**ПРАКТИКУМ «ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ДОСУГА ПОДРОСТКОВ»**

(для родителей учащихся VI класса).

|  |  |
| --- | --- |
|  | М.В. Зимич, учитель английского языка, классный руководитель 6-го класса ГУО «Микашевичская гимназия им. В.И. Недведского» Лунинецкого района |

**Цель:** повышение компетентности законных представителей в вопросах воспитания культуры досуга подростков.

**Задачи:**

1. Ознакомить законных представителей с особенностями подросткового возраста.

2. Актуализировать представления законных представителей об основных трудностях и проблемах в воспитании культуры досуга подростков.

3. Предложить практические рекомендации по воспитанию культуры досуга подростков, умению целесообразно и эффективно использовать свободное время.

**Форма проведения:** практикум.

**Материалы и оборудование:** цитаты о досуге, клубок ниток, игрушки-антистресс (поп-ит, симпл-димпл, симпл-димпл спиннер, йо-йо, сквидо-поп), видеоконсультация для родителей «Досуг подростка в домашних условиях» картинки с изображениями различных эмоциональных состояний, перечень вариантов проведения досуга ребёнка-подростка, в том числе в г. Микашевичи, рекомендации для родителей.

**Предварительная работа:** Подготовка декламации стихотворения «Переходный возраст» одним из родителей, проведение и анализ анкетирования среди учащихся «Мои основные занятия в свободное время», разработка рекомендаций для родителей по организации досуга подростка.

**Вопросы для обсуждения:**

1. О чём говорит восточная мудрость?

2. Заметили ли вы изменения в характере вашего ребёнка? Как вы думаете, почему это происходит?

3. Какие трудности и проблемы возникают в воспитании культуры досуга подростков?

4. Как воспитывать культуру досуга подростков?

**Структура занятия:** практикум рассчитан на родителей учащихся 6-х классов. Занятие включает в себя теоретическую информацию, упражнения, просмотр видео, обсуждение, изучение списка способов организации досуга подростка, изучение рекомендаций для родителей.

**Продолжительность:** около 40 минут.

**Основная часть.**

Что бы ты ни делал – ты делаешь себя.

*Восточная мудрость*

**Классный руководитель:** Добрый день, уважаемые родители! Рада приветствовать Вас. Давайте узнаем тему нашего занятия. О чём говорит восточная мудрость?

**Классный руководитель:** Тема нашего занятия: «Воспитание культуры досуга подростков».

Один из родителей учащихся читает стихотворение:

**Переходный возраст.**

С любовью я смотрю на сына,

Как быстро вырос из пелёнок…

По сути — маленький мужчина,

А для меня — ещё ребёнок.

Давно ли он тянул к нам ручки

И жить не мог без папы с мамой?

Теперь в характере колючки,

И непослушный, и упрямый.

Простым корабликом бумажным

Куда-то детство уплывает,

И юность, зло и бесшабашно,

Легко в свои права вступает.

Ох этот возраст беспокойный,

Где детство с юностью смешалось,

Года стремительной рекою

Бегут, спешат, какая жалость…

*Сергей Васильев.*

**Классный руководитель:** Заметили ли вы изменения в характере вашего ребенка в 11-12 лет?

Как вы думаете, почему это происходит? *Возможные ответы родителей: «Переходный возраст», «Да. Дети растут и очень быстро. И мир меняется быстро. И здесь возникают определённые трудности и проблемы».*

Какие возникают трудности и проблемы в воспитании культуры досуга подростков? *Возможные ответы родителей: «Сильная увлечённость подростка гаджетами, интернетом, играми виртуальной реальности».*

**Классный руководитель:** Анкетирование «Мои основные занятия в свободное время» 26 учащихся показало, что в свободное время учащиеся занимаются учёбой (26 учащихся); играют в игры виртуальной реальности (20 учащихся); проводят время с друзьями на улице (18 учащихся); выполняют домашние обязанности (17 учащихся); посещают объединения по интересам, секции, клубы (15 учащихся); отдыхают и проводят время с животными (12 учащихся); занимаются хобби и др. (12 учащихся).

