

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования центр внешкольной работы  
ст.Полтавская**

**Семинар для педагогов  
«Социально – педагогическая адаптация воспитанников в  
образовательном пространстве учреждения дополнительного  
образования».**

**Ст. Полтавская, 2019**

**Цель:** предупреждение дезадаптации обучающихся в учреждении

**Задачи:**

- рассмотреть понятие «адаптация»;
- выявить факторы, влияющие на дезадаптацию обучающихся
- определить роль педагога в профилактике дезадаптации обучающихся;
- поделиться опытом использования форм и методов профилактики дезадаптации;

**Целевая аудитория:** педагоги

**Ход мероприятия:**

Как только педагоги собрались за столом или в зале, предлагается начать мероприятие с игры.

**Игра «Знакомства – узнавалки».**

1. Каждый игрок называет свое имя и добавляет к нему слово (предмет) начальная буква которого совпадает с начальной буквой имени игрока. Сидя в кругу каждый представляется по имени и называет собственный предмет («Меня зовут Миша с мишкой», или «Витя с велосипедом»). Игрок повторяет имена своих ближайших соседей, а затем представляется сам.
2. Каждый участник придумывает приветственное восклицание и жест. Далее по принципу игры «Снежный ком».

**Теоретическая часть.**

- Сейчас мы с вами на практике использовали те игры, которые вы можете провести на первых занятиях своих творческих объединений, для знакомства и социальной адаптации детей. А сейчас хотелось бы вместе с вами вспомнить, в чем своеобразие дополнительного образования?

Своеобразие дополнительного образования проявляется в следующем:- в целенаправленном добровольном использовании ребенком свободного от уроков времени для полноценного развития своих потенциальных возможностей; - свободе выбора направлений деятельности, педагога, образовательной программы;- возможности менять виды деятельности, коллектив, педагога;- творческом характере образовательного процесса, осуществляемых на основе дополнительных образовательных программ;- особых взаимоотношениях ребенка и педагога (сотрудничество, сотворчество, индивидуальный подход к ребенку);- возможности получить допрофессиональную подготовку и др.

Одной из важных функций дополнительного образования является функция социализации. Под социализацией сегодня понимается процесс усвоения человека образцов поведения, психологических установок, социальных норм и ценностей, знаний, навыков, позволяющих ему успешно функционировать в обществе. В процессе социализации осуществляется социальная адаптация детей. Социальная адаптация в современных научных источниках информации рассматривается с позиции приведения

индивидуального и группового поведения личности в соответствии с господствующей в данном обществе, классе, социальной группе системой норм и ценностей.

Как известно, **адаптация** (от лат. *adapto* – приспособление) – одно из центральных понятий биологии, физиологии, психологии и многих других наук, изучающих живые организмы, особенно человека.

**Адаптация в биологическом смысле** – приспособление строения и функций организма к условиям среды. Процессы адаптации направлены на сохранение гомеостаза (равновесия) со средой. Изменения, сопровождающие адаптацию, затрагивают все уровни организма: от молекулярного до психологической организации деятельности.

**Адаптация социальная** – это:

- 1) постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды;
- 2) результат этого процесса.

Соотношение этих компонентов, определяющее характер поведения, зависит от целей и ценностных ориентаций человека, возможностей их достижения в социальной среде. Адаптация – механизм социализации личности, включение её в систему общественных связей и отношений. Высокие показатели социальной адаптации – это умение работать, жить в условиях совместной деятельности (игровой, учебной, трудовой), в условиях новой социальной среды, новых её требований, разрешать межличностные конфликты, преодолевать трудности, не впадая в состояние фрустрации (несоответствия желаний имеющимся возможностям).

Поскольку условия социальной среды никогда не остаются неизменными, то процесс адаптации непрерывен. Но несмотря на непрерывность адаптации, это явление связывают, прежде всего, с периодами кардинальной смены деятельности индивида и его социального окружения. В детстве такими периодами являются начало школьного обучения, переход в среднее звено (5-е классы), переход к профильному обучению (9–10 классы), период завершения обучения и выбора будущей профессии. Среди этих моментов самый важный и ответственный – поступление в школу. Ведь от того, как начнётся школьная биография ребёнка, зависит адаптация на последующих этапах, да и весь процесс социализации и развития личности школьника.

