



ГБУДО «БРЯНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ГУБЕРНАТОРСКИЙ ДВОРЕЦ
ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА ИМЕНИ Ю.А. ГАГАРИНА»

РЕГИОНАЛЬНЫЙ МОДЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ



«ДВОРЕЦ 32»

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

№2 (57) 2023



«ВРЕМЯ ПЕРВЫХ!» В ГУБЕРНАТОРСКОМ ДВОРЦЕ
ИМ. Ю.А. ГАГАРИНА

СЛОВО ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

Дорогие друзья!



По сложившейся исторической традиции главным апрельским праздником для нашей страны является День космонавтики. Именно 12 апреля мы чествуем учёных, инженеров, конструкторов, лётчиков-космонавтов и всех тех, кто имеет отношение к космической отрасли. В этот день мы выражаем огромную признательность и благодарность людям, чей повседневный труд связан с величайшим напряжением человеческих сил и риском.

На протяжении четырёх десятков лет наш Дворец с гордостью носит имя Юрия Алексеевича Гагарина – первого человека, покорившего космос. Сто восемь минут его полёта стали невероятным прорывом в освоении космического пространства для всего мира.

В этом году День космонавтики стал для Дворца особенным. В торжественной обстановке был дан старт реконструкции интерактивного Музея космонавтики. На церемонии презентации нового высокотехнологичного оборудования, которым будет оснащён музей, присутствовали почётные гости – герой Советского Союза, лётчик-космонавт Виктор Михайлович Афанасьев, чьё имя носит наш музей, и космонавт-испытатель Андрей Николаевич Бабкин.

В большом зале Дворца состоялась встреча космонавтов с учащимися брянских школ, а также победителями и призёрами традиционного областного конкурса «Звёздные дали». Ребята были рады возможности услышать из первых уст об уникальности профессии и о трудностях, которые придётся преодолеть, чтобы стать космонавтом, о сложностях прохождения полёта и о необыкновенной красоте космического пространства. Завершилась встреча праздничным концертом коллективов, солистов и педагогов Дворца «Время первых!», подарившим незабываемые эмоции всем гостям. С удовольствием приглашаем педагогов образовательных учреждений Брянской области, обучающихся и их родителей посетить после завершения реконструкции наш интерактивный Музей космонавтики, который, без сомнения, станет гордостью и визитной карточкой Дворца. Будем рады приблизить мечтающих о космосе ребят к своей звёздной цели, подтолкнуть их к высоким полётам и новым открытиям!

Директор
Губернаторского Дворца им. Ю.А. Гагарина,
почётный работник воспитания и просвещения Российской Федерации
Е.Г. Шинкаренко

СОДЕРЖАНИЕ

ФИНАНСОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ

ОПЫТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ
4

МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКИХ ОБЪЕДИНЕНИЯХ
5

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ

НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ «СВОЯ ИГРА»
7

ФОРМУЛА ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ
8

ВСТРЕЧА ДОШКОЛЬНИКОВ С ГЕРОЕМ РОССИИ ФРОЛЕНКОВЫМ АНДРЕЕМ АНАТОЛЬЕВИЧЕМ
11

ИНТЕРВЬЮ

ИНТЕРВЬЮ С СОВЕТНИКОМ ДИРЕКТОРА ПО ВОСПИТАНИЮ
13

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ-ПЕРФЕКЦИОНИСТАМИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
14

В ПОМОЩЬ ПЕДАГОГУ

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО КОНСТРУИРОВАНИЮ ИЗ БУМАГИ В ТЕХНИКЕ ОРИГАМИ «САМОЛЁТЫ»
17

КОНСПЕКТ НОД В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ «ДЕНЬ КОСМОНАВТИКИ»
19

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО ОЗНАКОМЛЕНИЮ С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ «СТРОИМ ДОМ»
21

КОНСПЕКТ КВЕСТ-ИГРЫ «ПРОФЕССИИ ГОРОДА БРЯНСКА»
24

КВЕСТ-ИГРА «В МИРЕ ПРОФЕССИЙ»
27

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ «ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ»
30

ПЛАН-КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ «ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. УПРАЖНЕНИЯ НА УКРЕПЛЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»
32

ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ

СЦЕНАРИЙ ИГРЫ-ХОДИЛКИ «УВЛЕКАТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ С БЕЛКОЙ И СТРЕЛКОЙ»
35

ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

КРАТКОСРОЧНЫЙ ПРОЕКТ «УДИВИТЕЛЬНЫЙ МИР КОСМОСА»
37

СЦЕНАРИЙ ПРАЗДНИЧНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

СЦЕНАРИЙ ЛИТЕРАТУРНОГО ВЕЧЕРА «В ГОСТЯХ У СКАЗКИ»
39

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ДЕРЖИ РАКЕТКУ КРЕПЧЕ»
42

СЦЕНАРИЙ МАССОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ КО ДНЮ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА
45

СЦЕНАРИЙ ПРАЗДНИЧНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ПАМЯТЬ СИЛЬНЕЕ ВРЕМЕНИ»
49

МАСТЕР-КЛАСС

МАСТЕР-КЛАСС «ОТКРЫТКА ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ В ТЕХНИКЕ ОРИГАМИ»
52

МАСТЕР-КЛАСС «ПАСХАЛЬНЫЙ КРОЛИК»
54

К 200-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ К.Д. УШИНСКОГО

СЦЕНАРИЙ ВНЕКЛАССНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «МОЯ РОДИНА – РОССИЯ В ПРОИЗВЕДЕНИИ К.Д. УШИНСКОГО «МОЁ ОТЕЧЕСТВО»
56

РОЛЬ СКАЗОК К.Д. УШИНСКОГО В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ
58

УЧРЕДИТЕЛЬ:

ГБУДО «Брянский областной губернаторский Дворец детского и юношеского творчества имени Ю.А. Гагарина»

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

Шинкаренко Е.Г.

ОТВЕТСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР:

Свиридова Е.А.

КОМПЬЮТЕРНАЯ ВЁРСТКА И ДИЗАЙН:

Кулешова И.И., Романенко А.С.

ЛИТЕРАТУРНЫЙ РЕДАКТОР:

Мельниченко Е.Н.

НАШ АДРЕС:

241050, г. Брянск, ул. Грибоедова, д.1А

ТЕЛЕФОН:

8(4832) 74-39-12

АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ:

journal32@yandex.ru

Издание предназначено для возрастной категории 16+

Фото, использованные при оформлении журнала, взяты из открытых источников интернета, по свободной лицензии freepik.com, предоставлены авторами.

На обложке фото презентации интерактивного оборудования для Музея космонавтики имени лётчика-космонавта, Героя Советского Союза В.М. Афанасьева в Губернаторском Дворце им. Ю.А. Гагарина.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.

Ответственность за достоверность информации, содержащейся в публикуемых материалах, несут авторы.



ОПЫТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

Свиридова Елена Александровна, методист

ГБУДО «Брянский областной губернаторский Дворец детского и юношеского творчества имени Ю.А. Гагарина»

На сегодняшний день финансовое просвещение является актуальной задачей современного общества. Финансовая грамотность детей и подростков – одна из ступеней социализации. Именно в детском возрасте закладываются основы социально активной личности, проявляющей интерес к различным сферам жизнедеятельности, в том числе и к финансовым отношениям. Полученные навыки зарабатывать, сохранять и приумножать средства влияют на успешность и качество жизни в дальнейшем. Знакомство с финансами помогает детям и подросткам осознать, что достижение определённых материальных благ возможно только с помощью трудовой деятельности и специальных навыков.

В рамках реализации региональной программы «Повышение финансовой грамотности населения Брянской области на 2021-2023 годы», региональным координатором исполнения которой является Брянский институт повышения квалификации работников образования, в Губернаторском Дворце им. Ю.А. Гагарина в текущем году пройдёт ряд мероприятий, направленных на повышение финансовой грамотности у обучающихся Дворца и их родителей, а также учащихся образовательных учреждений региона, студентов, родителей, педагогических работников.

В марте был дан старт Финансовому марафону «Дружи с деньгами», организаторами которого выступили Департамент образования и науки Брянской области, ГАУ ДПО «Брянский институт повышения квалификации работников образования Брянской области», ГБУДО «Брянский областной губернаторский Дворец детского и юношеского творчества имени Ю.А. Гагарина». Одним из тематических мероприятий марафона стал семинар «Методика финансового просвещения: опыт организаций дополнительного и среднего профессионального образования». Участниками семинара ста-

ли педагогические работники организаций среднего профессионального образования города Брянска, а также группа студентов Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Брянский профессионально-педагогический колледж».

