**Сценарий лекции для учителей на тему:**

**«Конструктор адаптации.**

**Как помочь ребенку адаптироваться к школе».**

**Материал и оборудование:** мультимедийное оборудование с возможностью демонстрации презентации, микрофон, презентер

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Текст** | **Примечания** |
| 1 | **Титульный слайд.** *Из презентации (приложение 1)*  Добрый день, уважаемые коллеги!  Меня зовут (ФИ), я педагог-психолог школы.  Сегодня мы поговорим про адаптацию к школе.  Каждый год к нам приходят дети, которым мы помогаем адаптироваться, но каждый раз это происходит по-разному.  Так мы приобретаем опыт, который позволяет нам находить выход из различных ситуаций.  И поэтому задача нашей сегодняшней встречи вспомнить и обсудить основные моменты адаптации детей к школе и поделиться друг с другом своим опытом.  Время нашей совместной работы составит один час. | Важно подчеркнуть опыт учителей и наличие у них профессиональных навыков в вопросах адаптации |
| 2 | Слайд 2  Прежде чем мы начнем, я предлагаю вам вспомнить себя в школе. Какой период или класс из вашей школьной жизни запомнился вам больше всего?  *(Можно поделиться собственным опытом.)*  Мне, например, больше всего запомнился пятый класс. Учителя казались очень строгими, и мы постоянно бегали на переменах к нашей первой учительнице.  А что запомнилось вам?  *(Собираем ответы, комментируем результаты)*  Да, действительно, мы помним себя в первом классе, в пятом, кто-то помнит себя в старших классах.  А как вы думаете, почему эти классы так запомнились?  *(Собираем ответы, комментируем результаты)* | Обращение к личному опыту позволит педагогам включиться в лекции, настроит позитивно |
| 3 | Верно, в этот период мы знакомимся с чем-то новым, важным для себя, приобретаем опыт, адаптируемся к новым условиям.  Первый класс - волнующий этап в жизни каждого, начало школьной жизни.  Пятый класс - дети переходят в среднюю школу, чувствуют себя взрослыми.  Седьмые – это предпрофильные классы, меняется состав классов, приходят новые дети из других корпусов или школ.  И, наконец, в десятом классе ребята переходят в старшую школу по своим интересам и направлениям, которые планируют изучать дальше, в высшем учебном заведении или колледже. |  |
| 4 | С чем новым сталкиваются все дети, независимо от возраста или класса? Что меняется в их жизни в период адаптации?  *(Собираем ответы, комментируем результаты)*  Да, действительно, появляются новые учителя, новые одноклассники, здание, новые предметы и т.д.  Все, что вы назвали, можно объединить в три группы – это условия, люди, деятельность. |  |
| 5 | Каждый ребенок в период адаптации и в первом, и в пятом, и в седьмом, и в десятом классе сталкивается с новыми для себя условиями, людьми или деятельностью. Но в зависимости от возраста ребенка какой-то из этих факторов будет преобладать, потребуется больше времени и сил на адаптацию к нему, это будет новый опыт для ребенка.  Давайте порассуждаем.  Перед нами ребенок – первоклассник, который пришел в новое для него здание, класс. У первоклассника много задач – нужно познакомиться со своими одноклассниками, учителем, понять и принять школьные правила, а также привыкнуть к тому, что нужно сидеть за партой, писать, отвечать на вопросы и т.д. Поэтому ему в равной степени нужно адаптироваться и к новым условиям, и к людям, и к деятельности.  А как вы думаете, к чему в первую очередь адаптируется пятиклассник?  *(Собираем ответы, комментируем результаты)*  Действительно, в пятом классе детям уже знакома учебная деятельность, но появляются новые предметы, а, значит, и новые учителя. Теперь дети становятся более самостоятельными, и к этой самостоятельности им тоже нужно привыкнуть – найти самим кабинет, сориентироваться в новом здании.  Поэтому пятикласснику важно адаптироваться к условиям.  А что самое важное будет для семиклассника в процессе адаптации?  *(Собираем ответы)*  Вы правы, люди - отношения с одноклассниками в первую очередь.  А к чему сложнее адаптироваться десятикласснику?  *(Собираем ответы)*  Конечно же, к деятельности - появляются новые предметы, увеличивается их количество, программный материал усложняется, учеба становится интенсивной. Подростку необходимо научиться распределять свое время и силы, быть самостоятельным. | Важно подчеркнуть, что во всех классах (в 1, 5, 7, 10) дети адаптируются и к условиям, и к людям, и к деятельности. Но на каждом этапе что-то будет наиболее приоритетным |
