

Проект «Центр школьной адаптации»

Автор:

Председатель Правления Евразийской
Ассоциации Медицинских и Экологических
технологий, академик АМТН,
д.м.н., проф. Жияев А. Г.

тел: 8-499-343-03-40

E-mail: mebix@yandex.ru

Проект «Центр школьной адаптации»

Цель:

Осуществить психолого-педагогическую поддержку обучающихся, членов их семей и педагогов в условиях школьного образовательного процесса.

Задачи:

- Динамическое наблюдение и оценка уровня адаптации обучающихся к условиям образовательного процесса.
- Контроль мероприятий оздоровительного маршрута обучающихся с ОВЗ, имеющих проблемы психологической адаптации, хронические заболевания.
- Профилактика девиантного поведения обучающихся: жестокости, агрессии, аутоагрессии (суицидального риска), поведенческих реакций, наркотизации, алкоголизации и табакокурения.
- Развитие навыков психосоциального, конструктивного взаимодействия с участниками педагогического процесса.
- Профилактика и психологическая коррекция стрессозависимых расстройств у участников образовательного процесса.

Состав проектных мероприятий

I

- «Мониторинг школьной адаптации»- психологический скрининг

II

- «Родительская школа»- семейное консультирование, обучающие семинары-тренинги

III

- «Здоровье учителя» - психологическое консультирование, оздоровительные тренинги стрессоустойчивости

Алгоритм мониторинга школьной адаптации



ФИО

Возраст

Класс

Задание №1: Произвести в уме арифметические действия (вычисления) и результаты каждого действия записать в строчку, не переходя за 0.

Пример вычисления: $10-1=9-1=8$


Пример заполнения бланка:

Исходное число	Вычитаемое число	Ответ
10	1	9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 0

Задание

Исходное число	Вычитаемое число	Результат
10	2	

Задание № 2: Зачеркнуть в нижеприведенном тексте букву, указанную специалистом.

Буква	Отрезок текста	Количество букв
ш		3

Задание
Буква

Буква	Отрезок текста	Количество букв
о		

ФИО

Возраст

Класс

Задание №1: Произвести в уме арифметические действия (вычисления) и результаты каждого действия записать в строчку, не переходя за 0.

Пример вычисления: $10-1=9-1=8$

Пример заполнения бланка:

Исходное число	Вычитаемое число	Ответ
10	1	9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 0

