

*Безопасность, обеспеченная родителями, а не добытая с их помощью, не формирует у ребёнка такой идентичности, которая порождает бы в нём ответственность за своё тело.*

Франсуаза Дольто



## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Вступление</i> .....	6
<b>Родителям</b> .....	7
Карта желаний .....	9
<b>Педагогам</b> .....	11
Сценарий внеклассного мероприятия «Карта Джека» .....	13
Школьная газета .....	22
Рекомендации учащимся по подготовке к ГИА и ЕГЭ .....	44
<b>Психологам</b> .....	49
Конспект занятия педагога-психолога В.И. Илюшина .....	51
Коррекционно-развивающая программа графомоторных функций у первоклассников — «1 класс» .....	56
<b>Из практики</b> .....	61
Как сохранить авторитет учителя в глазах детей .....	63
Как не поддаваться панике .....	65
Лыжный поход с ночёвкой в домике (примерный алгоритм) .....	66
Инклюзивное образование .....	70
Правда .....	71
Мой ребёнок прав .....	73
Профессиональное выгорание .....	74
Как бросить пить и курить .....	76
Из личных наблюдений .....	77
Опыт .....	78
Жить — совершать ошибки .....	79
Эмоциональное выгорание .....	81
<i>Список литературы</i> .....	88

## ВСТУПЛЕНИЕ

Основная цель написания любой книги — научить, обучить, показать, как поступать правильно, направить нас на истинный путь.

Но в реальной жизни человек сталкивается с эмоциями, которые зачастую непонятны и не укладываются в книжные шаблоны. Поэтому главной проблемой является правильное разделение мира на теорию и практику.

Не каждому удаётся совместить, стереть эту грань, разрушить стену между «как надо» и «как получилось». Часто каждому приходится оправдывать себя, что в жизни всё не так, как в книге.

Действительно, в жизни не так, как в книге. Но те, кто пишет эти книги, смогли разрушить стены, делившие теорию и практику, а значит, это возможно.

РОДИТЕЛЯМ



## КАРТА ЖЕЛАНИЙ

Карта желаний — это способ визуализации наших потребностей, желаний и мечтаний. С помощью этой техники мы можем соединить потребности души и тела. Как известно и доказано различными экспериментальными данными, мысли материализуются, поэтому этот способ является очень действенным.

Это может быть семейная карта, где будут отражены совместные желания, или индивидуальная карта желаний.

Составление карты желаний — это отличный способ для родителей провести с пользой совместное время с детьми. Родители смогут узнать, чего хотят их дети, помочь им скоординировать желания и привести их к реалиям нашей жизни.

Предварительно нужно пообщаться с ребёнком и спросить о его желаниях, мечтах. Затем можно приступить к созданию карты.

Для этого понадобится: фотография ребёнка, ватман, клей, ножницы, детские журналы; если мы говорим о младших классах, то очень важно применять краски, кисточки и пластилин, сюда можно добавить и различные крупы для создания аппликаций, и клей. Для более раннего (дошкольного) возраста удобнее всего применять пальчиковые краски.

## **Процесс создания карты**

### *Инструкция для родителей*

В центре ватмана нужно расположить фотографию вашего ребёнка, на которой изображён он один.

Далее родители помогают ребёнку рисовать, лепить, вырезать всё, что он хотел бы иметь или что ему нравится, и помещают эти работы на ватман.

Совместно оговариваются сроки исполнения желаний.

Обсуждаются и пишутся на ватмане способы достижения целей.

Карта желаний помещается на видное место в комнате ребёнка.

Таким образом, получается визуальное воплощение желаний, потребностей и мечтаний вашего ребёнка. И в скором времени вы будете удивлены, как быстро эти воплощения начнут сбываться!



---

# ПЕДАГОГАМ

---



## СЦЕНАРИЙ ВНЕКЛАССНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «КАРТА ДЖЕКА»

*Тема:* В поисках заветного клада. «Карта Джека».

