



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ
«СОЗВЕЗДИЕ»



Рабочая тетрадь

Семинар-практикум

«Секреты успешной адаптации учащихся

в детском коллективе»

31 августа 2015 г.

«Секреты адаптации»

*Не обижайте детей готовыми формулами,
формулы - пустота; обогатите их образами и картинками,
на которых видны связующие нити.
Не отягощайте детей мертвым грузом фактов;
обучите их приемам и способам, которые помогут их постигать.
Не учите их, что польза главное.
Главное - воспитание в человеке человеческого.
Антуан де Сент-Экзюпери*

АДАПТАЦИЯ – (от латинского adapt – приспособляю)



Адаптация социальная - процесс взаимодействия личности и социальной среды, в ходе которого согласовываются требования и ожидания его участников; один из социально-психологических механизмов социализации личности. Характеризуется согласованием самооценок, притязаний, ожиданий личности с ее возможностями и с реальностью социальной среды, приводящее к оптимальному соотношению целей и ценно-

стей личности и группы (коллектива, профессионального сообщества, сверстников, одноклассников и пр., общества в целом).

Результат социально-психологической адаптации личности - сформированные социальные и профессиональные качества деятельности, поведения, общения, принятые в обществе.

Психологически адаптация определяется активностью личности и выступает как единство усвоения норм, правил среды и ее преобразование ("уподобление себе").

ХАРАКТЕРИСТИКИ АДАПТАЦИОННОГО СИНДРОМА:

- **тревога** (идёт мобилизация защитных сил организма);
- **резистентность** (необходимость приспособления к трудной ситуации);
- **истощение** (при длительном стрессе возможны фундаментальные изменения в здоровье и поведении человека).

Возрастные группы, для которых наиболее болезненно протекает адаптационный синдром:

- дошкольник – первоклассник (6,5–7 лет);
- выпускник начальной школы – пятиклассник (9–10–11 лет);
- младший подросток – старшеклассник (15–16 лет).

Ступени социально-психологической адаптации в коллективе

- **Внешняя переориентация.** Новичок не признает ценностей нового коллектива.
- Новичок и коллектив признают друг друга, но ничего не меняют.
- Новичок воспринимает ценность коллектива, но не меняет свою систему и понятие ценностей.
- **Ассимиляция.** Новичок полностью принимает систему ценностей коллектива и перестраивает свое поведение.
- **Личность новичка сливается с коллективом.**



АДАПТИРОВАННЫЙ

Ребенок вписывается в систему требований учебного учреждения, в систему норм и социальных отношений без серьезных внутренних потерь, ухудшения самочувствия, настроения, самооценки, с удовольствием посещает занятия, испытывает интерес к предлагаемой деятельности.



ДЕЗАДАПТИРОВАННЫЙ (неполная адаптация)

Ребенок, которому трудно заниматься и общаться в соответствии с принятыми нормами, успешное обучение и общение дается за счет высоких психологических затрат (повышенная тревожность, низкая самооценка, психосоматические затруднения, невротические синдромы и т.п.)

Легкая адаптации - 1-2 недели. У ребенка восстанавливается эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Ребенок достаточно активен, но не возбужден.

Адаптация средней тяжести- 1-1,5 месяцев.Нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче, настроение неустойчиво, значительно снижается активность.

Тяжелая адаптация - несколько месяцев. Ребенок начинает болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое. Поведение неадекватное, граничит с невротическим состоянием.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА

Педагог ДО:

- Создать условия для социально-психологической адаптации ребенка в клубе (предъявление единых требований; организация педагогической поддержки; установление форм взаимоотношений со сверстниками и педагогами);
- Адаптировать учебную программу, нагрузки, образовательные технологии к возрастным и индивидуально-личностным возможностям и потребностям ребенка;
- Работу следует начинать с формирования малых групп (пять – шесть) человек. Каждый ребенок должен пережить «состояние успеха». С этой целью необходимо в первые же дни выявить индивидуальные способности. В малой группе у детей быстрее снимается тревожность.