- В УДО складывается особый стиль отношений между педагогами и воспитанниками, основанный на уважении личности ребенка, заботе о его жизни и здоровье, демократии, свободе.
- Это не просто декларированные позиции, а реальное построение отношений, в основе которого лежит **свобода ребенка в выборе педагога**, с одной стороны; и стремление педагога быть значимым для ребенка — с другой.
- Определенный интерес представляет педагог дополнительного образования. Он интересен уже тем, что дети сами его выбирают, добровольно посещают

занятия. Исследования показывают, что для многих детей педагог дополнительного образования — самый авторитетный взрослый, на которого они хотят быть похожими. Чаще всего педагоги дополнительного образования — творческие личности, поскольку тот, кто стремится побудить в воспитаннике творческую жилку, должен иметь источник творчества в самом себе. В личности педагога дополнительного образования как носителя национальной культуры кроется огромная сила.

Отсутствие в учреждениях дополнительного образования жесткой регламентации деятельности, гуманистические взаимоотношения участников образовательно-воспитательного процесса, наличие более широких возможностей по сравнению с другими социально-образовательными институтами создает благоприятные условия для социальной адаптации воспитанников.

### 3. Игры на сплочение коллектива и сотрудничество:

Цели: налаживание контактов, снижение неуверенности, развитие внимательного отношения друг к другу.

Педагогические указания: игры для введения и знакомства должны обладать простой игровой структурой; игра не должна тянуться долго.

#### **Игра «Пчелы и змеи»**

Инструкция: я хочу предложить вам сыграть в игру под названием «Пчелы и змеи». Для этого вам нужно разбиться на 2 примерно равные по размеру группы. Те, кто хочет стать пчелами, отойдите к окнам, а те, кто хочет играть в команде змей, подойдите к стене напротив. Каждая группа должна выбрать своего короля.

Правила игры: оба короля выходят из комнаты, затем я спрячу два предмета, которые короли должны разыскать в группе. Король пчел должен найти мед - например ручку. А змеиный король должен отыскать ящерицу – вот этот карандаш. Пчелы и змеи должны помогать своим королям. Каждая группа может делать это издавая определенный звук. Все пчелы должны жужжать: Ж-жжж... Чем ближе их король подходит к меду, тем громче должно быть жужжание. А змеи должны помогать своему королю шипением: Ш-шшш... Чем ближе змеиный король приближается к ящерице, тем громче должно быть шипение. Теперь пусть короли выйдут мы спрячем мед и ящерицу. Пчелы и змеи могут занять свои места. Внимательно следите за тем, насколько ваш король удален от своей цели. Тогда вы легко сможете ему помочь, повышая громкость жужжания или шипения при его приближении к цели и понижая при его удалении. Помните о том, что во время этой игры вы не имеете права ничего говорить. Кто же из королей окажется первым?

Педагоги играют, после окончания игры делятся впечатлениями.

#### **«Graffiti» (с 9 лет)**

Цель: познакомить детей со всем многообразием мнений, точек зрения и отношений в группе. Игра способствует развитию в детях терпимости к окружающим.

Материалы: цветные фломастеры каждому ребенку, листы ватмана, написав на верху каждого листа «что я люблю», «что я хочу знать», «чему я хочу научиться», «прекрасные мгновенья», «что меня пугает», «что для меня самое увлекательное».

Инструкция: вы можете сказать, что обычно пишут на стенах? Как вы думаете для чего они пишут на стенах? Тот кто рисует или пишет на стене, стремится тем самым выразить свое умение. Предлагаю сыграть в игру под названием «Graffiti». Разбейтесь на одинаковые группы. У каждой группы есть пять минут, чтобы записать на своем листе свои мысли по поводу данной фразы. Записывайте свои мысли кратко и хлестко, как обычно и пишут на стенах. Пишите на своем листе все одновременно до тех пор, пока я не скажу «Стоп!». Тогда передайте свой лист другой группе, а сами возьмите лист у одной из соседних групп. Сначала вы можете прочитать, что написали представители другой группы, а затем напишите, что вы сами думаете или считаете по этому поводу. Опять же пишите все одновременно (6 минут). Процедура продолжается до тех пор, пока каждая группа не выскажется по всем темам.