*Форма организации:* игра-путешествие познаватель-но-игровой направленности с соревновательным компо-нентом.

*Оборудование:* карты кладов с объектами, названия ко-торых можно узнать, разгадав загадку (на карте также долж-но быть указано расстояние, которое измеряется в шагах ребёнка), и сам «клад» (сгущённое молоко, конфеты или шоколад).

*Тип мероприятия:* подвижная игра на свежем воз-духе.

*Характер мероприятия:* развлекательный.

*Место проведения:* здание школы и пришкольная территория.

*Участники:* учащиеся 1–4 классов.

*Цель:* привлечение детей к здоровому образу жизни, организация содержательного досуга.

### *Задачи:*

1. Стимулировать познавательную и двигательную активность учащихся.
2. Способствовать:
  - сплочению группы, развитию командного духа;
  - развитию навыков установления контакта с партнёрами;
  - активизации взаимодействия друг с другом, быстрого принятия правильных решений;
  - умению добиваться конечной цели, чётко её сформулировать;
  - развитию познавательных процессов: внимания, мышления, воображения, памяти;
  - прививанию правил этики общения;
  - стимулированию творческих способностей, эрудиции.
3. Воспитывать чувства коллективизма, ответственности за своих товарищей.

## **ЭТАПЫ ИГРЫ**

### **I. Подготовительный**

#### *Для детей*

Домашнее задание: придумать название и девиз команды, принести небольшую любимую игрушку.

#### *Для организаторов*

Подготовить и спрятать клад, например: снять дёрн, вырыть углубление, спрятать клад, закрыть дёрном.

Подготовить инвентарь для игры: чёрный ящик, «хвостики» (верёвки длиной 1 метр) для каждого участника, четыре ведёрка, шарики, ложки.

## **II. Основной**

### *Для организаторов*

Разделить участников на две равные команды. Например, используя считалочку или ранжируя детей по дням рождения или по случайному выбору разноцветных фишек.

Сообщить участникам правила игры:

- участникам предстоит преодолеть множество преград, пройти испытание мудреца, проявить смелость, фантазию, уверенность, единство;
- каждой команде вручается карта с маршрутом путешествия. Участники должны чётко держаться последовательности своего маршрута;
- игроки не должны мешать прохождению маршрута другими командами;
- игроки должны соблюдать правила техники безопасности;
- игроки не должны наносить вред имуществу школы и зелёным насаждениям.

Рассказать участникам историю появления клада.

### *Для участников*

Участники выбирают капитана команды. Капитаны команд получают карты и задания-подсказки к ним.

Если команда испытывает затруднения в поисках клада, она вправе обратиться за советом к Мудрецу, который после соответствующего испытания помогает команде советом.

## ИГРА

### I. История появления клада

В давно минувшие времена по бескрайним морям плавал пиратский корабль. Заплывал он и далеко на север, где на волнах качаются глыбы белого льда, бывал и на востоке, и на западе, и даже на юге, чудом уцелев между смертоносных рифов и бессчётных атоллов и островков, где жили племена свирепых людоедов. За свою долгую жизнь этот трёхмачтовый парусник избороздил воды Мирового океана и многих внутренних морей вдоль и поперёк.

Капитаном корабля был жадный пират Джек Сладкоежка. Джек любил загадки и сладкое. Он был невысокого роста. Потёртая треуголка покрывала кудрявые чёрные волосы. Густая борода закрывала толстую шею, обвязанную красным платком. Платок служил в море банданой, так как треуголку могло легко сдуть порывом ветра. Коричневый камзол был надет поверх белой рубахи и обвязан кожаным толстым и широким ремнём, на котором крепились сабля и пистолет. Широкие штаны, под цвет камзола, были заправлены в чёрные сапоги с широкими голенищами.