Педагог ДО и педагог-психолог:

- Выявлять дезадаптивных детей (карты наблюдения Стотта);
- Анализировать причины возникновения дезадаптации ребенка (детей) в конкретном коллективе в индивидуальном порядке;
- Предпринимать конкретные действия для повышения адаптивных способностей ребенка;

В период адаптации в детском коллективе полезны игры, упражнения, направленные на:

- снятие чрезмерного психологического напряжения, и повышение самооценки ребенка; командообразование, развитие коммуникативных навыков, сплочение, организационное развитие детского коллектива.

Покажите стрелочками, какой текст соответствует возрасту на картинке.

15-18 лет



Наблюдается дисгармония в физическом развитии, оно опережает нервно-психическое развитие, что сказывается на временном ослаблении нервной системы. Проявляются повышенная утомляемость, беспокойство, повышенная потребность в движениях.

Завершается переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению

Способны концентрировать внимание, но еще преобладает непроизвольное внимание.

Высок авторитет родителей и учителей.

Формируются основы самостоятельности

Ведущая деятельность этого возрастного периода – учебная

В этом возрасте закладываются базовые установки на ценность здоровья, способы решения жизненных трудностей и выборы в пользу здорового образа жизни или потакания вредным привычкам

Самооценку в этом возрасте формируют значимые для ребенка взрослые

7-10 лет



Расширяется диапазон социальных ролей и интересов, появляется все больше взрослых ролей с соответствующей им мерой самостоятельности и ответственности.

Усиливается потребность в самостоятельном приобретении знаний, познавательные интересы приобретают широкий, устойчивый и действенный характер, растет сознательное отношение к труду и учению.

Повышается эмоциональная восприимчивость и способность к сопереживанию

Сильнее по сравнению с другими возрастными этапами проявляется потребность в уединении. В уединении проигрывают роли, которые недоступны в реальной жизни.

11-14 лет



Возраст	Характеристика возрастного периода		
	Психофизиологическое развитие	Развитие познавательной сферы	Возрастные новообразования
Младший школьный (7 – 10 лет)	<p>Подвижны, энергичны, быстрый, но не пропорциональный рост. (Так как сердце не растет в пропорции с телом, ребенок не может вынести длительные периоды напряженной деятельности.)</p> <p>Может пренебрегать своим внешним видом.</p>	<p>Затруднено понимание абстрактных слов и понятий. Нравится исследовать все, что незнакомо. «Золотой возраст памяти»</p>	<p>Память приобретает ярко выраженный познавательный характер. Мышление приобретает абстрактный и обобщенный характер. Интенсивное формирование приемов запоминания.</p>
Подростковый (11-14 лет)	<p>Рост в этом возрасте не только быстрый, но и неравномерный. Часто чувствуют себя усталым, неуклюжими.</p> <p>Иногда могут казаться ленивым (естественный способ защиты организма от чрезмерного напряжения).</p> <p>Начало полового созревания; эмоциональная нестабильность</p>	<p>Критичны к авторитетам. Не любят разделять одинаковые убеждения с другими.</p> <p>Мыслят абстрактно, но обычно находят всему только крайние «контрастные» объяснения. Видят всё в чёрном, либо в белом цвете.</p> <p>Возрастает способность к логическому мышлению. Теоретическое рефлексивное мышление</p>	<p>Чувство взрослости; Стремление к самостоятельности. формирование «Я-концепции»</p>
Юношеский (15-18 лет)	<p>Продолжение полового созревания; развитие саморегуляции</p> <p>Изменения гормонального обмена вызывают повышенную возбудимость, раздражительность.</p>	<p>Словесно-логическое мышление</p> <p>Происходит интеллектуализация психических функций, развитие монологической и письменной речи.</p>	<p>Психологическая готовность к личностному и профессиональному самоопределению</p> <p>Формирование системы социальных установок</p>