#### **Дезадаптация: признаки, причины, последствия.**

- В самом общем смысле под дезадаптацией подразумевается, как правило, некоторая совокупность признаков, свидетельствующих о несоответствии социопсихологического и психофизиологического статуса ребёнка требованиям ситуации дополнительного обучения, овладение которой по ряду причин становится затруднительным.
- Анализ зарубежной и отечественной психологической литературы показывает, что термином «школьная дезадаптация» («школьная непригодность») фактически определяются любые затруднения, возникающие у ребёнка в процессе обучения. К числу основных первичных внешних признаков врачи, педагоги и психологи единодушно относят физиологические проявления затруднений в учёбе и различные нарушения норм поведения.
- С позиций онтогенетического подхода к исследованию механизмов дезадаптации особое значение приобретают кризисные, переломные моменты в жизни человека, когда происходят резкие изменения в его ситуации социального развития. Наибольший риск представляет момент поступления ребёнка в кружок и период первичного усвоения требований, предъявляемых новой социальной ситуацией.
- На *физиологическом уровне* дезадаптация проявляется в повышенной утомляемости, сниженной работоспособности, импульсивности, неконтролируемом двигательном беспокойстве (расторможенности) либо заторможенности, нарушениях аппетита, сна, речи (заикание, запинки). Нередко наблюдаются слабость, жалобы на головные боли и боли в животе,

grimасничанье, дрожание пальцев рук, обгрызание ногтей и другие навязчивые движения и действия, а также говорение с самим собой, энурез.

- На **познавательном и социально-психологическом уровне** признаками дезадаптации являются неуспешность учения, негативное отношение к занятиям (вплоть до отказа посещать кружок), к педагогам и кружковцам, учебная и игровая пассивность, агрессивность по отношению к людям и вещам, повышенная тревожность, частая смена настроения, страх, упрямство, капризы, повышенная конфликтность, чувства неуверенности, неполноценности, своего отличия от других, заметная уединённость в обществе кружковцев, лживость, заниженная либо завышенная самооценка, сверхчувствительность, сопровождаемая плаксивостью, чрезмерной обидчивостью и раздражительностью.
- Исходя из понятия «структура психики» и принципов её анализа, компонентами дезадаптации могут выступать следующие.
- 1. **Когнитивный компонент**, проявляющийся в неуспешности обучения по программе, соответствующей возрасту и способностям ребёнка. Включает такие формальные признаки, как хроническая неуспеваемость и качественные признаки типа недостаточности знаний, умений и навыков.
- 2. **Эмоциональный компонент**, проявляющийся в нарушении отношения к обучению, педагогам, жизненной перспективе, связанной с учёбой.
- 3. **Поведенческий компонент**, показателями которого выступают повторяющиеся трудно регулируемые нарушения поведения: патохарактерологические реакции, антидисциплинарное поведение, пренебрежение правилами, установленными в УДО, девиантное поведение.

**К основным причинам нарушения (срыва) адаптации относятся следующие:**

- неадекватность требований педагога, родителей;
- стресс из-за ограничения времени;
- перегрузки (эмоциональные, интеллектуальные и физические);
- несоответствие программ, методик, технологий возрастным и индивидуальным возможностям детей;
- нарушение режима и организации учебных и внеучебных занятий;
- нарушение психического и физического здоровья ребенка;
- психологическая и функциональная неготовность к новым условиям и требованиям процесса обучения, жизни в целом;
- отсутствие коммуникативных навыков.

