

Рекомендации педагога-психолога по развитию УУД для учащихся

Универсальные Учебные Действия (УУД)

– это совокупность способов действий обучающегося, которая обеспечивает его способность к самостоятельному усвоению новых знаний, т. е. способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путём сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

ВИДЫ УУД

ЛИЧНОСТНЫЕ – обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся

РЕГУЛЯТИВНЫЕ – обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ – включают общеучебные, логические действия, действия постановки и решения проблем.

КОММУНИКАТИВНЫЕ – обеспечивают социальную компетентность, умение участвовать в коллективном обсуждении проблем, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Личностные УУД.

1. Хвалите себя за успехи и удаchi, настраивайте себя на то, что подобное достижение должно повториться.

2. Не завидуйте и не сравнивайте себя с другими. Помните, что вы не лучше и не хуже других. Вы индивидуальны и неповторимы.

3. Перед важным и ответственным делом вспомните ситуации успеха, которые были на вашем жизненном пути.

4. Создавайте на своем рабочем месте как можно более комфортные условия труда и учебы.

5. Помните о том, что любая, даже самая интересная деятельность состоит иногда из скучных, неинтересных операций. Важно понимать, для чего это необходимо именно вам, то есть найти личностный смысл того, что вы выполняете.

6. Признавайте за любым человеком право на свободное проявление его индивидуальности.

7. Чаще повторяйте: «Человек имеет право на ошибку, а я – человек!», «Сделай выводы, учти ошибки и иди дальше!»

Регулятивные УУД.

1. Вспоминайте о своих достижениях.

2. Подумайте, кто из знаменитых актеров, писателей и других знаменитостей мог бы выступить в качестве примера самообладания.

3. Приступая к решению школьной задачи, кратко, «двумя словами» опишите алгоритм ее решения.

4. В случае неудачи анализируйте причины произошедшего, при этом различайте внешние причины (от вас независимые) и внутренние (зависящие от вас).

5. Понаблюдайте за собой в течение какого-то времени. Четко определите, от каких

привычек или черт характера вы хотите избавиться. Это – ваша Цель.

6. Ставьте реально достижимые цели в своем саморазвитии. Выбирая слишком сложные цели, вы чаще не делаете ничего.

7. «Сражение выигрывает тот, кто твердо решил выиграть», – писал Лев Толстой. Будьте уверены в себе и в том, что добьетесь цели. Без такой уверенности не стоит начинать.

Познавательные УУД.

1. Начиная обучение, помните о своих биологических часах. Вы должны знать, когда ваша работоспособность максимальна, когда идет спад умственной активности.

2. Тренируйтесь. Как мускулы слабеют без упражнений, так и мозг «ржавеет» без умственных усилий.

3. При изучении материала ищите смысл, минимизируйте объем запоминаемого материала.

4. Легкие виды умственной работы чередуйте с трудными. Начинайте всегда с более трудных заданий.

5. При выполнении домашнего задания необходимо понять все условия и требования.

6. Помните: ум нельзя свести к размеру памяти, скорости мышления, объему знаний. Ум – это и ответственность за свои решения и поступки. Мыслит не мозг, а человек – посредством мозга.

7. Упорство и настойчивость могут компенсировать недостаточную скорость мышления. Низкий уровень интеллекта – это не клеймо на человеке.

8. Анализируйте – себя, других людей, поступки, ситуации, явления. Все время

ставьте перед собой вопросы: почему? как? а могло быть иначе? в чем причины? каковы возможные последствия? И отвечайте на них, делайте выводы.

9. Будьте самокритичнее к своим умственным возможностям и доброжелательнее к таковым у других.

Очертите границы своих знаний, своей компетентности, но и не превозносите, и не принижайте своих возможностей.

10. Одно из самых главных достоинств ума – способность к сосредоточению внимания.

Учитесь концентрировать свое внимание на необходимом предмете, отключаясь от всего постороннего. Тренируйтесь постоянно!

11. Внимание – резец памяти: чем оно острее, тем глубже следы. Чем больше желания, заинтересованности в новых знаниях, тем лучше запоминается.

12. Приступая к запоминанию, поставьте перед собой цель – запомнить надолго, лучше – навсегда. Установка на длительное сохранение информации обеспечит условия для лучшего запоминания.

13. Откажитесь от зубрежки в пользу осмысленного запоминания / запоминания по смыслу. А для этого нужно: 1) понять; 2) установить логику изложения или логику следования излагаемых событий; 3) соответственно разбить материал на логические куски и найти в каждом из них «ключевую фразу», или «опорный момент».

14. Лучше два раза прочесть и два раза воспроизвести, чем пять раз читать без воспроизведения.

15. Начинайте повторять материал по «горячим следам», лучше перед сном и с утра.

16. Учитывайте «правило края»: обычно лучше запоминаются начало и конец информации, а середина «выпадает».

Коммуникативные УУД.

1. Учитесь слушать и слышать окружающих.

2. Интересуйтесь чужим мнением.

3. Делитесь новостями о своих успехах.

4. Допускайте в своем сознании возможность существования различных точек зрения.

5. Учитесь аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом.

6. Развивайте чувство юмора. Старайтесь отшучиваться в ситуациях, когда кто-то плохо говорит о твоей внешности или успеваемости.

7. Относитесь уважительно к партнерам по общению (сверстникам, родителям, учителям).

8. Оказывайте помощь, эмоциональную поддержку своим товарищам, родителям, учителям.

9. Доверяйте своим друзьям и проявляйте уверенность в них. Сохраняйте доверенные тайны.

10. Избегайте публичной критики друзей, защищайте друга даже в его отсутствие.

11. Для укрепления дружеских взаимоотношений занимайтесь каким-либо совместным занятием.

12. Размышляйте над тем, что думают, чувствуют окружающие в тех или иных ситуациях.

13. Демонстрируйте заинтересованность в личности окружающих людей.

14. Избегайте поспешных окончательных выводов по первому впечатлению, особенно если оно негативное.

15. Помните: все мы – разные, каждый из нас уникален и неповторим. Поэтому не стоит навешивать на людей ярлыки, обрекая себя на узкое восприятие того или иного человека.

16. Мы часто обижаемся на людей или недовольны ими, потому что они не оправдывают наших ожиданий, не помещаются в те рамки, которые мы им отвели. Но люди вовсе не обязаны быть такими, какими мы их желаем видеть.

17. Старайтесь каждый раз разбираться, поступает человек по обстоятельствам или им вопреки (есть у него выбор или нет; если есть, то выбор может быть или неудачным, хотя и по совести, или преднамеренным, но не по совести).

18. Никогда не путайте поведение человека и его личность. Оценивая поступок человека, ни в коем случае не вешайте ярлык на его личность.

19. Научитесь принимать любого человека таким, каков он есть – со всеми его достоинствами и недостатками. Тогда сможете разумно, осмысленно выстраивать отношения с разными людьми.

20. Если захочется переделывать людей, начните с себя – это и полезней, и безопасней (трудно не согласиться со словами Дейла Карнеги)

**Подготовила: педагог-психолог
МБОУ «Краснотуранская СОШ»
Семенничева Е.А.**