Однажды Джек Сладкоежка награбил много сундуков со сладостями. Вёз он их в тайную пещеру на острове Пальма. Ночью море разбушевалось. Корабль кидало из

стороны в сторону, и один сундук выпал за борт. Джек отметил на карте это место крестом. Удивительно то, что во времена Джека Сладкоежки территория, где находится наш город, была залита водой. И судя по карте, которую нам удалось раздобыть, сундук упал в районе школьного участка.

Эта карта вручается вам.

## **II. Испытания мудреца**

### *Задания на ловкость, смекалку и быстроту*

1. «Чёрный ящик» — участники угадывают на ощупь названия предметов, находящихся в ящике.
2. «Хвостики» — каждому участнику повязывается на пояс верёвочка, за неё закладывается «хвостик», конец которого лежит на земле. Участники команд становятся в круг лицом наружу и во время всего упражнения держат свои руки в замке над головой. По команде инструктора они поворачиваются, и задача каждого — наступать ногами на «хвостики» соперников. Игрок, потерявший свой «хвостик», тут же выбывает из игры. Побеждает та команда, чьи участники с «хвостиками» останутся последними.
3. «Ложки» — у каждой команды есть два ведёрка. Одно ведёрко наполнено пластмассовыми шариками, второе, расположенное на расстоянии 6 метров, — пустое. Каждый участник держит ложку. Первый «зачерпывает» и достаёт шарик, передаёт второму и т.д. Последний бросает шарик в ведро. Если шарик падает, поднять его может только первый игрок. Он должен бросить его в первое ведёрко и начать всё заново. Побеждает та команда, которая раньше отнесёт все свои шарики.

4. «Кольцеброс» — одной команде выдается 6 колец одного цвета, например жёлтого, другой команде — другого, например синего. На расстоянии от каждой команды стоят три китайские палочки-штырька. Задача команды — набросить свои кольца на свои штырьки. Один участник из каждой команды становится рядом со штырьками, чтобы кидать не попавшие кольца назад. Если кольцо попало, но соскочило, оно не засчитывается. Побеждает та команда, чьи кольца окажутся раньше на китайских палочках.
5. «Глазомер» — командам предлагается на глаз определить, сколько человек должны выстроиться в линию на расстоянии вытянутой руки друг от друга, чтобы достать до ближайшего столба. Команды совещаются и говорят ведущему свои предположения. Далее по очереди участники проверяют свои версии. Команды, которые назвали более точное число, получают слово-подсказку.
6. «Что изменилось?» — в этом испытании вместе с участниками играют учителя или родители. Взрослые замирают в определённой позе. Детям предлагается запомнить всё до мельчайших подробностей. После этого команды отворачиваются, а ведущий меняет в замерших фигурах одну деталь, например опускает поднятую руку. Команды совещаются и сообщают предполагаемые изменения. Команда, которая трижды ответит правильно, получает слово-подсказку.

### **III. Загадки на карте**

(объекты зашифрованы условными знаками, возле которых указаны направление и расстояние в шагах)

Дом на улице стоит,  
Детвора к нему спешит.



Несут тетрадки, книжки  
Девчонки и мальчишки.  
(Школа)

Высоченный великан  
Будто угодил в капкан,  
Никуда он не идёт,  
На одной ноге растёт.  
Как огромными руками,  
По ветру шуршит ветвями.  
(Дерево)

Он деревьев младший брат,  
Только ростом маловат,  
А ещё стволов полно  
У молодчика того.  
(Кустарник)

Спортивный снаряд этот — две жерди,  
На стойке шарнирами прикреплены.  
С ними сильным быть не боюсь я.  
Этот снаряд называется...  
(Брусья)

Из них ничего невозможно украсть.  
Туда что-то лишь залетает порой.  
Тьфу-тьфу — чтоб не сглазить! Что за напасть?  
Зачем тогда здесь стоит часовой?  
(Футбольные ворота)

Зелёный луг,  
Сто скамеек вокруг,  
От ворот до ворот  
Бойко бегают народ.

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)