

Психологические упражнения

для классного часа по сплочению класса и принятию в него новеньких.

-определение физических параметров класса (например, рост, вес, толщина бицепсов, ширина шага, длина носа, окружность талии и т.д.) В данных исследованиях (в отличие от медицинских)

главное – определение суммарных показателей. Это значит, что все цифры записываются столбиком в разных графах на доске, затем суммируются и оглашаются: "Рост нашего класса - 42 метра, длина ступни - 5 с половиной метров и т.д."

-составление шуточной характеристики класса (ученики анонимно заполняют листочки с разнообразными вопросами: "Ваш любимый цвет? Ваша любимая музыкальная группа? Ваша любимая книга? И т.д." Ответы на вопросы складываются в шапку, а затем учитель достает их и зачитывает вслух, как если бы эти ответы были обобщенным мнением всего коллектива: «Наш класс больше всего любит есть пельмени. В нашем классе все с утра до вечера смотрят фильм "Армагеддон"...»

-изготовление талисмана класса, герба, девиза, первого выпуска классной газеты. Главное условие, чтобы при их создании принял участие каждый ученик класса. При одном способе все ученики рисуют или придумывают девиз индивидуально, затем все рисунки крепятся к доске и путем голосования выбирается самый соответствующий классу портрет. При втором способе рисунок (девиз, герб) создается сообща, прямо на доске или листе ватмана: все ученики по очереди берут мел, и каждый вносит свою линию, свой штрих в портрет талисмана. Первая газета также может быть исключительно простой (например, это может быть лист ватмана, к которому прикреплены очертания ладошек с написанными на них пожеланиями всему классу от лица каждого ученика).

-обмен комплиментами. Compliment, как утверждают психологи, - это своеобразное словесное «поглаживание». А поглаживания нужны человеку не меньше, чем кошке. Организовать его можно по-разному. Можно провести «кольцовку» комплиментов, когда каждый ученик выслушивает приятные слова от предыдущего "оратора", и сам говорит их последующему. Можно устроить "дождь" комплиментов, когда из класса выбирается один ученик, а все остальные обязаны высказать в его адрес по одному положительному суждению. Compliments могут строиться по схемам: "Что мне в тебе нравится, так это...", "Я только сегодня заметил, что ты...", "Если б не ты, я бы никогда..." и т.д. **Главное**

условие игры - чтобы каждый почувствовал хотя бы немного внимания персонально к себе.

- **первое знакомство с новенькими в форме игры.** Игра - это тот вид деятельности, который позволяет снять напряжение, тревогу, агрессию, скованность, так как в игре поведение любого человека становится естественным. В начальных классах, например, стоит, не мудрствуя, пойти по такому пути: поиграть в "третий лишний", "ручеек" или др. несложную игру.

В более старших классах можно предложить усложненную, ролевою игру:

"Пресс-конференция". Все ученики-старички придумывают названия газеты или журнала, корреспондентами которого они будто бы являются, в зависимости от профиля или имиджа издания они задают новичку разнообразные, лучше шуточные, вопросы: "Вы любите спать с закрытыми глазами?", "Вы умеете выковыривать из булочек изюм?", "Как вы относитесь к проблеме защиты гражданских прав колорадского жука?" и т.п.

"Вступительный экзамен". В этом случае все старички становятся экзаменаторами в различных науках, но не математике с историей. Нужно придумать целый перечень несуществующих, шуточных наук, таких как "уше-шевеление", "в-позе-йога-сидение", "шепеляво-говорение" и т.д. Каждый экзаменатор должен сначала сам продемонстрировать что-либо из своей дисциплины, и лишь затем он может попросить экзаменуемого повторить показанное. После всех испытаний экзаменационная комиссия выносит вердикт об успешной сдаче новичком экзамена и о зачислении его в список обучаемых в классе.

"Судебный процесс". В этой ролевой игре все делятся на судей, присяжных, свидетелей, обвинителей и защитников. Роль подсудимого, конечно, достается новичку. Он, по условию игры, должен обвиняться в "преступном умысле занять место за второй партией среднего ряда". Или в "тайных планах проучиться в данном классе до конца учебного года". По ходу этой игры можно не только выяснить биографические данные, стремления и склонности новичка, но, что весьма существенно, просто весело побалагурить. Для игры можно расставить парты, как в здании суда. Заканчивается суд оправдательным приговором.

По большому счету, не принципиально: какой сценарий знакомства с новичками выберет классный руководитель. Главное - выбрать! От того, как легко новичок войдет в новый коллектив и каков будет его статус в этом коллективе, - эти вопросы всегда решает неформальный лидер класса. Но хочется, чтобы этим лидером стал сам классный руководитель.

АДАПТАЦИЯ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ/ОБУЧЕНИЮ В СРЕДНЕМ ЗВЕНЕ.



Задача педагогов – создать такие условия для первоклассников/пятиклассников, которые облегчили бы их адаптацию в средней школе.

О неблагополучии пятиклассника будут свидетельствовать различные проявления школьной тревожности, которая представляет собой основную характеристику нарушения школьной адаптации.