В анкетировании учащиеся ранжировали занятия в свободное время по количеству времени, которое тратят на занятия. Наибольшее количество времени уходит на учёбу (среднее значение 1,4), на втором месте оказалось посещение объединений по интересам, секций, клубов (ср. знач. 2,6), третье место достаётся играм виртуальной реальности (ср. знач. 3,25), хобби и др. занимают четвертое место (ср. знач. 3,3), на пятом месте по занимаемому времени у учащихся класса получился отдых и проведение времени с животными (ср. знач. 3,5), шестую позицию заняло выполнение домашних обязанностей (ср. знач. 3,6) и последние места достались проведению времени с друзьями на улице (ср. знач. 4,2) и просмотру телепередач (ср. знач. 4,4). (Приложение 1).

Исходя из результатов анкетирования, можем увидеть проблему. После занятия учёбой и посещением объединений по интересам, секций, клубов учащиеся отдают предпочтение играм виртуальной реальности в телефоне или на компьютере. По результатам анкетирования *получилось*, что в свободное время после гимназии или в выходной 2 учащихся большую часть времени отводят на телефонные игры, у 7 учащихся игры виртуальной реальности стоят на 2-м месте после учёбы, у 2-х учащихся игры виртуальной реальности стоят на 3-м месте, у 3 учащихся игры виртуальной реальности стоят на 4-м месте, 4 учащихся играют в игры виртуальной реальности после 4-х более важных для них занятий и 2 учащихся играют в игры виртуальной реальности после 5-ти более важных для них занятий. 6 учащихся не играют в игры виртуальной реальности или играют незначительную часть времени.

Проблема состоит в том, что учащиеся не умеют правильно организовывать свой досуг и заполняют его бесполезными занятиями. Именно поэтому тема нашего заседания родительского университета является актуальной. Следовательно, перед родителями сегодня стоит задача в воспитании культуры досуга ребёнка-подростка.

**Классный руководитель:** Как воспитывать культуру быта и досуга подростков?

Послушайте высказывания и цитаты. О чём в них говорится? Какая главная идея?

*Будьте заняты. Это самое дешевое лекарство на земле – и одно из самых эффективных* (Дейл Карнеги).

*Жизнь – это, прежде всего творчество, но это не значит, что каждый человек, чтобы жить, должен родиться художником, балериной или ученым. Творчество тоже можно творить. Можно творить просто добрую атмосферу вокруг себя* (Дмитрий Лихачев).

*Это нормально – потерять себя на некоторое время. В книгах, в музыке, в искусстве. Позволь себе заблудиться.*

*Человек находит время для всего, чего он действительно хочет.*

*Не умеет тот – кто не берётся делать.*

*Кто не стучится – тому не открывают. Кто не пробует – у того не получается.*

*Единственное различие между богатым и бедным человеком в том, что они делают в свободное время* (Роберт Киосаки).

*Возможные ответы родителей: «О досуге, о занятиях в свободное время, о том, что нужно найти и заниматься делом и/или хобби».*

**Классный руководитель:** Виды увлекательного и полезного досуга.

**Досуг.**

Как много интересного вокруг!

Всё хочется освоить, всем заняться.

Весь вечер на диване проваляться

Не самый увлекательный досуг.

В себе нащупав творчества росток,

Попробовать нарисовать картину,

Поэму написать (хоть половину…)

Иль вырастить особенный цветок.

А если нет, не стану унывать

И киснуть от нахлынувшей тоски.

В конце концов, свяжу себе носки,

Чтобы теплее было мне гулять (Евгения Урусова).

**Классный руководитель:** Какие занятия для досуга Вы услышали? *Возможные ответы родителей: «Рисование картин, выращивание цветов, вязание, прогулки на свежем воздухе и др.».*

Не злитесь, если ваш ребёнок разбудил вас в 3 часа ночи. Скоро вы будете рады, что он вообще в это время дома…

В известной шутке изложена правда и главная суть того, что именно родители должны помогать организовывать досуг подростка, для его безопасности, эффективности и целесообразности, чтобы зародить культуру досуга, которая будет сопутствовать человеку всю жизнь.

**Парное интервью «Где мы вместе отдыхаем?».**

Родители распределяются по парам, рассказывают друг другу о том, где они вместе с детьми проводят своё свободное время или отпуск. Затем участники рассказывают друг о друге.

Таким образом родители узнают варианты совместного проведения свободного времени.

**Упражнение «Паутина из нитей клубка».**

Родители садятся в круг.

**Классный руководитель:** Уважаемые родители, сейчас мы узнаем ещё большее количество занятий, которыми можно заниматься в свободное время. У меня в руках клубок ниток. Вам необходимо назвать занятие, которым занимается Ваш ребёнок и немного рассказать об этом занятии, удерживая пальцами нить клубка и затем передать клубок, не отпуская нить. Родитель, которому передан клубок ниток, удерживая пальцами нить, продолжает игру в таком же порядке и т. д. В завершении получается паутина из нитей клубка. Начнём с меня.

