

Программа по формированию навыков жизнестойкости обучающихся.

При реализации программы диагностического направления были выполнены следующие мероприятия:

1. Диагностическая работа с первоклассниками.

Первичная диагностика первоклассников с целью определения уровня школьной готовности, использовался тест **Керна-Йерасика (сентябрь)**.

Цель: выявить степень успешности адаптационного периода, создание благоприятных условий, соблюдение требований к современному уроку.

Вид контроля: тематический.

Технология: посещение уроков, анкетирование учащихся, собеседование с учителем и учащимися.

Начало обучения в школе - один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в социальном плане, так и в физиологическом. Это не только новые условия жизни и деятельности маленького человека - это новые контакты, новые отношения, новые обязанности. В данный период ребёнок вступает в новые социальные контакты, связанные со школьной деятельностью. Изменяется вся жизнь ребёнка: всё подчиняется учёбе, школе, школьным делам и заботам. Это очень напряжённый период, прежде всего потому, что школа с первых дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Адаптация ребёнка к школе происходит не сразу. Не день, не неделя требуется для того, чтобы освоиться в школе по - настоящему. Это довольно длительный процесс. Оптимальное время для адаптации детей к школе 1,5- 2 месяца. Но некоторые дети проходят этот сложный период дольше - 3-4 месяца.

Условия адаптации:

а) Физиологические:

- изменение режима дня;
- необходимость игры;
- правильная посадка;
- организация правильного питания;
- развитие двигательной активности;

б) Психологические:

- психологический климат в семье;
- формирование интереса к школе;
- недопустимость физического воздействия;
- предоставление самостоятельности;
- учёт темперамента ребёнка;
- организация контроля за учёбой;
- поощрение за успехи и достижения;
- моральное стимулирование;

- развитие самоконтроля и объективной самооценки.

С целью успешной адаптации детей к процессу обучения в школе созданы благоприятные условия:

- учебные занятия проводятся в первую смену;
- пятидневная учебная неделя;
- продолжительность уроков 35 минут;
- в оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1 классе применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки: 1 четверть - 3 урока, со 2 четверти – 4 урока;
- организация облегчённых дней в понедельник и пятницу (со 2 четверти);
- систематически в классах работает психолог.

В целом по результатам проведенного анализа 100% обследованных первоклассников готовы к обучению в школе, они показали средний уровень готовности к обучению

**Методические рекомендации
по результатам психолого-педагогической диагностики уровня
мотивации
5 классов.**

Период адаптации в 5-м классе является одним из трудных периодов школьного обучения. Это обусловлено совокупностью содержательных перемен, которые происходят в школьной среде и внутреннем мире детей этого возраста.

Состояние детей в этот период, с педагогической точки зрения, характеризуется низкой организованностью, учебной рассеянностью и недисциплинированностью, снижением интереса к учебе и ее результатам; с психологической – снижением самооценки, высоким уровнем ситуативной тревожности.

Для повышения качества образования и улучшения учебной успеваемости проводилось исследование уровня мотивации.

Цель исследования: изучение особенностей школьной мотивации как составляющей для формирования и развития склонностей обучающихся к познавательной деятельности.

Задачи исследования:

1. Определить уровень школьной мотивации обучающихся.
2. Исследовать особенности школьной мотивации.
3. Изучить эмоциональное благополучие обучающихся в школе.

Методы проведения исследования: анкетирование, беседа, наблюдение, опрос.

Учение в школе - это основной род деятельности ученика, и его основная цель успешное усвоение знаний и умений, необходимых для того, чтобы он смог их использовать в дальнейшем для себя, а значит и для общества. Поэтому каждого ученика можно оценить по тому, как он относится к учебе и каковы его собственные цели и планы.

С помощью методики изучения школьной мотивации мы смогли выявить уровень заинтересованности учащихся учебной деятельностью в школе. Данная диагностика проводилась с помощью методики для определения школьной мотивации А.Г. Лускановой.

Критерии данной диагностики, следующие: отношение к школе в целом, отношение к урокам, отношение к домашним заданиям, отношение к учителю, отношение к одноклассникам.

По итогам проведенного исследования рекомендовано следующее:

Педагогам:

1. Постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая обучающимся ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками;
2. Стремиться создавать в коллективе (в классе) благоприятный психологический климат; - проводить в классе много интересных дел, привлекая к ним как можно больше учеников и их родителей;
3. Учитывать индивидуально - психологические особенности обучающихся;
4. Стимулировать личностную активность учащихся по поиску смысла учебной деятельности и посещения школы в целом. Например, обсуждать и проигрывать ситуации, в которых необходимы те или иные навыки, приобретаемые в школе.
5. Рассказывать о практической значимости каждого предмета;
6. Продолжать работу с родителями по формированию у детей чувства значимости знаний в жизни.
7. Провести занятия, обучающие приемам и снятию психоэмоционального напряжения, а также приемам рациональной организации учения.
8. С родителями учащихся, имеющих отрицательную мотивацию обучения, провести разъяснительную беседу.
9. Для снижения как школьной, так и межличностной тревожности учителям-предметникам необходимо, по возможности, согласовать учебные требования, учитывая различия между пятиклассниками и

другими учащимися средней школы. Трудности у пятиклассников может вызывать и необходимость на каждом уроке приспособляться к своеобразному темпу, особенности речи, стилю преподавания каждого учителя, что также необходимо учитывать.

