

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Староюрьевская средняя общеобразовательная школа
Староюрьевского района Тамбовской области**



**Коррекционно - развивающая
программа адаптации учащихся 1 класса
"Первый раз в первый класс"**

Автор-составитель-
Копылова Надежда Михайловна,
педагог - психолог

Староюрьево, 2019

Пояснительная записка

В настоящее время, в связи с особенностями современной социальной ситуации в обществе, ослабленным психофизическим здоровьем детей, наличием высоких психофизических нагрузок в жизни ребёнка, неблагополучием семейной ситуации обучающихся, т.е. наличие конфликтных отношений и др., современная школа всё в большей степени сталкивается с проблемой неадекватных механизмов приспособления ребёнка к школе, т.е. школьной дезадаптацией. Школьная дезадаптация проявляется в нарушениях учёбы и поведения, конфликтных отношениях, повышенном уровне школьной тревожности, отсутствием школьной мотивации, искажениях в личностном развитии, в целом затрудняет учебно-воспитательный процесс. Адекватное привыкание, адаптация ребёнка к школе, приспособление к ней, как среде своей жизнедеятельности позволяет избежать возникновения школьной дезадаптации.

Под адаптацией физиологической и социально-психологической понимают *приспособление* ученика к новым для него условиям.

В отличие от физиологической адаптации, которая протекает автоматически, т.е. без каких - либо целенаправленных действий со стороны школьника, социально-психологическая адаптация представляет собой процесс активного приспособления, т.е. чтобы адаптироваться, необходимо приложить определённые усилия, необходима готовность ребёнка к изменению своего социального положения. Здесь не только среда воздействует на ученика, но и сам он создаёт свою личностную микросреду. Результат успешной адаптации – *адаптированность*, которая представляет собой систему качеств личности, умений, навыков, обеспечивающих успешность последующих учёбы и жизнедеятельности.

Таким образом, грамотно построенная психолого-педагогическая работа, направленная на оказание помощи ребёнку в период адаптации к школе, является профилактической и позволяет предупредить возникновение школьной дезадаптации.

В системе психологического сопровождения одной из задач работы педагога-психолога в школе является формирование школьной среды, способствующей успешному обучению и поступательному психологическому развитию. Сопровождение учеников первых классов в период адаптации к школе – это система следующих мероприятий:

Этап поступления в школу		
<i>Цели</i>		
Снятие психического напряжения у детей. Создание предпосылок групповой сплочённости.	Повышение компетентности родителей о психологической готовности детей к обучению в школе.	Создание доверительных отношений между психологом родителем, ребёнком. Изучение индивидуальных особенностей ребёнка. Предположение о возможном уровне готовности к школе.

<i>Форма работы</i>			
Психологический час для будущих первоклассников «Скоро в школу!» Форма проведения: с элементами тренинга	Выступление на родительском собрании по теме: «Как подготовить ребёнка к школе?»	Запись ребёнка в школу. Заполнение родителями карты-анкеты ребёнка	Наблюдение Изучение осведомлённости, мыслительных процессов методом беседы
Второй этап - диагностический			
<i>Цель</i> изучение индивидуальных особенностей учащихся, уровня адаптации к школе			
<i>Методики</i>			
Исследование уровня адаптации учащихся (после 1-го месяца обучения)	Изучение интеллектуальной, мотивационной готовности к школе. (2-4 недели обучения в школе)		
анкета Н. Г. Лускановой, (мотивация)	Тест МЭДИС (метод экспресс - диагностики интеллектуальных способностей) «Графический диктант» (Д. Б. Эльконин) Методика «Домик» (Н. И. Гуткина)		
Третий этап – психолого-педагогическая работа с учащимися			
<i>Цели</i>			
<i>Профилактическая работа</i> Цель: профилактика дезадаптации учащихся	<i>Просветительская работа</i> Цель: расширение представлений родителей и учителей об адаптационных возможностях учащихся и условиях, обеспечивающих успешную адаптацию к школе.		
<i>Форма работы, методы</i>			
Занятия с элементами тренинга в группе «Учимся, играем, развиваемся!»	Выступление на родительском собрании «Трудности адаптации первоклассников к школе»	Выступление на совещании при заместителе директора по УВР «Индивидуальные особенности учащихся». Консультации учителей начальной школы.	
Четвёртый этап - оказание помощи детям с низким уровнем адаптации			
<i>Цель:</i> полная адаптация детей к условиям обучения в школе.			
<i>Форма работы, методы</i>			
Коррекционная работа по программе	Индивидуальна работа с родителями, учителями. Консультации	Участие в психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПк)	

Локаловой Н.П; использование сказкотерапии		Направление на консультацию к психоневрологу.
Пятый этап – анализ полученных результатов		
<i>Цель:</i> изучение динамики состояния адаптации учащихся (январь)		
<i>Методы</i>		
Наблюдение, опрос учителя, анкетирование родителя. Диагностика по методикам: схема Чиркова В. И, анкета Н. Г. Лускановой, (мотивация), тест Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен; тест «Лесенка» (В.Г. Щур); диагностика эмоционального отношения к школе (Н.В.Лукьянченко, Т.Л.Ядрышникова)		

Цель программы : создание социально-психологических условий для адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения, которые позволят ребенку успешно функционировать и развиваться в школьной среде.

Задачи:

1. Создание доброжелательной атмосферы в классе как необходимого условия для развития у детей уверенности в себе.
2. Снижение эмоционального напряжения.
3. Помощь будущим первоклассникам в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли учеников.
4. Развитие у первоклассников коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и педагогами;
5. Развитие у первоклассников познавательных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в школе.
6. Выявление детей «группы риска»

Группа учащихся: дети в возрасте 7-8лет.

