Самоанализ тренингового занятия.

Тема:Тренинг с дезадаптированными учащимися 5 класса.

Цель тренинга: Проработка трудностей, возникающих у ребят в процессе обучения в школе, изучение уровня тревожности, мнения учащихся о степени значимости школы в их жизни. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи учащимся в адаптации к обучению в 5 классе.
Задачи тренинга:

- ✓ способствование снижению тревожности;
- ✓ выделить качества учеников, необходимые учащимся среднего звена школы;
- ✓ дать положительный настрой на работу, стремиться к преодолению негативных эмоций, связанных с обучением в школе;
- ✓ проработка своих эмоциональных состояний;
- ✓ стимулирование фантазии, воображения учащихся;
- ✓ формирование адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, развитие навыка уверенного поведения;
- ✓ способствовать сплочению группы, уважению друг к другу и взаимопониманию.

  Из года в год возникает проблема адаптации учащихся при переходе из начального в среднее звено школы. Несмотря на то, что ученики уже привыкли к школе, требованиям учителя, одноклассникам, проблема адаптации существует. Они снова адаптируются к новым социальным условиям. У них появляется новый классный руководитель, учителя-предметники, новые предметы. Каждый учитель выдвигает свои требования. Этот возраст начало подросткового периода, когда происходят ещё и физиологические изменения в организме у детей, что тоже накладывает свой отпечаток на учащихся.
  Тренинговые занятия для учащихся 5-х классов нацелены на помощь учащимся в адаптации к обучению в пятом классе.
  Это своеобразная возможность предупреждения тех проблем, которыми могут встретиться учащиеся в начале учебы в 5-м классе.
  С целью преодоления тревожности будущих пятиклассников, негативных эмоций, сопровождающих переход в пятый класс, и следует проводить подобного рода занятия.

Я провожу занятия согласно своей авторской программе «Я пятиклассник».

Упражнение 1."Что важно для меня"

Цель: Помочь детям поделиться своими представлениями о себе и своих интересах, которые делают их особенными, не похожими на других.

Рефлексия:

- ✓ Какие чувства возникали у вас , когда вы представляли себя.?

Упражнение 2. "Цвет настроения"

Цель: Снятие напряжения, создание у учеников мотивации на самопознание.

Рефлексия:

- ✓ По каким причинам у тебя веселое и грустное настроение?
- ✓ Хотелось ли тебе его изменить на протяжении сегодняшнего занятия, дня?
- ✓ Как считаешь, получится ли это сегодня?

Упражнение 3. "Ассоциации"

Цель: Изучение степени тревожности учащихся, связанной со словом "школа"; изучение мнения учащихся о степени значимости школы в их жизни.

Ход упражнения: Учащимся предлагается назвать прилагательные, которыми они хотели бы охарактеризовать свою школу и поделиться своим мнением о том, чему учат в школе.

Рефлексия:

Насколько откровенны вы были?

Какие чувства возникали при рассуждениях о школе?

Упражнение 4. "Портрет пятиклассника"

(работа в группах).

Цель: формирование адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, развитие навыка уверенного поведения;

Ход упражнения: Учащимся предлагается представить 2 портрета пятиклассника «Портрет идеального пятиклассника», и «Портрет реального ученика пятиклассника своего класса»,

Рефлексия:

- ✓ Близок ли портрет идеального пятиклассника к портрету – реального?

  Вывод:У вас правильная оценка своих возможностей и желаний т.е. у вас реальная самооценка.

Упражнение 5. "В гостях у сказки"

Цель: Преодоление негативных эмоций, связанных с обучением в школе.

Ребятам предлагается прослушать сказку и придумать её окончание и объяснить, почему они придумали именно такое окончание сказки.

Рефлексия: Учащимся предлагается закрыть глаза и представить себе лицо мальчика, который очутился на радуге.

- ✓ *Кто хотел бы оказаться на месте мальчика и почему?*
- ✓ *Можем ли мы считать, что мальчик совсем не хотел учиться в школе?*
- ✓ *Чем может быть вызвано такое поведение мальчика?*

Опыт показывает, что учащиеся, прошедшие курс таких занятий, гораздо быстрее адаптируются к учебе в 5-м классе, а учителя-предметники, посетившие такие занятия, более бережно относятся к учащимся, чаще используют рефлексию в организации учебных занятий, более системно поддерживают участие учащихся в урочной деятельности.