### **Профилактика дезадаптации.**

«Дезадаптированные» дети лишены мотивации. Они не видят смысла в учебе, и просто так с этой проблемой не справиться. Сразу заинтересовать таких детей очень трудно. Преподаватель сам должен стать этой мотивацией. Обращайтесь с такими детьми нарочито вежливо, уважительно, обращайтесь,

хвалите их, открывайте каждый день новые стороны личности, новые способности, считайте нормой хорошую успеваемость и искренне удивляйтесь, если ученику что-то не удастся, не замечайте плохого и акцентируйте внимание только на хорошем. Ваша игра (да, мы вынуждены признать, что в какой-то степени это игра) будет вознаграждена. Вы станете авторитетом, и ученик будет учиться для вас, потому что никто и никогда не относился к нему так, как вы.

Конечно, можно сказать, что все это педагогически неверно, но таков лишь первый шаг. И это работает! Наша задача сделать так, чтобы ученик посещал кружок, с интересом учился и вырос хорошим человеком. И без личности педагога в этом деле не обойтись. Все остальное вторично. Сменить установку, «прикрепить антиярлык» и заставить ученика поверить в себя - вот главная задача профилактики дезадаптации.

### **Игра «Сладкая проблема».**

Сейчас мы сыграем с вами в игру, которую вы можете предложить своим детям. Материалы: По одному печенье на каждого ребенка; каждой паре детей – по одной салфетке.

Я принесла вам несколько печений. Но чтобы получить печенье, вам нужно сначала выбрать себе партнера. Сядьте друг напротив друга и посмотрите друг на друга. Между обоими партнерами я тут же положу салфетку с печеньем (на салфетку кладется только одно печенье). Пожалуйста, пока его не трогайте. А теперь перейдем к нашей проблеме. Вы можете получить печенье только в том случае, если ваш партнер по доброй воле отдаст его вам. Пожалуйста, помните об этом правиле. Сейчас вы можете начать говорить, но помните, что вы не имеете права просто так взять печенье без согласия своего партнера. Подождите, пока все дети примут какое-нибудь решение. При этом они могут действовать разными способами. Одни могут сразу съесть печенье, получив его от партнера. Другие берут печенье, разламывают его пополам и одну половинку отдают своему партнеру. Некоторым потребуется сравнительно много времени, чтобы завершить свои переговоры. А теперь я дам каждой паре еще по одному печенью. Обсудите, как вы поступите с печеньем на сей раз. И в этом случае могут быть разные варианты. Дети, разделившие первое печенье пополам, обычно повторяют эту «стратегию справедливости». Большинство детей, в первой части игры, отдавшие печенье партнеру и не получившие ни кусочка, ожидают теперь, что партнер отдаст печенье им. Есть дети, которые готовы отдать партнеру и второе печенье. А теперь давайте обсудим, что у нас получилось. Это хороший вариант сотрудничества. Расскажите, что вы сделали с первым печеньем, что стало со вторым.

### **Каковы признаки успешной адаптации?**

1. Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в кружке, он не испытывает неуверенности и страхов.

2. Насколько легко ребенок справляется с программой. Если у ребенка что-то не получается, или на выполнение задания ему требуется намного больше времени чем остальным детям, стоит помочь ребенку индивидуально, а также учитывать этот фактор на занятиях кружка: к примеру: спрашивать в последнюю очередь. Самое главное - не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

3. Если задания сложные - внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе могут начаться проблемы со здоровьем, а также постоянные неудачи спровоцируют отказ от занятий в кружке.

4. Очень важно на первых порах вселить в ребенка уверенность в успех, не давать ему поддаваться унынию ("У меня ничего не получится!"), иначе бороться с апатией вы будете очень долго.

**Признак успешной адаптации** - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому. Частенько педагоги и родители слишком усердно "помогают" ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному выполнению задания и не хочет делать это в одиночку. Здесь лучше сразу обозначить границы вашей помощи и постепенно уменьшать их.

Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в кружковой среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями - с кружковцами и педагогом.

Проследить эффективность адаптационного периода, диагностировать эмоциональное состояние ребенка, руководителю кружка поможет методика «Цветопись настроения» (или тест Люшера).

Основа методики цветодиагностики – существующая связь между выбором человеком цвета и его эмоциональным состоянием. Каждый цвет спектра является условным знаком определенного состояния настроения (по Люшеру):

Синий – символизирует спокойствие, удовлетворенность.

Зеленый – чувство уверенности, настойчивости, уравновешенности.