| 6 | Давайте чуть подробнее остановимся на каждом этапе. Итак, ребенок-первоклассник. К каким условиям ему необходимо адаптироваться? Новое большое здание, новый режим дня.  У первоклассника появляется новый значимый взрослый, учитель, мнение которого для ребенка становится не менее значимым, чем мнение родителя. С учителем нужно научиться общаться, понимать, когда и как это можно сделать. Общение с одноклассниками и учителем происходит по определенным правилам (не разговаривать во время урока, поднимать руку, если хочется что-то сказать/спросить и т.д.), и к этому тоже нужно привыкнуть.  Вчерашний дошкольник становится учеником, и попадает в новую для себя ситуацию, когда его деятельность, успехи или трудности в школе, становятся предметом обсуждения как в школе, так и дома. Кроме того, непоседливому первокласснику приходится сдерживать свою активность и концентрировать длительное время свое внимание на том, что говорит учитель.  Поэтому и условия, и люди и деятельность имеют важное значение для первоклассника. Учитывая возрастные особенности ребенка – особенности произвольности, это сделать не так-то просто.  Поэтому, безусловно, дети нуждаются в нашей помощи. | Первоклассник адаптируется и к новым условиям, и к новым людям, и к новой для него деятельности. |
| 7 | Как помочь ребенку адаптироваться?  Во-первых, важно познакомить первоклассника с новым пространством – провести экскурсию по школе или поиграть – помочь найти место «потерявшимся» предметам. Также можно поставить фотографию ребенка на парту, чтобы он запомнил свое место.  Для того, чтобы дети быстрее познакомились и запомнили имена друг друга, можно использовать игры на перемене, бейджи, а для начала дружеских отношений – организовывать работу в парах, группах во время урока.  Школьные правила можно обсудить вместе с детьми и разместить на видном месте в виде забавных рисунков или схем. Контролировать их выполнение можно в игре, используя систему поощрений.  Также важно поддерживать работоспособность ребенка, следить, чтобы не наступало переутомления: использовать физкультминутки как возможность снять напряжение, а также напомнить родителям о важности контроля режима дня ребенка.  Об успешной адаптации «расскажут» нам поведение и настроение ребенка. Первоклассник, которому комфортно в школе, пребывает большую часть времени в позитивном настроении, с желанием идет в школу, соблюдает правила, общается со сверстниками и педагогами, обращается за помощью в случае необходимости. |  |
| 8 | Однако существуют ситуации особого внимания, которые говорят нам о том, что адаптация проходит тяжело.  В первую очередь, это нежелание ребенка ходить в школу. И нам важно разобраться, с чем связан отказ в каждом конкретном случае.  Также есть дети, которые на уроках достают из портфеля игрушки, которые принесли из дома.  Особого внимания требуют ситуации, когда ребенок подавлен, часто плачет или не может наладить контакт со сверстниками. Нам важно вовремя разобраться в ситуации, поддержать и помочь ребенку.  Для этого важно:   * поговорить с ребенком для уточнения ситуации * провести мероприятия с целью оказания помощи * обратиться к специалистам службы   На слайде вы видите QR-код с информацией о возможных мероприятиях, играх (Приложение 2), которые помогут решить проблемы. Вы также сможете скачать его в конце нашей встречи. |  |