Меня зовут Мария Васильевна. У меня есть ребенок 11 лет. Её зовут Дарья. Её хобби – учить стихотворения наизусть и читать стихи в кругу семьи. Её любимое стихотворение «Мой край» на белорусском языке.

Педагог берёт в руки клубок ниток и бросает его, удерживая конец нити, одному из родителей. Следующий из родителей рассказывает о занятии, которым занимается его ребёнок и т.д. Таким образом, родители узнают и об необычных и увлекательных занятиях других учащихся класса, которые, возможно, смогут разделить некоторые их дети, если не коллективно, то индивидуально.

**Физкультминутка. Упражнение «Антистресс».**

Родителям раздаются различные игрушки (поп-ит, спиннер симпл-димпл, йо-йо, сквидопоп). Родители играют с игрушками по 1 минуте, затем меняются игрушками и играют дальше.

Нравятся ли Вам эти игры? Какая самая интересная? Какая самая эффективная? Играют ли Ваши дети в эти игры? Хорошая ли это идея, играть в такие игры несколько минут в день?

**Просмотр видеоконсультации для родителей «Досуг подростка в домашних условиях».**

**Классный руководитель:** Уважаемые родители, сейчас мы послушаем профессионального психолога, которая проконсультирует нас о досуге подростка в домашних условиях. Посмотрите на экран, пожалуйста.

Просмотр видеоконсультации [2] (<https://dopobr.68edu.ru/about-us/structure/otdel-po-profilaktike/project-modern-school/dosug-podrostka>).

**Классный руководитель:** Думаю, что вы знаете многие из этих занятий, но просто не использовали их в своей семье для организации досуга со своим ребёнком-подростком. Таким образом, видим, что организовать досуг ребёнка полезными занятиями можно и нужно. Семейный досуг позволяет решить проблему увлечения и проведения времени за играми виртуальной реальности и предупредить вовлечение подростка в неблагоприятную общественную жизнь.

В каждом из ребят есть что-то особенное, уникальное. Кто-то из них хорошо рисует, поёт, кто-то успешно занимается спортом, имеет достижения в самых разных своих увлечениях и занятиях. Нужно помнить, что знания, которые позволяют открывать самих себя, пробовать свои силы – а что ещё может? В чем ещё талантлив? Что интересно? – очень важны. Радость такого познания откроет детям новые возможности, подарит новые встречи и самые радостные и яркие моменты в жизни. Поэтому важно организовывать досуг ребёнка, а тем более подростка.

Таким образом можем составить перечень вариантов проведения досуга ребёнка-подростка в том числе и в г. Микашевичи (Приложение 2).

**Рефлексия занятия.**

**Упражнение «Выбери картинки».**

Родитель подходят к столу, на котором разложены картинки с различными изображениями. Классный руководитель предлагает им выбрать одну картинку, соответствующую своему настроению, состоянию. Затем каждый по очереди объясняет, почему выбрал то или иное изображение [1, c.191].

**Классный руководитель:** Закончить наше занятие хочется такими словами: по-настоящему человек живет тем, что доставляет ему удовольствие; именно в часы досуга формируется истинная сущность личности. И как сказал Конфуций: «Найди себе занятие по душе – и в твоей жизни не будет будней...».

Желаю вашим детям найти занятие по душе, чтобы целесообразно и эффективно проводить время. Надеюсь наш список способов проведения досуга ребёнка-подростка и рекомендации и правила по организации досуга подростка помогут вам и вашим детям. Примите их, пожалуйста, от нас в помощь. (Приложение 3).

Удачи, успехов, жизненных побед. Всем спасибо за участие в нашем занятии. До новых встреч!

**Список использованных источников**

1. Катович, Н. К. Формы и методы взаимодействия семьи и школы: пособие для педагогов учреждений общего среднего образования / Н.К. Катович, Т.П. Елисеева. – Минск : Нац. Ин-т образования, 2011. – 208 с.

2. **Зенькович В.Ю. Консультация** «Досуг подростка в домашних условиях» */* **Зенькович Вероника Юрьевна,** педагог-психолог МБОУ ДО «Центр дополнительного образования для детей» г. Моршанск [Электронный ресурс]*.* –ТО ГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» Региональный модельный центр дополнительного образования детей – Режим доступа: <https://dopobr.68edu.ru/about-us/structure/otdel-po-profilaktike/project-modern-school/dosug-podrostka> – Дата доступа: 28.02.2023.

