
4. Дисципліна включає в себе втручання з боку педагогів/дорослих, які допомагають дітям вивчити та оволодіти новими навичками.
5. Конструктивна дисципліна забезпечує та зміцнює взаємостосунки дитини з дорослим.

Дисципліна забезпечує стабільність середовища та його передбачуваність, встановлює послідовні обмеження, що збільшує почуття безпеки (базова потреба) та комфорту у дитини, зміцнює позитивну, конструктивну взаємодію між дитиною та дорослим.



Дисципліна передбачає тривалий процес навчання, а не одноразове втручання. Якщо дорослі вірять в те, що негативні наслідки, такі, як, наприклад, словесні покарання (зокрема, крик), повинні «виправити» поведінку дитини, то коли це не відбувається, дорослі засмучуються та починають використовувати більш суворі покарання (наприклад, принизливі коментарі, ігнорування, звинувачення, ізоляція дитини за межами

класу). Але це так само не навчить дитину бажаної поведінки та позитивних змін, скоріше навпаки – призведе до більших ускладнень у взаєминах, посилить напруження та відчуження.

Що допомагає тримати дисципліну на уроці та зберегти повагу?

Пропонуємо вам 10 лайфхаків, які допоможуть у формуванні дисциплінованості з любов'ю та повагою до кожної дитини:

1. Спільні ритуали
2. Робота над стосунками
3. Правила
4. Позитивні наслідки – гарний мотиватор (або як працює похвала)
5. Наслідки за небажану поведінку
6. Тиша – найкращий інструмент
7. Акцент на сильні сторони
8. «Безпечне місце»
9. Вчитель – активний
10. Формуємо команду

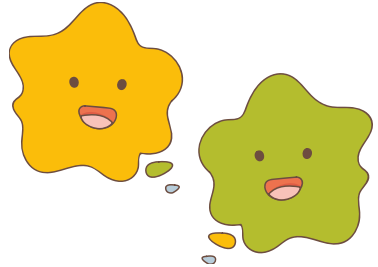
Розглянемо детальніше кожен.



1. Спільні ритуали

Наприклад, ритуали вітання та прощання, які допомагають дитині:

- визначити рамки початку та кінця уроку, інших структурних елементів уроку;
- налагодити контакт з вчителем/вчителькою (який, наприклад, під час вітання може персоналізувати звернення: «Катю, як твої справи сьогодні? Дмитрику, як твої? Софіє, що ти скажеш, як настій?»).



2. Робота над стосунками

Якщо дитина поводиться небажано, важливо (**наодинці, фізично перебуваючи на рівні дитини, а не в позиції «зверху»**) проговорити дитині, що саме у її поведінці не подобається вчителю/вчительці та заважає процесу навчання. Важливо роботи акцент саме не на особливостях та характеристиках дитини, а на характеристиках її поведінки («мені не подобається твоя поведінка, а не ти»), використовуючи «Я-висловлювання».



Формула:

Я відчуваю/Мені ... (я та мої почуття)

+ тому що... (опис ситуації чи поведінки),

+ тому ... (пропозиція та вербалізація бажаної поведінки)

+ позитивне підкріплення (накшталт, «у тебе вийде»).

Наприклад,

«Мені дуже складно гарно вести урок та досягти мети вашого навчання, коли ти так себе поводиш (описати, як саме), тому я хочу попросити тебе включитися у заняття і наступно-

го разу поводити себе згідно з нашими правилами (не зачіпати інших дітей, бути сконцентрованим(-ою) на занятті тощо). Я знаю, що в тебе вийде – ти розумний хлопчик/розумна дівчинка, і ти точно зможеш контролювати себе наступного разу».

3. Правила

Дітям треба спочатку пояснити **«правила гри»**, а потім переходити до навчання будь-чому. Тобто пояснення процедури та того, що відбуватиметься – передовсім!

Варто зробити разом з дітьми плакат з правилами (створити їх спільно, запропонувати дітям поставити свої підписи на спільному аркуші з правилами) та дотримуватися їх, апелювати до правил, якщо діти їх порушують:

- Поважати та слухати вчителя/вчительку і однокласників/одногрупників
- Тримати руки при собі («чужі речі, чуже тіло – чужі»)
- Підіймати руку, коли хочу сказати (або «Правило руки»)
- Задавати запитання, коли не зрозуміло
- Бути тут і зараз (не відволікатися на сторонні розмови або думки)
- Бути готовому (-ій) до уроку
- Бути на уроці вчасно
- ...та інші доцільні.