| 9 | А мы двигаемся дальше и поговорим о пятиклассниках.С какими новыми условиями сталкиваются дети, поступив в пятый класс?  *(Собираем ответы, комментируем результаты)*  Да, верно, ребята адаптируются к пространству школы, к тому, что разные уроки проходят в разных кабинетах, детям нужно запомнить их расположение, чтобы вовремя приходить на урок  Когда мы говорим об адаптации пятиклассников, нам важно помнить и об их возрастных особенностях – общение со сверстниками приобретает особую значимость. И несмотря на то, что дети могут хорошо знать друг друга, им нередко нужна наша помощь в налаживании взаимоотношений, так как они сами меняются, взрослеют, вступают в подростковый возраст.  Ребятам нужно время, чтобы привыкнуть к новым педагогам.  А что меняется в деятельности пятиклассников?  Появляются новые предметы, изучение которых требует от ребенка времени, сил, и самое важное, самостоятельности. | Пятиклассник также адаптируется и к людям, и к деятельности, но адаптация к условиям приоритетна, т.к. у ребенка уже есть опыт адаптации к новым людям и деятельности. |
| 10 | Как помочь пятикласснику адаптироваться?  Отличным решением будет размещение в классе плана кабинетов - такая визуальная навигация поможет быстро найти нужное помещение. Можно придумать вместе с детьми необычные названия различным помещениям школы.  Вместе с детьми важно обсудить и принять правила общения, а также договориться о том, как вы будете следить за их выполнением.  Организация совместной деятельности детей как во время урока, так и на перемене, экскурсии, а также любое общее дело помогут классу стать дружным коллективом.  Обсудите с педагогами, которые работают с вашим классом, индивидуальные особенности детей, дайте рекомендации по взаимодействию с детьми.  Об успешной адаптации можно говорить, если ребенок ориентируется в здании, принял требования разных педагогов, общается с одноклассниками, а учитель является человеком, к которому можно обратиться с вопросом или получить помощь. |  |
| 11 | И, конечно же, существуют ситуации особого внимания - ребенок не хочет учиться, игнорирует домашние задания, часто расстроен, в плохом настроении, мало общается со сверстниками или не общается совсем, жалуется на плохое самочувствие.  Для того, чтобы помочь ребенку, важно побеседовать с ним, понять, что произошло, провести определенные мероприятия, при необходимости обратиться к школьному психологу. |  |
| 12 | Как вы думаете, к каким новым людям нужно адаптироваться семиклассникам и почему это является первоочередной задачей?  *(Собираем ответы, комментируем результаты)*  Да, верно, у детей появляются новые одноклассники и учителя. Подросткам чрезвычайно важны отношения со сверстниками, быть принятыми, иметь друзей, возможность поделиться своими переживаниями.  И хотя дети уже имеют опыт установления отношений со сверстниками, ребятам нередко нужна наша помощь, так как в силу возраста им бывает сложно найти друзей.  Также подросткам требуется время, чтобы привыкнуть к новым условиям (кабинету, зданию) и новым предметам. |  |
| 13 | Как помочь ребятам адаптироваться?  Важно обсудить с детьми правила общения и коллективно принять их, разместить на стенде класса. А также помочь подросткам проявить свои способности, создать ситуации успеха. Мы можем помочь ребенку выбрать секцию, кружок, посоветовать принять участие в каком-нибудь мероприятии класса, школы. На уроках давать задания в формате групповой работы, чтобы у детей была возможность узнать друг друга получше.  Ну и, конечно же, быть всегда рядом с ребенком, быть готовым помочь ему в решении трудностей, с которыми он сталкивается.  Главным показателем успешной адаптации будет позитивное общение со сверстниками, соблюдение правил общения и поведения, способность разрешать возникающие проблемные ситуации. |  |