Предмет адаптационно-развивающих занятий: познавательная, коммуникативная, регулятивная и эмоциональная сфера первоклассников.

Средства: детская игра, элементы психогимнастики, сказкотерапии, специальные приемы неигрового типа, направленные на повышение сплоченности класса, развитие психических процессов, развитие навыков общения.

Ожидаемые результаты:

1. Осознание и принятие правил школьной жизни и себя в роли ученика (личностные УУД)
2. Сформирован навык сотрудничества у детей, чувства единства, сплочённости классного коллектива (личностные УУД),
3. Устойчивая положительная мотивация на учебную деятельность (личностные УУД),
4. Снижение повышенного уровня тревожности (личностные УУД),
5. Развиты коммуникативные навыки (умение слышать собеседника, сочувствовать ему, умение договариваться, рефлексия своих действий),
6. Хороший уровень развития познавательной сферы обучающихся (познавательные УУД),

7. Сформировано умение контролировать свои действия, свои эмоции, преодоление импульсивности и произвольности (регулятивные УУД).

Оценка эффективности реализации программы.

1. Для определения уровня социально-психологической адаптированности ребенка к школьному обучению применяется анкета «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (Чирков В. И., Соколова О. Л., Сорокина О. В.).

2. Диагностика сформированности УУД включает в себя:

Коммуникативные УУД

- Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

Регулятивные УУД

- Методика «Графический диктант» (Д.Б. Эльконин);

Личностные УУД

- «Беседа о школе» (Т.А. Нежной);

- Тест «Лесенка» (В.Г. Щур);

- Методика «Определение мотивов учения» (Н.Г. Лусканова)

- Диагностика эмоционального отношения к школе (Н.В. Лукьянченко, Т.Л. Ядрышников)

- Тест тревожности (Р.Тэмпл, В.Амен, М.Дорки)

Познавательные УУД (диагностика внимания, памяти, мышления)

Структура занятий

№	Элемент занятия	Комментарий
1.	Ритуал приветствия	Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия. Ритуал может быть придуман самой группой
2.	Разминка - воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности (психогимнастика, музыкотерапия, танцевальная терапия, телесная терапия, пальчиковые игры)	Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
3.	Основное содержание занятия - совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение	Приоритет отдается многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков,

	цели данного занятия (игротерапия, сказкотерапия, проигрывание ситуаций, этюды, групповая дискуссия.)	динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому (с учетом утомления детей). Количество игр и упражнений 4-5
4.	Рефлексия занятия (оценка занятия) – беседа	Две оценки: эмоциональная (понравилось не понравилось, было хорошо было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали)
5.	Ритуал окончания занятий	По аналогии с ритуалом приветствия

Тематика занятий

№	Этапы	Мероприятия	Сроки	Участники
1	Анкетирование родителей.	Анкета для родителей	45 мин.	Родители, педагог - психолог
2	Диагностика учащихся	Мотивация Н. Г. Лусканова, «Лесенка» (самооценка)	45мин.	обучающиеся, педагог - психолог
3	Здравствуй школа!	Вводная беседа. «Ритуал начала занятия» Игра «Раз, два, три – шепчи» Школьник и дошкольник. Игра «Море волнуется раз,...» Задание «Что в портфеле?» «Ритуал окончания занятия»	45 мин.	учащиеся, педагог - психолог
4	Оценка.	«Ритуал начала занятия» Рисунок Оценка Графический диктант «Ритуал окончания занятия»	45 мин.	учащиеся, педагог - психолог
5	Знайка	Ритуал начала занятия. Мини-тест «Школьные правила». «Найди зайку» «Кто есть кто? Что есть что?» «Что здесь лишнее?» «Вода, воздух, огонь, земля» «Запретный номер», «Продолжай» «Слушай хлопки», «Определения», «Ловушка» «Спасибо за приятный день» «Ритуал окончания занятия»	90 мин.	учащиеся, педагог - психолог

5	Учимся работать дружно	«Ритуал начала занятия» Учимся работать дружно Упражнение «Один – два» Задание «Рисуем вместе» Игра «Эхо» «Ритуал окончания занятия»	45 мин.	учащиеся, педагог - психолог
6.	Формирование моральных представлений.	«Ритуал начала занятия» Этюд "Злодей" Впереди всех (рассказ) Взаимоотношения Так будет справедливо Доброе животное Коридор комплиментов «Ритуал окончания занятия»	45 мин.	учащиеся, педагог - психолог
7.	Эмоции и чувства.	«Ритуал начала занятия» Упражнение "Приветствие" Сказка "Путешествие в страну чувств" Упражнение "Угадай эмоцию" Танец эмоций Арттехника Солнечный зайчик «Ритуал окончания занятия»		учащиеся, педагог - психолог

8	Заколдованное дерево.	«Ритуал начала занятий» «Улыбка» «Заколдованное дерево» «Комплименты» «Ритуал окончания занятия»	45 мин.	учащиеся, педагог - психолог
9	Вторичная диагностика	Мотивация Н. Г. Лусканова, анкета наблюдений для учителя.	45 мин.	Психолог-психолог, учитель.
10	Родительское собрание «Трудности адаптации первоклассников к школе»	Рекомендации для успешной адаптации к школе.	60 мин.	Родители, педагог - психолог
11.	Индивидуальные консультации.	По результатам работы.		Родители, педагог - психолог

Содержание занятий.

Занятие 1.

Тема: Здравствуй школа.

Цель: знакомство с ребятами, создание доброжелательной атмосферы в классе как необходимого условия развития у детей уверенности в себе.

Ход занятия.

Упражнение 1. Снежный ком (знакомство)

Психолог приветствует детей, здоровается с ними.

