

**Обучающий семинар для молодых специалистов  
на тему: «Межпредметные связи как средство  
повышение мотивации»**

Семинар предназначен для молодых специалистов, прибывших в большой педагогический коллектив, для повышения мотивации к обучению. Семинар проходит в форме тренинга.

**Цель:** оказание помощи молодым специалистам.

В результате обучающего семинара молодые специалисты научатся использовать межпредметные связи, полученные знания и советы в своей работе. Получат навыки решения педагогических задач.

**Цель:** содействовать успешной социально-психологической адаптации молодых учителей-дефектологов.

**Задачи:**

1. Создание атмосферы сотрудничества в группе молодых педагогов, развитие навыков уверенного поведения в коллективе.
2. Создание условий для успешного эмоционального контакта молодых педагогов с коллегами.
3. Способствовать формированию индивидуального стиля творческой деятельности педагогов;
4. Формировать положительную самооценку

**Оборудование:**

1. Столы, поставленные полукругом.
2. Раздаточный материал для работы

**Присутствуют:**

1. Администрация школы.
2. Психолог
3. Опытные педагоги.
4. Молодые и вновь прибывшие педагоги.

**Вступительное слово. Приветствие.**

Время от времени коллектив пополняется молодыми педагогами. Завтра урок... Уверенность, радость, приятные эмоции технологии в образовательный процесс, доминируют над тихонько притаившимся волнением. Немало трудностей и сложных ситуаций предстанут на педагогическом пути молодого учителя.

Античные мудрецы говорили: «Хочешь развивать государство – воспитывай молодежь». Ведь именно молодежь, за которой – будущее во всем, в частности и в образовании, призвана укреплять государство.

Переступая порог учебного заведения, молодой учитель надеется реализоваться в нем как специалист. Во многом успех и результаты школы зависят от работы с молодыми

специалистами, которые охотно и быстро воспринимают инновации. Это важная составляющая дальнейшей результативной работы и движения вперед.

Поэтому одной из важных проблем в деятельности методической и психологической служб школы является работа с молодыми педагогами. Из-за отсутствия опыта они нуждаются в большем внимании со стороны администрации, наставника с целью выяснения профессиональных трудностей и оказания им помощи.

### **Вопрос к молодым специалистам.**

А вы знаете, что обозначает слово «Адаптация»? (отвечают)

А теперь мы попросим наших опытных коллег раскрыть значение этого понятия (отвечают).

**Профессиональная адаптация** – это приспособление работника к выполняемой работе. Она заключается в ознакомлении и активном освоении профессии, ее тонкостей, специфики, приобретении профессиональных навыков, достаточных для качественного выполнения обязанностей, в формировании некоторых профессионально необходимых качеств личности, в развитии устойчивого положительного отношения работника к своей профессии.

Профессиональная адаптация играет большую роль в ситуации вхождения в организацию молодого специалиста, так как у него имеется в основном теоретическое представление о том, как происходит рабочий процесс. Профессиональная адаптация оценивается как по объективным, так и по субъективным показателям. К объективным показателям относятся: выполнение должностных обязанностей, квалификация работника, наличие специальных знаний и навыков, а к субъективным – мотивы выбора профессии, эмоциональная оценка и планы относительно изменения и сохранения профессии.

**Социально-психологическая адаптация** – приспособление новичка к коллективу. Она состоит в освоении социально-психологических особенностей групп и индивидов в организации, вхождении в сложившуюся в ней систему отношений, позитивном взаимодействии с другими членами и привыкании к новому стилю руководства. Это означает включение работника в систему взаимоотношений в организации, в ее коллектив как равноправного, принимаемого всеми членами.

**Организационно-административная адаптация** – приспособление к сложившейся структуре предприятия, «особенностям организационного механизма управления, месту своего подразделения и должности в общей системе целей». Особое значение имеет привыкание сотрудника к новой корпоративной культуре, стилю руководства, усвоение ценностей организации и разделение ее целей.

Помимо этих компонентов различают **активную** адаптацию, когда индивид стремится воздействовать на среду с тем, чтобы изменить ее (в том числе и те нормы, ценности, формы взаимодействия и деятельности, которые он должен освоить), и пассивную, когда он не стремится к такому воздействию и изменению. Первый вид адаптации наиболее эффективен, поскольку он влечет за собой обоюдное изменение как состояния работника, так и характеристик его окружения. В том случае, если организационная среда несет отрицательные элементы, а адаптация происходит пассивно, ее результаты будут регрессивными.