Обов'язково присвятіть час обговоренню разом з дітьми наступного:

- Чому важливо дотримуватися правил?
- Чому правила мають бути такими? Що вони означають для нас?

Правила мають бути:

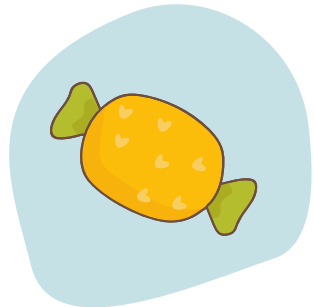
- Сталими та послідовними
- Чіткими
- Зрозумілими
- Обґрунтованими
- Спільними для всіх (правил мають дотримуватися не лише діти, а і вчитель).

Коли учні починають порушувати правила, ви також можете подавати їм сигнал про те, що правила – під загрозою. Це може бути дзвін дзвіночку або пауза, а також це можуть бути слова вчителя: **«Стоп! (пауза) Що зараз відбувається? Яке правило порушується? Чому?»**

4. Позитивні наслідки – гарний мотиватор (або як працює похвала)

Концепція дуже проста: якщо людина в результаті своєї поведінки переживає позитивні наслідки, вона, скоріше за все, повторить цю поведінку у майбутньому.

Наприклад, коли ваші діти в захваті від нової справи/активності, які ви проводите на уроці, включаються в роботу і захоплено коментують, ви, вірогідно, повторите її ще раз у найближчий час (поведінка – проведення нової активності; підкріплення – позитивна реакція дітей; чому – ви відчуваєте себе добре, коли діти схвалюють те, що ви пропонуєте і включаються у роботу; результат – ви відчуваєте себе гарним педагогом, ви задоволені та вмотивовані). З дітьми це працює так само: бажана поведінка – позитивне підкріплення – результат.



Види винагород:

Вербальна похвала (підвищує самооцінку та покращує почуття власної гідності):

- хвалити дитину за те, що вона робить добре;
- хвалити дитину за те, що вона робить добре в присутності інших людей.

(«Петрику, в тебе дуже добре вийшло сьогодні! Ти – молодець!»).

Позитивна увага до кожної дитини (допомога у виконанні справи, безоціночність) **та до дитячого колективу.**

Неочікувані сюрпризи:

- невеличкі подаруночки (це не має бути щось коштовне. Це можуть бути листочки-побажання, листівки, наліпки тощо);
- заплановані сюрпризи чи «пригоди» (наприклад, цікавий фільм/мультфільм на перерві чи після уроків або спільний похід у парк);
- заняття на вулиці весною чи влітку;
- бажані для дітей веселі активності (ігри, розминки під час уроки, що пов'язані з темою уроки або дають можливість зняти напругу).

Нагороди за домовленістю:

- зірочки, бонуси, привілеї;
- додатковий час для тих активностей, які подобаються дітям, у разі, якщо вони швидко виконають потрібне завдання.
- *Для дітей*, котрі зібрали певну кількість балів/жетонів/тощо, за виконання правил, може очікувати «покупка» бажаного лота. А цими лотами є пропуск виконання одного домашнього завдання, проведення одного уроку замість вчителя, поточна позитивна оцінка, можливість сісти з тим, з ким хочеш, + 10 хв. до виконання діагностичної роботи, тощо. Діти залюбки накопичують бали, щоб «придбати» бажаний лот.

Отримання позитивних підкріплень та нагород за бажану поведінку впливає на розвиток дитини: коли нагороди та підкріплення є постійними, це допомагає дітям зрозуміти, що **їх світ стабільний і позитивний**, та на нього можна покластися, що є дуже важливим. А своєю поведінкою вони можуть викликати очікувану, передбачувану, реакцію дорослих: як позитивну, так і негативну (про негативну – трохи пізніше).

Коли реакція вкрай *непостійна* або *взагалі відсутня*, діти не отримують зворотного зв'язку щодо своєї поведінки. Це призводить до того, що діти не усвідомлюють, що їх власна поведінка має значення та може впливати на те, що з ними відбувається.