Психолог «Я очень рада встрече с вами. Вы пришли в школу, и наша школа станет местом, где вы узнаете много нового и интересного, получите ответы на разные сложные вопросы. И, конечно, здесь вы встретите много друзей. А для того, чтобы мы все лучше познакомимся, узнали лучше своих будущих одноклассников и свою школу, мы будем встречаться на уроках психологии. На этих уроках можно вместе и поработать, и поиграть.

Ребята, сигналом, к началу урока знакомства будут такие слова, послушайте:

- Раз, два, три – слушай и смотри!

- Три, два, раз – мы начнем сейчас!

Ребята, для того чтобы это занятие началось, давайте скажем эти слова вместе. Встаньте, пожалуйста, возле своих столов. Смотрите на меня и повторяйте движения, которые я буду показывать. Старайтесь повторять за мной слова, чтобы лучше их запомнить.

Психолог совместно с педагогом произносит слова, служащие сигналом к началу занятия, сопровождая их следующими движениями:

- Раз, два, три (*хлопает в ладоши 3 раза*) – слушай (*показывает руками на уши*) и смотри (*показывает руками на глаза*)!

- Три, два, раз (*хлопает в ладоши 3 раза*) – мы начнем сейчас (*протягивает навстречу классу руки ладонями вверх*)!

Психолог: «Спасибо! Садитесь, пожалуйста, на свои места и посмотрите на меня!» Я буду называть букву алфавита. Чье имя начинается на эту букву встает и рассказывает о себе (качество, любимое занятие и т.п.)

Упражнение 2. «Дошкольник и школьник»

Ребята, как вас называют в садике? А как вас будут называть, когда вы пойдете в школу? Скажите, чем отличается школьник от дошкольника? Верно, школьник делает домашнее задание, ходит в школу, учится на уроках. А что делают дошкольники? А может ли школьник играть и бегать? На самом деле школьник тоже может играть и бегать. Я вам открою маленький секрет: каждый из вас может вести себя как школьник, а иногда как – дошкольник. Нужно знать, когда вы можете вести себя как школьники, а когда можно вести как дошкольник. Сейчас я буду называть разные ситуации, а вы подумаете, как нужно себя вести в этой ситуации – как школьник или как дошкольник. –

На уроке. - Дома. - С друзьями. И т.д. Обсуждение.

Игра «Море волнуется раз...»

Большое спасибо, вы прекрасно справились с этим трудным заданием. Вы знаете, когда можно вести себя как школьнику, а когда как дошкольнику. А

теперь, мы давайте посмотрим, сможете ли вы быстро превращаться из школьников в дошкольников и наоборот. Сейчас мы с вами сыграем в игру, которую, наверное, многие из вас знают. Эта игра называется «Море волнуется раз...», но мы будем играть в нее по-особенному. Вместо морской фигуры мы будем изображать фигуры школьника и дошкольника. Водящий будет говорить: «Море волнуется раз, море волнуется два фигура школьник (или дошкольника) на месте замри». Пока море волнуется, можно ходить по классу, а анна слове «замри» нужно замереть, изображая названную фигуру. Водящий выбирает самого школьного школьника или самого дошкольного дошкольника. Первым водящим буду я. Встаньте, пожалуйста, и подойдите ко мне».

Упражнение 3. «Что в портфеле»

«А теперь скажите с чем ученики ходят в школу? Правильно, с портфелем. А что берет с собой в портфеле? А что захотят взять с собой дошкольники. Назовите три предмета, которые взяли бы с собой школьники, и один предмет лишний, который бы взял с собой дошкольник, который в школе не нужен.

(Дети отвечают)

«Кто хочет загадать свою загадку классу?»

«Спасибо, теперь мы много знаем про настоящих школьников. Настоящие школьники отличаются тем, что ходят в школу, делают дома уроки. В школе нужно вести себя как школьники, а дома, на улице, можно вести себя как дошкольники.»

Ребята, а вы обращали внимание на дорожные знаки? Для чего они нужны?

(ответы ребят)

Дорожные знаки помогают нам, они подсказывают правила поведения на дороге. Если не обращать на них внимания – *быть беде.*

А что такое правило? (правило – это значит делать правильно)

А зачем нам правила, может быть, мы и без них обойдемся? (неприятности никто не любит, поэтому и появились правила, чтобы знать, как лучше жить и со всеми дружить)

Как вы думаете, а в школе есть правила?

Чего нельзя делать на уроке?

А как надо вести себя на перемене?

Чтобы мы не забыли о правилах для учеников, нам нужны свои знаки.

№1. На уроке нельзя разговаривать друг с другом, иначе можно все прослушать и ничего не узнать, поэтому в вашем классе будет висеть вот такой знак.

№2. Мы уже знаем с вами, что когда все кричат с места, ответов не слышно, поэтому о том, что нельзя кричать с места, даже если знаешь ответ, нам будет напоминать вот такой знак.

№3. А можно ли подсказывать другим ответ, когда учитель спрашивает не вас? О том, что в нашем классе нет места подсказкам, нам напомнит вот этот знак.

№4. А что делать, если хочешь о чем-то спросить или ответить на вопрос?

Конечно, для этого надо поднять руку и ждать, пока учитель попросит сказать. Вот знак, который говорит об этом правиле.

№5. Как вы думаете, о чем нам говорит вот этот знак?

Чтобы у нас все хорошо получалось и весело училось, мы должны быть всегда дружны и нет места спорам в классе.

Конечно, это далеко не все школьные правила, их много, но те правила, которые мы запомним сегодня, очень важны. Тогда учитель в школе и класс будут в порядке.

Упражнение 4. «Для чего ходят в школу»

Я буду называть, для чего ходят в школу, если верно, то вы хлопнете в ладоши, а если неверно топнете ногами.

В школу ходят, чтобы играть.

В школу ходят, чтобы читать.