В качестве спикеров мероприятия выступили: Елена Викторовна Бирюлина, преподаватель экономических дисциплин ГБПОУ «Почепский механико-аграрный техникум» (доклад – «Финансовая грамотность молодёжи – инвестиции в их успешное будущее»); Светлана Николаевна Касимова, преподаватель экономических дисциплин ГАПОУ «Клинцовский индустриально-педагогический колледж» (доклад – «Обучение финансовой грамотности в ГАПОУ КИПК»); Ирина Владимировна Новикова, учитель истории и обществознания МБОУ «Новосельская средняя общеобразовательная школа» Брянского района (доклад – «Опыт Брянского муниципального района в применении методик финансового просвещения с обучающимися подросткового возраста»).

Педагоги поделились с участниками семинара опытом повышения уровня финансовой грамотности у обучающихся образовательных учреждений нашего региона, рассказали о формах реализуемых мероприятий и отметили высокую заинтересованность подростков финансово-экономическими вопросами.

В рамках практической части семинара спикерами были проведены тематические опросы, а также викторины и конкурсы в интерактивной форме, участниками которых стали группы студентов.

Стоит сказать, что в рамках реализации федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование» финансовая грамотность является одним из приоритетных направлений по обновлению содержания и технологий дополнительного образования детей.



ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКИХ ОБЪЕДИНЕНИЯХ

Львутина Валентина Ивановна, методист

ГБУДО «Брянский областной губернаторский Дворец детского и юношеского творчества имени Ю.А. Гагарина»

В целях воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций в Брянской области продолжается реализация федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование».

Гражданско-патриотическое воспитание – одно из важнейших звеньев системы воспитательной работы в детских объединениях туристско-краеведческой направленности Губернаторского Дворца им. Ю.А. Гагарина.

Нашим педагогам очень важно, каким будет человек будущего, в какой мере он освоил две важные социальные роли – роль гражданина и роль патриота. Именно поэтому в рамках реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ туристско-краеведческой направленности педагоги Губернаторского Дворца организуют мероприятия гражданско-патриотической тематики как в ходе учебных занятий, так и воспитательных мероприятий.

В результате систематической и целенаправленной воспитательной работы в детских объединениях туристско-краеведческой направленности происходит накопление положительного опыта поведения, при этом создаются благоприятные условия для формирования нравственных качеств личности ребёнка.

Прежде всего, это качества, которые воспитываются нахождением в составе туристской группы, существующей в автономном режиме, – коллективизм, ответственность, взаимопомощь и взаимовыручка.

Выполнение краеведческих заданий на маршруте, постоянное нахождение в природной среде, общение с местным населением, знакомство с памятниками природы, истории и культуры способствуют воспитанию духовно-нравственных качеств, патриотизма.

Формировать у обучающихся чувство пат-

риотизма, гражданственности, любви к своему Отечеству и Брянской области педагоги Губернаторского Дворца стремятся через организацию участия детей в путешествиях и походах, что позволяет учащимся лучше познать свой край.

Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы туристско-краеведческой направленности: «Пешеходный туризм», «Юные туристы-краеведы», «Юные туристы-экологи» – ориентированы на изучение родного края, вовлечение обучающихся в исследовательскую краеведческую деятельность.

В целях воспитания любви к родному краю, обеспечения осознания нравственной ценности и причастности к судьбе Отечества, его прошлому, настоящему и будущему, формирования патриотических чувств и активной жизненной позиции занятия в объединениях туристско-краеведческой направленности педагоги проводят на местном краеведческом материале, где ребята изучают достопримечательности своего района, исторические и военные события, партизанское движение на Брянщине, узнают имена погибших воинов и их судьбы, участвуют в походах по историческим и памятным местам, в рамках которых ребята описывают маршруты, проводят уборку территории памятных мест, возлагают цветы.