Позитивні винагороди за бажану поведінку, ефективні в **навчанні дитини новим** моделям поведінки, зокрема:

- Поведінка, яка винагороджується, скоріше за все, буде повторюватися та збережеться на тривалий термін, оскільки дитина цінує винагороду.
- Покаранням ми лише намагаємося зупинити небажану поведінку. Позитивні підкріплення допомагають підтримати дитину у навчанні та керуванні бажаною поведінкою!
- Винагороди покращують самооцінку і дають дитині впевненість в тому, що вона може і зробить те, чого від неї очікують, або те, що буде правильним.
- Винагороди покращують стосунки між дитиною та дорослим, вони позитивні як для дитини, так і для дорослого.
- Винагороди допомагають дитині набути внутрішнього контролю.

Часто дорослі сприймають бажану поведінку дитини як належне та навіть не помічають її, в той же час – регулярно коментують небажану поведінку, звертаючи на дитину увагу лише через негатив.

Пам'ятайте: часто себе найгірше поводять ті діти, які найбільше потребують уваги та позитивного підкріплення.

5. Наслідки за небажану поведінку

Зазвичай використовують три види наслідків для небажаної поведінки:

- I. Природні наслідки** – ефективні
- II. Логічні наслідки** – ефективні
- III. Штучні наслідки** – найбільш поширені, проте – неефективні



Розглянемо ці види наслідків детальніше:



I. Природні наслідки – це ті наслідки, які існують в зовнішньому світі.

Наприклад,

- якщо вийти на вулицю під дощ без парасольки, то намокнеш;
- якщо грубо ставитися до інших дітей, то, скоріше за все, можна залишитися на самоті та без друзів;
- якщо не вчити англійську, ти її не знатимеш;
- Якщо не подбати про зарядку телефону до вимкнення світла, не матимеш можливості для гри/навчання;
- Якщо забути дома ланч- бокс, є ризик лишитися голодним.



II. Логічні наслідки – наслідки, які логічно настають за визначеною поведінкою.

Види логічних наслідків

**Вилучення предметів
або привілеїв**

**Вилучення дитини
з оточення**

Вилучення предметів:

Наприклад: якщо дитина кидається фломастерами або необережно поводиться з ножицями, **дитина не реагує на перше зауваження**, то після другого зауваження в неї забирають це. Висновок такий: «Якщо ти не можеш дотримуватися бажаної поведінки, ти не можеш зараз використовувати цей предмет, оскільки це – небезпечно».

Вилучення привілеїв:

Наприклад, якщо дитина погано себе поводи́ла протягом всього уроку або декілька разів не зреагувала на зауваження, вона не отримає бажаний бонус (наприклад, наліпку – зірочку). Проте дитина має бути попереджена про це: «Дмитрику, якщо я ще раз буду вимушена зробити тобі зауваження на уроці через (назвати небажану поведінку), ти не отримаєш «зірочку» (або вказати інший наслідок). Проте, якщо ти зміниш свою поведінку та заспокоїшся, ти обов'язково отримаєш зірочку (або вказати інше)».

Одним із видів логічного наслідку може бути також залишення дитини на 5-7 хв. після уроку (якщо дозволяє час вчителя) для відпрацювання того завдання, яке не встигли виконати в класі через відволікання.

Вилучення дитини з оточення, якщо в цьому оточенні вона не може вести себе належним чином.

Наприклад: «Якщо ти будеш продовжувати кричати/битися з іншими дітьми тощо, тоді нам доведеться покликати батьків, щоб вони забрали тебе сьогодні, і пояснити, чому так сталося».

Вилучення дитини з навчального оточення має застосовуватися як крайня міра, коли всі інші міри вже вичерпано!

Логічні наслідки забезпечують постійну можливість для навчання та росту. Позитивна сторона кожного логічного наслідку – це «якщо ти граєш в межах правил, то ти можеш грати». Проте, це правило доволі часто заховано та не пояснюється дітям. Наприклад, не всі за погрозою забрати фарби, наголосять: «Однак, ти можеш продовжувати малювати, якщо будеш використовувати фарби за призначенням», **а про це дуже важливо сказати.**

Багатьом дітям, яким говорили про те, чого вони не можуть робити, та часто карали небажану поведінку, можливо, ніхто так і не пояснив, **що вони повинні робити, щоб досягти позитивної реакції.** Через відсутність постійного позитивного заохочення за бажану поведінку, вони, скоріше за все, так їй і не навчаться.