В школу ходят, чтобы дружить. И т.д.

Молодцы! Вы очень хорошо справились и поэтому, я хочу вам рассказать сказку. Произошла эта история в одной непростой школе, в школе, где учатся звери, они тоже, как и вы, учатся в первом классе.

СКАЗКА “Урок в лесной школе”.

Утром зверята собрались в классе. Медвежонок сонно поглядывал вокруг, Зайка радостно подпрыгивал на месте, с нетерпением ожидая начало урока, лисенок посматривал на зверят в классе и вспоминал, как кого зовут. Прозвенел звонок. Начался урок. В класс вошел Учитель, поздоровался со всеми и спросил: Кто сегодня хочет помочь мне раздать книги?” Не успел он договорить, как зверята с места повскакивали, руки до потолка тянут, и каждый кричит изо всех сил, чтобы его Учитель услышал: “Я хочу! Я хочу!” Зайчонок и Лисенок даже к Учителю подбежали и вокруг него прыгают, чтобы он именно их заметил. Еле-еле успокоил своих “помощников” Учитель.

Между тем урок продолжается. Учитель сказал, что приготовил для зверят загадки и попросил их внимательно слушать. А Медвежонок голову к Лисенку наклонил и слушает, как Лисенок ему шепчет, что он самые грибные места в лесу знает и после школы Медвежонку покажет, где белые грибы растут размером со стул.

Учитель говорит: “Ну как, ушки на макушке? Слушайте загадку: “Всю ночь летает, мышей добывает, а станет светло – спать летит в дупло. Кто это? Медвежонок, как ты думаешь, кто это?” Встал медвежонок, по сторонам оглядывается, понять ничего не может. “Кто это, как ты думаешь?” - опять Учитель спрашивает. “Это Лисенок”, - отвечает Медвежонок первое, что в голову пришло, и никак понять не может, отчего все вокруг смеются. Попросил учитель медвежонка не отвлекаться, слушать внимательно и у Зайчонка спрашивает ответ. Зайчонок отгадать загадку никак не может и на друзей глазами косит, мол, помогите, подскажите. Жалко стало Белочке своего соседа по парте, она и давай ему нашептывать: “Со-ва. Со-ва”. А Зайка ушками прядает, расслышать старается, да только никак слова не разберет, уж больно тихо Белочка говорит.

“Ну, так что же, знаешь ты ответ?” - Учитель спрашивает. “Да. Это лиса”, - сказал зайчонок то, что он расслышал из Белочкиного бормотания. И опять рассмеялись зверята. Да только веселого в этой истории было немного, потому как не успели за урок зверята ни новому научиться, ни интересного ничего не узнать.

А теперь скажите пожалуйста, вы заметили, какие правила зверята нарушили во время урока? Какие правила они забыли?

Работа с ситуациями. Психолог открывает конверт, в которых лежат карточки. При помощи детей вывешивают карточки на доске на две группы: вправо - те карточки, где видно, что ученики нарушают правила поведения, а влево – где ведут себя правильно.

Проверка задания. Обсуждение выбранных ситуаций.

Упражнение 5. «Наши школьные правила».

Сегодня, ребята, вы сами придумаете и нарисуете школьные правила для своего класса.

Детям раздаются шаблоны запрещающих и разрешающих знаков (круги и квадраты).

Если вы уже представили себе, что будете рисовать, можете приступать.

Законченные рисунки учитель нанизывает на нить, получившаяся гирлянда из школьных правил, которая вешается в классе.

Ритуал окончания занятия: все встают в круг, вытягивают ладошки в центр так, чтобы они легли друг на друга. Ритмично, дружно произносят: «Раз, два, три, мы сегодня молодцы!».

Занятие 2.

Тема: Оценка.

Цель – развитие навыков рефлексии.

Ход занятия.

Ритуал начала занятия.

Упражнение 1. "Рисунок". Сегодня мы продолжим с вами знакомство и узнаем, кто что у нас любит. Задание группам: каждому предлагается молча нарисовать то, чем он любит заниматься и положить свой рисунок на середину стола. Группа должна угадать его любимое занятие.

Упражнение 2 "Оценка". Вы знаете, что в школах за каждую работу ставится оценка. Но на наших уроках оценки необычные. Сегодня мы научимся оценивать каждую работу с помощью линеечек. На доске пишется любое имя и приглашаются 4-5 помощников. Вот мальчик ПАВЛИК написал свое имя. Давайте оценим его работу. Сначала оценим, красиво ли он написал (рисуется линеечка «К» - красота). Если я считаю, что написано очень-очень красиво, то поставлю свою оценку здесь – на самом верху линеечки (ставится крестик). Если считаю что написано очень-очень некрасиво, то поставлю свою оценку в самом низу линеечки. А куда надо поставить оценку, если работа выполнена красиво, но можно было сделать еще лучше. Если помощники поняли, то им предлагается самим оценить красоту работы Павлика.

А теперь надо оценить, правильно ли Павлик написал свое имя. Рисуется линеечка «П» - правильность. Ребятам предлагают оценить работу Павлика, поставив крестик на линеечке «П».

Графический диктант. Сейчас мы выполним с вами задание и каждый оценит свою работу. Ребята получают листочки для «Графического диктанта» и пишут на нем свое имя. После диктовки каждого узора дети должны сами себе поставить оценку за красоту.

Когда продиктованы все 4 узора, открывается образцовая работа на доске, и детям предлагают поставить оценку за правильность своей работы.

Игра «Зеркало». Дети разбиваются на пары и встают лицом друг к другу. Один делает какие-либо движения руками, а другой должен точно их повторить. Затем они меняются ролями. Сигналом для смены ролей служит звонок.

Итоги занятия.

Ритуал окончания занятий.

Занятие 3

Тема: Учимся работать дружно.

