

СТАРТ УЧЕБНОГО ГОДА: ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ, ЦЕЛИ И ПЕРСПЕКТИВЫ (СЦЕНАРИЙ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ)

*Шишина Анна Владимировна,
учитель начальных классов
МБОУ «Школа № 49» г. о. Самара*

Современное образование требует перехода к истинному партнерству между семьёй и школой, и родительское собрание должно стать ключевой площадкой для такого взаимодействия. Особенно остро этот вопрос встаёт в начале учебного года, когда семье и ребёнку необходимо мягко и эффективно преодолеть период адаптации после летних каникул. Родители часто сталкиваются не только с организационными сложностями – хаотичным режимом, возросшей учебной нагрузкой, – но и с более глубокими психологическими вызовами: кризисом самостоятельности у детей, снижением интереса к учёбе, эмоциональным выгоранием. В этой ситуации традиционное формальное информирование на собрании уже не работает. Насущной потребностью становится создание содержательного рабочего пространства, где через совместный анализ ситуаций, обмен практическим опытом и выработку общих стратегий можно найти конкретные ответы на эти вызовы. Только такое осмысленное, деятельностное собрание способно превратить сложный стартовый период в точку объединения усилий, роста и устойчивой мотивации для всех – учителя, родителей и самих школьников.

Представим сценарий родительского собрания «Старт учебного года: особенности адаптации, цели и перспективы».

Тип мероприятия: организационно-информационное собрание с элементами практикума и проектными техниками.

Продолжительность – 70 минут.

Целевая аудитория – родители обучающихся 3-го класса (сентябрь – октябрь).

Цель – ознакомить родителей с особенностями адаптации детей после летних каникул, сформировать общие образовательные цели и скоординировать действия семьи и школы на новый учебный год.

Планируемые результаты:

- родители осознают физиологические и психологические особенности адаптации ребенка к учебному процессу после летнего отдыха;
- родители познакомятся с основными учебными требованиями и целями на учебный год в 3-м классе;
- будет создан банк практических решений по организации режима дня для разных ситуаций;
- будут решены организационные вопросы и намечены пути совместной работы.

Материалы и оборудование: мультимедийный проектор, ноутбук, презентация «Старт учебного года», цветные стикеры (красные, синие, зеленые), листы формата А3, маркеры, памятки «Режим дня третьеклассника», три карточки с педагогическими кейсами, листы А4, ручки, корзина для рефлексии.

1. Организационный момент. Приветствие (7 минут).

Учитель встречает родителей у входа в класс, предлагает им выбрать цветной стикер (красный, синий, зеленый), который будет использован для деления на группы. После того как все родители собрались, учитель начинает собрание с приветствия: «Добрый вечер, уважаемые родители! Я рада видеть вас в нашем классе после летних каникул. Спасибо вам, что вы нашли время и пришли на первое родительское собрание в этом учебном году!» Затем учитель кратко обозначает тему собрания и его цель, подчеркивая важность совместной работы в начале учебного года.

Далее проводится упражнение «Летняя эстафета» для создания рабочей атмосферы. Учитель берет мягкий мяч и говорит: «Давайте начнем с небольшого упражнения. Передавая этот мяч по кругу, назовите одним словом самое яркое запоминающееся летнее событие вашего ребенка». Родители по очереди называют слова: «море», «бабушка», «велосипед», «лагерь», «дача» и т. д. Это

упражнение позволяет родителям включиться в работу, вспомнить положительные эмоции лета, создать эмоциональный настрой на собрание.

После завершения круга учитель обращает внимание родителей на цвет их стикеров: «А теперь обратите внимание на цвет вашего стикера. Прошу вас занять места в соответствии с цветом: красные стикеры – за этот стол, синие – за этот, зеленые – за этот». Родители перемещаются, образуя три рабочие группы. Учитель комментирует: «Отлично! Образовались три рабочие группы. Сегодня мы будем много работать вместе».

2. Адаптация после летних каникул: что важно знать (15 минут).

Учитель начинает теоретическую часть собрания с показа слайда презентации «Старт учебного года» с заголовком «Адаптация: что это такое?». «Давайте посмотрим на объективные данные об адаптации, – говорит учитель. – По исследованиям, полная адаптация после летних каникул занимает от двух до шести недель. Вы уже заметили у детей повышенную утомляемость, снижение концентрации? Это абсолютно нормально!»