10.Рекомендовать учащимся, родителям-предметникам консультации педагога-психолога по проблемам.

Родителям:

1. Вести контроль за успеваемостью своего ребенка, помогать ему;
2. Поддерживать тесную связь с учителем;
3. Формировать познавательный интерес и положительную мотивацию учения через систему поощрений успехов, умений, знаний, достижений ребенка;
4. Создавать благоприятную атмосферу дома для учебы (можно поставить на стол что-то фиолетового цвета, который стимулирует учебную активность)

Справка по адаптации 10-х классов

Человек получает образование на протяжении большого отрезка своей жизни. В течение этого периода проходит несколько этапов психологического становления личности. И, следовательно, отношение к образованию постоянно меняется. Значительным, наверное, самым большим, временным пространством является школьное образование. Основными целями которого, на современном этапе являются формирование способности к саморазвитию, самоопределению, самообразованию, т.е. прежде всего внутренние изменения личности.

Старшая ступень школы предъявляет особые требования к возможности адаптации подростков. Адаптация — это процесс активного приспособления индивида к условиям новой среды, при последовательном достижении результатов: в обществе, коллективе, семье и по отношению к себе. Выделяют три вида адаптации: биологическом, психофизиологическом, социальном. Но меня, в данной работе интересует социальный вид. Для старшеклассника, сам по себе переход в другой класс является сильным стрессовым фактором, поскольку диктует учащемуся необходимость понять и принять новую систему учебных требований, вписаться, найти свое место в новом классном коллективе, познакомиться с новым преподавательским составом, а также, зачастую, справиться с негативными эмоциями по поводу несбывшихся ожиданий. Подростковый возраст – одно из самых сложных испытаний в жизни. В это время у молодых людей меняется внешность, идет активный рост, происходит бурная гормональная перестройка, формируется сексуальное влечение, возникает настойчивая необходимость определиться с выбором жизненного пути. Любое из этих обстоятельств в состоянии поколебать психологическое равновесие и достаточно только спускового

механизма. Им может стать как острый стресс, так и хроническая психотравмирующая ситуация.

Сложности в адаптации проявляются в снижении успеваемости, поведенческих и дисциплинарных нарушениях, изменениях характера. Возникают проблемы межличностного общения, иногда складывается опасение за свое будущее, не хватает сил выдержки для выполнения более ресурсоемких заданий. Существенные разрывы между зоной актуального и потенциального развития, внутренние и внешние конфликты, проблемы, становятся источниками дезадаптации старшеклассников, которая, по мнению многих ученых, может выражаться: в снижении работоспособности, иммунитета, успеваемости, повышенной заболеваемости, во внутренних и межличностных конфликтах, в повышенном уровне тревожности, в отсутствии смысла жизни.

По Эриксону юношеский возраст, строится вокруг кризиса идентичности, состоящего из серии социальных и индивидуально-личностных выборов, идентификаций и самоопределений. Каждый кризис - онтогенетический источник возможного формирования хорошей или плохой приспособляемости. Любое разрешение конфликта формирует очередную стадию развития личности, характеризующуюся особым новообразованием - неустойчивым балансом двух противоположных качеств позитивных и негативных. У личности благополучно разрешающей нормативные кризисы, баланс нарушается в сторону положительных качеств (доверительное отношение к миру и себе, автономия, инициатива, трудолюбие, хорошо организованная идентичность, близость со значимыми другими, генеративность и интегративность). При менее благополучном исходе у человека происходит перевес негативных свойств: недоверчивость, стыд и сомнение, чувство вины, неполноценность, диффузность ролей, изоляция, стагнация, отчаяние.

В связи с вышеизложенным, проблема адаптации на различных ступенях возрастной периодизации, а также исследование природы психологических кризисов и поиск путей их нормативных разрешений вызывают интерес у родителей и преподавателей, да и самих учащихся на протяжении длительного времени. Проблема адаптации, не теряет своей актуальности.

Сам старшеклассник должен понимать, что без его усилий и терпения адаптация не пройдет успешно. Если подросток

- умеет учиться сам.
- планирует собственную деятельность;
- проектирует результат;
- переносит знания в новые ситуации,

то можно сказать, что он адаптировался и впереди у него отличные перспективы.

Родительское собрание

Подростковый возраст – один из самых сложных, но в то же время один из самых значимых периодов в жизни наших детей. В этот короткий отрезок времени ребёнок проходит большой путь в своём развитии.

