**Проект**

«**Новые условия обучения: как ребенку пройти адаптацию»**

Аудитория: 5-9 классы

Сроки:октябрь

**Айтушы ақылды болса, тыңдаушы дана болады**

**Новые условия обучения: как ребенку пройти адаптацию**

*Нeпослушание – eдинственное, что рeбенок мoжет*

*противопоставить неправильному обращению с ним.*

*Ю. Б. Гиппенрейтер, российский психолог*

***Цель:****развитие способности родителей к полноценной адаптации детей к новым условиям обучения.*

***Задачи:***

1. развить стремление родителей оказывать психолого-педагогическую поддержку своему ребенку в период его адаптации к новым условиям обучения;
2. углубить представления родителей о физиологических и психологических особенностях адаптации ребенка к обучению в основной школе;
3. содействовать формированию умений родителей создавать психологически комфортные условия для школьника.

***Национальные ценности и качества личности****:* сотрудничество, родительский долг, уважение, эмоциональный интеллект, социальный интеллект, самоуправление, творчество, ответственность, креативность, отзывчивость, открытость, готовность к сотрудничеству.

***План***

I. *Вводная часть.* Адаптация. Этапы и виды адаптации

II. *Основная часть*

1. Разбор кейса
2. Тренинг «Как я могу помочь ребенку»
3. https://www.youtube.com/watch?v=qwttde8SK4Y&ab\_channel=SON%C4%9EYPARTA
4. Краткая информация о помощи детям в период адаптации https://www.youtube.com/watch?v=OOGmpn7Vo3I&ab\_channel=SON%C4%9EYPARTA

5. Чек-листы «Помощь в адаптации детей»

III. ***Заключение:*** подведение итогов, пожелания

***Ожидаемые результаты***

По завершении занятия слушатели:

смогут лучше понимать ребенка и мотивы его поведения, потренироваться в применении техник эффективного взаимодействия с ребенком, увидеть новые пути разрешения проблемных ситуаций;

помогутдетям легко и быстро адаптироваться (социально, психологически) к обучению в среднем звене.