Затем учитель переходит к основной части рассказа, показывая следующий слайд «Психологический портрет третьеклассника»: «Но чтобы помочь ребенку осознанно, давайте посмотрим на него не просто как на «уставшего школьника», а как на личность, которая стремительно меняется. Третий класс – это время серьезного скачка в развитии. Ключевые изменения, которые вы сейчас наблюдаете, можно описать несколькими тезисами».

Учитель подробно останавливается на каждом из четырех ключевых аспектов, сопровождая рассказ соответствующими слайдами:

1. «Я сам!» – Кризис самостоятельности. Учитель объясняет: «Ребенок начинает активно отстаивать свое мнение, оспаривать ваши требования («Мама, я сам сделаю!», «А почему я должен?»). Он учится принимать собственные решения. Что делать нам? Постепенно передавать ему ответственность. Не делать за него уроки, а помочь организовать процесс. Давать право на ошибку и учить ее исправлять. Ваш авторитет теперь должен быть не «потому что я так сказал», а основанным на уважении и договоренностях».

2. «Что обо мне подумают?» – Рост социальной значимости. «Мнение одноклассников и учителя становится часто важнее родительского, – продолжает учитель. – Формируется самооценка, которая сильно зависит от внешних оценок («Я глупый, потому что получил двойку»). Что делать нам? Seriously относиться к его переживаниям из-за отношений с друзьями. Не обесценивать («Да ерунда, найдешь новых!»). Помогать анализировать конфликты. Акцентировать внимание не на отметке, а на усилиях и прогрессе: «В прошлый раз было три ошибки, а сейчас одна – это отличный результат!»».

3. «Учиться скучно?» – Смена мотивации. «Изначальная радость от школы может угаснуть, – говорит учитель. – Учеба превращается в рутину. Что делать нам? Поддерживать познавательный интерес вне школы. Связывать знания с жизнью: считать скидки в магазине, читать вывески, изучать историю города. Чаще спрашивать не «Какие оценки?», а «Что сегодня было самого интересного? С чем ты столкнулся?».

4. «Я устал» – Интеллектуальный скачок и его цена. «Активно развивается логическое мышление, способность к обобщению, – объясняет учитель. – Но мозг тратит на это колоссальные ресурсы. Поэтому «лень» и нежелание делать уроки – это часто не плохой характер, а банальное переутомление, «защита» мозга. Что делать нам? Следить за режимом нагрузки и отдыха. Как мы и будем делать сегодня на практикуме».

В завершении этой части учитель подводит итог: «Почему мы об этом говорим? Потому что за многими проблемами с уроками, нежеланием учиться и усталостью стоит не злая воля ребенка, а его возрастные особенности. Понимая этот «портрет», мы с вами перестаем бороться с последствиями («опять не сделал!»), а начинаем понимать причины и помогать ему взрослеть и учиться осознанно. И теперь, вооружившись этой картой, давайте перейдем к нашему первому практикуму».

3. Практикум «Выстраиваем режим дня вместе» (15 минут).

Учитель объявляет переход к практической части: «Теперь давайте применим эти знания на практике. У каждой группы – своя задача. Разработайте проект режима дня на листе А3 за 10 минут». Учитель четко формулирует задания для каждой группы: «Красная группа: режим для

школьника, посещающего спортивную секцию. Синяя группа: режим при большом объеме домашних заданий. Зеленая группа: идеальный режим выходного дня».

Родители приступают к работе в группах. Они обсуждают, как оптимально распределить время ребенка в течение дня, учитывая специфику задания. Одни родители рисуют схемы, другие записывают временные промежутки, третьи предлагают идеи по организации отдыха и учебной деятельности. Учитель проходит между группами, наблюдает за работой, консультирует, отвечает на вопросы, при необходимости помогает сформулировать идеи или предлагает дополнительные аспекты для рассмотрения.

Через 10 минут учитель объявляет: «Время вышло. Теперь давайте посмотрим, что у нас получилось. Прошу представителя от красной группы выступить с презентацией вашего проекта». Представитель группы в течение двух минут рассказывает о разработанном режиме дня, показывает нарисованную схему. Затем выступают представители синей и зеленой групп.