Цель: создание условий для знакомства будущих первоклассников с навыками учебного сотрудничества.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия.

Учитель приветствует детей и предлагает начать занятие стихотворными строками, которые сопровождаются движениями детей и педагога.

«В одной детской песне поется: «Вместе весело шагать по просторам и, конечно, припевать лучше хором». Конечно, иногда хочется поиграть одному, и есть дела, которые человек должен делать сам. Но часто бывает так, сто играть одному неинтересно, и есть дела, которые лучше делать вместе. Сегодня на занятии мы будем работать дружно, когда надо будет выполнять задания не в одиночку. А с кем-то из ребят.

Упражнение 1. «Разноцветные варежки»

Работа в парах. Сегодня мы будем работать в парах. Найдите себе пару, займите место за партой так, чтобы сидеть рядом и покажите, что вы готовы работать. Как вы покажете мне это (поднять руку). Когда вы поднимаете руку, вы мне говорите «Я готов» (знак «Я»). А как сказать мне «МЫ готовы»? (Взяться за руки и поднять их – знак «МЫ»).

А сейчас мы поиграем в «Разноцветные варежки». Играть надо вдвоем. Я попрошу объединиться в пары соседей по парте. Возьмите на двоих ОДИН НАБОР КАРАНДАШЕЙ. Перед каждым из вас лежит рисунок варежки. Посмотрите, какие они бесцветные, без узоров. В каждой паре договоритесь друг с другом, как вы будете украшать эти варежки. Каждый из вас будет раскрашивать свою варежку, но узоры у двух варежек должны быть одинаковые и красивые. Вам понятно задание? Тогда можно начинать работать.

Упражнение 2. «Один или два».

Наше следующее упражнение для внимательных ребят, а вы ребята все можете быть внимательными. Упражнение называется «Один или два». Рассмотрите себя, свое тело, потрогайте лицо. Вы заметили, что у человека две руки, а лоб – один?

Я буду называть какую-то часть тела, и если я назову что-то, что у человека только одно, например, лоб, то встают только девочки. А если я назову часть тела, которая не одна, а таких частей две, то встают мальчики. Всем понятно? Нос, нога, рот, глаз, ухо, язык, плечо, колено, волос, палец.

Молодцы, мне очень приятно, что вы такие внимательные.

Игра «Одноруки». Представьте себе, что мы все – одноруки (предложить детям одну руку засунуть под себя). Одноруки – лучшие во Вселенной сборщики конструкций. Они умеют договариваться друг с другом. Дети получают конверт с набором фигур (4 формы, 3 размера, 2 цвета) и раскладывают весь набор на парте. На доске рисуются фигуры, которые дети будут собирать.

Вот одноруки строят дом. Одноруки работают так: «РАЗ – ДВА – ПОСТРОИЛ». На команду «РАЗ» каждый берет в руку нужную деталь. На команду «ДВА» – складывают дом. А теперь рядом с домом точно также посадим дерево.

Попытайтесь вырастить елочку. Что нужно сделать, чтобы получилось по правилу «РАЗ – ДВА – ПОСТРОИЛ»? Дети должны догадаться, что необходимо объединить усилия четверых однорук. Также строится машина. А как сделать человека?

Упражнение 3. «Рисуем вместе»

У каждой пары будет только один листочек. Рисовать надо вдвоем, вместе держась за один карандаш. Нарисуйте вдвоем картину на любую тему, но на этой картинке обязательно должны быть нарисованы дом и дерево. Какими они будут, и что вы еще нарисуете на своей картинке, решайте сами. Во время выполнения задания помните, что вы должны работать дружно, без ссор и обид.

(После окончания работы желающие могут рассказать классу, что они нарисовали)

Игра «Эхо»

Сейчас мы поиграем с вами в «Эхо». Начнет игру (8-9 ребят).

Я попрошу выйти к доске (называется ребенок по имени). Слушай внимательно. Я сейчас прохлопаю ритм, а ты постарайся его точно повторить. Ты будешь моим эхом. Молодец ты справился, теперь позови себе помощника. Кого ты пригласишь? Ты можешь позвать сказав, «Помоги мне, пожалуйста, и имя.»

А теперь попробуйте вдвоем, вместе повторить ритм, который я прохлопаю. Готовы? Слушайте внимательно.

Молодцы, вы справились с заданием, а теперь вы можете пригласить еще одного помощника со словами «Помоги мне, пожалуйста...»

(и так несколько человек)

Ритуал окончания занятий.

Занятие 4.

Тема: Знайка.

Цель: развитие внимания, логического мышления, памяти, мыслительных ассоциативных связей, произвольного поведения, расширение словарного запаса. Ход занятия.

Ритуал начала занятий.

Мини-тест «Школьные правила». Поздороваться с классом, поздравить тех, кто уже умеет здороваться по-школьному. «Кто готов работать?»... Поднявших руку поздравить: они умеют отвечать по-школьному. А как вы запомнили имена друг друга. Меня зовут Снова поздравить тех, кто умеет отвечать по-школьному.

Упражнение 1. «Летит по небу шар»

Летит по небу шар

По небу шар летит

До неба этот шар

Никак не долетит.

(ребята изображают действиями, заменяя слова)

Упражнение 2. «Найди Знайку». К нам в гости пришли веселые человечки (куклы или рисунки). Я спросила каждого, как его зовут. И каждый ответил: «ЗНАЙКА». Проверим, правда ли к нам пришли Знайки. Я буду задавать гостям вопросы, а вы будете оценивать их знания. Для каждого Знайки рисуется линейка «П».

Учитель задает вопрос и каждый Знайка на него отвечает. Группа должна высказать мнение: какой Знайка ответил правильно (поставить оценку на линейке «П»). Группа должна начать обсуждение только после того, как ответят все Знайки. Покажите, что группа готова оценить ответы Знаек и назвать ошибочный ответ.

