

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида села Пушанина Белинского района Пензенской
области

Родительское собрание – тренинг психолога в детском саду: «Скоро в школу»



Провела:
педагог-психолог
Горшенина Е.С.

Родительское собрание – тренинг психолога в детском саду: «Скоро в школу»

Категория участников: родители будущих первоклассников

Цель: повысить психологическую культуру родителей детей старшего дошкольного возраста по проблеме адаптации ребенка к школьному обучению, формировать навыки позитивного общения родителей с детьми для сохранения их психологического здоровья.

Оборудование: бейджики, плакат «Будущие школьники», стикеры, ручки; карточки синего, зеленого, желтого цвета плакат «Правила группы», две одинаковых фотографии; напечатанные фразы (к задаче «Анализ проблемных ситуаций»), таблица «Пойми чувства ребенка», лист ватмана с изображением большого ящика, цветные кружочки по количеству участников тренинговой группы, буклеты «В ожидании первого звонка».

Ход проведения родительского собрания-тренинга психолога в детском саду:

Введение

Уважаемые родители!

Известно, каким тяжелым является для многих детей переход к школьному обучению. Поступление в школу - новая ступень в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. Присущая дошкольникам беспечность, погружение в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений. Как же помочь ребенку успешно встретиться с этими изменениями в жизни? Какова роль семьи в этот период жизни ребенка? Об этом мы сегодня и поговорим.

Упражнение «Знакомство»

Цель: помочь родителям лучше узнать своих детей, создать дружескую атмосферу, положительно настроить их на совместную работу.

Предложить родителям написать имя своего ребенка вертикально: сверху вниз, а напротив каждой буквы записать качество, особую черту ребенка, начинающуюся с этой буквы.

А - активный, артистический ...

Р - умный, подвижный ...

Т - творческий ...

Е - эмоциональный, энергичный ...

М - милый, малыш ...

Инструкция: назовите свое имя и расскажите вкратце о своем ребенке, семье. После каждого рассказа разместить листок с именем ребенка на общем плакате под названием «Будущие школьники».

Правила работы группы

Психолог обращается к группе: «Для чего в нашей жизни существуют разные правила?» После ответов участников он предлагает принять правила работы группы во время тренингового занятия, которые записываются на плакате «Правила группы»:

- выключить мобильный телефон;
- внимательно слушать друг друга и не перебивать;
- активно участвовать в работе группы и тому подобное.

Диагностический момент, ожидания участников

- Уважаемые родители! У вас на каждом столе лежат цветные карточки. Поднимите карточку такого цвета, которая отражает степень вашей заботы в связи с школьной жизнью ребенка:

карта синего цвета - сильная забота;

карта желтого цвета - оказывается иногда;

карта зеленого цвета - отсутствует вообще.

Вопрос к родителям:

- В чем вы видите проблему вашей заботы?
- Озвучьте, пожалуйста, свои ожидания от занятия.
- Значит, потеря веры в себя, чувство неуверенности, недостаточный багаж знаний, завышенные требования к ребенку или наоборот чрезмерная любовь к нему и являются причинами заботы родителей.

Сегодня не менее серьезно нужно говорить не только о готовности ребенка к школе, но и о подготовленности родителей к этому событию в жизни ребенка. Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников. Только в одних он длится месяц, у других - три месяца, а у третьих - растягивается на весь учебный год. Многое зависит от индивидуальных особенностей ребенка. Процесс адаптации отслеживаться психологами и педагогами в школе. Но никто лучше Вас, родителей, не заметит изменения в настроении ребенка. Именно от вас во многом зависит, насколько успешно ребенок адаптируется в первые школьные дни, будет ли школа для него тем местом, где интересно и весело. Это действительно серьезное испытание для родителей - испытание жизненной стойкости, доброты, чуткости.

Упражнение «Разные взгляды»

Цель: продемонстрировать влияние установки на человека.

2-3 родителям предлагают выйти из группы. Дают фотографию человека, предварительно сообщив, что это - фото вора. Предлагают описать этого человека. В это время всей группе участников показывают то же фото, говоря, что это известный детский врач.