Все люди отличаются друг от друга. Разные люди имеют разные способности к адаптации к новым жизненным условиям, к коллективу, к новым условиям труда. Одному человеку необходимо небольшое количество времени, чтобы чувствовать себя уверенно в новом коллективе. Другому человеку, напротив, времени нужно намного больше. Некоторые молодые педагоги описывают период своей адаптации, как сложный и напряженный. Другие, наоборот, отмечают, что им было довольно легко адаптироваться к новым условиям.

#### **Советы молодым специалистам:**

- 1. Станьте профессионалом.** Неуверенные в себе люди создают плохое впечатление. А уверенность на рабочем месте на 90% состоит из уверенности в собственных знаниях и опыте работы. Поэтому досконально изучайте то, чем занимаетесь. Приложите все силы, чтобы освоить новое, как можно скорее.
- 2. Работайте в команде.** Имейте в виду, инициативные и креативные люди далеко не всегда воспринимаются коллегами положительно. Одни видят в них карьериста, другие считают, что из-за таких активных им придется работать в два раза больше. Если выходите с какой-то инициативой, будьте готовы взять большую часть работы на себя. Обязательно посещайте все мероприятия, которые проходят в организации.
- 3. Избегайте конфликтов.** Постарайтесь обойтись без конфликтов и вести себя так, чтобы чаще вызывать у окружающих положительные эмоции. Будьте гибкими, учитесь подстраиваться под обстоятельства. Руководству нравятся люди, которые правильно реагируют на нововведения, стараются быстро адаптироваться к ним.
- 4. Формируйте имидж надежного человека.** Для этого необходимо придерживаться нескольких принципов: - приходите вовремя на работу; - выполняйте в срок все задания; - при необходимости задерживайтесь на рабочем месте, чтобы решить проблему.
- 5. Не берите на себя слишком много.** Безотказность - не лучшее качество. Не следует демонстрировать, что вы можете выполнить любое поручение. Попробуйте делегировать часть своих обязанностей менее загруженным коллегам. Возможно, руководство поймет.

что вы не только хороший исполнитель, но и не плохой организатор. Организаторские способности ценятся всегда.

## КОПИЛКА

**Психотехнические упражнения для снятия упражнения и усталости у педагогов.**  
*Иногда перед педагогом существует психологическая напряженная ситуация, требующей внутреннего самообладания и уверенности в себе.* К выполнению упражнения необходимо прибегать в начале возникновения эмоционального состояния, мешающего успешной работе, поскольку психотерапевтической результат достигается только в том случае, если вы умеете вовремя заметить в себе самом нарастание психической напряженности.

*Важным условием сохранения и укрепления психического здоровья педагога является вовремя «сбрасывать» напряжение, усталость и расслабляться. В течение 3-5 минут, затраченных на выполнение упражнений, педагог сможет снять усталость и обрести состояние внутренней стабильности, уверенности в себе.*

### **Самопрограммирование.**

Во многих ситуациях целесообразно «оглянуться назад», вспомнить о своих успехах в аналогичном положении. Прошлые успехи говорят человеку о его возможностях, о скрытых резервах в духовной, интеллектуальной, волевой сферах и вселяют уверенность в своих силах.

-Вспомните ситуацию, когда вы справились с аналогичными трудностями.

- Сформулируйте текст программы, для усиления эффекта можно использовать слова «именно сегодня»:

- «Именно сегодня у меня всё получится»;

-« Именно сегодня я буду самой спокойной и выдержанной»;

- «Именно сегодня я буду находчивой и уверенной»;

- Мне доставляет удовольствие вести разговор спокойным и уверенным голосом, показывать образец выдержки и самообладания.

Мысленно повторите текст программы несколько раз.

### **Самоодобрение (самопоощрение).**

Люди часто не получают положительной оценки своего поведения со стороны. Это особенно в ситуациях повышенных нервно – психических нагрузок, одна из причин увеличения нервозности, раздражения. Поэтому важно поощрять себя самим. В случае даже незначительных успехов целесообразно хвалить себя, мысленно говоря: «Молодец», «Умница!» «Здорово получилось!». Находите возможность хвалить себя в течение рабочего дня не менее 3-5 раз.