Красный – возбуждение, стремление к успеху, может быть агрессивность.

Желтый – веселость, активность, стремление к общению, раскованность.

Фиолетовый – тревожность, напряженность.

Коричневый – стресс.

Черный – полный упадок, уныние, переживание страха.

Руководителю необходимо подготовить полоски бумаги указанных выше цветов. Детям дается следующая инструкция: «Посмотрите внимательно на цветные полоски и выберите ту, которая похожа на ваше настроение в данное время». Проследить динамику настроения руководитель кружка сможет если



будет проводить эту методику в начале занятия и в конце. Для детей это может стать своеобразным ритуалом.

### **«Аплодисменты»**

Группа образует публику. Все стоят или сидят полукругом, повернувшись лицом к двери. По очереди друг за другом каждый играющий выходит из комнаты и снова входит. При появлении каждого человека, вся «публика» разражается бурными аплодисментами.

Вариант: тот играющий, которого будут сейчас приветствовать, может заранее пожелать, как он хочет, чтобы его поприветствовали. Например, топот ногами, просто хлопать, свистеть и т. д.

### **Игры и упражнения на развитие представления и фантазии**

Цель: предоставить кружковцам возможность испробовать новое поведение.

Педагогические указания: ведущие не должны чувствовать себя скованно, бояться выступить в какой-нибудь роли.

### **«Настроения и чувства»**

Группа движется по помещению, по требованию ведущего игроки должны выглядеть то печальными, то гордыми, то сильными, то кислыми, то веселыми и т. д.

### **«Осторожно, заразно!»**

Группа стоит или сидит в кругу, один начинает и делает определенное выражение лица, с которым он смотрит на своего соседа слева. Теперь тот повторяет выражение лица и поворачивается в свою очередь к своему соседу слева и т. д. Игра продолжается, таким образом, пока эта «эпидемия» не охватывает всех играющих.

### **«Автобус уехал»**

Каждый играющий при помощи пантомимы должен представить чувство, которое может быть вызвано в описываемой ситуации. Например: «Последний автобус ушел прямо перед твоим носом!», «Ты потерял деньги!», «Ты встречаешь своего знакомого» и т. д.

### **Игры и упражнения на расслабление**

Цели: Эти игры помогут детям расслабиться в тех случаях, когда они сильно напряжены.

Педагогические указания: игры хорошо использовать в перерывах между занятиями.

### **«Тряпичная кукла и солдат» (с 6 лет)**

Инструкция: Все встаньте и расположитесь так, чтобы вокруг каждого из вас было свободное место. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь...

А теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата (10 секунд), теперь опять станьте тряпичной куклой (10 секунд).

Просите детей попеременно быть солдатом и тряпичной куклой до тех пор, пока у вас не сложится впечатление, что они уже вполне расслабились. После этого предложите детям: встряхните руками, как будто вы хотите стряхнуть с них капельки воды. Стряхните капельки воды со спины. Теперь стряхните воду с волос. Теперь - с верхней части ног и ступней.

### **«Улыбка» (с 8 лет)**

Инструкция: сядьте поудобнее и закройте глаза, сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Во время каждого выдоха ты можешь почувствовать, как твое лицо все больше и больше расслабляется. Пусть с каждым выдохом расслабляется твой рот, нос, уши, лоб, глаза. Теперь вдохни глубоко-глубоко и задержи дыхание. Откинь голову назад, сделай сильный выдох, выдувая воздух как можно выше, чтобы он долетел до потолка. Повтори это еще раз.

Глубоко вдохни. Задержи воздух. Запрокинь голову. Сильно выдохни, выдувая воздух до потолка. Теперь снова вдохни. И когда будешь сейчас выдыхать, постарайся улыбнуться. Почувствуй, как во время улыбки растягиваются твои губы, и как напрягаются мышцы щек. Сделай это еще раз и попробуй улыбнуться пошире

### **Упражнение «Спасибо за прекрасный день»**

Инструкция: Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет вам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берёт за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает её и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний ребёнок, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук. Этим игра и завершается.

Если представится соответствующая возможность, постарайтесь тоже оказаться в центре круга.