***Продолжительность занятия –*** 60 мин.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Хронометраж** | **Содержание** | **Ресурсы** |
| 10 мин. | Уважаемые родители! В этом году в вашей семье событие: ребенок перешел в 5 класс. У пятиклассника теперь новая система обучения. У ребенка новыйклассный руководитель, учителя-предметники, уроки проводятся в разных кабинетах.  Вы наверняка задавали себе вопросы:  1. Какие трудности испытывает ребенок в школе?  2. Как помочь ребенку адаптироваться?  *Работа в группах.* Как помочь ребенку адаптироваться в школе и выдерживать учебный ритм и нагрузку, наладить дисциплину, чтобы не усугублять конфликт с учителем математики?  Родители предлагают решение, обсудив ситуацию в группе.  Родителям предлагается разделиться на 3 группы и разобрать истории психологических и педагогических проблем ребенка в школе.  ***Кейс 1.***У вас растет активный, добрый и любознательный ребенок, он особо не доставлял вам проблем, кроме своей неуемной энергии. Но в последнее время на вашего 11-летнего Айдоса стали жаловаться учителя, говорят, что он иногда плохо ведет себя на уроках, даже срывает их и нарушает учебный процесс. Не может себя контролировать, вечно крутится, не может сосредоточиться на материале, отвлекается сам и отвлекает остальных какими-то шуточками и приколами, пытается выделиться и обратить на себя внимание. В целом это все в пределах типичного поведения детей данного возраста, но особенно ярко это проявляется у него на уроках математики.  Классный руководитель относится к этому с пониманием, но вот учитель математики очень недоволен таким поведением. Синдрома гиперактивности у него нет. Недавно учитель сделал ему грубое замечание при всем классе и повысил голос, чтобы он успокоился. Айдос пришел из школы обиженный, изрисовал все тетради и учебник по этому предмету, стал негативно отзываться о школе. Дома он ведет себя хорошо, хотя многое приходится ему напоминать и помогать с каждым заданием. Стало сложнее выполнять уроки, ему хочется играть с друзьями в онлайн-игру, а чтобы сделать математику, вам приходится буквально стоять над ним.  ***Кейс 2.*** Мама пятиклассницы Асель стала замечать, что в последнее время девочка приходит из школы грустная и раздраженная, ей тяжело вставать с утра, она долго собирается и стала придумывать отговорки, чтобы не идти на занятия,ссылаясь на якобы плохое самочувствие и усталость. На вопросы о том, что случилось, девочка отвечала, что была ссора с подругами, но все наладилось, просто устала и хочет побыть дома. Маму насторожило, что за последние две недели ей не хотелось идти в школу именно по четвергам.  Когда они поехали в магазин, мама решила порадовать дочку и купить ей новое платье, но девочка наотрез отказалась, попросив купить ей толстовку темного цвета. На следующий день, ожидая Асель возле школы, мама разговорилась с мамой одной из ее подруг и совершенно случайно узнала, что над Асель на физкультуре смеялись одноклассники и ребята из параллельного класса, когда она не смогла выполнить упражнение. Кто-то из ребят грубо и неприятно пошутил над ней, и это стало распространяться по школе. Но дома Асель об этом ничего не рассказывала. Мама сильно испугалась, что над девочкой станут издеваться ровесники. Теперь все встало на свои места, ведь именно в четверг по расписанию у Асель физкультура. У нее нет проблем с лишним весом, но из-за широкой кости (гиперстенический тип сложения) она выглядела более крепкой и крупной. Нетрудно догадаться, что она серьезно переживает и начинает стыдиться своего тела.  Ситуация крайне деликатная. Как бы вы поступили на месте мамы девочки, чтобы не допустить психологической травмы и травли в школе?  ***Кейс 3.***Мама Раушанпо специальности педагог, но в настоящее время не работает. Раушан уже второй месяц не посещает школу. Выясняется, что никаких психологических травм, стрессов и конфликтов в школе нет. Простоей надоело учиться и она хочет сидеть дома, заниматься интересными вещами. Мама, уговаривает дочь пойти в школу, но никаких действий по преодолению данной ситуации не предпринимает. Сама девочка ведет себя достаточно вызывающе, откровенно посмеиваясь над мамой.  В чем причина такого поведения девочки? Мама не смогла стать для ребенка значимым человеком, которого уважают и к советам которого прислушиваются?  Уже сегодня девочка вышла из под контроля взрослых, и дальнейшее ее развитие будет сильно искажено. Раушан маму терпит, но что ждет их в будущем?  *Презентация результатов*  *Вывод.* Как видите, ребенку надо адаптироваться как физиологически, так и психоэмоционально: он переходит в возраст младшего подростка. Ему приходится общаться с разными учителями и с другими подростками. Поддержка родителей здесь особенно важна!  *Мини-лекция*  В подростковом возрасте одновременно идет очень много процессов на разных уровнях: физиологическом, психологическом и социальном.  Взросление человека отражается на его физиологии. Происходит множество изменений в теле, и ощущения при этом не всегда комфортные. В это время часто ухудшается самочувствие, снижается иммунитет, скачет гормональный статус, повышается нагрузка на внутренние органы, потому что тело растет.  Поэтому именно в этом возрасте часто стартуют психические расстройства, обостряются или начинаются хронические тяжелые заболевания. Сам по себе такой огромный рывок роста, физическое увеличение тела, половое созревание – это огромная нагрузка на организм, и в это время человек оказывается наиболее уязвим.  Есть еще нейрофизиология – у младшего подростка происходит довольно серьезная перестройка мозга, отбраковка лишних связей, которые не были до этого времени задействованы, активизация других. В каком-то смысле можно сказать, что в течение подросткового возраста есть периоды, когда мозг пребывает в «разобранном» состоянии: его разобрали и еще не собрали по-новому.  