Задание

Исходное число	Вычитаемое число	Результат
100	7	

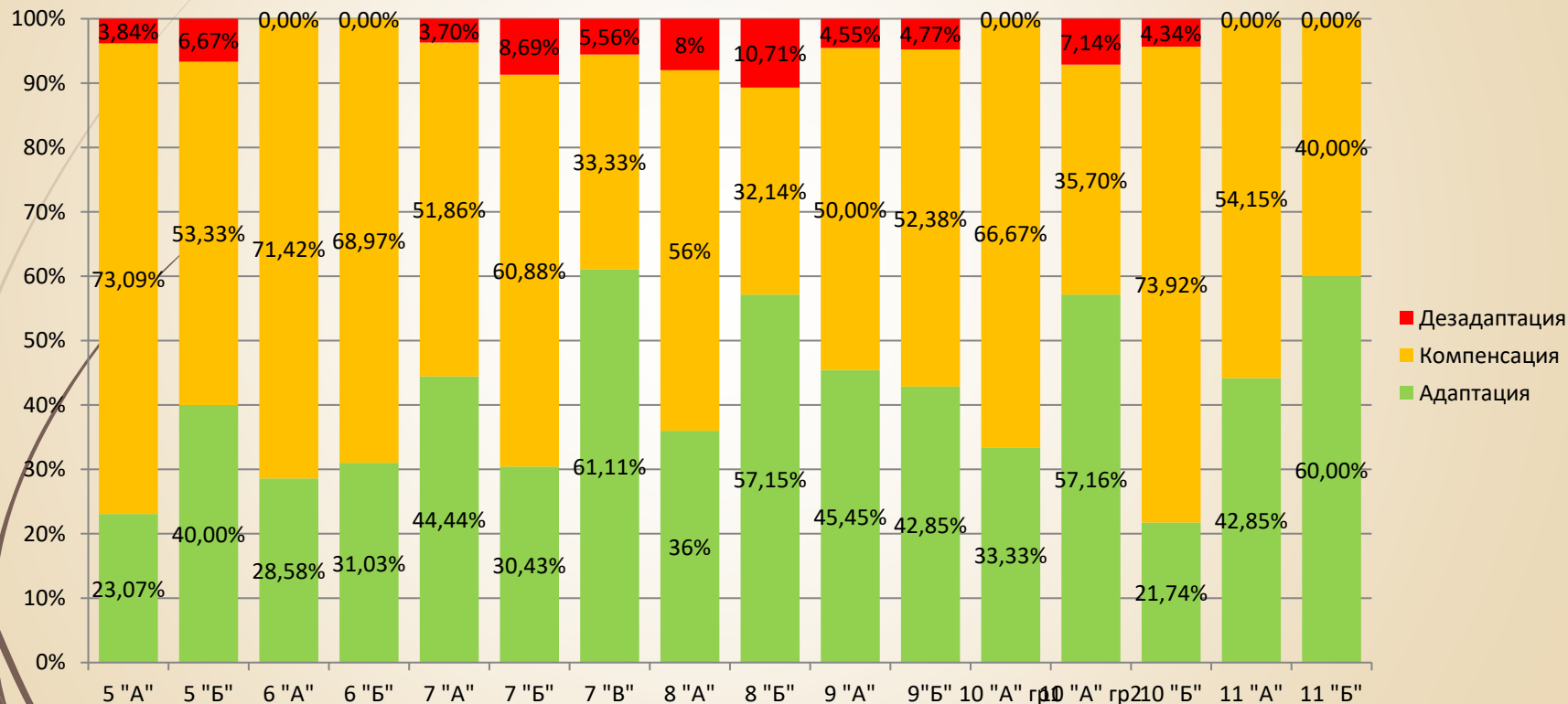
Задание № 2: Зачеркнуть в нижеприведенном тексте букву, указанную специалистом.

