

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАНЯТИЯ ПО ТЕМЕ:
«Я СТРОЮ СВОЁ БУДУЩЕЕ СЕГОДНЯ»**

Чернова Т.Э.

г. Красногорск, МБОУ НОШ № 17, учитель начальных классов

Степень здоровья, активности и культуры молодого поколения определяет будущее страны. По результатам Всероссийской диспансеризации детского населения число здоровых детей значительно снижается, у большинства из них наблюдается нарушения психофизического и соматического развития.

В настоящее время в образовании особое внимание уделяется детям с ограниченными возможностями здоровья. Закон об Образовании содержит следующее: «инклюзивное обучение реализует обеспечение равного доступа к получению того или иного вида образования, и создания необходимых условий для достижения успеха в образовании всеми без исключения детьми независимо от их индивидуальных особенностей, учебных достижений, их психических и физических возможностей».

Психологи, занимающиеся данными вопросами, отмечают, что «интегративный (инклюзивный) подход, не упуская из виду заболевание, предполагает совместное преодоление трудностей ребенка в обычном детском сообществе, учитывая нужду такого ребенка в особой душевной заботе» (М.М. Семаго, Н.Я. Семаго).

Опираясь на вышеизложенные мысли и положения, акцент психологического воздействия должен быть сделан на развитие личности таких детей, формирование у них позитивного будущего, создание для них комфортных условий развития в образовательном пространстве школы.

Результаты диагностических обследований детей с особыми образовательными потребностями в нашей школе показали, что действительно, у таких детей присутствует: высокий уровень тревожности, неадекватная самооценка, неуверенность в себе, недоверие к окружающим, а это мешает саморазвитию и ограничивает возможности вхождения их в социум. Поэтому, необходимо в условиях школы оказывать помощь, поддержку таким детям через индивидуальные консультации, вовлечение их в групповые занятия по курсам человековедческого цикла, главной целью которых является изменение отношения к себе, к окружающему миру, формирование адекватных притязаний и представлений.

Курсы раскрывают учащимся уникальность своего внутреннего мира, формиру-

ют навыки эффективной коммуникации с окружающими; показывают важность эмоциональной регуляции жизнедеятельности человека. Занятия посвящены развитию навыков планирования на ближайшую и отдаленную перспективу с учетом своих возможностей, умению конструктивно решать конфликты. Полученный опыт способствует формированию самооценки, снижению тревожности, развитию позитивного образа собственного будущего.

Представляемая разработка занятия по теме «Сегодня о будущем» относится к одному из разделов программы по курсу «Человековедение» и является вводным в проблеме изучения и определения себя в будущем учащимися. Цель занятия реализована с помощью лично-ориентированного подхода, здоровьесберегающих технологий, методов жизненно-практической значимости. Ребята в доброжелательной и непринужденной обстановке с помощью практических игр и упражнений рассматривают вопросы о важности осознания своего будущего, выстраивания его путей, чтобы достичь успеха в своей жизни.

Цель: формирование у учащихся позитивного образа будущего.

Задачи:

- воспитывать ответственное отношение у учащихся к своему будущему;
- раскрыть значение выбора цели и жизненного плана для каждого человека;
- формировать навыки уверенного поведения, бережного отношения друг к другу;
- развивать эмоционально-образную сферу, воображение.

Методические рекомендации по подготовке и проведению урока.

Педагог должен владеть активными формами работы, уметь организовать дискуссии, обсуждения. Необходимо создать атмосферу доверия и раскрепощенности, в которой учащиеся смогут свободно высказать свое мнение, выполнять упражнения. Также педагогу требуются навыки активного слушания, гибкости и творческого подхода при встрече с различными, иногда для него неожиданными мнениями и высказываниями учащихся. Выслушивая разные мнения, ведущий должен поощрять активность учащихся, удерживаясь от критических замечаний и категорических оценок.

Ход урока

I. Вводная часть:

- 1) Приветствие.
- 2) Объявление темы занятия.
- 3) Разминка. Упражнение «Пожмите друг другу руки те, кто...

