

Научно-исследовательская работа

КОЛЕСО ЖИЗНЕННОГО БАЛАНСА ПЕРВОКЛАССНИКА

Выполнил:

Самойлов Андрей Николаевич

учащийся 1 С класса

МАОУ «Лицей - инженерный центр», Россия, г. Казань

Руководитель:

Романова Елизавета Валерьевна

МАОУ «Лицей - инженерный центр», Россия, г. Казань

Учитель начальных классов

Введение

Поступление в школу – это начало нового этапа в жизни каждого ребёнка, ему открывается новый мир. Это не только мир знаний, это совсем другой мир, начиная с нового помещения, где будет находиться первоклассник – школа и класс, с новых прав и обязанностей, с построения разнообразных взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.

Каждый маленький человек – неповторим, у него свои интересы, свои способности и возможности. И главная задача родителей совместно с педагогами так всё организовать, чтобы ребёнок с удовольствием посещал школу, познавал окружающий мир и, конечно, хорошо учился. Пусть этот новый мир станет для вчерашнего малыша добрым и приветливым, принимающим и дающим, пусть он станет «своим», а не чужим.

Чтобы кроме внешних атрибутов школьной жизни (портфель, учебники и т.п.) появилось внутреннее ощущение перехода в новое качество «ученик», необходимо отношение взрослых к поступлению в школу как к ответственному и серьёзному шагу ребёнка. Нужно давать установку на «взросление», даже если он будет продолжать играть в куклы и в машинки, но всё же лучше дать возможность первокласснику «подрасти» в своём мироощущении, почувствовать себя старше.

Одним из упражнений для взрослого человека, позволяющих понять и оценить несколько сфер жизни одновременно является «Колесо жизненного баланса». Мы в своей работе предложили Колесо жизненного баланса для первоклассников.

Основная часть

Колесо жизненного баланса – очень эффективное упражнение, которое даёт возможность понять: из чего состоит жизнь, что действительно важно, изменение в какой области повлечёт кардинальные улучшения во всей жизни, какие шаги можно сделать, чтобы улучшить свою жизнь.

Замысел этого приема в том, что анализировать свои жизненные приоритеты удобно с помощью рисунка, где основные направления и ценности жизни представлены как радиусы жизненного круга. Колесо состоит из сегментов. Для каждого сегмента колеса нужно определить, как выглядела бы ваша жизнь, если эта шкала была бы прокачана на 10 баллов из 10.

Единой, подходящей для всех версии, Колеса жизни (колеса жизненного баланса) нет, но есть разные модели, подходящие под те или иные целевые аудитории. У разных людей свой список ценностей и свои приоритеты, и психолог может подбирать тот или иной круг под разные аудитории и разные задачи. Колесо жизненного баланса обычно представляется как Колесо жизни со следующими осями: Дом и пространство, Семья и друзья, Здоровье, Деньги, Карьера, Свободное время, Любовь, Развлечение и отдых.

Мы на основании проведенного анализа жизни первоклассника определили 8 основных секторов, представляющих важность именно для детей возраста 7-8 лет:

1. Здоровье, самочувствие и физиологическое развитие
2. режим дня, дисциплина
3. взаимоотношения в семье - мне помогают, я помогаю
4. обязательные уроки в школе (1-я половина дня)
5. занятия 2-й половины дня в школе, домашние задания
6. саморазвитие, хобби, развивающий досуг, дополнительный материал
7. игры, телевизор, мультфильмы
8. друзья, общение, совместное времяпрепровождение.

Шкалу для оценки мы взяли привычную для школьника от 0 до 5.

Поскольку мы запланировали, что зачитывать вопросы будут взрослые для ребенка, мы разработали следующую инструкцию от лица мамы первоклассника.

«Уважаемые родители! Наши с вами дети пошли в первый класс! Это значимое событие для каждого из нас, а для наших еще вчерашних малышей - это шаг в новую взрослую жизнь! Мы с моим сыном участвуем в конференции с исследовательской работой, посвященной жизни первоклассника. Мы просим поддержать нас и ответить на вопрос: «Сейчас в данную минуту – Насколько я (внш ребенок) удовлетворен каждым из представленных ниже секторов?»

Для этого используйте 5-бальную шкалу:

0 - будет означать полную неудовлетворенность, а также плохо/низко/ужасно;

5 – максимальную удовлетворенность (хорошо/высоко/замечательно).»