В это время ребенок может испытывать сложности с критичностью, оценкой последствий своих поступков, прогнозированием. Самые сложные и поздно созревающие структуры мозга, которые отвечают за целеполагание и прогнозирование, оказываются уязвимыми и в состоянии перестройки плохо действуют.  Если говорить о социальном плане, то в этот период человек поворачивается спиной к микромиру своей семьи и лицом к большому миру, к социуму. Основные события в его жизни начинают происходить в среде сверстников (мы сейчас говорим о типичном варианте, конкретные дети могут вести себя иначе). То, чем он в основном увлечен – это отношения среди сверстников, кто с кем дружит, кто кому нравится, кто кому не нравится, кто кого подставил или выручил. Задача возраста – освоение сложных социальных связей, знакомство на практике с такими явлениями, как групповая иерархия, групповое давление, место в группе.  Это очень сложный мир, который в этом возрасте осваивается. Хорошо, если осваивается. Некоторые родители очень радуются, если их ребенок, вместо того чтобы «тусить» со сверстниками, сидит и читает умные книжки. А психологи и психиатры в этом случае, наоборот, бывают насторожены, потому что это может говорить о проблемах с социализацией.  Так что нормально, если в этом возрасте ребенка больше интересуют отношения со сверстниками, чем школьные занятия.  Одни пятиклассники гордятся тем, что повзрослели. Обычно они быстро втягиваются в учебный процесс. Другие переживают изменения в школьной жизни. Адаптация у них затягивается. Возникает тревога, появляется робость или наоборот, развязность, суетливость. В результате снижается работоспособность, прослеживается забывчивость, неорганизованность.  Как правильно поддержать ребенка? | Слайды к занятию |
| 20 мин. | ***Тренинг «Как я могу помочь ребенку»***  *Прием «Карусель».* Родителям предлагается разделиться на 3 группы и, переходя от одного листа ватмана к другому, проанализировать ситуации и ответить на вопросы. Ситуации отражены на карточках. Вопросы отражены на слайдах.  Группы записывают решение ситуации, а затем меняются местами, добавляя свои идеи.  Тренер: «Уважаемые родители! На ваших столах есть ручки и листы ватмана. Каждая группа отвечает на 2 вопроса и находит решение ситуации. На выполнение задания – 10 мин.»  *Вопросы для первой группы*  Какие физиологические трудности возникают у пятиклассника во время адаптации? Как я могу помочь?  *Вопросы для второй группы*  Какие психологические трудности возникают у пятиклассника во время адаптации? Как я могу помочь?  *Вопросы для третьей группы*  Какие социальные трудности возникают у детей в период адаптации?  Как я могу помочь?  Далее все вместе обсудим ответы. | Карточки «Трудности адаптации пятиклассников к обучению в основной школе»,  3 листа ватмана, ручки по количеству слушателей. |
| 5 мин. | *Мини-лекция*  ***Признаки успешной психоэмоциональной адаптации***  1.*Удовлетворенность от процесса обучения*  Ребенок с радостью говорит о школе и с удовольствием ее посещает.  2. *Освоение программы*  Ребенку не доставляет особой сложности справляться с предъявляемыми заданиями. В случае, если ребенок трудится по традиционной программе, но испытывает некоторые трудности, важно поддержать его, не сравнивая с другими детьми, и не указывая на его недостатки. Если же трудности возникают при обучении в рамках усложненной программы (например, с углубленным изучением какого-либо предмета) родителям стоит рассмотреть вариант перехода на обычную программу.  3. *Степень самостоятельности*  Выполнять задания ребенок должен самостоятельно, после неудачных попыток может попросить помощи у взрослого. Многие взрослые начинают помогать с самого начала – и это большая ошибка. Ребенок быстро привыкает к такому варианту подготовки домашнего задания и в дальнейшем ему будет сложнее выполнять его самостоятельно.  4.*Удовлетворенность отношений с учителем и одноклассниками*  Это один из основных признаков. Если у ребенка сложились гармоничные отношения с учителем и одноклассниками, процесс адаптации будет проходить безболезненно. |  |
| 5 мин. | *Мини-лекция*  ***Признаки успешной физиологической адаптации***  Стабильный режим дня. Важно подводить ребенка к этому режиму не сразу, а постепенно.  Полноценный сон.Удобное рабочее место. Важно правильно выбрать мебель (соответствующую росту ребенка), источник освещения должен быть слева от ребенка.  Прогулки на свежем воздухе (не менее 2 часов в день).  Отдых после уроков (желательно со сменой деятельности).  Рациональное здоровое питание.  Позитивное отношение к окружающим людям.  Стремление к успеху.  Исключить просмотр ТВ и компьютерных игр перед сном. |  |
|  | *Беседа*  Далее педагог предлагает родителям подумать над вопросами и совместно с детьми выполнить задание. Вопросы отражены на слайдах.   1. Как питание влияет на усвоение знаний? Разработайте меню совместных полезных завтраков на неделю. 2. Какой должен быть режим дня с учетом учебы ребенка во вторую смену? Разработайте совместно с ребенком режим дня.   Выполнение заданий не просто поможет адаптации ребенка к новым условиям обучения, но и будет способствовать укреплению теплых отношений между родителями и детьми.  В завершение можно предложить родителям задать вопросы. При невозможности ответить на них в условиях занятия, можно разместить ответы на сайте |  |
|  | Для благоприятной адаптации детей при переходе в среднее звено обучения вы, родители, можете и должны им помочь, проявляя внимание и любовь. Желаем вам успеха на этом пути! |  |