## Упражнения для снятия усталости

**«Руки»** У вас последний урок. Класс занят решением задачи. В классе тишина и вы можете несколько минут уделить себе. Сядьте на стул, немного вытянув ноги и свесив руки вниз. Постарайтесь представить себе, что энергия усталости «вытекает» из кистей на землю, - вот она струится от головы к плечам, перетекает по предплечьям, достигает локтей, устремляется к кистям и через кончики пальцев просачивается вниз, в землю. Вы отчетливо физически ощущаете теплую тяжесть, скользящую по вашим рукам. Посидите так одну – две минуты, а затем слегка потрясите кистями рук, окончательно избавляясь от своей усталости. Легко, пружинисто встаньте, улыбнитесь, пройдите по классу.

Порадуйтесь интересным вопросам, которые задают дети, постарайтесь открыто и с полной готовностью идти им навстречу, отвечая обстоятельно и детально. Это упражнение снимает усталость, помогает установить психическое равновесие, баланс.

**Пресс.** Это игровое упражнение выполняется индивидуально и способствует нейтрализации и подавлению отрицательных эмоций гнева, раздражения, повышенной тревожности, агрессии. Данное упражнение рекомендуется практиковать перед работой «в трудном» классе, разговором с «трудными» учащимися и их родителями, перед любой психологически напряженной ситуацией, требующей внутреннего самообладания и уверенности в себе. К выполнению упражнения необходимо прибегать в начале возникновения эмоционального состояния, мешающего успешной работе, поскольку психотерапевтический результат достигается только в том случае, если вы умеете вовремя заметить в себе самом нарастание психической напряженности.

Суть упражнения состоит в следующем. Представьте внутри себя, на уровне груди мощный пресс, который двигается сверху вниз, подавляя возникшую отрицательную эмоцию и внутреннее напряжение, связанное с нею. При выполнении упражнения важно добиться отчетливого ощущения физической тяжести внутреннего пресса, подавляющего и как бы выталкивающего вниз нежелательную отрицательную эмоцию и энергии, которую она собой несет.

### **Голова.**

В течение рабочего дня учитель вынужден непрерывно воздействовать на учащихся: в чем-то их сдерживать, подавлять их волю и активность, оценить, контролировать. Такое интенсивное управление учебной ситуации вызывает у него «стресс руководства» и, как следствие этого, перенапряжение, различные физические недомогания. Одной из наиболее частых жалоб учителей является жалоба на головные боли, тяжесть в затылке.

Это упражнение помогает снять неприятные соматические ощущения. Станьте прямо, свободно расправив плечи и откинув голову назад. Постарайтесь почувствовать, в какой части головы локализовано ощущение тяжести. Представьте себе, что на вас надет

громоздкий головной убор, который давит голову в том месте, в котором вы чувствуете тяжесть. Мысленно снимите головной убор рукой и выразительно, эмоционально бросьте его на пол. Потрясите головой, расправьте рукой волосы, а затем сбросьте руки вниз, как бы избавляясь от боли.

### **Настроение.**

Несколько минут назад у вас закончился неприятный разговор с матерью ученика, постоянно нарушающего дисциплину в классе, прогуливающего уроки, нагрубившего вам. В беседе с ней вы говорили о воспитании сына в семье, о необходимости регулярного контроля за выполнением домашних заданий. Неожиданно для вас родительница показала полное неприятие ваших педагогических рекомендаций, аргументируя это нехваткой времени, занятостью на работе, а ещё тем, что «воспитывать должны в школе». В ответ на это вы не смогли сдержать.

Как неприятный осадок после такого разговора? Возьмите цветные карандаши или мелки и чистый лист бумаги. Расслабленно, левой рукой нарисуйте абстрактный сюжет – линии, цветовые пятна, фигуры. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и провести линии так, как вам больше хочется в полном соответствии с вашим настроением. Попробуйте представить, что вы переносите на бумагу ваше грустное настроение, как бы материализуете его. А затем переверните бумагу и на другой стороне напишите пять-семь слов, отражающих ваше наше настроение. Долго не думайте, необходимо, делайте быстро.