Педагоги отдела С.А. Карапецкая, В.В. Умеренкова и М.Л. Тубол, реализующие программы туристско-краеведческой направленности, с обучающимися объединений в рамках походной деятельности разработали учебно-познавательные маршруты по родному краю:

- Краеведческий путеводитель по окрестностям города Брянска «Брянщина героическая»;

- «Достопримечательности Советского района города Брянска»;

- «Герои Брянского края» – нитка маршрута: памятник «Круговая оборона», посвящённый воинам-интернационалистам, и Аллея героев, посвящённая подвигу воинов-десантников 6-й парашютно-десантной роты – памятник препо-

добному Александру Пересвету – памятник жертвам фашизма в сквере «Лесные Сараи»;

- «В памяти навечно» – нитка маршрута: Губернаторский Дворец им. Ю.А. Гагарина – памятник воинам-интернационалистам «Круговая оборона» – памятник воинской и партизанской славы – памятник воинам штрафной роты;
- «Партизанская стоянка «Озеро Круглое»;
- «Свенский монастырь – жемчужина Брянского края»;
- «Брянская область – партизанский край»;
- Учебно-образовательная экскурсия «По «гагаринским» местам г. Брянска» (к 60-летию со дня первого полёта человека в космос).

На занятиях в туристско-краеведческих объединениях обучающиеся изучают историю родного края, события, происходившие на его территории, биографии знаменитых земляков и их роль в истории края, затем представляют свои работы на областной конкурс исследовательских краеведческих работ.

Темы исследовательских работ обучающихся объединений туристско-краеведческой направленности:

- Отечественная война 1812 года;
- Памятник воинам штрафной роты;
- Боевой путь Александра Павловича Матвеева;
- Холокост в истории геноцида на Брянщине;
- История бежицких парков с конца 19 века;
- Непростая судьба памятника Д.Н. Медведеву;
- Старинные здания Бежицы;
- «Ввысь, пробивая облака...» (о выпускниках аэроклуба, уроженцах Бежицкого района г. Брянска – Героях Советского Союза).

Тематика краеведческих исследований обширна: история семьи, семейные традиции, история улиц, сёл, деревень, погостов, храмов, предприятий, учреждений.

По итогам защиты исследовательских работ юные краеведы получают призовые места на областном уровне.

А работа «Путешествие в глубину веков» (история названия некоторых улиц Бежицы) стала призёром Всероссийского конкурса исследовательских работ «Отечество» в прошлом году.

Ребята детских объединений туристско-краеведческой направленности принимают участие во всероссийских мероприятиях:

- Всероссийском конкурсе «Я познаю Россию»;
- Всероссийском конкурсе музеев образовательных организаций «Культурный маршрут» (с

видеоработой «История старой Бежицы»);

- Всероссийском патриотическом онлайн-конкурсе «История большой страны»;
- Всероссийском конкурсе исследовательских краеведческих работ обучающихся «Отечество».

Принимают участие юные краеведы и в международных конкурсах.

В 2022 году приняли участие в фестивале детского и молодёжного киноvideотворчества, проводимом Гомельским областным отделением Республиканского общественного объединения «Белорусская Ассоциация клубов ЮНЕСКО», с работами на темы «Д.Н. Медведев – наш земляк» и «История старой Бежицы».

На занятиях в детских объединениях часто педагоги используют интересную форму по изучению родного края – квест, где сочетают пешеходную экскурсию и поисковую деятельность, что позволяет максимально использовать интересы детей. Например, квест «История Майского и Пушкинского парков в Бежицком районе г. Брянска».

Стало традицией участие обучающихся краеведческих объединений в военно-патриотической акции «Вахта Памяти», в рамках которой посещают памятные места Брянской области и краеведческие музеи, проводят встречи с местными краеведами, ветеранами Великой Отечественной войны.

Так, например, участие обучающихся в патриотической акции «Вахта памяти-2022», 5 ноября 2022г., посвящённой 80-летию песни «Шумел сурово Брянский лес», которая потом стала гимном Брянской области, посещение партизанского мемориального комплекса в деревне Смелиж Суземского района содействовало формированию у детей гражданско-патриотического сознания, чувства сопричастности к событиям времён Великой Отечественной войны.

Мероприятия гражданско-патриотической направленности, организуемые в детских объединениях туристско-краеведческой направленности, показали, что поставленная цель по воспитанию юных граждан России и патриотов своего Отечества педагогами выполняется.

Подводя итоги, хочется сказать, что гражданско-патриотическое воспитание обучающихся занимает и будет занимать центральное место в воспитательной системе Губернаторского Дворца им. Ю.А. Гагарина. Благодаря разнообразию форм и методов работы у нас, у педагогов, есть уникальная возможность повлиять на становление юных граждан, патриотов России.



ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ-ПЕРФЕКЦИОНИСТАМИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Инчина Дарья Александровна, педагог-психолог

ГБУДО «Брянский областной губернаторский Дворец детского и юношеского творчества имени Ю.А. Гагарина»

Актуальность написания этой статьи обусловлена большим количеством обращений родителей на психологическую работу с детьми со схожими проблемами, которые можно назвать одним словом – **«перфекционизм», или «синдром отличника (отличницы)»**. Отсюда и возникла потребность дать более подробную информацию об этом психологическом явлении для педагогов, напрямую работающих с детьми, ведь перфекционизм в детских объединениях зачастую проявляется именно в той предметной области, в которой занимаются дети.

ПОНИМАНИЕ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ

Понятие **«перфекционизм»** пришло к нам из латинского языка: perfectus – «абсолютное совершенство» – это стремление всё делать наилучшим образом, стремление к совершенству даже в малозначительных делах. Это качество проявляется уже в раннем возрасте, когда ребёнок не удовлетворяется результатом, пока не достигает максимального для себя уровня (интеллектуального, эстетического, нравственного). Хотя с первого взгляда такие устремления ребёнка могут показаться завидными («старательный, целеустремлённый – чего уж лучше»), на самом деле дети с формирующимся перфекционизмом не подарок ни для родителей, ни для педагогов, работающих с ними. У таких детей возникают проблемы, которые им мешают жить и развиваться, а окружающих нервируют.

Исследователи говорят о **здоровом и патологическом (деструктивном) перфекционизме**. Первым заговорил об этом психолог Дональд Хамачек в 1978 году. Здоровый перфекционизм он называет нормальным, так как человек обнаруживает лидерские качества, высокую работоспособность, активность, мотивацию для достижения цели, при этом человек здраво оценивает свои реальные способности,

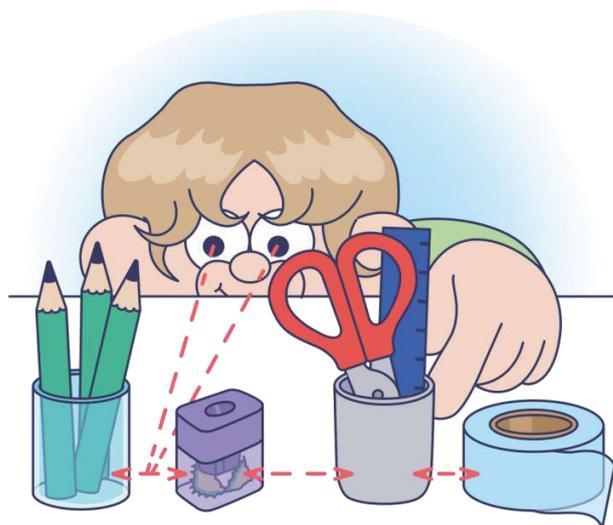
т.е. имеет адекватный уровень притязаний. В ходе работы такой человек может испытывать лёгкую степень волнения и азарт; его внимание сконцентрировано на собственных возможностях и на способах достижения цели.

Второй вид перфекционизма Хамачек называет невротическим. Человек с невротическим перфекционизмом побуждается страхом перед неуспехом. У такого перфекциониста желание стать ещё лучше, чем он есть, становится навязчивой идеей, поэтому он всегда неудовлетворён. В данном случае перфекционизм можно охарактеризовать как напрасное стремление к идеалу, недостижимому совершенству. Перфекционист-невротик, для того чтобы показать, что он заслуживает любви и всеобщего уважения, берёт в качестве ориентира некий эталон, который не соответствует его потенциалу.

СИТУАЦИИ РАЗВИТИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА; ЧУВСТВА, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ ЕГО

Знания о развитии перфекционизма у детей в семье могут помочь педагогам избегать похожих ситуаций на занятиях, тем самым подчёркивая таланты, успех и индивидуальность ребёнка.

Так называемый «симптомокомплекс» ребёнка-перфекциониста включает в себя связь



многих чувств и сторон личности. Из них можно выделить причины и следствия.

Причины:

- завышенные ожидания окружающих;
- неправильно выстроенные границы общения в семье; перевес власти в сторону ребёнка – *часто перфекционизм может быть своеобразной формой манипулирования окружающими. Из-за неправильно выстроенных границ в общении, с помощью перфекционизма ребёнок может добиваться желаемого, используя собственную власть над взрослым;*

- высокий уровень личностной тревожности (как черты характера);

- в некоторых случаях перфекционизм может быть симптомом расстройства аутистического спектра у детей.