Примерные вопросы для Знаек:

- Какие страны вы знаете? Ответы: Япония, Франция, Испания, Нева, Индия, ...

- Назовите домашних птиц. Ответы: индюк, утка, гусь, воробей, петух, ... и т.д.

Упражнение 3. «Кто есть кто? Что есть что?»

Дети в кругу. Психолог называет группу, кинув мяч игрокам, игрок называет слово, относящееся к этой группе:

Домашнее животное, овощи, фрукты, мебель, транспорт, растение, рыба, птица.

Упражнение 4. «Что здесь лишнее?»

1. Яблоко, морковь, капуста, перец.

2. Ручка, бумага, карандаш, фломастер.

3. Корова, коза, лось, лошадь.

4. Огурец, помидор, лук, апельсин.

5. Шкаф, стул, чашка, кровать, стол.

6. Ботинки, сапоги, шнурки, валенки.

Упражнение 5. «Вода, воздух, огонь, земля»

Ведущий называет различных животных, птиц, насекомых и т.п. Задача ребят показать ту стихию, где обитает это животное. Если ведущий называет огонь, то ребята поднимают руки вверх и изображают пламя.

Упражнение 6. «Аргентинский дождь»

Дети поочередно повторяют за ведущим действия (потирание ладошек, щелчки пальцами, похлопывание ладонями по коленкам, постукивание ногами об пол. В результате получается красивое сочетание звуков, похожий на аргентинский дождь.

Занятие 5.

Тема: Знайка.

Цель: развитие внимания, логического мышления, памяти, мыслительных ассоциативных связей, произвольного поведения, расширение словарного запаса. Ход занятия.

Ритуал начала занятий.

Упражнение 1. «Аргентинский дождь»

Дети поочередно повторяют за ведущим действия (потирание ладошек, щелчки пальцами, похлопывание ладонями по коленкам, постукивание ногами об пол. В результате получается красивое сочетание звуков, похожий на аргентинский дождь.

Упражнение 2. «Запретный номер»

Выбирается определенная цифра, например, 4 – запретная. Дети встают в круг и начинают по очереди счет : 1, 2, 3... Когда очередь доходит до четвертого ребенка, он не произносит цифру 4, а хлопает в ладоши.

Упражнение 3. «Продолжай».

Дети стоят в кругу. У одного из них мяч. Бросая мяч любому игроку он говорит: «Впереди у меня глаза, а сзади..? Принимающий должен закончить фразу, называя затылок. Затем он говорит свою фразу, бросая следующему.

Варианты высказываний: « впереди у кошки ушки, а сзади?» (хвост). «Впереди у машины кабина, а сзади?» (кузов). «Вверху у елки ветки, а внизу?»(ствол, корни). «Справа у чайника ручка, а слева?» (носик).

Упражнение 4. «Слушай хлопки».

Под музыку дети двигаются по залу. Когда ведущий хлопнет определенное количество раз, дети принимают соответствующую позу на 10 секунд (позы могут быть разными).

Кол-во хлопков	Позы детей
1	Поза «аиста» (ребенок стоит на одной ноге, поджав другую).
2	Поза «заяц» (в полуприсяде, руки поджать перед грудью).
3	Поза «Сократ» (встать, кулаком правой руки подпереть лоб, левой – локоть правой).

Упражнение 5. «Определения».

Ведущий показывает одну карточку, на которой нарисован предмет, а затем вторую. Задача в том, чтобы ребенок мог придумать слово, которое

связывало первое со вторым (например: гусь, дерево – гусь взлетел на дерево).

Упражнение 6. «Ловушка». В школе часто встречаются ловушки. Кажется что задание легкое, а его оказывается нельзя выполнить. Или наоборот очень трудное задание, если подумать, можно легко сделать. Из-за ловушек не всегда можно заметить ошибку. Давайте проверим, можете ли вы попадать в такие ловушки.

Рассказывается история (можно сопровождать ее картинками):

- *«Это лето я провел в деревне. Первый месяц лета март мы провели за сбором яблок. Яблоки уродились на славу: каждое размером с футбольный мяч. Мой любимый сорт – «синий налив». Кожа у него темно-синяя, а мякоть – голубая. Собирать «синий налив» приходится в перчатках, ведь на ветках яблоневых пальм огромные колючки. В первый день сбора яблок я забыла надеть ушанку и слегка отморозила уши. Но в остальном месяце прошел без приключений. ...»*

Почему вы смеетесь? Дети указывают на нелепости в рассказа. Как вы думаете, я действительно все перепутала или специально расставила вам ловушки. Если вы смеетесь, значит вы знаете, что такое яблоки и понимаете, что уши отморозить нельзя, потому что при сборе яблок мороза не бывает. Молодцы, вы не попались в мои ловушки.

Чтобы не попасть в ловушки надо быть ловким и внимательным.

Игра «Летает, не летает». Я буду называть вам разные предметы и, если он может летать, то подниму руки вверх, а если не может, то – опущу вниз. Вы будете повторять эти движения, но не попадитесь в ловушку. Часть движений учителя делает ошибочными.

Упражнение 7. «Спасибо за приятный день».

Психолог: «Встаньте, пожалуйста в общий круг. Один из вас выходит в середину круга, другой подходит к нему и говорит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит следующий, берет за свободную руку кого-либо из вас, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Так до тех пор, пока все не окажутся в новом кругу. Возьмитесь крепко за руки, молча посмотрите друг другу в глаза и улыбнитесь. Спасибо!

Ритуал окончания занятия.

Занятие 5.

Тема: Формирование моральных представлений.

Цель: формирование моральных представлений, развитие новых форм поведения, развитие социальных эмоций(сочувствие, сопереживание).