После выполнения данного упражнения мы предложили такую короткую интерпретацию. «Спасибо вам за ваши ответы! Помните, главное в жизни - баланс. Да, развивать все сферы жизни первоклассника иногда сложно, для нас с вами это карта, по которой мы должны двигаться и вести ребёнка. Естественно, ведь мы хотим вырастить нашего ребёнка успешным, счастливым и чтобы мог реализоваться в жизни. Согласитесь, это важная задача, а значит и придётся приложить некоторые усилия. Только уделяя время и внимание каждой сфере, можно помочь стать своему чаду счастливым ребенком. Тут вы можете поделиться с нами своими инсайтами (озарениями, мыслями), которые появились у вас в процессе оценивания жизненных секторов».

В опросе приняли участие 22 первоклассника, 13 мальчиков и 9 девочек. 10 мальчиков и 6 девочек учатся в одном классе в лицее. 3 мальчика и 3 девочки учатся в других (разных) школах. Все ответы детей занесены в таблицу 1.

№	Имя ребенка	здоровье	режим дня	взаимоотношения в семье	обязательные уроки в школе	занятия 2-й половины дня	саморазвитие	игры	друзья
1	Андрей	4	5	5	5	4	4	5	4
2	Булат З.	5	5	4	4	4	3	3	5
3	Булат С.	5	5	4	5	5	5	3	5
4	Данил	3	0	4	5	5	5	5	5

5	Даниэль	5	5	5	5	5	5	2	2
6	Демид А.	3	5	5	4	5	5	5	5
7	Демид В.	5	4	4	5	5	5	5	5
8	Ранэль	5	5	5	5	5	5	5	5
9	Эмиль	5	5	5	5	5	5	5	5
10	Эмир	4	5	4	5	5	5	5	5
	Средние	4,40	4,40	4,50	4,80	4,80	4,70	4,30	4,60
1	Айша	4	4	4	4	5	4	5	5
2	Дарина	3	5	5	5	5	5	2	5
3	Злата	4	5	5	4	5	5	4	5
4	Мария	4	3	5	0	5	5	4	5
5	Риана	3	5	5	5	5	5	3	5
6	Таисия	5	4	5	4	5	5	5	5
	Средние	3,83	4,33	4,83	3,67	5,00	4,83	3,83	5,00
1	Лейла	4	5	5	4	4	4	5	5
2	Милена	5	5	5	5	5	4	4	5
3	София	4	5	4	4	5	5	5	5
	Средние	4,33	5,00	4,67	4,33	4,67	4,33	4,67	5,00
1	Давид	5	5	5	5	5	5	5	5
2	Никита	5	5	5	5	5	5	5	5
3	Тагир	5	4	5	4	4	4	3	2
	Средние	5,00	4,67	5,00	4,67	4,67	4,67	4,33	4,00

Таблица 1 – сводный протокол оценок жизненных секторов

Описание результатов. На основании средних оценок мы построили диаграмму (рисунок 1).

