

Утверждаю
директор
КОУ «Сургутская школа с
профессиональной подготовкой»
В.А. Цыганкова

**План работы
«Мастерская родителей»**

**КОУ «Сургутская школа с профессиональной подготовкой»
на 2022-2023 учебный год**

Цель: расширение знаний родителей (законных представителей) обучающихся 1-11 классов в области развития и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ).

Задачи:

- познакомить родителей (законных представителей) с закономерностями развития обучающихся с ОВЗ, методами и приемами, способствующими развитию детско-родительских взаимоотношений, созданию благоприятного психологического климата в семье;
- осуществлять практическую подготовку родителей (законных представителей) по вопросам воспитания детей с ОВЗ;
- формировать активную позицию родителей (законных представителей) по отношению к процессу обучения и воспитания детей с ОВЗ с учетом индивидуальных особенностей развития;
- формировать позитивные формы общения родителей (законных представителей) с детьми с ОВЗ;
- активно использовать дистанционные формы взаимодействия с педагогами и родителями;
- развивать интерес родителей к играм детей, получение положительных эмоций от совместно выполненной деятельности;
- развивать творческие способности и воображение взрослых и детей в процессе игрового общения.

Мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
Вводная встреча, встреча-знакомство. Интервью-видеоролик «Роль семьи в развитии ребенка».	Сентябрь	Педагог-психолог Вакилова Ю.Ю. Родители 4 кл.
Встреча-практикум, знакомство с новой платформой «Сферум»	Октябрь	Педагог-психолог Вакилова Ю.Ю.

ПРИЗНАКИ СТРЕССА У ДЕТЕЙ

- ✓ Перепады настроения;
- ✓ Нарушения сна;
- ✓ Ночное недержание мочи;
- ✓ Физический дискомфорт, в том числе боли в животе и головные боли;
- ✓ Проблемы с концентрацией внимания, что резко снижает успеваемость;



- ✓ Ребенок становится замкнутым или много времени проводит в одиночестве, избегает контактов как со сверстниками, так и со своими близкими, в том числе родителями.



- ✓ Дети младшего возраста могут приобрести новые привычки, например, грызть ногти или некоторые предметы, сосать пальцы, наматывать волосы на палец или нос, ковырять в носу, кусать губы.



- ✓ У ребенка со стрессом могут быть кошмары и страхи (например, боязнь оставаться одному в помещении), суеверность, а также неадекватная реакция на незначительные проблемы.

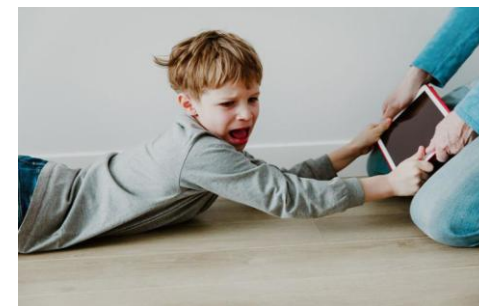


ПРИЧИНЫ И ИСТОЧНИКИ СТРЕССА У ДЕТЕЙ

Стресс возникает под влиянием воздействий, которые имеют место в жизни как взрослого, так и ребенка.

К потенциальным источникам стресса у детей относятся **школьные и социальные проблемы**, в том числе:

- ✓ *Начало и конец учебного года;*
- ✓ *Расставание с близкими людьми;*
- ✓ *Переезд семьи;*
- ✓ *Резкие перепады в распорядке дня;*
- ✓ *Давление со стороны сверстников;*
- ✓ *Подготовка и сдача экзаменов;*
- ✓ *Чрезмерное увлечение компьютерными играми, особенно агрессивными.*



СТРАТЕГИЯ И ТАКТИКА ВОСПИТАНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У ДЕТЕЙ

- **Прививайте ребенку навыки дисциплины дома**

Дисциплина не должна заключаться в наказании, она должна заключаться в обучении.

- **Помогайте ребенку встретиться со своими страхами**

Если ваш ребенок избегает делать то, что считает страшным, он никогда не получит уверенность в своей способности справиться со стрессом.

- **Показывайте на своем примере, как управлять эмоциями**

Учите ребенка справляться с неприятными эмоциями, такими как гнев, печаль и страх. Когда дети понимают собственные чувства и знают, как поступить с ними, они становятся лучше подготовленными к решению проблем.

- **Демонстрируйте психологическую устойчивость на собственном примере**

Лучший способ побудить ребенка к развитию психологической устойчивости – это продемонстрировать ему свою собственную психологическую устойчивость (контроль эмоций, успешная адаптация к неблагоприятным изменениям) а не только рассказывать о ней. Говорите о своих личных целях и показывайте ребенку, что вы принимаете меры, чтобы становиться сильнее.

Психологически устойчивые дети готовы к вызовам, которые им ежедневно преподносит жизнь. Они способны эффективно решать проблемы, полноценно восстанавливаться после неудач и успешно справляться с трудностями.



Уважаемые родители, вы всегда можете обратиться по интересующим вас вопросам обучения к классному руководителю.