Для снятия эмоционального напряжения, а также для создания хорошего настроения проводится упражнение «Пожмите друг другу руки те, кто...». Участникам, стоящим в большом кругу, предлагается выйти в центр круга и пожать друг другу руки тем, кто: пришел в хорошем настроении, ...кто любит общаться, ...кому нравится дарить подарки т.д. Педагогом могут быть предложены темы заданий из различных областей жизни учащихся, например – школа, отношения с окружающими людьми, личностные особенности, состояние ребят, любимые занятия, увлечения, праздники и т.д. Затем каждый учащийся может побыть в роли ведущего и предложить свои варианты вопросов.

Рекомендации для ведущего:

а) Педагог наблюдает за ходом упражнения, анализирует предложенные детьми задания: какие стороны жизни чаще всего включались учащимися в упражнение, что больше всего их волнует, интересует. Данные материалы могут быть использованы для составления последующих занятий по спецкурсу.

б) Педагог предлагает варианты для выполнения упражнения, касающиеся темы урока. Например: «Пожмите друг другу руки те, кто уже определился, кем по профессии хочет стать».

II. Практическая часть:

1) Упражнение «Ассоциации» по теме «Мое будущее»

Учащимся предлагается подумать, пометать о будущем:

- будущим нужно заниматься,
- оно даже нуждается в этом,
- оно стоит того, чтобы серьезно потрудиться над продумываем жизненного плана.

Это ведь так важно для каждого человека – его будущее. Нормально, когда человек мечтает и ставит задачи на будущее, «живет будущим», сколько бы лет ни было человеку и каков бы ни был его образ жизни. Ненормально, когда о будущем думать страшно и не хочется. Четкость и количество мыслей о будущем может служить надежным показателем психологического благополучия людей любого возраста.

Постановка реальных целей и разработка планов по их реализации – очень важная способность человека, которая, в конце концов, гарантирует успех в его жизни. каждо-

му хочется, чтобы ему сопутствовал успех. Успех – это последовательное достижение намеченных серьезных жизненных целей. Нельзя почувствовать себя достигнувшим чего-то, если не пожелаешь этого достигнуть.

Для погружения в тему занятия выполняется упражнение «Ассоциации», тема – «Мое будущее». Ребята каждый по очереди говорят, с чем ассоциируется у них их будущее. Высказывания педагог отмечает на классной доске. На основании ответов учащиеся составляют целостную картину образа будущего, педагог делает акцент учащимся на то, что этот образ будущего – это есть то, к чему нужно стремиться, это ваши цели жизни.

Возможные высказывания учащихся: «получение образования», «материальное благополучие», «знакомство с новыми людьми», «семья», «дети», «любимая, интересная работа», «развлечения», «путешествия», «уважение», «авторитет», «друзья», «личностный рост».

Рекомендации ведущему. В данном упражнении необходимо создать спокойную и сосредоточенную обстановку, настроить учащихся на серьезную работу по прогнозированию своего будущего. Можно оказывать поддержку тем членам группы, которые в этом нуждаются или сами об этом попросят, но не настаивать на ответе.

2) Упражнение «Письмо другу».

Звучит музыка, настраивающая участников на активную работу.

Ведущий предлагает ребятам представить, что прошло много лет и самые смелые их мечты сбылись – (можно указать на доску, где изображена картина образа будущего, созданная учащимися на упражнении «Ассоциации»). Ребята, пишут письмо своему другу детства, с которым не виделись много лет. Для этого педагог раздает участникам «Памятку», в которой необходимо заполнить пропуски.

Здравствуй, (укажи имя друга детства)!

Сколько же лет мы не виделись? Помоему, целых.....(укажи, сколько лет прошло)! Сегодня мне уже (укажи, сколько тебе будет лет, когда ты будешь писать это письмо). Я живу (где) и работаю (где и кем). Моя семья состоит из (перечисли членов своей будущей семьи). В свободное время я обычно (опиши свои увлечения). И вот еще что (допиши все, что считаешь нужным).

Кажется, я вполне счастлив, сбылись мои самые сокровенные мечты укажи какие). Думаю, это произошло, потому что в детстве, когда я еще учился в школе, я (напиши, что ты делаешь сейчас для того, чтобы в будущем сбылись твои мечты).

Вот, пожалуй, и все.
(подпишись)
(напиши дату окончания письма, не забудь, что произойдет через много лет).