Типичные причины школьной тревожности

1. Необходимость осваивать «новую школьную территорию».
2. Увеличение количества учебных дисциплин.
3. Увеличение числа учителей.
4. Отсутствие преемственности требований, предъявляемых учителями начальной школы и среднего звена, а также вариативность требований от учителя к учителю.
5. Смена классного руководителя.

6. Необходимость адаптироваться к новому (или изменённому) классному коллективу.

7. Неуспешность во взаимодействии с учителями или одноклассниками.

8. Хроническая или эпизодическая учебная неуспешность.

9. Резкое изменение в уровне родительского контроля и помощи.

Но основная причина возникновения трудностей у пятиклассников в период адаптации – это резкое изменение требований к нему по сравнению с начальной школой, а зачастую и разногласие требований от учителя к учителю.

ДРУЖЕСКАЯ АТМОСФЕРА

Учитель должен помнить, что процесс адаптации ребенка во многом зависит от обстановки в классе, от того, насколько интересно, комфортно, безопасно чувствует себя ребенок во время уроков, в ситуациях взаимодействия с учителем и одноклассниками. Используя игровые психологические методики и психотехнические упражнения, учитель может создать в классе атмосферу доброжелательности и конструктивного взаимодействия, позволяющую детям ослабить внутреннее напряжение, познакомиться друг с другом, подружиться. В то же время учитель может объяснить им, как можно «выплеснуть» избыток энергии без вреда для окружающих и как отдыхать и полностью восстанавливать силы после учебной деятельности.

Требуют особого внимания:

-Дети с флегматичным темпераментом, для которых характерна медлительность, трудности переключения с одного вида деятельности на другой.

-Старшие школьники и подростки, для которых наиболее значимыми становятся отношения со сверстниками, а уже не с учителем, как у младших школьников).

-Дети, чрезмерно опекаемые родителями, привыкшие к исключительному вниманию, имеющие большое количество страхов, неуверенные в себе, с общей эмоциональной неустойчивостью. Эти дети много волнуются, сомневаются в правильности своих действий, легко обижаются, остро реагируют на неудачи, им не хватает гибкости, непосредственности, доверчивости в отношениях со сверстниками.

ОБСУЖДАЙТЕ ВАЖНЫЕ ВОПРОСЫ

В первый месяц обучения в школе учителю (воспитателю) следует **не единожды** обращаться к обсуждению с первоклассниками/пятиклассниками следующих вопросов:

- Что изменилось в твоей жизни с момента поступления в школу/обучения в 5 классе?
- Что значит быть школьником/пятиклассником?
- Зачем нужно учиться?
- Что такое правила и принципы школьной жизни?
- Где в школе находятся: наш класс, столовая, библиотека, туалеты, кабинет врача и т.д.?
- Как себя вести на уроках и на переменах?
- Как готовиться к урокам?
- Как работать с учебниками?
- Каким должно быть мое рабочее место дома?

Рекомендации

классному

руководителю.

1. В разговоре с новеньким учителю стоит рассказать о системе работы, о досуговой деятельности ребят, о порядках школьного процесса и кратко дать характеристику класса. Заранее следует предупредить, что при возникновении каких-либо проблем **всегда можно обратиться к вам за советом**. Причем классный руководитель гарантирует неразглашение такой беседы.

2. Представляя новичка классу, учитель может сказать о нем несколько хороших слов, попросить всех его "любить и жаловать". Затем желательно понаблюдать со стороны, как развиваются взаимоотношения между учениками, постараться вовремя пресечь "дедовщину".

3. Лучше дать возможность новеньким акклиматизироваться перед тем, как вовлекать в работу на уроках.

4. Хорошо организовать уроки таким образом, чтобы новичок мог проявить свои способности.

5. Можно посадить новенького за одну парту с самым популярным учеником в классе или дать ребёнку поручение, которое он будет выполнять вместе с всеобщим любимцем. Иногда следует особо побеседовать с лидерами класса, попросить взглянуть на себя глазами новичка, **дать им задание ввести его в курс дела, взяв под свою опеку, и "подтянуть" по школьной программе** (особенно подходит для младших школьников).

6. Так же стоит помнить, что совместная деятельность способствует сплочению коллектива, например совместная уборка класса после уроков.

7. Хорошо будет узнать (с помощью анкетирования всего класса или отдельной беседы с новичком) о его интересах, стремлениях, о "любимых" и "нелюбимых" школьных предметах. На основе результатов анкетирования можно сопоставить интересы новичка и остальных учеников и организовать общеклассное мероприятие. Например, это может быть поход в кино или музей. Чувствуя себя "в своей стихии" новый ученик может рассказать остальным что-нибудь интересное о том, что он знает.

8. Полезной может быть беседа с родителями новичка о том, как учился ребенок в предыдущей школе, были ли у него проблемы в общении со сверстниками, какие у него интересы и т. п.

9. Бывает, что сам ученик не желает сближаться с коллективом и держится особняком. В этом случае ему, возможно, необходима консультация психолога, чтобы выявить причину такого поведения, в основе которого могут быть разнообразные комплексы и страхи.

В своей работе используйте **психологические упражнения по сплочению класса и принятию в него новеньких**, а также **приемы коррекции тревожности(см.Памятку для педагога. Как общаться с гиперактивными, агрессивными и тревожными детьми?)**.