Консультацию по вопросам психологического состояния ребенка и его влияния на обучение, вы можете получить у педагогов-психологов.

Педагоги-психологи начального звена:

*Вакилова Юлия Юрьевна
Кузнецова Екатерина Викторовна
Каб.112*

Педагоги-психологи среднего звена:

*Черных Екатерина Александровна
Тахиров Салим Саидбойевич
Каб.216*

Педагог-психолог старшего звена:

*Шумская Анна Юрьевна
Каб.312*



Стресс у ребенка: как вовремя распознать и помочь?



«Стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявление ему требования. С точки зрения стрессовой реакции, не имеет значения, приятна или неприятна ситуация, с которой мы столкнулись. Имеет значение лишь то, насколько для нас важно перестроить свое поведение в той или иной новой ситуации».

Селье Ганс

НАЧАЛО НОВОГО ЭТАПА В ЖИЗНИ РЕБЕНКА – ПОСТУПЛЕНИЕ В ШКОЛУ

Привыкать к новым условиям жизни не просто. Период *адаптации* проходят все участники образовательного процесса – вы, родители, привыкаете к распорядку школы, требованию учителей, дети расширяют круг значимых для себя взрослых и школьных правил, мы педагоги, привыкаем к вновь пришедшим детям.

Для того, чтобы период *адаптации* для всех участников образовательного процесса был эффективным, нам с вами необходимо быть **союзниками**. Мы, педагоги, от вас должны узнавать больше информации об особенностях ваших детей, требующих внимания, вы родители должны прислушиваться к рекомендациям педагогов.



Только вместе с родителями, общими усилиями, учителя могут дать детям большое человеческое счастье.

В.А.Сухомлинский

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ПРОЙТИ ПРОЦЕСС АДАПТАЦИИ К ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ?

- **Организируйте распорядок дня**

- стабильный режим дня
- полноценный сон
- прогулки на воздухе



- **Развивайте навыки самообслуживания**

- умение одеваться/раздеваться, складывать свои вещи и убирать на свое место
- умение мыть руки, лицо
- убирать за собой игрушки



- **Формируйте у ребенка умение общаться**

- Обратите внимание на то, умеет ли ваш ребенок вступать в контакт с новым взрослым, с другими детьми, умеет ли он взаимодействовать, сотрудничать.
- Учите ребенка управлять своими желаниями, эмоциями, поступками.



- **Ежедневно занимайтесь интеллектуальным развитием ребенка, расширяйте кругозор**

Во время прогулок вместе с ребенком наблюдайте за изменениями в природе. Обращайте внимание ребенка на различные явления природы (дождь, снег, радуга, листопад, туман, ветер, тучи, рассвет, закат).

Важно! Не скрывайте имеющиеся проблемы со здоровьем и/или поведением у ребенка. Только наличие полной информации о вашем ребенке поможет учителю найти подход к нему и сделать процесс адаптации к школьной жизни более мягким и комфортным.

- Найдите в течение дня время, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор, смартфон и т.д.
- Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.

Важно, чтобы мы понимали: невозможно стать школьником в один прекрасный момент. Должно пройти время, прежде чем малыш станет настоящим школьником. *Адаптация (привыкание к новым условиям) ребенка к школе занимает не один день и не одну неделю, это процесс длительный и сложный, в котором принимают участие все участники педагогического процесса (учителя, родители, ребенок).*



Уважаемые родители, вы всегда можете обратиться по интересующим вас вопросам обучения к классному руководителю.

Консультацию по вопросам психического развития ребенка и его влияния на обучение, вы можете получить у педагогов-психологов.

*Педагоги-психологи
Вакилова Юлия Юрьевна
Кузнецова Екатерина Викторовна*

Мы поддерживаем с вами связь в приложении-мессенджере Viber.

*В школе нас можно найти
в каб.112 сенсорная комната
пн 8.00-8.30
ср 8.00-8.30*



Верна традициям,
открыта инновациям

КОУ Сургутская школа
с профессиональной подготовкой для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья

Памятка родителям первоклассников



Быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать.

Быть готовым к школе – значит, быть готовым всему этому научиться.

Рекомендации психолога как провести лето с пользой

Лето – долгожданное время для отдыха, но если неправильно организовать время в летний период, то можно увидеть детей за постоянным просмотром телевизора, сидящих в интернете, за просмотром мультфильмов, играющих в компьютер. Режим может быть сбит, а по выходу с каникул сложно будет детей дисциплинировать.