Буква	Отрезок текста	Количество букв
А	Красота радует людей	3

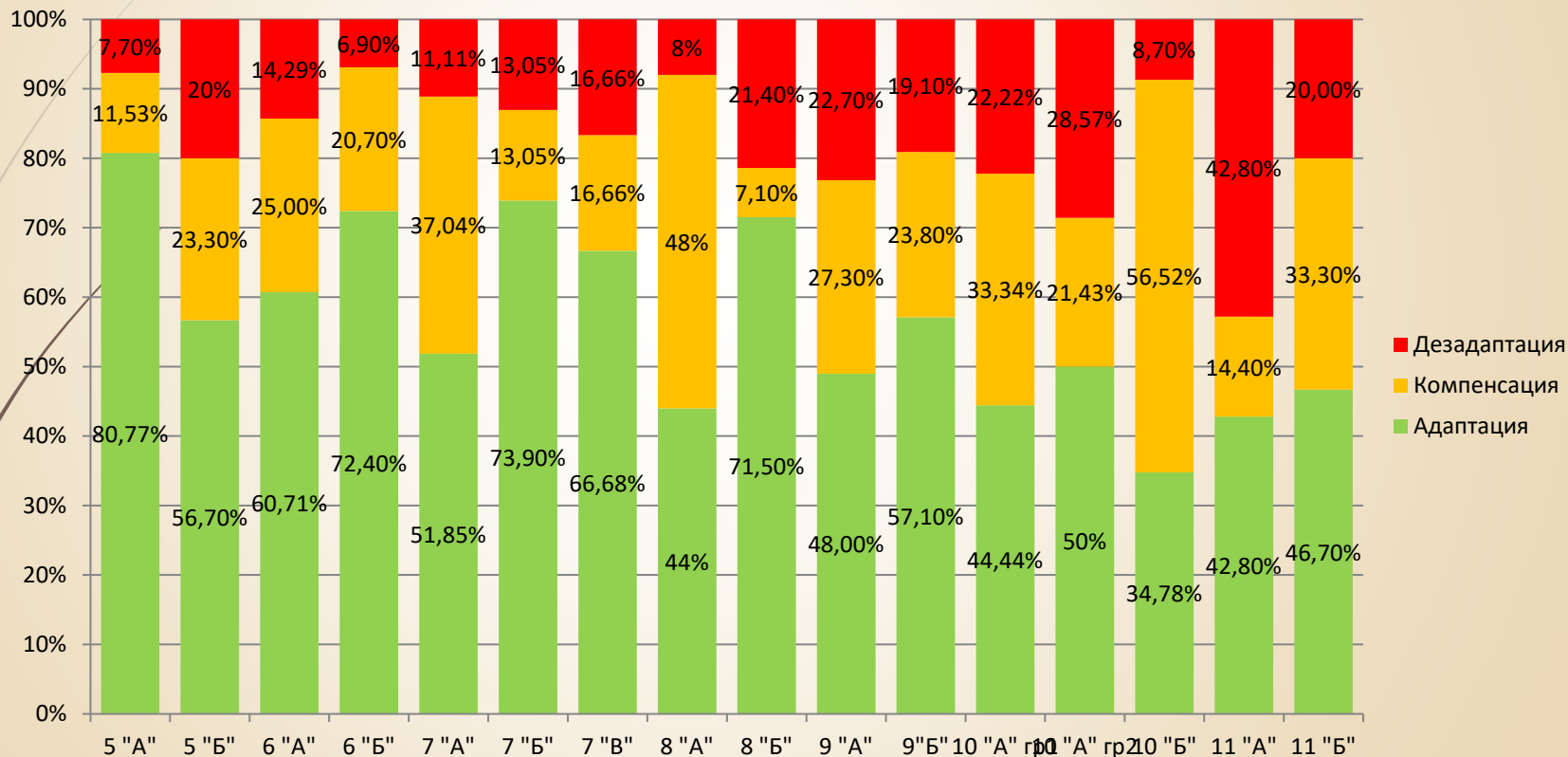
Задание

Буква	Отрезок текста	Количество букв
О	Прилетело облако на большую чёрную гору. Лёгкое. Воздушное. Опустилось на её зелёные луга. Распласталось в центре её склона. Вытянуло шею, выгнуло спину и само стало на горную вершину похоже. Лежит облако...	