По завершении желающие читают свои «письма». Педагог обращает особое внимание на предложение из «письма» – «Думаю, это произошло, потому что в детстве, когда я еще учился в школе, я...» Так как именно здесь прослеживаются шаги учащихся на пути к желаемому будущему.

Далее проводится обсуждение: Что ребята могут делать уже сегодня для осуществления своих надежд?

Возможные варианты ответов учащихся: «хорошая успеваемость», «работа над собой», «развитие личностных качеств: ответственность, целеустремленность, уверенность», «здоровый образ жизни», «новые знакомства», «изучение психологии», «необходимость строить планы», «выбор профессии».

Подчеркивается возможность влиять на свое будущее уже сейчас, в настоящее время. Педагог объясняет учащимся, что это их шаги или план реализации на пути к выстраиванию собственного будущего.

3) Упражнение «Я из будущего».

Учащимся предлагается представить, что в будущем, когда они станут писать свои письма, люди уже создадут машину времени, и у них появиться возможность заглянуть в свое прошлое, т.е. в наш сегодняшний день. Таким образом, можно из своего будущего дать совет себе «сегодняшнему».

Ребята, сидя в кругу и передавая друг другу мяч, дают советы самим себе, но «из будущего», обязательно обращаясь по имени.

Возможные варианты советов учащихся: «Маша, занимайся дополнительно английским языком – это тебе пригодится!», «Оля, не принимай так все близко к сердцу, не расстраивайся по пустякам», «Саша, будь смелее, и у тебя все получится!», «Лена, желаю тебе удачно окончить школу», «Света, пусть у тебя будет крепкая семья».

Предлагаемое упражнение развивает уверенное поведение.

Рекомендации ведущему. При затруднении участников в выполнении данного упражнения, ведущий побуждает помочь членов группы дать «совет» этому участнику, или же включается сам. Для этого необходимо ориентироваться в желаемых перспективах участников – отслеживать высказывания на предыдущих упражнениях. Например, если учащийся желает в будущем стать переводчиком, значит «совет» бу-

дет направлен на то, чтобы он начал изучать английский язык дополнительно.

III. Заключительная часть:

Подведение итогов – игра «Корабль жизни».

Все встают в тесный круг, взявшись за талию или за руки соседей, справа и слева. В центр круга кладется плакат с изображением корабля. Этот плотный круг и есть корабль жизни. Он отправляется в плавание, слегка покачиваясь, плывет по жизни. Можно воспользоваться теплой и доверительной атмосферой, царящей на корабле, и проговорить результаты совместного плавания на протяжении занятия.

Вопросы для обсуждения:

- Что вы сейчас чувствуете?
- Что вы получили?
- Что вы возьмете с собой?

Желающим предлагается отметить свои высказывания на ватмане с изображением корабля.

Учащиеся отмечали повышение настроения; соглашались, что данная тема очень важная, серьезная; что нужно иметь цель в жизни и прилагать усилия для ее достижения.

Заключение

В результате занятия у учащихся формируются позитивные представления об их персональном будущем, убеждение, что человек способен влиять на свое будущее, обобщить полученный опыт. Это отслеживается по выполненным работам в ходе урока. Также в процессе занятия у ребят формируются навыки уверенного поведения, бережного отношения друг к другу, снижается тревожность.

Список литературы

1. Исаев Д.Н. Отстающий в развитии ребенок. Как узнать, что ребенок отстает в развитии? – СПб.: Речь, 2012. – 187 с.
2. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2008. – 224 с.
3. Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка. – СПб.: Речь, 2006. – 296 с.
4. Психологическое и социальное сопровождение больных детей и детей-инвалидов: учебное пособие/ под ред. С.М. Безух, С.С. Лебедевой. – СПб.: Речь, 2007. – 112 с.
5. Психолого-педагогические инновации в коррекционных классах / под ред. проф. Егошкина Ю.В. – Волгоград: Учитель, 2009. – 182 с.
6. Родионов В.А. Я и все-все-все. Тренинговые занятия по формированию социальных навыков у учащихся. – Ярославль: Академия развития. 2002. – 240 с.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7–8 классы). – М.: Генезис, 2005. – 167 с.