III. Іноді дорослі використовують негативні наслідки, які не мають очевидного логічного стосунку до небажаної поведінки, так звані **штучні наслідки.**

Приклад, дитина порвала чужий зошит і не отримала суперстікер. Це штучний наслідок, оскільки отримання суперстікера – це відзначення її навчальних успіхів. Логічним наслідком за порваний зошит має бути вибачення перед тим, хто скривджений, «ремонткування» порваного зошита або принесення нового зошита для скривдженої дитини наступного разу.

Наслідки, яким не вистачає логічних зв'язків з небажаною поведінкою, частіше за все, не ефективні в тому, щоб змінити поведінку.

Через те, що немає логічного зв'язку між поведінкою та наслідком, діти можуть не в повній мірі розуміти свою поведінку, яка призвела до негативних наслідків. Дитина може переживати наслідок як примху дорослого. І тоді дитина не винесе корисного досвіду стосовно своєї поведінки.

Важливо пам'ятати, що наслідки повинні застосовуватися відразу після небажаної поведінки, так вони будуть більш ефективні!

Пам'ятайте: найгіршою реакцією на небажану поведінку є ігнорування!

6. Тиша – найкращий інструмент

Якщо вчитель/вчителька на уроці не контролює ситуацію, він/вона зазвичай починає нервувати, підвищує голос, зменшує темп мовлення. Це привносить в атмосферу ще більший хаос і діти інстинктивно теж підвищують тон голосу, наслідуючи вчителя/вчительку.

Тримати дисципліну на уроці простіше, говорячи тихим і спокійним, але розбірливим голосом, тоді учні теж стануть тихішими.



7. Акцент на сильні сторони

Часто ініціаторами шуму і порушень дисципліни у класі є одні і ті самі діти, до яких приєднуються й інші. А вчителям притаманно звертати увагу на слухняних дітей, які старанно навчаються і завжди готові відповідати. Пропонуємо розглянути з позитивного сторони саме учнів-бешкетників, і зробити акцент на їхніх сильних рисах. Адже такою поведінкою вони часто намагаються привернути до себе увагу. І знайшовши з ними спільну мову – можемо і їм допомогти, а заодно – і стабілізувати увесь клас.



8. «Безпечне місце»

Розсадіть дітей так, щоб їм було безпечно і вони не сиділи поруч з тими, хто їх може образити, або ж з тими, з ким воно вдаються до зайвих веселощів та відволікаються від уроку.

9. Вчитель – активний

Дітей молодшого шкільного віку не можна залишати наодинці з собою і одночасно очікувати спокою та тиші. Вчитель/вчителька має бути включений/включена постійно. Будьте активними: постійно тримайте кожного у полі зору, переміщуйтеся по кімнаті, перевіряйте, що роблять учні і як вони виконують завдання, задавайте запи-

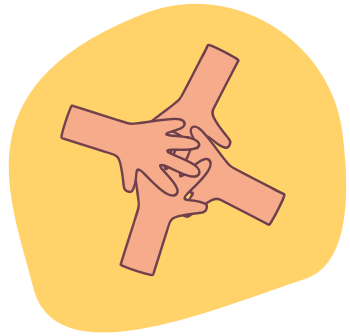


тання. Не відвертайтеся до дітей спиною на довго (наприклад, не треба писати на дошці і одночасно розповідати щось, якщо ви не можете в цей момент стояти обличчям до дітей).

Включайте дітей у різні види активностей, чергуючи робочі активності та фан (проте фан має бути після того, як діти виконали те, що базово потрібно для засвоєння теми).

10. Формуємо команду

Наголошуйте дітям у класі на повазі один до одного як запоруці спільної комунікації та навчання. Зазначайте: *«У нас в школі так не прийнято! Ми не чинимо булінгу/ми не ображаємо один одного»* (коли ми говоримо «ми» та «у нас», то наголошуємо на спільності та спільності, куди входять і діти, зокрема й та дитина, що ображає інших). Закликайте дітей до толерантності у випадках, коли вони дозволяють собі насмішки через зовнішність чи інші поведінкові особливості дитини, які вона не може контролювати (тобто вона не може їх змінити).





Твоя думка

ВАЖЛИВА
Залиш свій відгук

ТУТ

unicef 
для кожної дитини

 **ВОЛОНТЕР**
Всукраїнський громадський центр



Більше цікавих
та корисних
матеріалів —
у Спільнотці

© ВГЦ «Волонтер», 2024

© Представництво Дитячого
фонду ООН (ЮНІСЕФ)
в Україні, 2024