14 ноября 2024 года в МБОУ «Нижне-Нойберская СШ №1 им.К.Л.Тепсуева» с целью расширения представлений родителей об особенностях подросткового возраста, рассмотрения подросткового кризиса как проблему взаимоотношений ребенка и взрослых, девиантного поведения как патологическую проблему подросткового периода, агрессивного поведения как форму девиации в подростковом возрасте организовано и проведено общешкольное мероприятие с председателями родительских комитетов классов.

Психолог рекомендовал родителям:

- 1.Старайтесь, говорить со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы.
- 2.Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.
- 3.Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.
- 4.Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.
- 5.Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.
- 6.Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.
- 7.В период полового созревания мальчикам важно получить поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам – со стороны пап.
- 8.Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.
- 9.Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.
- 10.Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами, если он в этом нуждается.

Вывод

Адаптация 10-х классов прошла успешно, благодаря профессиональному подходу классных руководителей.

1. Диагностика личностных особенностей обучающихся в рамках нашего исследования.

Были проанализированы личностные характеристики обучающихся из «группы риска» с целью выявления факторов, влияющих на их успеваемость и социальную адаптацию. Использовались опросники, интервьюирования и наблюдения, направленные на оценку таких личностных факторов, как: - самооценка - социальные навыки - эмоциональная устойчивость. Анализ данных показал, что:

1. Ученики из "группы риска" часто имеют низкую самооценку и испытывают трудности в общении.

2. Эмоциональная нестабильность проявляется в высоком уровне тревожности и депрессивных симптомах.

Рекомендуется разработать индивидуальные программы поддержки для таких обучающихся, направленные на: - повышение уверенности в себе - развитие социальных навыков - улучшение эмоционального состояния

2.Тренинги «Повышение мотивации к обучению»

Психологическая диагностика мотивации учения и эмоционального отношения к учению.

Методика позволяет выявить уровень мотивации учения и эмоциональное отношение к учению и получить информацию об эмоциональном самочувствии каждого ученика и класса в целом.

На основании результатов диагностирования учителю и психологу следует:

- формировать продуктивную мотивацию, соответствие социальному нормативу, создавая ситуацию успеха на уроке для каждого обучающегося класса в соответствии с индивидуальным и дифференцированным подходом к обучающимся;
- повышать познавательную мотивацию, используя интерактивные технологии, нестандартный подход к обучению, интересный учебный материал;
- создавать комфортные условия для общения с позиции Взрослый - Взрослый;
- работать над стабилизацией эмоционального отношения к учению, реагируя спокойно на любые учебные ситуации, используя в данных ситуациях педагогический такт.

3.С обучающимися был проведен «Тренинг уверенности в себе»

В жизни нам приходится общаться с большим количеством разных людей. С одними мы чувствуем себя спокойно и уверенно, а с другими – стесняемся, не можем сказать всего того, что хотели бы.

На данном мероприятии ребята постарались разобраться, можно ли научиться чувствовать и вести себя увереннее? Актуализировали знания о признаках уверенного, неуверенного поведения.

Пришли к выводу: снизить уровень тревожности и быть уверенным в себе человеком возможно, но для этого нужно поработать над собой. Нужна тренировка.

Проведении тренинга на тему **«Мои ресурсы»**. с учащимися, на которых наиболее часто жалуются учителя, не поддаются воспитанию, нарушают дисциплину 12 ноября 2024 года с учащимися, на которых наиболее часто жалуются учителя, не поддаются воспитанию, нарушают дисциплину

Цели: • сформировать представление у студентов о психологических ресурсах; • в процессе работы научиться самостоятельно изыскивать собственные жизненные ресурсы для поддержания позитивного эмоционального состояния; Организационный момент. 1. Разработка правил, которых нужно придерживаться на протяжении всего занятия: • активно участвовать в мероприятии; • слушать и слышать другого человека; • говорить только по существу; • делиться чувствами и эмоциями с участниками; • уважать друг друга и быть тактичными в общении; • никого не оценивать и не вешать «ярлыки»; • соблюдать конфиденциальность, то, что было сказано только для участников группы остается в этой комнате и не подлежит разглашению; • правило «Стоп». Если Вам по какой-либо причине стало некомфортно вы можете прекратить упражнение без объяснения причин. 2. Выступление психолога: заметили ли вы, что в разное время мы чувствуем себя всегда по-разному. Порой с возникающими трудностями справляемся легко, а порой нам и соблюдать рабочий график и простые бытовые действия дается с трудом. Давайте разберемся. Что же такое ресурсы личности. Ресурсы личности – это все те жизненные опоры, которые находятся в распоряжении человека, и позволяют ему обеспечивать свои основные потребности: 1) выживание 2) физический комфорт, 3) безопасность 4) вовлеченность в социум 5) уважение со стороны социума 6) самореализацию в социуме.