Когда через несколько минут все собираются вместе, каждая группа описывает человека с фотографии (характер, поведение, манеру общения), не называя, кто он.

Описания будут противоположными.

Обсуждение:

- О чем свидетельствует приведенный эксперимент? Вывод очевиден: на описание людей повлияла установка. Мы живем в обществе, поэтому так или иначе прислушиваемся к словам других. Установка влияет на наши представления о себе и окружающих, о плохом и хорошем. И вся жизнь человека проходит под влиянием установки. Некоторые установки мы делаем себе сами, другие нам делают родители, учителя, друзья. Установки имеют на нас сильное влияние.

В детстве человек похож на открытую чистую книгу - что в нее запишут, то она и сохранит на своих страницах жизни.

Родительская установка - это сложное взаимодействие советов, рекомендаций, жизненных принципов родителей. То есть все те предупреждения или положительные отзывы, которые мы слышим от взрослых в течение жизни, являются частью нашего жизненного сценария, все эти фразы сделают из нас победителей или неудачников. Победитель - это человек, который может справиться с жизненными неурядицами и выдерживает все, что попадает ему на пути к цели. Неудачника же сломают первые серьезные испытания. Конечно, приятнее быть победителем, чем неудачником. Это зависит от самого ребенка: насколько он уверен в себе, сильная ли у него воля. Но в основе всех его действий будет родительская установка. Следите за своими установками в отношении ребенка, его обучения и возможностей.

Анализ проблемных ситуаций

- На карточках написаны фразы, которые довольно часто используются взрослыми. Попробуйте предсказать как повлияют эти фразы на будущего первоклассника, какие чувства и переживания они могут вызвать у него.

Карточка 1.

- Вот пойдешь в школу, там тебе ...
- Ты, наверное, будешь двоечником? (Могут вызвать чувство тревоги, неуверенности в своих силах, потерю желания идти в школу).

Карточка 2.

- Знаешь, как мы будем тебя любить, если ты станешь отличником! (Родительские притязания основаны на не настоящих возможностях сына или дочери, а на абстрактных представлениях об идеальном ребенке. Крах родительских надежд может стать источником детских страданий, привести к потере уверенности в родительской любви, а значит, уверенности в себе).

Карточка 3.

- Учись так, чтобы мне за тебя краснеть не приходилось! (Родителям кажется, что их собственное самоуважение зависит от оценок, которые получает ребенок. Другими словами: «Только от тебя зависит, придется ли мне испытывать стыд или нет, ты несешь ответственность за мое внутреннее состояние и переживания». На ребенка взваливают бремя двойной нагрузки: «Учись хорошо, чтобы мне не было плохо». Часто такой непосильный для ребенка психологический груз становится причиной невроза).

Карточка 4.

- Ты обещаешь мне не драться в школе и не бегать, а вести себя тихо и спокойно? (Не предъявляете ребенку невыполнимые требования, не толкайте его на путь явного обмана).

Карточка 5.

- Попробуй мне только сделать ошибку в тетради! (У ребенка, которому постоянно угрожают наказанием, могут возникнуть враждебные чувства к родителям, может развиваться комплекс неполноценности пр.)

- Итак, проанализировав ситуации общения, мы понимаем негативные последствия, которые могут возникнуть от необдуманных высказываний взрослых.

- Видно, что вы уже немного устали, предлагаю такую игру.

Игра-разминка «Акулы»

На полу находится лист бумаги.

- Представим, что мы плаваем по морю (участники хаотично двигаются по комнате). По команде «Акулы» все должны спастись (встать на лист).
- Как чувствуете себя сейчас? Улучшилось ли ваше настроение?



Информационное сообщение «Правильная организация дня первоклассника»

Ребенок 6-7-летнего возраста должен спать не менее 10 часов в сутки для поддержания нормальной жизнедеятельности организма, то есть элементарные подсчеты говорят нам о том, что ложиться в постель ребенок должен не позднее 9:00 вечера. Перед сном лучше исключить долгий просмотр телепередач и компьютерные игры - нервная система должна прийти в состояние покоя и подготовиться к спокойному сну. Час перед сном посвятите общению с ребенком - вспомните и обсудите прошлый день, обдумайте планы на будущее, поиграйте в спокойные игры.