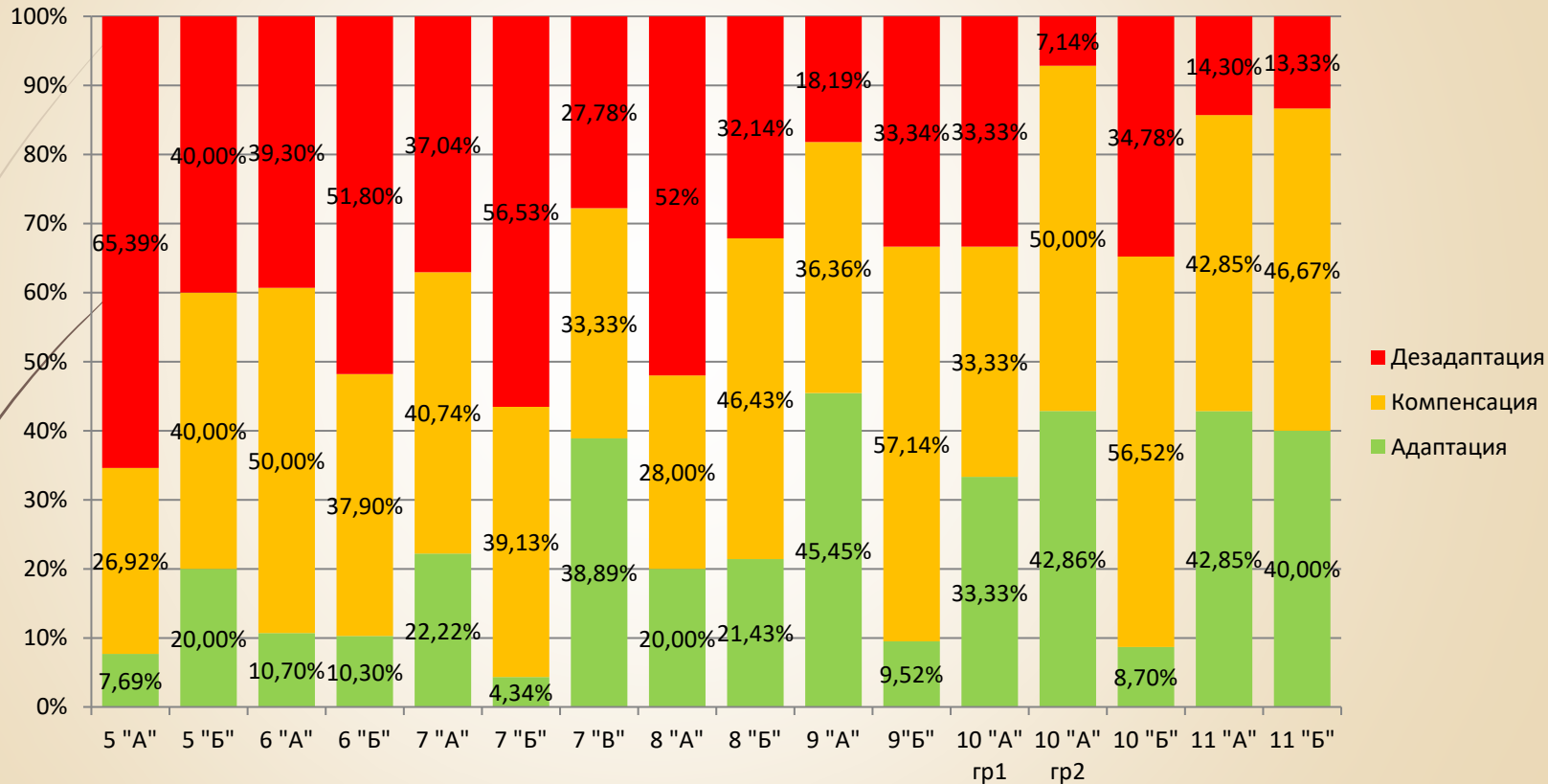
Группы школьной адаптации ГБОУ



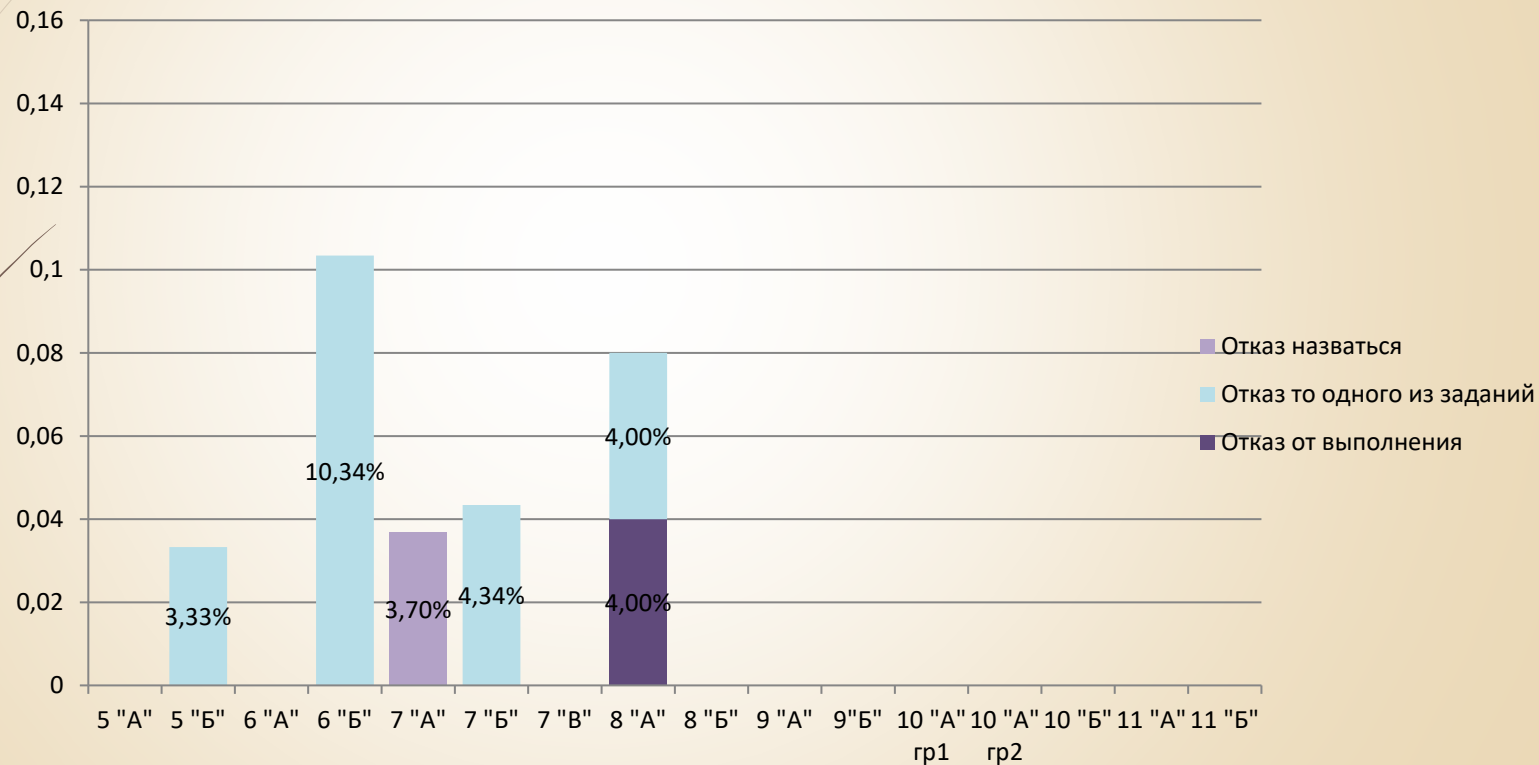
Адаптивность обучающихся в классах с учетом времени выполнения заданий