Следствия:

- высокий уровень ситуативной тревожности;

- сниженная самооценка;

- стремление к избеганию неудач;

- телесные блоки и зажимы – *образуются вследствие подавления естественных детских импульсов к экспериментам, исследованию, игре. Дети-перфекционисты лучше не будут делать ничего, лишь бы не допустить ошибку, что может привести к чувствам, описанным в следующем пункте;*

- стыд и чувство собственной несостоятельности – *ребёнок с синдромом отличника будет некомфортно чувствовать себя в обществе, взгляды других людей будут казаться ему оценивающими. Он будет скован в своих естественных проявлениях, чтобы не привлечь никакой реакции.*

Психологи с опорой на многочисленные примеры отмечают, что перфекционистская ориентация начинает формироваться очень рано, как правило, ещё в младшем школьном возрасте, а порой и того раньше. Решающими в её возникновении выступают факторы семейного воспитания. Чаще перфекционистами становятся единственные дети, а когда детей в семье несколько, то тут наиболее уязвимы оказываются первенцы.

Часто родители внушают своим детям, что нельзя ошибаться. Но они забывают о том, что, прежде чем человек научится делать что-то хорошо, он проходит процесс обучения, в котором ошибки неизбежны. Без ошибок нет мастерства. Когда они ограничивают возможность своего ребёнка совершать ошибки, они ограничивают его возможность учиться, и ребёнок растёт боязливым, трудно обучаемым. Стараются заниматься только теоретическим

обучением, так как в нём ошибки малозначительны. Когда дело доходит до практики, человек входит в ступор, так как помнит, что он часто совершает ошибки.

Также учёными было замечено, что взрослыми уделяется много внимания выдающимся способностям и достижениям ребёнка при отсутствии доброжелательного отношения к другим положительным качествам поведения. В этом случае ребёнок усваивает, что преуспеть – это единственная возможность заслужить положительное родительское внимание. Следовательно, человек становится перфекционистом не из любви к делу и не в силу собственных убеждений, а ради награды, будучи вынужденным постоянно доказывать взрослым свою значимость и заслуживать их приятие (И.И. Грачёва. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма П. Хьюитта и Г. Флетта»). Чрезмерное стремление к совершенству часто оборачивается одиночеством (невозможно найти друзей, отвечающих сверхвысоким требованиям), отсутствием возможности отдохнуть и развлекаться (стремление идеально выполнять даже незначительные дела отнимает огромное количество времени) и нервными расстройствами, к которым приводит постоянное напряжение (т.к. отличные результаты надо постоянно подтверждать).

КАК РАСПОЗНАТЬ РЕБЁНКА-ПЕРФЕКЦИОНИСТА В ВАШЕМ ДЕТСКОМ ОБЪЕДИНЕНИИ?

Почти в каждом коллективе можно увидеть ребят, в которых есть характерные признаки перфекционизма:

- самые незначительные промахи и ошибки считает признаком собственных недостатков;

- большинство таких ребят живут по принципу «всё или ничего»;

- неуверенность в себе и своих способностях и, как следствие, заниженная самооценка, нерешительность и сомнения в правильности своих действий;

- уверенность в том, что всё вокруг должно быть идеальным;

- страх критики и неодобрения со стороны родителей, педагогов и друзей;

- постоянное чувство тревоги и беспокойство по поводу возможных ошибок;

- промедление, т.е. иррациональное откладывание начала любого дела из-за страха возможной неудачи.

Самый главный и немаловажный признак перфекционизма – неспособность расслабиться и поделиться своими мыслями и чувствами. Дети, страдающие перфекционизмом, совершенно не умеют радоваться своим победам и

достижениям.