Ход занятия.

Ритуал начала занятий.

«Приветствие»

Психолог называет части тела, например: нос, ухо, колено, локоть, пятка..., а ребятам необходимо поздороваться со всеми этой частью тела.

Упражнение 1. Этюд «Злодей».

Ведущий читает стихотворенье В. Еремина «Злодей».

Выселил Петя из норки жука,
Кошку с котенком согнал с чердака,
Новые классики в скверике спер,
Скучную книжку забросил в костер.
И услышал от знакомых людей,
Что из него вырастает Злодей.
Стыдно и страшно стало Петру.
Бросился Петя обратно к костру.
Скучную книжку спешит он спасти,
Только костер догорает почти...
Грустно склонился злодей над золой.
Значит он добрый, а вовсе не злой.
Дети обсуждают поведение героя: почему люди назвали мальчика «злодеем»? Какие плохие поступки он совершил? Как вы бы поступили? Далее ведущий предлагает разыграть этюд.

Упражнение 2. Этюд «Впереди всех»

Ведущий читает рассказ Я. Тайца «Класс пошел гулять. Все встали в пары: Петя с Толей, Люся с Галей, Женя с Володей и т.д. Много пар. А Маша осталась одна: А с кем я пойду? Толя сказал: Возьми мишку косолапого! Маша взяла мишку. Вот и пара. Эта пара лучше всех. Она пойдет впереди». После чтения ведущий спрашивает: Какое качество проявилось у Толи? Хорошо ли он поступил? А что еще можно было предложить в подобной ситуации?

Упражнение 3. «Змейка»

Ребята, стоя в кругу, передают пожатия руки (импульс)

Упражнение 4. «Взаимоотношения»

Ведущий читает стихотворение Л. Кузьмина «Дом с колокольчиком»
Стоит небольшой старинный
Дом над зеленым бугром
У входа висит колокольчик,
Украшенный серебром.
И если ты ласково, тихо
В него позвонишь, то поверь,
Что в доме проснется старушка,
И сразу откроется дверь.
Старушка приветливо скажет:
-Входи, не стесняйся, дружок-
На столе самовар поставит.
В печи испечет пирожок.
И будет с тобою вместе
Чаяк распивать дотемна.
И старую добрую сказку
Расскажет тебе она.
Но если ты в этот уютный дом
Начинаешь кулаком стучаться,

Поднимешь трезвон и гром,
То выйдет Баба-Яга,
И не видать пирога.
И не слышать тебе сказки.

После чтения дети обсуждают стихотворение и приходят к выводу, что результат зависит от характера, поведения, намерений. Одного и того же можно добиться разными путями, но эти пути могут привести к разным результатам. Далее они отвечают на вопрос, почему во второй части стихотворения к ребенку вышла не добрая старушка, а Баба-Яга.

Упражнение 5. Этюд «Так будет справедливо».

Психолог предлагает прослушать рассказ и оценить поступок братьев.

Мама ушла в магазин. Как только за ней закрылась дверь, братья стали баловаться: они то бегали вокруг стола, то боролись, то кидали друг другу, словно это мячик, диванную подушку. Вдруг щелкнул замок – это пришла мама. Старший брат, услышав, что дверь открывается, быстро сел на диван. А младший, не заметив маминого прихода, продолжал играть. Он бросил подушку вверх и попал в люстру. Люстра стала раскачиваться. Мама, рассердившись, поставила провинившегося в угол. Старший брат поднялся с дивана и встал рядом с братом.

- Почему ты встал в угол? Я тебя не наказывала! – сказала мама.

- Так будет справедливо, - серьезно ответил ей старший сын. – Ведь это я придумал кидаться подушкой.

Мама растроганно улыбнулась и простила обоих братьев.

Обсуждение рассказа: Какие эмоции и чувства испытывали братья, мама? Почему старший брат так поступил? Почему мамам простила братьев.

Упражнение 5. «Доброе животное»

Упражнение 6. «Коридор комплиментов»

Ребята создают коридор. Когда по коридору проходит кто-либо ребята произносят комплименты в его адрес.

Ритуал окончания занятия.

Занятие 6.

Тема: Эмоции и чувства.

Цель: снятие напряжения, развитие навыков самоконтроля над эмоциями и чувствами.

Ход занятия.

Ритуал начала занятия.

В начале занятия включается музыка и психолог дает прикоснуться каждому к волшебному цветку.

- Ребята, а вы любите сказки? Сегодня я вам предлагаю отправиться в сказочную страну. В этой волшебной стране есть цветок, его подарил нам один добрый волшебник. Если дотронуться до этого цветка и закрыть глаза, то можно попасть в волшебную сказочную страну.

Глубоко вдохните и выдохните, волшебный цветок даст нам силы, и мы превращаемся в маленьких волшебников и сейчас совершим удивительное путешествие в страну чувств.

Игра "Здравствуй".

Инструкция: Вы - маленькие волшебники, которые приехали в сказочную страну. Услышав удары колокольчика вам нужно поприветствовать друг друга разными способами:

- когда услышите один удар, улыбнитесь друг другу
- когда услышите два удара, пожмите друг другу руки
- когда услышите три удара, трутся друг об друга спинами
- когда услышите четыре удара, садятся на свои места

Давайте мы также поприветствуем друг друга. Что вы почувствовали?

Рассказывание сказки «Путешествие в страну чувств» (см. презентацию)

Анализ сказки:

1. Кто герои сказки?
2. Что произошло со слугами-чувствами?
3. Почему это произошло?
4. Зачем нужно было, чтобы Королева(Король) обязательно вернулась (ся)?
5. Чем закончилась история
6. Кто помог в этом?