| 14 | Ситуации особого внимания, которые говорят о том, что ребенку нужна наша помощь – это ситуации, связанные с учебой (пропуски уроков, отсутствие мотивации, неуспеваемость), с общением (на уроках сидит один и перемены проводит в одиночестве), агрессивное или демонстративное поведение, а также случаи, когда ребенок подавлен, часто находится в плохом настроении.  Для того, чтобы помочь ребенку, важно также обсудить с ним его состояние, продумать варианты помощи, которую можем оказать и при необходимости привлечь других специалистов школы. |  |
| 15 | Ну и последний рубеж – десятый класс. Ребята в течение своей школьной жизни уже неоднократно адаптировались к новым одноклассникам, учителям, новому пространству, и, конечно, привыкли учиться.  С чем новым сталкиваются десятиклассники?  *(Собираем и комментируем ответы)*  Да, верно, в старших классах ребятам понадобятся новые навыки – умение распределять свои силы и время, так как значительно увеличивается количество уроков и занятий в целом.  Ну и, конечно, наша помощь может потребоваться ребятам в установлении отношений с одноклассниками и новыми учителями. |  |
| 16 | Как мы можем помочь подростку адаптироваться?  В первую очередь, обучить навыкам тайм-менеджмента – умению распределять свое время, использовать его с максимальной пользой, ставить выполнимые задачи, планировать свой день.  Также необходимо поддерживать положительный климат в классе, а для этого знать, что происходит в жизни ребят, делиться своим опытом. Поговорите с детьми о границах, о том, что каждый поступок имеет свои последствия.  Общение для ребят – большой ресурс, поэтому важно поддерживать ситуации неформального общения, во время экскурсий, совместных мероприятий, создавать традиции класса.  О том, что ребенок адаптировался к 10 классу, мы можем говорить, когда он посещает школу, свободно общается с одноклассниками, а также есть близкий круг общения. Он может расставлять приоритеты и распределять свое время, а также при необходимости обратиться за помощью к педагогам или специалистам Службы. |  |
| 17 | С какими ситуациями особого внимания мы можем столкнуться?  Это - пониженный фон настроения, трудности в отношениях со сверстниками и взрослыми, снижение успеваемости.  Для того, чтобы помочь ребенку также важно прояснить ситуацию и продумать конкретные варианты мероприятий на уровне класса или индивидуальные. |  |
| 18 | Мы обсудили разные варианты ситуаций, связанных с трудностями адаптации. Рассмотрим общий алгоритма оказания помощи.  Сначала необходимо определить характер трудностей, понаблюдать за ребёнком, поговорить с ним. Выяснить, что его беспокоит, посмотреть на ситуацию его глазами. При необходимости поговорить с родителями, другими педагогами. Узнать, где и как проявляется трудность ребенка.  Затем найти ресурсы и сильные стороны ребенка, опираясь на то, что ему интересно, с чем он справляется, запланировать мероприятия, которые помогут ребенку чувствовать себя в школе более уверенно. Это могут быть педагогические мероприятия или мероприятия, рекомендованные педагогом-психологом или другими специалистами Службы. Проводиться они могут как с ребенком, так и со всем классом. |  |
| 19 | А сейчас я предлагаю поучаствовать в групповой работе.  Объединитесь в 4 группы.  *Возможны варианты деления на группы педагогов:*  *1) заранее рассадить коллег за 4 стола;*  *2) предложить разделиться по желанию;*  *3) предложить вытянуть карточки с номерами столов.*  *Когда педагоги объединились в 4 группы, то каждой группе выдается лист с Кейсом (Приложение 3) по номеру группы/стола (1,2, 3 или 4).*  *Если предполагается участие в лектории более 40 педагогов, кейсы могут обсуждаться со всеми вместе, без деления на группы.*  **Инструкция для групповой работы**  Каждая группа получила кейс, на решение которого отведено 5 минут. Вам необходимо определить трудности, найти ресурсы ребёнка, затем наметить мероприятия с целью оказания помощи ребенку.  После этого представитель от вашей группы представит общее решение. |  |