Характеристика возрастного периода

Ведущий вид деятельности	Социальная ситуация развития	Рекомендации для педагогов
<p style="text-align: center;">Учебная деятельность</p>	<p>Приспосабливается к обществу вне семейного круга. Желает понравиться выбранным им авторитетам, как правило, педагогам.</p>	<p style="text-align: center;">Педагогу следует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - не бояться выражать свои положительные эмоции; - не спешить за каждым негативным поступком ребенка видеть только отрицательные мотивы; - в общении с детьми чаще использовать просьбу и поощрение, чем приказ и наказание; - быть справедливым в оценивании учащихся; - учить детей радоваться своим успехам и успехам одноклассников.
<p style="text-align: center;">Интимно-личностное общение</p>	<p>Стремление к эмансипации от взрослых; стремление иметь референтную группу. Увлекает соревновательная деятельность. Подросток склонен подвергать критике систему ценностей взрослых. У него начинает формироваться своя система взглядов и ценностей.</p>	<p style="text-align: center;">Педагогу следует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повысить самооценку ребенка, показать, что вы верите в его способности - больше воспитывать удивлением, эмоциями, а не поощрением и наказанием; - больше тепла в общении с ребенком; - расширить зону свободы ребенка на занятии; - обращаться к ним за помощью, привлекать к работе с младшими обучающимися
<p style="text-align: center;">Учебно-профессиональная деятельность</p>	<p>Ключевые переживания – дружба, любовь</p> <p>Потребность в неформальном, доверительном общении со взрослым. Восстанавливаются эмоциональные контакты с родителями на более высоком сознательном уровне.</p>	<p style="text-align: center;">Педагогу следует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - быть более внимательным и чутким при обращении подростка за помощью или советом. - с большим терпением и пониманием стремиться понять мотивы поведения. - сотрудничество с ними. - в коллективной беседе находить лучшие качества и подчеркивать их. - размышлять вместе с подростками о его будущем.



Холерик

Холерик →

Тип нервной системы:
сильный неуравновешенный

Активность: Активен.
Человек быстрый, порывистый

Поведение в обществе:
Лидер, легко устанавливает контакты, но с трудом их поддерживает. Импульсивен, склонен к конфликтам.

Настроение: Склонен к бурным эмоциональным вспышкам, резким сменам настроения. Неуравновешен.

Деятельность: Способен отдаваться делу с исключительной страстью. Быстро включается в работу.

Речь: Громкая, резкая, бывает грубой.

Память: быстро запоминает, быстро забывает.

Внимание: Развито переключение, быстро сосредотачивается.

Как помочь холерику?

- Развивать способность считаться с чувствами окружающих.
- Направлять энергию на полезные дела.
- Чередовать подвижные и активные действия со спокойными занятиями.
- Предлагать игры и упражнения, требующие сосредоточения, точности, сдержанности.
- Избегать жесткого контроля, ограничения активности, гневных требований следить за собой, т.к. это приводит только к нервозности и потере контакта с ребенком



Сангвиник

Сангвиник →

Тип нервной системы:
Сильный уравновешенный подвижный

Активность: Человек живой, подвижный, быстро отзывающийся на окружающие события.

Поведение в обществе: В центре внимания, пользуются уважением, легко устанавливают контакты

Настроение: Сравнительно легко переживает неудачи и неприятности.

Деятельность: В работу включается быстро, но до конца доводит только при наличии интереса. Предпочитает все новое.

Речь: Живая, эмоциональная.

Память: Хорошая, схватывает на лету.

Внимание: Развиты переключение, распределе-

Как помочь сангвинику?

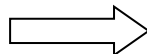
- Формировать устойчивые интересы.
- Учить доводить начатое до конца.
- Формировать критичное отношение к результатам своего труда.
- Обращать внимание на качество выполнения задания.
- Предлагать игры и упражнения, требующие сосредоточенности, точности, сдержанности.

ние, быстро сосредотачивается

Флегматик



Флегматик



Тип нервной системы:
Сильный уравновешенный инертный
Активность: Медлительный, невозмутимый человек.
Поведение в обществе: С трудом устанавливает, но легко поддерживает знакомство.

Настроение: Слабое внешнее выражение душевного состояния. Более или менее постоянное настроение.

Деятельность: Медленно включается в работу, но зато способен выдерживать значительные нагрузки.

Речь: Спокойная, размеренная, с паузами.

Память: Запоминает медленно, помнит долго.

Внимание: Развита устойчивость.

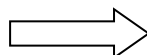
Как помочь флегматику?

- Постепенно развивать активность и подвижность, включая в игры с малой, потом средней, а потом высокой подвижностью.
- Учитывать низкий темп выполнения задания.
- Одновременно не позволять ребенку откладывать дела на потом, учить его рационально использовать свое время.
- Не раздражаться и не наказывать его за медлительность и неуверенность, т.к. у ребенка может выработаться страх перед действием и развиваться ощущение своей неполноценности.