1. В летний период обязательно необходимо продолжать развивать у детей навыки самообслуживания (одеваться, складывать вещи на свои места, расстёгивать/застегивать пуговицы); Сюда же отнесем некоторые навыки коммуникации: умение сообщать о своих потребностях («Хочу пить», «Хочу в туалет», «Голова/живот болит» и т.п., умение просить помощи.
2. В летнее время года есть возможность проводить больше времени на свежем воздухе. Стоит, конечно же, пользоваться любой такой возможностью. На улице с детьми можно играть в подвижные игры («Прятки», «Вышибалы», «Выше ноги от земли»), различные игры с мячом. Подвижные игры развивают не только физически детей, но психически. А также это всегда дает эмоциональный заряд.
3. Также стоит продолжать развивать познавательную сферу детей. Чтобы дети за время летнего отдыха не потеряли те знания, которые приобрели за учебный год.
4. Особое внимание уделите развитию таких функций, как восприятие, внимание, память, мышление и речь. В этом в первую очередь может помочь двигательная активность, различные дидактические упражнения.
5. Прививайте детям навыки трудовой деятельности. Пусть ребенок помогает в домашних делах; если есть дача, то ребенка можно привлечь к уходу за растениями.
6. Помогите детям осваивать правила социального взаимодействия. Взрослея, дети вступают в более сложные социальные отношения, учатся учитывать не только свои желания, но ориентируются на окружающих его людей. Их самооценка меняется, а соответственно и отношения будут меняться.
Играйте с детьми в настольные игры. Здесь дети смогут отрабатывать умение ждать своей очереди, умение адекватно воспринимать соревновательный момент, умение проигрывать, получать удовольствие от игры.

Если не получается добиться успеха в какой-то деятельности, не отчаивайтесь! Отложите на некоторое время эту деятельность и займитесь другой, а позже вернитесь и попробуйте повторить.

Приятного летнего отдыха!

***Педагог-психолог
Вакилова Юлия Юрьевна***



Мастерская родителей

Рекомендации родителям.

Уважаемые родители, мы стараемся сохранять процесс обучения в период дистанционного обучения доступным, продуктивным для наших детей. Стараемся делать обучение детей интересным, познавательным и искать способы компенсировать недостатки дистанционной формы обучения. Мы видим положительный результат в этом процессе при активном взаимодействии школы и родителей. Поэтому выделили несколько аспектов, работая над которыми совместно, надеемся прийти к еще более лучшему результату.

1. Дистанционная форма обучения предполагает наличие технического оснащения, удобного места для организации уроков дома. Что касается технического оснащения, то если даже ваша семья не имеет персональный компьютер, то «заходить» на уроки можно с любого гаджета, который имеется дома. Ребенок видит своих одноклассников, педагогов, процесс коммуникации не обрывается. А это важно, учитывая, что дети с особенностями развития ограничены в социальном взаимодействии.



Для сохранения здоровья детей лучше всего организовать место во время уроков в светлом, хорошо освещенном помещении. Необходимо стараться, чтобы на рабочей поверхности ребенка ничего не отвлекало, необходимо оставлять только те материалы, которые понадобятся во время урока.

Старайтесь организовать спокойную обстановку во время уроков дома, чтобы детей не отвлекали посторонние звуки.

2. Организационные моменты во время уроков. Присутствие во время уроков родителей в начальном звене не просто рекомендуется, а строго обязательно. Дети еще не умеют пользоваться компьютером, поэтому помощь родителей необходима на протяжении всех занятий (включать/отключать видео/аудио, настраивать камеру).



3. Также помощь родителей необходима для поддержания учебного поведения. Да-да, уважаемые родители, при такой форме обучения педагог имеет минимальные возможности влиять на формирование учебного поведения, поэтому в данном аспекте требуется совместная работа родителей и педагогов. Родители могут контролировать включенность ребенка на уроке, помогать концентрировать внимание на выполнении того или иного задания, поддерживать эмоциональный настрой.



4. Старайтесь выполнять все рекомендации педагогов для подготовки к урокам и занятиям со специалистами (психологами, логопедами, дефектологами). Для дистанционного обучения необходимо иметь всевозможную канцелярию и материалы (ручки, карандаши простые, цветные карандаши, краски, тетради различной линовки, альбом для рисования, цветная бумага, картон, пластилин). Полноценная подготовка к занятиям повышает качество обучения.



5. Не стесняйтесь задавать педагогам вопросы, если вам что-то непонятно в процессе обучения. Обязательно давайте обратную связь. Если вы чувствуете, что нагрузка сложна для вашего ребенка, то стоит об этом сообщить педагогу и педагог объяснит с чем это связано.



- б. Воспитывайте в себе готовность воспринимать информацию от педагогов, будьте внимательны во время занятий, перенимайте знания и умения, которыми обладают учителя, повышайте свою родительскую компетентность в сфере психологии, воспитания, обучения детей.



Уважаемые родители, вы всегда можете обратиться по интересующим вас вопросам обучения к классному руководителю.

Консультацию по вопросам психологического состояния ребенка и его влияния на обучение, вы можете получить у педагогов-психологов.

Педагоги-психологи начального звена:

Вакилова Юлия Юрьевна

Кузнецова Екатерина Викторовна

Педагоги-психологи среднего звена:

Черных Екатерина Александровна

Тахиров Салим Саидбойевич

Педагог-психолог старшего звена:

Шумская Анна Юрьевна

Мы поддерживаем с вами связь в приложении-мессенджере Viber.

Материал подготовила педагог-психолог Вакилова Ю.Ю.