| 20-23 | *Зачитываем с экрана кейс из презентации (Приложение 1), слушаем представителя от группы, поддерживаем тех, кто хочет поделиться опытом или собственной точкой зрения. В процессе совместного обсуждения выбираем наиболее удачные способы решения кейса. Далее поэтапно выводим на экран трудности, ресурсы, мероприятия по оказанию помощи (Приложение 1).* | При обсуждении мероприятий важно определить, с какой целью они проводятся, какого результата мы ожидаем. |
| 24 | Спасибо, вы настоящие эксперты! Благодаря вашим знаниям, опыту, желанию помочь дети смогут чувствовать себя в школе уверенно и спокойно.  На каждом жизненном этапе ребенок получает определенный опыт, благодаря которому он может двигаться вперед. Об успешной адаптации ребенка можно говорить, когда он ориентируется на новом пространстве, комфортно чувствует себя в коллективе сверстников, свободно общается с одноклассниками и педагогами, следует правилам поведения в школе, знает, к кому обратиться за помощью. |  |
| 25 | А как вы думаете, нужно ли нам, педагогам, время на адаптацию? Поднимите руку те, кто считает, что педагог тоже проходит период адаптации вместе с детьми? | Важно подчеркнуть, что педагог также нуждается в адаптации |
| 26 | Адаптация – процесс не односторонний, и часто нам самим также нужно время, чтобы привыкнуть к новым детям и новым условиям. Для этого необходимо выделить время для того, чтобы познакомиться с детьми, можно поделиться интересной информацией о себе, а также предложить детям рассказать интересный факт о себе. Чтобы запомнить имена детей, можно использовать метод ассоциаций.  Так как дети чувствуют наши эмоции, важно сохранять спокойствие, говорить медленно и внятно, чаще улыбаться.  Помните, что все трудности можно решить, не стесняйтесь просить помощи коллег, педагогов, или обращаться к специалистам Службы.  Все дети разные, у каждого за плечами свой опыт и причины вести себя определенным образом. Будьте терпимы, помогите ребенку адаптироваться к новой для него ситуации, оставайтесь в профессиональной позиции педагога и взрослого. |  |
| 27 | Успех адаптации зависит не только от наших профессиональных умений, но и нашего внутреннего состояния. Работа с детьми, независимо от их возраста, требует огромного количества сил и энергии. Что вам помогает поддерживать силы?  Как вы это делаете? Поделитесь опытом.  *Собираем ответы*  Спасибо! Сколько разных способов мы услышали! |  |
| 28 | Действительно, важно помнить о себе, радоваться простым вещам – чашке ароматного чая, хорошей погоде. Замечать те мелочи, которые дарят нам позитивные эмоции.  Если есть хобби, то это отличная возможность регулярно восполнять свой баланс, дарить себе счастливые моменты. Спорт, прогулки, общение, поддержка близких дают нам силы и энергию, это то, как мы можем позаботиться сами о себе.  Важно также отмечать все то хорошее, что происходит с нами за день. Обычно мы фокусируем свое внимание на трудностях, каких-то проблемах, упуская или не придавая значения своим успехам. Предлагаю вам начать это делать прямо сейчас. Вспомните 3 причины себя похвалить. Кто хочет поделиться?  *Собираем ответы*  Спасибо!  Всегда можно найти то, за что себя похвалить и причины гордиться собой.  А сейчас мы вам предлагаем пройти небольшой опрос, на слайде вы видите QR код, по которому вы можете перейти, чтобы ответить на несколько вопросов.  *Ссылка на опрос:* [*https://forms.office.com/e/6Pwqvg7crm*](https://forms.office.com/e/6Pwqvg7crm) | Важно поддержать педагогов, обсудить с ними ресурсы поддержки |
| 29 | Спасибо вам за участие, опыт, искренность, активность. Был(а) рад(а) встрече с вами. На слайде вы видите QR-код с памятками (Приложение 4), играми (Приложение 2) и полезными рекомендациями.  Также на слайде презентации (Приложение 1) указана контактная информация. Если возникнут вопросы, вы можете всегда ко мне обратиться. |  |