После каждого выступления учитель дает краткий комментарий, выделяя сильные стороны проекта: «В вашем режиме мне очень понравилось, что вы предусмотрели обязательный перерыв между школой и выполнением домашних заданий» или «Хорошая идея – включить в выходной день совместную семейную активность». При необходимости учитель дополняет проекты рекомендациями: «Хочу обратить внимание, что для третьеклассника очень важно, чтобы время за компьютером или телевизором не превышало 30–40 минут в день» или «Не забывайте, что оптимальное время для выполнения домашних заданий – с 16 до 18 часов, когда наблюдается второй пик работоспособности».

4. Кейс-практикум по типичным ситуациям (15 минут).

Учитель переходит к следующему практическому блоку: «Мы с вами обсудили теорию адаптации и разработали режим дня. Теперь давайте посмотрим, как эти знания работают в конкретных жизненных ситуациях. Я предлагаю вам в ваших группах стать на минуту «семейным советом» и найти решение для одной из частых проблем начала учебного года».

Учитель раздает карточки с кейсами каждой группе:

- Красная группа: «Синдром вечернего сражения» – описание ситуации, когда ребенок откладывает выполнение уроков на вечер, что приводит к конфликтам и ссорам.
- Синяя группа: «15 минут внимания» – описание ситуации, когда ребенок на уроке активно работает только первые 15–20 минут, а потом «выключается».
- Зеленая группа: «Не хочу учиться, хочу на море» – описание ситуации снижения учебной мотивации после летних каникул.

«Ваша задача – за 7 минут найти и записать на листе А4: 1) основную причину этой ситуации; 2) два-три конкретных шага для решения. Затем представитель группы кратко озвучит ваши идеи», – поясняет учитель.

Родители в группах активно обсуждают ситуации. Они анализируют возможные причины проблем, делятся собственным опытом, предлагают различные варианты решений. Учитель снова играет роль консультанта, помогает группам сфокусироваться на анализе причин и поиске конкретных, выполнимых шагов.

Через 7 минут начинаются презентации решений. Представитель каждой группы выступает в течение 1,5 минут, излагая анализ ситуации и предлагаемые меры. После каждого выступления учитель дает развернутый комментарий:

После красной группы: «Спасибо! Вы правы, ключ – в ритме и ритуале. Добавлю от себя: нервная система истощена, сил на самоконтроль нет. Вечером работоспособность на нуле. Решение:

1. Ввести обязательный «буферный период» после школы (1,5–2 часа) – прогулка, активный отдых, сон. Никаких уроков!
2. Использовать метод «помидора»: 25 минут работы – 5 минут перерыва. Начинать с самых легких предметов.
3. Создать «ритуал старта» – заварить чай, проветрить комнату, подготовить все принадлежности. Это помогает мозгу настроиться».

После синей группы: «Отлично! Вы точно подметили связь с отдыхом и перегрузками. Мое дополнение: это классическое переутомление. Объем информации велик, а способность к произвольному вниманию в 8–9 лет ограничена 15–20 минутами. Решение:

- 1) Убедиться, что ребенок высыпается (норма для 3-го класса – 10 часов).
- 2) Договориться с учителем о коротких двигательных паузах в середине урока.
- 3) Тренировать внимание через игры: «Найди отличия», «Лагерь», «Корректорская проба» (вычеркивать определенные буквы в тексте).

После зеленой группы: «Спасибо! Проблема – столкновение с рутинной. Решение:

1. Признать чувства ребенка: «Я понимаю, тебе хочется на море, лето было чудесным».
2. Сместить фокус с уроков на социальную жизнь: «В школе тебя ждут друзья», «После уроков будет кружок по рисованию».
3. Добавить элемент игры и новизны: необычные канцтовары, совместное чтение интересной книги, обучающие приложения».

В завершение этого блока учитель обобщает: «Как видите, у каждой ситуации есть решение. Главное – действовать сообща и спокойно».

5. Родительский нетворкинг: создаем карту ресурсов (15 минут).

Учитель переходит к заключительному активному блоку собрания: «Уважаемые родители, мы с вами – большая команда. У каждого из вас есть свои таланты, увлечения и ресурсы. Давайте создадим нашу общую карту ресурсов».

Учитель раздает каждому родителю желтые стикеры и объясняет задание: «На желтых стикерах напишите:

- 1) ваше имя и фамилию ребенка,
- 2) вашу суперсилу, которой вы можете (при желании) поделиться с классом».

