**Семинар**

**«МЕТОДИЧЕСКОЕ ТУРНЕ.**

**ДЕМОНСТРАЦИЯ ЭФФЕКТИВНЫХ ПРАКТИК НАСТАВНИЧЕСТВА:**

**МОДЕЛЬ «ПАРТНЕРСКОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО»**

**26 апреля 2023 года в 12.30 час**

***Муниципальное событие «Методическое турне «Успешное наставничество»»*** нацелено на решение ряда задач:

* актуализировать наставничество в образовательных учреждениях;
* развить в педагогическом сообществе района мотивацию к наставнической деятельности;
* повысить профессиональную компетентность кураторов и наставников средствами неформального образования.

**ПЛАН**

* **Партнерское наставничество – эффективный инструмент обучения**. Захарова Люзия Фаязовна, И.о. заведующего, МДОУ № 26 "Алёнушка«
* **Партнерское наставничество среди педагогов-психологов в рамках общеобразовательной школы.** Больдюсова Юлия Сергеевна, педагог-психолог МОУ Фоминская СШ.
* **Наставничество-партнерство при взаимодействии воспитателей на одной группе детского сада**. Домрачева Ирина Николаевна, Кучеренко Наталья Николаевна, воспитатели МДОУ № 26 "Алёнушка".
* **Эффективное взаимодействие между школами как пример партнерского наставничества**. Кудрявцева Ольга Дмитриевна, директор МОУ Столбищенская ОШ.
* **Преемственность в работе учителя-дефектолога и учителя начальных клссов как пример партнерского наставничества.** Гришина Ю.М. учитель-дефектолог, Шинкевич Д.А. учитель начальных классов МОУ Емишевская ОШ.
* **Организация партнерского наставничества в профессиональном обучающемся сообществе педагого**в. Никитина Людмила Владимировна, учитель МОУ СШ №4 "Центр образования".

**Маленькие лайфхаки успешного педагога.**

**Наставничество** — *это универсальная технология передачи опыта*, *знаний*, *формирования навыков*, *компетенций*, *метакомпетенций и ценностей через неформальное взаимообогащающее общение*, *основанное на доверии и партнерстве*.

Что такое наставничество? Это самый эффективный инструмент обучения. Наставничество - это длительные отношения при котором более опытный передает менее опытному явные и не явные знания, а так же опыт, используя методы:

* Смотри
* Делай как я
* Делай сам.

Достиг успеха – помоги другому!

**Приглашаю посмотреть притчу о важности наставника**

У каждого человека должен быть наставник и каждый человек должен быть наставником для другого. У каждого человека есть чем похвастаться и есть чему обучить другого.

Зачастую успешные люди проводят наставничество интуитивно.

Благодаря наставничеству мы экономим уйму времени, достигаеем своих целей гораздо лёгким способом.

Партнёрское наставничество – помощь партнеру улучшить качество работы, выстроить рабочие отношения и повысить личную удовлетворённость от работы. Передача навыков между сотрудниками одного уровня Равный – равному

***НАСТАВНИЧЕСТВО СПОСОБСТВУЕТ***:



Сегодня в нашем зале собрались партнеры –наставники из разных образовательных организаций, которые поделятся своим опытом наставничества , помощи, секретными методами передачи знаний. Предоставляем слово ….

***Наставник*** — ***это секретное*** «***оружие***» ***самых успешных людей планеты***

Мы желаем, чтобы на вашем жизненном пути встречались исключительно адекватные наставники и заинтересованные в получении новых знаний подопечные.

**Способы снятия стресса: 14 неординарных способов от психолога

1. Расческа**
В течение рабочего дня, проведенного перед монитором, мимическая мускулатура так напрягается, что голова становится тяжелой и начинает болеть. Один из способов избежать стресса – расчесывание волос в течение 10-15 минут. Эта процедура помогает “разогнать” кровь и расслабить мышцы.

2. Съесть мороженое
Вкусная еда – эффективный антистрессовый допинг. Сохранить хорошее настроение, снять стресс помогает жирная рыба. Если не любите рыбу, съешьте мороженое или банан. Эти продукты действуют не хуже антидепрессантов.

3. Массаж
Чтобы сохранить энергию, массируйте по 30 секунд точки, находящиеся под носом, между бровями, под нижней губой и в центре ладони.

4. Потереть ладони
Еще один простой способ сбросить нервное напряжение и избежать стресса. Нужно изо всех сил потереть ладони друг о друга, пока они не станут горячими. Также полезно хорошенько растереть уши. Так вы сможете взбодриться и сосредоточиться на работе.

5. Смыть конфликты и стрессы
Справиться с эмоциональным негативом помогает 15-минутный душ. Встаньте под теплые струи воды, чтобы они массировали голову и плечи. Вскоре вы почувствуете, как вода уносит с собой все ненужное.

6. 27 предметов
Восточные практики учат: «Хотите избавиться от печали, передвиньте 27 предметов в доме». Считается, что это освобождает пространство для энергии, которая сможет беспрепятственно скользить в правильном направлении. Попробуйте данный метод, и сами убедитесь, что он помогает мозгу переключиться, отвлечься от проблем и отдохнуть.