Меланхолик



Меланхолик



Тип нервной системы:
Слабый
Активность: Настороженность во взгляде, позе.

Поведение в обществе:
Предпочитает быть в стороне.

Настроение: Легко ранимый человек, склонен глубоко переживать даже незначительные неудачи, но внешне сдержан.

Деятельность: Быстро переутомляется. Характерно тщательное планирование и самоконтроль, поэтому в его работе мало ошибок.

Речь: Тихая, может снижаться до шепота.

Память: Запоминает быстро за счет высокой способности к анализу.

Внимание: Познавательная сфера может развиваться.

Как помочь меланхолику?

- Не скупитесь на похвалу.
- Создавайте для него ситуацию успеха.
 - Детям-меланхоликам легче проявить себя, самоутвердиться в художественной деятельности, музыкальной или изобразительной.
- Противопоказаны категоричные обращения и отрицательные оценки.
- Упреки в лени, пассивности и неспособности, только больше усугубляют его неуверенность в себе и развивают комплекс неполноценности.
- Старайтесь не игнорировать его переживаний и проблем.

«ГЕНДЕРНАЯ СПЕЦИФИКА ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

ДЕВОЧКИ



МАЛЬЧИКИ



Послушание

В раннем детстве девочки более послушны

В подростковом возрасте группа мальчиков более послушно следует указаниям старших.

Работоспособность

Девочки быстрее включаются в работу.

Мальчики раскачиваются дольше.

У мальчиков дольше сохраняется интеллектуальная активность.

Умственная деятельность

- быстрее схватывают новый материал;
- легче усваивают алгоритмы и правила;
- любят задания на повторение;
- чаще используют ближнее зрение;
- воспринимают все более детализировано, мыслят конкретнее и прагматичнее;
- лучше обучаются последовательно — “от простого к сложному”;
- новую информацию анализируют с помощью левого полушария
- труднее выполняют сложные (многоэтапные) поручения взрослых;
- им важно понять принцип, смысл задания и труднее воспринимать объяснения “от простого к сложному”;
- лучше выполняют задания на сообразительность;
- не терпят однообразия;
- лучше выполняют задания при ярком свете;
- новую информацию анализируют с помощью правого полушария (пространственного, интуитивного, эмоционально-образного)

КАК ПОМОЧЬ АДАПТИРОВАТЬСЯ?



Девочки будут стараться сразу указать новенькой на ее место в коллективе – «**Эффект воспитания выскочки**», провоцируя ее на ошибки, уклоняясь от оказания помощи, а иногда воздействуя с помощью упреков, замечаний или критики. В таком случае необходимо проводить поддержку новенькой, самостоятельно включая ее в деятельность коллектива с делегированием ей части ответственности и последующим акцентированием успеха как ее самой, так и всей группы.

В женском коллективе может проявиться «Эффект второго ребенка» - поведение, которое напоминает капризы ребенка-первенца при появлении в семье младшего братика или сестрички. В этом случае нужно показать детям, что Вы одинаково относитесь ко всем ребятам.

Еще можно столкнуться с «Эффектом дебютантки» - ребенок просто не знает, как правильно себя вести и выстраивать отношения в новом коллективе, поэтому может демонстрировать не вполне адекватное поведение. В этом случае ребенку нужно показать и рассказать как в коллективе заведено и сделать акцент на дружеские отношения в коллективе.



Необходимо поднять значимость личности через систему полезных дел. Хорошо работает командный принцип: «Наша команда самая...».

В ответ на долгие нотации взрослых они «отключают» слуховое восприятие, не воспринимают информацию. Таким образом, долгие разговоры о поведении оказываются слабо эффективными. Исходя из этого беседа, как индивидуальная, так и коллективная, должна строиться в русле дружеского заинтересованного общения.

Для успешной адаптации мальчика в коллективе очень полезно, чтобы у него было нечто особенное, выделяющее его. Это может быть какая-то игрушка, предметы одежды, гаджет и др. Таким образом он вызывает интерес и дети сами могут к нему потянуться.

ДЛЯ ЗАМЕТОК