Желательно, по возможности, сохранить дневной сон. Даже если спать после школы ребенок отказывается, спокойный отдых с закрытыми глазами хотя бы 30 минут определенно будет полезным для здоровья.

В среднем первоклассник должен быть на свежем воздухе хотя бы 3,5 часа в день.

После школы ребенок не должен сразу садиться за выполнение задач, ему необходимо обязательно отдохнуть 2-3 часа.

Нельзя выполнять задачи без перерыва. Работоспособность шестилетнего ребенка примерно 15 - 20 минут, затем нужен отдых или переключение на другой вид деятельности. Многие из детей по тем или иным причинам не справляется с темпами, которые требуются со стороны взрослых. Есть и такие дети, которые отличаются медлительностью, причина которой может быть различной (личностные особенности, болезнь).

Какие же основные признаки переутомления?

- плаксивость;

- невнимательность;
- раздражение;
- замедление темпа речи;
- ухудшение почерка;
- увеличение количества ошибок и другие.

Если это происходит дома, во время выполнения домашних заданий, сделайте небольшой перерыв, переключитесь на что-то другое - приятное и полезное для ребенка.

Все бытовые дела (уход за школьными принадлежностями, обувью, одеждой...) попробуйте «отрепетировать» заранее, иначе на бедного ребенка вместе повалятся и обучение, и дисциплина, и новые взаимоотношения, и бытовые проблемы.

Чтобы утро не начиналось с конфликтов, а уроки – с замечаний, приучайте ребенка накануне вечером готовить портфель, форму к следующему учебному дню. Вместе с ребенком возьмите расписание и соберите учебники, тетради, школьные принадлежности, а также другие предметы, которые попросил принести учитель. Не позволяйте ребенку надеяться на звонки одноклассникам или учителю, сразу приучайте его запоминать требования и просьбы педагогов и записывать задачи верно, когда учится писать.

Для того чтобы ребенку спокойнее было первое время учиться, будьте рядом, как никогда: проводите в школу, встречайте, будьте рядом, когда он делает уроки, вместе гуляйте и тому подобное.

Упражнение «Пойми чувства ребенка»

Инструкция: чтобы понять чувства ребенка, вам необходимо встать на его место. Перед вами таблица, в которой вам нужно заполнить графу «чувства ребенка». В левой колонке вы найдете описание ситуации и слова ребенка, справа напишите, какие, по вашему мнению, чувства он испытывает в этом случае.

Ситуация и слова ребенка

Чувства ребенка

1. Мама с сыном-будущим школьником в магазине канцелярских товаров.

- Мама, мне больше нравится альбом для рисования с этой обложкой.
- Какая разница в чем рисовать! - говорит мама и покупает тот альбом, который уже принес продавец.

2. Родители к поступлению дочери в школу купили школьные принадлежности, составили все вещи в рюкзак. Дочь - матери:

- Мама, почему мне нельзя ни доставать вещи из ранца, ни походить с ним по комнате, зачем же вы мне его купили?
- Для обучения в школе, а не для того, чтобы ходить с ним по комнате!

3. Сын выполняет задачи в прописях.

Папа:

- Ты сделал несколько ошибок, хотя в целом очень старался.

Мать:

- Ужас! Где же он старался, одни «каракули».

4. Папа спрашивает у сына:

- Что это у тебя с тетрадями, почему они такие грязные?
- Сегодня, когда я выходил из школы, мальчишка выбил у меня портфель и из него все посыпалось.
- Меньше бы ворон ловил, ничего бы не просыпалось, недотепа!

5. Первоклассник - маме:

- Мама, ты знаешь, я сегодня первый написал и показал учителю тетрадь!
- Я тоже очень рада за тебя, молодец, сынок!

6. Дочь собирает портфель.

- Мама, пожалуйста, можно я возьму куклу Машу с собой, я обещаю, что буду играть ею только на перемене!
- В школе надо учиться, а не в куклы играть.