7. Лестница
Устройте 30-секундную пробежку вверх и вниз – это упражнение усилит приток кислорода к каемчатым частям мозга, ответственным за управление эмоциональным стрессом.
 **8. Краски** Психологи обнаружили, что раскрашивание картинок в течение двух-трех минут в периоды повышенного стресса в пять раз увеличивает вероятность завершения работы в срок. То есть вы сможете не только пережить стресс, но и, возможно, создадите какой-нибудь шедевр.

**9. Чай с гибискусом** При накоплении радикалов человек испытывает чувство тревоги и панические состояния, характерные для стресса. Гибискус на дает радикалам концентрироваться, как бы разжижает их, и таким образом помогает снять стресс, не делая вас вялыми.

**10. Взмахи руками**
У многих людей стресс выражается в том, что зажимаются, теряют эластичность мышцы плечевого пояса, шеи и пояснично-крестцового отдела позвоночника – отсюда и головные боли, и боли в спине. Хорошую помощь в этом случае могут оказать массаж или плавание. Дома и на работе можно выполнять несложные упражнения на расслабление: нужно вращать руками, сгибать их в разные стороны, а еще делать махи ногами.

**11. Уборка** Раскладывание вещей по местам помогает упорядочить мысли, сосредоточиться. Кроме того, аккуратный вид полок, ящиков, шкафов дает своеобразный психологический эффект – внешний порядок и организованность человек бессознательно переносит на собственную жизнь.

**12. Минута на размышление**

Найдите возможность остаться дома одному, чтобы упорядочить мысли. Включите любимую музыку, достаньте из холодильника любимое лакомство, устройтесь в любимом кресло. Подумайте, чего бы вам хотелось больше всего, и запишите желание на бумаге. Вид четкого плана поможет определиться с дальнейшими действиями.
 **13. Ароматерапия** Запахи сильно связаны с эмоциональной памятью. Поэтому очень полезно иметь под рукой аромат, ассоциирующийся с пережитыми минутами сильного счастья, восторга, блаженства. Вдыхайте его почаще, это поможет сохранить хорошее настроение.

**14. Танцы** Обязательно танцуйте дома! Ритмичные движения под музыку хорошо помогают снять стресс. К тому же, танцы воспринимаются как развлечение, в отличие от тех же тренировок в фитнес-клубе.

**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**-**НАСТАВНИКОВ**

«**КАК СТАТЬ УСПЕШНЫМ НАСТАВНИКОМ**?»

1. Стань наставником для своих учеников. Будь диагностом и помощ-

ником в развитии личности ученика.

2. Умей радоваться даже незначительным успехам своих учеников и

сопереживать их неудачам.

3. Не будь авторитарным: сотворчество, сотрудничество и позитивная

энергия дадут свои плоды.

4. Будь готов учиться и работать над собой на протяжении жизни.

5. Постарайся, чтобы уроки не стали шаблонными и стандартными

(скучными): ребенку должно быть интересно на уроке.

6. Каждый твой урок должен быть пусть маленьким, но шагом вперед.

Мотивируй своих учеников на новые свершения.

7. Учи своих учеников ставить перед собой достойные цели и доводить

дело до логического конца. Будь последовательным для своих учени-

ков.

8. Верь в ребенка. Дай ему крылья. Дай ему надежду. Дай почувство-

вать себя активным участником учебного процесса.

9. Учи трудиться и добывать необходимые знания, анализировать и

принимать грамотные решения.

10. Будь терпелив к ошибкам детей, учи их быть упорными и правди-

выми. Создай условия для продуктивного и эффективного обучения.

11. Не должно быть особого места для «любимчиков». Будь с ними че-

стен и справедлив.

12. Не бойся признаться в своем незнании какого-нибудь вопроса. Будь

вместе с детьми в поиске.

13. Не унижай достоинство своих учеников: каждый из них личность.

14. Не бойся извиниться, если оказался неправ.

15. Не увлекайся отметкой «2».

16. Входи в класс с улыбкой!

17. Начинай урок энергично!

18. Держи в поле зрения весь класс.

19. Прекращай урок со звонком.

20. Каждая встреча с учителем для родителей должна стать полезной

и результативной.

Желаем творческих успехов в новом учебном году!

**ОСНОВНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ**,

**НЕОБХОДИМЫЕ СОВРЕМЕННОМУ НАСТАВНИКУ**

1. **Блок психолого**-**педагогических компетенций**:

− готов помочь молодому учителю в установке целей работы;

− готовность помочь подопечному обрести уверенность в себе;

− способность организовывать ясное, открытое двустороннее об-

щение;

− готовность оказать поддержку или конструктивную критику при

необходимости и помочь совершенствоваться при реализации про-

граммы адаптации и др.

2. **Блок методических компетенций**:

− способен к различным стилям обучения;

− способен организовать усвоение знаний и упорядочить их, созда-

вать свои собственные приёмы обучения;

− готов осуществлять контроль профессиональной деятельности

молодого учителя и др.

3. **Блок коуч**-**компетенций**:

− готов взять на себя ответственность за развитие и саморазвитие

подопечного;

− способен помочь молодому учителю «прирастить» новые знания,

освоить новые технологии, сформировать жизненные принципы;

− способен планировать и проектировать профессиональное раз-

витие своего подопечного;

− готов помогать развивать креативное мышление и навыки реше-

ния проблем.

Маленькие лайфхаки успешкого педагога