Ошибки при выполнении заданий



Отказы и невыполнения одного из заданий



Индивидуальный график класса (группы) школьной адаптации ГБОУ

№ п/п	Фамилия	Имя	Отчество	Возраст	Класс	Итог	Время	Ошибки
1	О*****к	Ф		11	5 "А"			
2	Ш*****	Э	Ю	11	5 "А"			
3	Д*****	А	А	12	5 "А"			
4	В*****й	А		11	5 "А"			
5	В*****яц	А	Э	11	5 "А"			
6	З*****ев	Д		11	5 "А"			
7	С*****в	А		11	5 "А"			
8	В*****а	К		12	5 "А"			
9	Р*****а	А	А	11	5 "А"			
10	П*****ов	В	И	12	5 "А"			
11	М*****ва	А	А	10	5 "А"			
12	Н*****ва	Э		11	5 "А"			
13	П*****к	Л	В	11	5 "А"			
14	К*****ва	Е	Од	11	5 "А"			
15	Р*****а	В		12	5 "А"			
16	К*****в	Ф		11	5 "А"			
17	Т*****	В	А	11	5 "А"			
18	Я*****	Я		12	5 "А"			
19	Т*****	А		11	5 "А"			
20	Я*****а	К	К	10	5 "А"			
21	Е*****ов	С		11	5 "А"			
22	П*****в	В		11	5 "А"			
23	А*****н	Р	К	12	5 "А"			
24	Т*****	К	Э	11	5 "А"			
25	Р*****р	Н	В	11	5 "А"			
26	Ф*****	В		11	5 "А"			

Алгоритм автоматизированного скрининга



Результат автоматизированного скрининга ЭКГ - вегетограмма

Метод оперативной оценки функционального состояния организма человека

Фамилия:	Пол:	Мужской
Имя:	Дата рождения:	01.01.1981
Отчество:	Дата обследования:	13.12.2018 15:02:47

Функциональное состояние:

0	Оптимальный уровень регуляции	Состояние нормы
1	Нормальный уровень регуляции	Состояние нормы
2	Умеренное функциональное напряжение	Функциональное напряжение
3	Выраженное функциональное напряжение	Функциональное напряжение
4	Резко выраженное функциональное напряжение	Функциональное напряжение
5	Перенапряжение регуляторных механизмов	Функциональное перенапряжение
6	Резко выраженное перенапряжение регуляторных механизмов	Функциональное перенапряжение
7	Истощение регуляторных систем	Состояние истощения
8	Резко выраженное истощение регуляторных систем	Состояние истощения
9	Срыв механизмов регуляции	и срыва адаптации

Заключение:

Состояние:	Резко выраженное функциональное напряжение
Характер ритма:	Нормокардия
Функция автоматизма:	Умеренная синусовая аритмия
Вегетативный гемостаз:	Умеренное преобладание СНС
Устойчивость регуляции:	Дисрегуляция с преобладанием СНС
Активность ПНЦ:	Выраженное усиление активности

РЕЗКО ВЫРАЖЕННОЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ НАПЯЖЕНИЕ

Состояние резко выраженного напряжения регуляторных систем - типичное донозологическое состояние. Отличается постоянным, хроническим дефицитом функциональных резервов, что даже в условиях покоя ведет к повышенному напряжению регуляторных механизмов. Это напряжение может проявляться активацией различных звеньев вегетативной регуляции, в зависимости от индивидуальных особенностей организма.

В этом состоянии человек становится крайне чувствительным к воздействию разных факторов внутренней и внешней природы. Равновесие между организмом и средой становится неустойчивым. Адаптационные возможности организма снижены. Рабочие нагрузки требуют более длительного восстановления.

Степень выраженности напряжения регуляторных систем и запас функциональных резервов организма таковы, что приводят к неполному восстановлению и нарастанию дефицита функциональных резервов.

ДИСРЕГУЛЯЦИЯ С ПРЕОБЛАДАНИЕМ СИМПАТИЧЕСКОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Диагностируется в случаях нормокардии, умеренной или выраженной тахикардии, когда активность симпатического отдела вегетативной нервной системы относительно велика.

Это может связано:

- с наличием факторов, вызывающих чрезмерную активацию СНС (возбуждение подкорковых центров, раздражение спиномоговых симпатических узлов),
- либо с компенсаторным усилением адренергических влияний на энергообъем и метаболизм вследствие патологических изменений в организме.

Сегментарная термометрия

Адаптационное состояние организма Дата обследования: 13.12.2018 15:03:00

Фамилия: ---.

Возраст: ---.

Адаптационный уровень 3: оптимальный, умеренное снижение коэффициента реакции.

	Норма	Норма		Норма
		Эндокринная система, %.		
Степень адаптивности	4	макс. 5		
Общее состояние организма	93,62	более 96%		
Защитные функции организма	70,78	85-115%		
Сила воздействующих факторов	12,37	0-10у.е.		
Энергия немедленного типа	14,96	15-20%		
Энергия отсроченного типа	31,52	25-30%		
Резервная энергия	48,73	40-50%		
Общая энергия	95,22	85-100%		
Вероятность изменений	16,11	0-10%		
		Эндокринная система, %.		
Инсулин	89,8	85-105	Трийодтиронин	94,9
Кортизол	120,	70-110	Тироксин	90-105
		Иммунная система, %.		
Т-лимфоциты	93,9	95-100	Фагоцитоз Э	78,0
Тхелперы	98,8	95-105	IgG	104,
Тсупрессоры	119,	до 120	IgA	104,
В-лимфоциты	85,4	80-115	IgM	82,8
Нулевые кл.	109,	60-120		
		Нервная система, %.		
Эмоц.реак.	99,80	85-120	Двигат.ан.	98,2
Тревожность	106,8	95-110	Время выпол.	102,
Когнит.ф-ии	94,80	90-105	Ошибки выпол.	105,
		95-115		

Заключение

Группа риска (необходима коррекция состояния).

Данное состояние может быть результатом умеренных или длительных воздействий на организм физических, психо-эмоциональных нагрузок, факторов внешней среды. Имеет место снижение резервов организма, при достаточной сбалансированности работы регуляторных систем (эндокринной, иммунной, центральной нервной). Имеющиеся изменения могут быть успешно устранены самим организмом. Однако длительное нахождение организма в подобном состоянии способствует развитию заболевания.

Легкое изменение состояния организма относительно оптимального. Влияние различного рода воздействий или нагрузок выражено слабо и не приводит к ухудшению самочувствия.

Легкое снижение напряженности защитно-компенсаторных функций организма, преимущественно, в пределах биоритмологических колебаний.

Легкая степень нестабильности состояния организма. Вероятность существенного его изменения (при тех же условиях, в этот же период времени) в ближайшие сутки крайне низка.