Приложение 1.

Анкета для учащихся

«Мои основные занятия в свободное время».

Чем Вы занимаетесь в свободное от учебы время?

Расположите занятия по рейтингу: от занятий, которым Вы посвящаете больше времени, до тех, которые занимают меньше времени.

Приложение 2.

Варианты проведения досуга ребёнка-подростка

(в том числе, г. Микашевичи):

- посещение секций и объединений по интересам Дворца культуры: вокал, робототехника, эстрадное пение, футбол, театральный коллектив, художественный коллектив и др.;

- посещение секций и объединений по интересам в ДМШИ: скрипка, духовые инструменты, музыкальные коллективы;

- посещение секции по плаванию от плавательного бассейна;

- посещение клубов и кружков в Центре детского творчества: клуб математиков, художественный, Золотая соломка, выжигание;

- посещение факультативов и объединений по интересам в нашей гимназии: Путешествуем во времени, Занимательная биология, Проба пера, решение логических задач, Погружаемся в интересный мир образования и правописания слов, Практикум по чтению;

- изучение и чтение стихотворений, в том числе и на разных языках.

- рисование картин;

- выращивание цветов;

- вязание;

- прогулки на свежем воздухе, в лесу;

- репетиции к играм КВН;

- участие в гимназических и районных творческих и интеллектуальных конкурсах;

- занятие спортом на спортивной и тренажерной площадке города;

- чаепития в кругу семьи;

- путешествия с семьёй.

- просмотр телепередач с семьёй;

- интеллектуальные игры;

- работа в саду, на даче и в огороде;

- прогулки у городского фонтана;

- велопрогулки;

- посещение концертов, праздников и программ города;

- посещение местного кинотеатра;

- посещение библиотеки;

- экскурсии по интересным объектам и достопримечательностям города.

- посещение предприятия РУПП «Гранит», его карьера, водопада и музея;

- отдых и лечение в местном санатории «Свитанок» РУПП «Гранит»;

- помощь родителям;

- посещение гимназических мероприятий;

- семейный блогинг;

- совместное с ребёнком приготовление пищи для семейного пикника, ужина или обеда;

- совместный с ребёнком визит к родственникам, друзьям, бабушкам и дедушкам;

- изготовление подарков собственными руками;

- сочинение сценария для сказки;

- генеральная уборка;

- семейная фантазийная фотосессия;

- самообразование;

- совместный поход за продуктами;

- рыбалка всей семьёй;

- игры с антистрессовыми игрушками;

- учёба;

- увлечение хобби;

- проведение времени с животными;

- выполнение домашних обязанностей;

- проведение времени с друзьями на улице;

- просмотр телепередач и другое.

Приложение 3.

**Рекомендации родителям для организации досуга подростка.**

Больше внимания уделять общению с детьми.

Меньше ругать своих детей, стараться видеть их успехи, акцент делать на положительном.

Вместе с детьми отдыхать на природе. Ходить летом в лес. Организовывать семейные пикники.

Устраивать семейные чтения, обсуждения прочитанных книг, творческие вечера; личным примером приучать детей к чтению художественной и научно-популярной литературы.

Организовывать семейные выезды в город с целью посещения театров, музеев, выставок и др.

Поощрять посещение ребёнком дополнительных занятий (кружки, секции, факультативы).

Ненавязчиво контролировать, как проводит свободное время ребёнок.

Находить время, чтобы проводить его с ребёнком.

Привлекать ребёнка к домашним делам, к собственным увлечениям.

Опираться на сильные стороны ребёнка, избегать подчёркивания промахов ребёнка.

Демонстрировать любовь и уважение к ребёнку.

Стараться организовывать совместный досуг с детьми активно, целенаправленно.

Использовать разные виды организации досуга: походы, экскурсии, путешествия, пикники, посиделки, рисование, лепку, аппликации, чтение книг, просмотр телепередач, различные виды игр.

Поддерживать игровые замыслы детей, ценить созданные в процессе игры постройки, творческие работы.

Стараться совместно сочинять, разучивать словесные игры.

Стараться, использовать праздники, дни рождения для проведения игр.

Учить детей играть, развивать творчество, воображение в совместной деятельности.

Создавать новые игры по измененным правилам и другое.