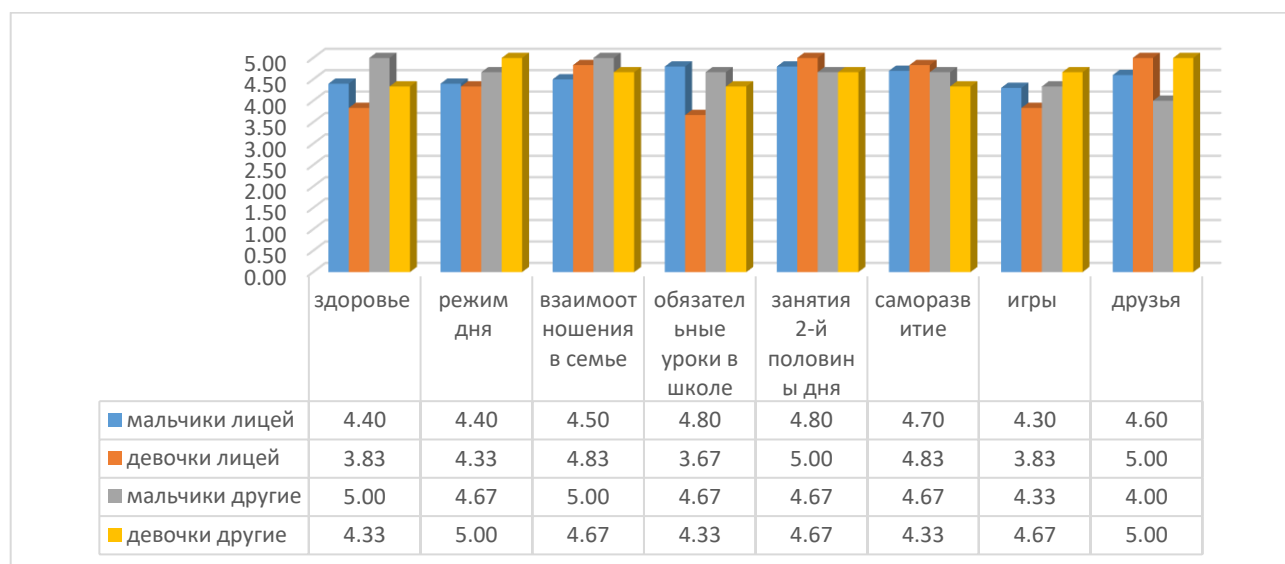


Рисунок 1 – диаграмма результатов опроса

Свое самочувствие мальчики из других школ оценивают более высоко, чем другие ребята, а также по шкале «взаимоотношения в семье» их оценки выше других.

Мальчики из лицея больше удовлетворены уроками как первой половины дня, так и второй – специфика обучения полного дня. Ниже они оценивают игры – при полной занятости в школе им поиграть некогда, либо уже неинтересно.

Девочки из лицея ниже всего оценивают обязательные уроки и свое самочувствие (здоровье), а также игры. Девочки как из лицея, так и из других школ высоко оценивают своих друзей.

Что касается самого колеса жизненного баланса, то оно вполне круглое.

Все сферы жизни развиваются у опрошенных детей.

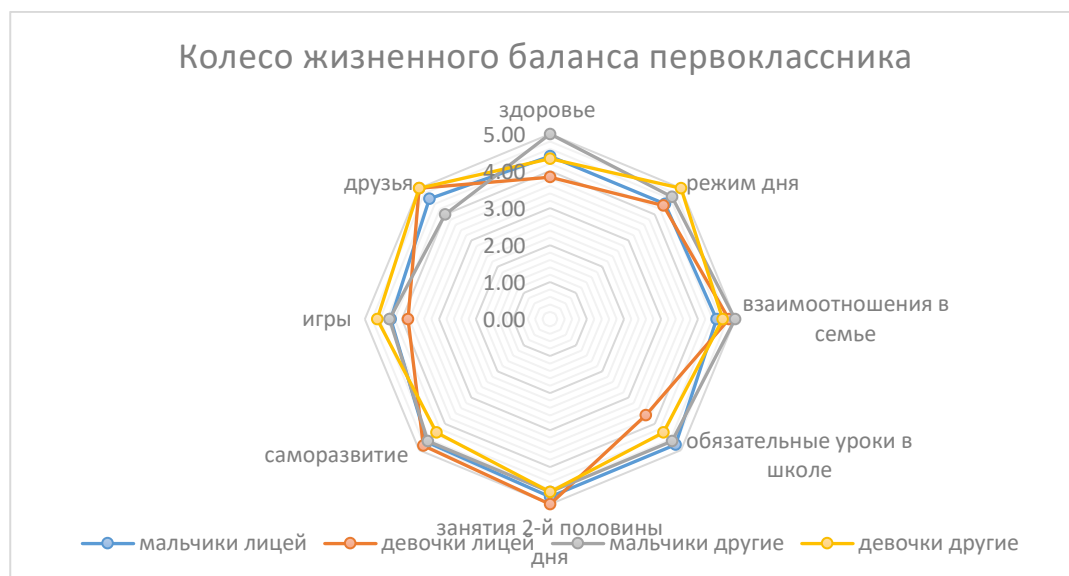


Рисунок 2 – Колесо жизненного баланса первоклассника (средние оценки)

Заключение

Как показало наше исследование, жизнь первоклассника также многогранна, как и у взрослых. И дети 7-8 лет вполне могут оценивать свои жизненные грани и расставлять приоритеты, порой сами того не осознавая. Предложенная модификация известной методики может применяться учителями и родителями для диагностики текущего состояния ребенка и составления карты его развития. Опрос первоклассников выявил интересующие их стороны – семья и досуг, наименее интересны детям уроки в школе и игры. Также несколько снижены оценки по шкале «здоровье», что может говорить о сезонных заболеваниях и усталости, а также о реакции на укороченный световой день.

Список литературы:

- 1 Колесо баланса для ребенка [Электронный ресурс].
<https://zen.yandex.ru/media/id/5d30440ea98a2a00ac6df38c/koleso-balansa-dlia-rebenka-5facfb0d0faffe6f3bbb9884> (дата обращения: 12.12.2020)