ПОМОЩЬ РЕБЁНКУ-ПЕРФЕКЦИОНИСТУ В ХОДЕ ОБУЧЕНИЯ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

Педагогам, которые, изучив эту статью, заметили признаки перфекционизма у обучающихся в объединении, советую применить в своей педагогической деятельности следующие рекомендации:

- пересмотрите свои требования и ожидания от каждого обучающегося. Я уверена, что у вас собрались абсолютно разные ребята, которые требуют персонального взгляда на их способности, а не на группу в целом;

- изучите свои «скрытые послания», которые вы неосознанно можете транслировать на занятиях. Например, реакция на ошибку ребёнка в виде фразы «Не обращай внимания! Подумаешь, ерунда», скорее всего, будет воспринята им не как поддержка, а как обесценивание чувств;

- расскажите о собственных ошибках. Пусть ваш обучающийся увидит, что никто на свете не идеален. Расскажите о том, как вам не удалось выиграть конкурс или выступить перед большим залом, или как вы завалили экзамен или контрольную работу. Подробнее остановитесь на том, что помогло вам справиться с неудачей;

- при работе с родителями обращайтесь их внимание на проявления перфекционизма у их детей. Говорите, как важно поддерживать такого ребёнка в любых начинаниях, не ругать и не критиковать за сложные чувства при ошибке (слёзы, злость), учить находить конструктивные способы исправить ситуацию и обязательно не забывать о выражении чувств.

ПРАКТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

В рамках воспитательной работы Вашего объединения или же в процессе обычных занятий я предлагаю вам использовать следующие упражнения по работе с перфекционизмом у детей:

История влиятельного человека. Изучите с ребятами истории великих людей и их ошибки. Это поможет понять, что даже самые большие умы человечества ошибались, но не стали плохими людьми.

Таким образом, «груз идеальности», который несут дети-перфекционисты, может быть значительно снижен. Например, Уолт Дисней, Томас Эдисон, Ван Гог – все они прошли сложный путь ошибок и неудач.

Ещё большим успехом у детей может пользоваться изучение биографии их современного кумира, у которого явно найдётся опыт проиг-

рышей и провалов.

Упражнение «Намеренная ошибка»

1. Предложите ребёнку сделать что-то, что спровоцирует его перфекционизм. Например, попросите его нарисовать то, что он никогда не рисовал раньше, например дуб с раскидистой кроной.

2. Попросите его сделать это преднамеренно плохо. Перфекционисту нужно усвоить урок: если он потерпит неудачу, ничего страшного не произойдёт.

3. Спросите у ребёнка, что для него значит то, что он нарисовал страшный и некрасивый дуб. Считает ли он, что это означает, что он не является хорошим художником? Считает ли он, что раз он не является хорошим художником, то он ничего не стоит? Что он чувствует при этом?

4. Помогите ребёнку понять и убедиться в том, что вас совершенно не заботит, является ли он хорошим художником или нет, – вы любите его именно таким, какой он есть.

5. Спросите у ребёнка, как он себя чувствует сейчас. Скорее всего, он не чувствует себя ужасно, но чувствует вашу любовь и заботу. Укажите ему на это: «Похоже, ты чувствуешь себя не слишком плохо, даже сделав что-то, что тебе не удалось». Поздравьте ребёнка с тем, что он не побоялся попробовать что-то новое и пошёл на риск.

6. Если потребуются повторные тренировки, вы можете сами разработать нужные сценарии с учётом особенностей ребёнка, в таком случае они больше ему подойдут и, соответственно, будут эффективнее. Главное – помогите ребёнку не принимать всё близко к сердцу.

Упражнение из когнитивно-поведенческой терапии «Расследование»

Предложите ребёнку порассуждать над его убеждениями. Например: если я совершу ошибку, все подумают, что я глупый(ая); ошибаются те, кто ничего не умеет; ошибаться – плохо и т.д. Запишите это утверждение вверху листа, далее разделите лист на 2 части, одна из которых будет носить название «мысли, подтверждающие это убеждение», а вторая – «мысли, опровергающие это убеждение». Проведите анализ или даже «расследование» такого убеждения ребёнка. Чаще всего мысли, подтверждающие убеждение, или не находятся, или имеют очень иррациональный характер, вроде «просто я знаю, что это так».

Ваша задача – показать ребёнку, что его убеждение имеет под собой очень мало реальных доводов к существованию.

Желаю Вам успехов!

Открытый региональный творческий конкурс
с международным участием исполнителей и коллективов
художественной направленности
в Губернаторском Дворце им. Ю.А. Гагарина

Апрель 2022



НЕДЕЛЯ КОСМОНАВТИКИ В ГУБЕРНАТОРСКОМ ДВОРЦЕ ИМ. Ю.А. ГАГАРИНА

