

**Рубрика:** В помощь учителю

**Дата:** 16 февраля 2026 года

## **Февральский синдром в классе: диагностика и методы работы с учебной апатией**

Коллеги! Февраль традиционно считается самым сложным месяцем в плане работоспособности учеников. Длинная третья четверть (или подготовка к экзаменам у выпускников) дает о себе знать. Мы видим снижение концентрации, вялость, а иногда и агрессию. Как скорректировать учебный процесс в этот период?

### **1. Смена темпа урока**

Если вы видите, что класс «не слышит» вас в начале урока, не давите.

*Рекомендация:* Начните урок с необычного приема. Вместо стандартного опроса — мини-игра, мозговой штурм или работа в парах со сменой состава. Динамика помогает «разбудить» заторможенную нервную систему.

### **2. Акцент на визуализацию**

В феврале из-за недостатка солнца у многих снижена активность правого полушария, отвечающего за творчество.

*Совет:* Используйте больше ярких наглядных материалов, интеллект-карт, инфографики. Предлагайте задания не просто пересказать, а нарисовать схему или придумать ассоциацию. Это переключает мозг на другой режим работы.

### **3. Эмоциональная поддержка «группы риска»**

Особое внимание уделите выпускникам (9-е и 11-е классы). Для них февраль — это время, когда паника перед экзаменами может достигнуть пика.

*Важно:* Постарайтесь избегать публичных сравнений их успехов. Вместо фразы «Ты опять не сдашь» используйте «Давай подумаем, что именно вызывает трудность и как это можно проработать».

Наша задача в феврале — не «дожать» ученика оценками, а сохранить его познавательный интерес и психологическое здоровье.