Психологические игры-упражнения:

Психолог предлагает ребятам представить, что у каждого из нас в душе есть Королевство, а мы являемся их Королевами (Королями). В Королевстве множество чувств-слуг. Если глава страны слаб или отсутствует, страной правят слуги. Однако они не обладают той мудростью, которая дана Королеве, поэтому совершают ошибки. Таким образом, необходимо «расставить» придворных по местам, соответствующим их назначению, а править страной должна Королева. Психолог вместе с детьми проговаривают, как нам служат слуги-чувств, в каких ситуациях они приносят пользу, в каких вред, а также распознать слугу-чувство у себя и у другого.

Упражнение «Изобрази эмоцию».

Ребята получают изображение эмоций на листочках. Их задача изобразить, остальным сидящим угадать.

Арттехника.

Ребятам предлагается на альбомном листе нарисовать негативное чувство и превратить его в позитивное.

Психолог подводит итоги занятия. Проговаривает конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать новый опыт.

Упражнение «Танец эмоций»

В качестве предлагаемых тем для танца выступают чувства: радость, страх, счастье, удивление, жалость и др. Обсуждение чувств.

Ритуал выхода из сказочной страны.

Закройте глаза. Глубоко вдохните и полностью выдохните, волшебный цветок посылает вам солнечного зайчика, который поможет превратиться из маленького волшебника в доброго человека.

- Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Он побежал дальше по лицу, нежно огладил лоб, носик. Прыгнул на ротик, на щечки, на подбородок. Погладил голову, ручки, ножки, животик. Солнечный зайчик дарит тебе хорошее настроение, радость. Открой глаза, улыбнись ему и возьми его с собой (детям раздаются бумажные солнечные зайчики).

Ритуал окончания занятий.

Занятие 7.

Тема: Заколдованное дерево.

Цель- развитие навыков самоконтроля над эмоциями и чувствами, обсуждение проблемы добра и зла.

Ход занятия.

Ритуал начала занятия.

Упражнение 1 « Улыбка»

Психолог передает собачку ребенку и улыбается, ребенок передает собачку своему соседу и улыбается и т. д., пока собачка не вернется к классному руководителю.

Упражнение 2 "Заколдованное дерево"

Психолог (обращается к детям, которые сидят в кругу): Хотите совершить путешествие в волшебную страну? Тогда встаем в круг. Это машина времени. Для того чтобы попасть в волшебную страну, делаем по кругу 3 шага вправо. Вот мы и в волшебной стране. В этой стране росло прекрасное дерево. Оно было деревом желаний. (На мольберте прикреплен лист ватмана, на котором нарисовано дерево без листьев.)

Дерево исполняло только добрые желания. Однажды в эту страну попал злой волшебник. Он загадал злое желание, и дерево его не исполнило. Тогда волшебник рассердился и заколдовал дерево желаний. Попробуем его расколдовать? А поможет нам в этом само дерево. Оно нас о чем-то просит, и эти просьбы написаны на листьях. (Листья заготовлены психологом заранее, на каждом листе написано задание, которое ребята должны выполнить.) Давайте их прочитаем (психолог читает задания).

Задание 1. У злого волшебника всегда плохое настроение, лицо у него всегда злое, недовольное. Если взглянуть на лицо этого волшебника, то сразу никому не хочется с ним дружить. Почему? Дерево просит, чтобы вы нарисовали для волшебника лица таких ребят, с которыми вам самим хотелось бы дружить. Может быть, волшебник взглянет на эти рисунки, станет добрее, изменит свое выражение лица, захочет иметь друзей, и с ним все захотят дружить? (Ребята начинают рисовать. Готовые рисунки помогает ребятам наклеить рядом с деревом.)

Как вы думаете, что почувствует волшебник, увидев ваши рисунки? Задание 2. У злого волшебника нет и никогда не было друзей. Почему? Волшебник не знает, каким должен быть настоящий друг. Дерево просит, чтобы вы написали письмо волшебнику и рассказали, каким должен быть настоящий друг. Давайте подумаем, как можно продолжить следующие незаконченные предложения:

Настоящим другом можно назвать человека, который ...

Вместе с другом мне хотелось бы ...

Дружбе мешает ...

Я ценю в друге ...

Мне нравится, когда друг ...

Дружбе помогает ...

После обсуждения психолог задает вопросы:

У вас есть настоящие друзья?

А каждый из вас может быть настоящим другом?

Задание 3. Злому волшебнику никто никогда не говорил добрых слов.

Почему? А вы друг другу когда-нибудь говорите добрые слова?

Давайте поиграем в *игру «Комплименты»* (с клубком). (Ребята и психолог сидят в кругу. Начинает игру психолог. Он дает клубок ребенку, сидящему рядом, и говорит комплимент или добрые слова и пожелания. Ребенок, получивший клубок, говорит комплимент соседу и передает клубок и т. д., пока клубок не вернется к психологу)

Задание 4. Вы помните, что в стране Радости, Солнца, Счастья и Доброты растет не простое дерево, а дерево желаний. Чего не хватает на дереве?

Листьев. Дерево просит, чтобы вы пожелали чего-то доброго для своих друзей. И с каждым пожеланием на дереве будет вырастать новый листочек.

Нарисуйте листочек, загадайте желание и приклейте к дереву.

Упражнение 3. «Спасибо за приятный день».

Психолог: «Встаньте, пожалуйста в общий круг. Один из вас выходит в середину круга, другой подходит к нему и говорит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит следующий, берет за свободную руку кого-либо из вас, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Так до тех пор, пока все не окажутся в новом кругу. Возьмитесь крепко за руки, молча посмотрите друг другу в глаза и улыбнитесь. Спасибо!

Упражнение 4. «Орлятский круг» (правая рука на плече, левая на талии). Легенда о дружбе.

Ритуал окончания занятия.