Для ясности учитель приводит примеры: «отлично фотографирую», «умею собирать походы», «разбираюсь в программировании для детей», «могу помочь с экскурсией на работу», «организовать театральную группу».

Пока родители заполняют стикеры, учитель крепит на стену большой ватман, на котором заранее нарисована схематичная «карта класса» с изображением школы, парт, деревьев и других символических элементов.

«Теперь прошу вас по очереди подойти к нашей карте, приклеить свой стикер и кратко озвучить, чем вы готовы поделиться», – говорит учитель. Родители по очереди выходят, приклеивают стикеры в разные части «карты» (например, стикеры с предложениями об экскурсиях – около изображения автобуса, с творческими предложениями – около изображения палитры и кисточек и т. д.) и произносят одну-две фразы о своем вкладе: «Я, Мария Иванова, мама Пети, могу организовать экскурсию в музей» или «Я, Сергей Петров, папа Кати, готов провести мастер-класс по футболу для мальчиков».

В процессе этого упражнения создается визуальная и содержательная карта родительских ресурсов, которая наглядно демонстрирует, какими разнообразными возможностями обладает родительское сообщество класса.

6. Подведение итогов. Рефлексия (3 минуты).

Учитель объявляет завершение собрания: «Наша встреча подходит к концу. Давайте подведем итоги». На столе перед учителем стоят три коробки (или прозрачные емкости) разного цвета: зеленая, желтая и синяя. Рядом лежат фишки (или бумажные кружки) соответствующих цветов.

«Перед вами три коробочки разного цвета, – объясняет учитель. – Выберите фишку, соответствующую вашему впечатлению от сегодняшней встречи, и бросьте в нужную коробку, прокомментировав свой выбор или молча».

Учитель поясняет значение каждого цвета:

- Зеленая фишка: «Возьму на вооружение!» – я нашел(-а) конкретный инструмент, который буду использовать.
- Желтая фишка: «Хочу разобраться глубже» – у меня остался вопрос по этой теме.
- Синяя фишка: «Поделюсь с семьей» – этой информацией я точно поделюсь дома.

Родители по очереди подходят, выбирают фишки и опускают их в соответствующие коробки. Некоторые комментируют свой выбор: «Возьму на вооружение метод «помидора» или «Обязательно поделюсь с мужем информацией о кризисе самостоятельности».

После того как все родители приняли участие в рефлексии, учитель завершает собрание: «Благодарю вас за активную работу и конструктивный диалог! Я сфотографирую нашу «Карту ресурсов» и вышлю в общий чат. Также в чат я отправлю памятку «Режим дня третьеклассника», которая поможет вам закрепить сегодняшние идеи. Помните – мы партнеры в образовании ваших детей. Всегда на связи!»

Проведение родительского собрания в предложенном интерактивном формате позволяет перейти от пассивного информирования к активному вовлечению родителей в образовательный процесс. Сочетание теоретического блока, основанного на возрастной психологии, с практикумом по созданию режима дня и разбором конкретных кейсов обеспечивает высокую практическую ценность собрания. Блок «Родительский нетворкинг» не только способствует формированию сплоченного родительского сообщества, но и создает реальный ресурс для обогащения образовательной среды класса. Рефлексия в завершении позволяет учителю получить обратную связь и скорректировать дальнейшую работу с родителями. Такой подход закладывает основу для эффективного сотрудничества семьи и школы на весь учебный год.

Приложения к сценарию (презентация «Старт учебного года» и памятка «Режим дня третьеклассника») можно найти по ссылке: <https://disk.yandex.ru/d/vaToFuzRTMSteA>.

Литература

1. Безруких М. М. Трудности обучения в начальной школе: причины, диагностика, комплексная помощь. – М.: Эксмо, 2009. – 464 с.
2. Делибалт В. Адаптация к школе: миф или реальность. – URL: <https://растимдетей.пф/articles/adaptaciya-k-skole-mif-ili-realnost> (дата обращения: 20.12.2025).
3. Демина А. Детское выгорание: профилактика и восстановление. – URL: <https://растимдетей.пф/articles/detskoe-vygoranie-profilaktika-i-voosstanovlenie> (дата обращения: 20.12.2025).
4. Цукерман Г. А. Оценка без отметки. – М.; Рига: Педагогический центр «Эксперимент», 1999. – 113 с.