Относительно оптимального состояния организма эндокринная система характеризуется нормальным содержанием инсулина и трийодтиронина, кортизола, при хорошей сбалансированности данных гормонов.

Показатели иммунной системы преимущественно находятся в пределах нормы, что свидетельствует об удовлетворительной иммунной резистентности организма.

Относительно оптимального состояния, у обследуемого показатели нервной системы находятся в пределах нормы, что может свидетельствовать о хорошем сохранении ее функций.

Рекомендации

Рекомендуемая нагрузка - 80 - 100 %.

Используемая нагрузка - %.

Адресный маршрут коррекции для групп



Мониторинг школьной адаптации в системе выявления детской одарённости

Подход: Определение «цены успеха» при выполнении обучающимися предметных задач повышенной сложности (экзамены, тесты, олимпиады).

Алгоритм замеров:

- Исходное психофункциональное обследование (2 мин.).
- Выполнение программы креативного предметного тестирования (ИО).
- Контрольное психофизиологическое обследование (КО).

Алгоритм оценки результатов обучающихся, успешно выполнивших задачи тестирования: Результат, Оценка результата, Рекомендации.

Алгоритм оценки профильных способностей обучающихся (успешно выполнивших креативные задания):

Результат

Оценка результата

Рекомендации

**Показатели КО хуже
показателей ИО**

Ресурс успеха – гипер-
мотивация при
истощении ресурса
«личностный подвиг»

*Поиск иного
предметно-
ориентированного
ресурса личности*

**Показатели
КО \approx ИО**

«Потенциал одарённости»
Мотивация в предмете и
области знаний +
психологическая
устойчивость

*Мотивирующие
предметные
программы*

**Показатели
КО лучше ИО**

«Сформированная
одарённость»
Высокий креативный
уровень в предметной
области

*Поддержание
мотивации на
предмет + общие
развивающие
программы*

КО*-Контрольное обследование
ИО*-Исходное обследование

Семейное консультирование в ГБОУ

Цель:	Помощь обучающимся (воспитанникам) и их семьям в психологических ситуациях, при проблемах развития и ограниченных возможностях здоровья	
Задачи консультаций:	<ul style="list-style-type: none">• Оценка психологического, психомоторного и психоречевого развития обучающегося (воспитанника)• Помощь в случаях проблем школьной адаптации и обучения;• Оптимизация семейного взаимодействия;• Профилактика:<ul style="list-style-type: none">➤ Стрессозависимых нарушений➤ Аддиктивного поведения➤ Агрессии и аутоагрессии➤ Девиантного поведения	
Консультанты:	<ul style="list-style-type: none">▪ Педагог-психолог	<ul style="list-style-type: none">▪ Дефектолог-логопед▪ Реабилитолог
Результат Консультаций:	<ul style="list-style-type: none">❖ Динамический контроль уровня психофизической адаптации обучающегося (воспитанника)❖ Построение индивидуального оздоровительного маршрута и контроль эффективности коррекционных мероприятий	

Структура основных профилактических мероприятий

I. Тренинг «Развитие навыков позитивной коммуникации»

Цель: Развитие навыков общения, профилактика девиантного поведения.

Вариант 1	Для обучающихся младших классов (интерактивный тренинг)
Вариант 2	Для подростков (интерактивный тренинг)
Вариант 3	Для старшеклассников (интерактивный тренинг)
Вариант 4	Для родителей (обучающий семинар)
Вариант 5	Для педагогического состава (обучающий семинар)

II. Обучающий семинар «Профилактика аддиктивного поведения»

Цель: Формирование установки на избегание наркотизации, алкоголизации, курение, профилактика коллективной аддикции

Вариант 1	Для 5-11 классов (интерактивный обучающий тренинг)
-----------	--

Вариант 2	Для родителей обучающихся и педагогов (обучающий семинар)
-----------	---

III. Обучающий тренинг-семинар «Повышение стрессоустойчивости»

Цель: Развитие навыков стрессоустойчивости в сложных ситуациях: экзамены, конфликты

Вариант 1	Для младших школьников (развивающий игровой тренинг)
Вариант 2	Для 5-11 классов (обучающий тренинг, психологическая саморегуляция)
Вариант 3	Для педагогов (обучение приемам профилактики профессионального эмоционального выгорания)

IV. Обучающий семинар «Проблемы психомоторного и психоречевого развития»

Цель: Повышение эффективности психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья

1	Проблемы психомоторного развития детей дошкольного возраста; подходы к коррекции последствий гипоксических повреждений ЦНС в раннем возрасте
2	Нарушения опорно-двигательного аппарата; коррекция осанки, оптимизация условий для развития позвоночника, профилактика сколиоза; коррекция мышечных дезадаптивных состояний
3	Проблемы иммунитета, диагностика нейровегетативных и психоэндокринных реакций
4	Проблемы нарушений общего развития ребёнка (дизонтогенеза)
5	Психоречевое развитие в норме и патологии. Упражнение по коррекции психоречевых проблем

Здоровье учителя

Задачи	Результат
<ul style="list-style-type: none">• Оценка психологической адаптации• Обучение основам• Поддержание здоровья учителя	<ul style="list-style-type: none">• Выявление утомляемости и стрессозависимых расстройств.• Повышение проф. стрессоустойчивости• Обучение навыкам психологической саморегуляции и профессиональной коммуникации

Результаты мониторинга школьной адаптации

«Паспорт здоровья»:

- ▶ Системное динамическое наблюдение, контроль тенденций психологического состояния обучающихся (воспитанников)
- ▶ Сверхраннее оперативное выявление групп психологической дезадаптации с прогностическим дифференцированным анализом факторов риска:
 - ✓ психофизическое развитие
 - ✓ здоровье
 - ✓ проблемы обучения
 - ✓ девиантное поведение
 - ✓ контроль эффективности корректирующих мероприятий
- ▶ Оптимизация внутрисемейной коммуникации, выстраивание оздоровительного маршрута
- ▶ Поддержание психологической адаптации учителя, повышение стрессоустойчивости, профилактика эмоционального выгорания и стрессозависимых расстройств

Основные формы анализа результатов мониторинга школьной адаптации

Уровень	Результат
1. Индивидуальный профиль:	Доказательный динамический контроль функционального состояния и показателей психофизиологической адаптации обучающихся, с возможностью сверхраннего выявления дезадаптивных тенденций: повышенной утомляемости, склонности к девиантным формам поведения, проблемы обучаемости
2. Групповой профиль: - Группа - Класс.	Сверхраннее выявление значимых тенденций, определяющих эффективность образовательного процесса; выявление доказательных характеристик «групп риска»
3. Общественно-значимые контингенты: субъекты образовательного процесса	Доказательный прогностический анализ интегративных параметров психологического благополучия с вероятностной оценкой направлений развития отдельных тенденций

Образец информированного согласия родителей (опекунов) на психолого-педагогическое сопровождение обучающихся (воспитанников) ГБОУ

Я (ФИО), даю согласие на психолого-педагогическое сопровождение обучающегося (воспитанника) степень родства, ФИО ребенка, Дата рождения, Класс (группа), Структурное подразделение ГБОУ психолого-педагогическое сопровождение включает мероприятия проводимые психологами школы и привлеченными школой специалистами: - Психологическую диагностику; -Развивающие занятия и обучающие семинары; - Семейные психологические консультации.

Права и обязанности: - Специалисты обязаны проводить мероприятия психолого-педагогического сопровождения в соответствии с планом и перечнем мероприятий утвержденном ГБОУ «Школа 2120»; - При обращении родителей (опекунов) предоставлять им информацию о результатах психологического обследования ребёнка;- Не разглашать личную информацию, результаты обследования, консультативные заключения и фото, полученные в процессе работы с ребенком и его родителями (опекунами). *Конфиденциальность может быть нарушена в следующих ситуациях:* - Если ребенок сообщит о намерении нанести серьезный вред себе или другим лицам. - Если ребенок сообщит о жестоком обращении с ним или другими.- Если материалы индивидуальной работы будут затребованы правоохранительными органами. *О таких ситуациях родители (законные представители) будут информированы школой.*

Родители (законные представители) имеют право: - Обратится к специалисту школы по вопросам психологического и психофизиологического состояния ребенка; - Участвовать в обучающих семинарах и семейном психологическом консультировании по проблемам развития ребенка, организованных школой; - Отказаться от мероприятий психолого-педагогического сопровождения по заявлению на имя директора школы