

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
средняя общеобразовательная школа д. Дорогино муниципального района
Уфимский район Республики Башкортостан

**Программа групповых коррекционных занятий для младших
школьников с элементами сказкотерапии.**

педагога-психолога
Горбуновой А.Р.

2017г.

Коррекционная работа психолога в школе - Программы

Программа групповых коррекционных занятий для младших школьников с элементами сказкотерапии.

(Бланк О. В., психолог)

Данная коррекционная программа рассчитана для детей младшего школьного возраста, для которых характерен низкий уровень самооценки. Самооценка - ценность, которая приписывается индивидом себе или отдельным своим качествам. В качестве основного критерия оценивания выступает система личностных смыслов индивида. Главные функции, которые выполняются самооценкой, - регуляторная, на основе которой происходит решение задач личностного выбора, и защитная, обеспечивающая относительную стабильность и независимость личности. Значительную роль в формировании самооценки играют оценки окружающих личности и достижений индивида.

Для того чтобы ребенок чувствовал себя счастливым, был способен лучше адаптироваться и преодолевать трудности, ему необходимо иметь положительное представление о себе. Дети с отрицательной самооценкой склонны чуть ли не в каждом деле находить непреодолимые препятствия. У них высокий уровень тревожности, они хуже приспосабливаются к жизни, трудно сходятся со сверстниками. Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость часто свойственны детям с заниженной самооценкой. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются и уходят. Иногда дети, которым дается негативная оценка в семье, стремятся компенсировать это в общении с другими детьми. Они хотят всегда и везде быть первыми, и если им это не удастся, такие дети могут быть агрессивны по отношению к сверстникам, вымещать на других все свои негативные эмоции. У таких детей очень высок риск деструктивного поведения по отношению к самим себе или к окружающим людям; их внутренний потенциал остается нераскрытым. Таким образом, становится очевидным необходимость оказания своевременной социально - психологической помощи данной категории детей. С этой целью и была разработана программа коррекции низкого уровня самооценки у детей младшего школьного возраста.

В нашей программе основным методом в работе с детьми, имеющими заниженную самооценку, была избрана сказкотерапия, как процесс подбора каждому ребенку своей особенной сказки.

Сказки и сочинение историй в целях обучения и целительства применяются с глубокой древности. М. Эриксон, Н. Пезешкиан, Б. Беттелхеймс стали применять метафоры, сказки и притчи в качестве средств психотерапевтической

интервенции. Н. Пезешкиан рассматривал притчи и поговорки как примеры живой образности речи, способствовавшей разрешению внутриспсихических конфликтов и снятию эмоционального напряжения. Сочинение и чтение сказок используется в игровой психотерапии для того, чтобы подсказать ребенку новые возможности и модели поведения, привлечь его внимание, стимулировать проявление скрытых способностей, и для того, чтобы укрепить в ребенке оптимизм и надежду, показывая ему возможность благоприятного исхода. Ребенок не «расшифровывает» смысл рассказа, а постигает его благодаря активизации своего воображения. Метафорическая история «включает» воображение ребенка и приводит к позитивным изменениям благодаря опоре на внутренний потенциал силы, самосознания и роста (Кроули Р.).

В основе данной программы лежат рассмотренные Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой в книге «Практикум по сказкотерапии» следующие положения:

- сказкотерапия - это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем.
- сказкотерапия - это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность.
- сказкотерапия - процесс объективизации проблемных ситуаций. Самое важное - создать ситуацию, в которой ребенок может задуматься над смыслом и неоднозначностью ситуации. В этот момент ребенок познает философию жизни: нет однозначных событий, даже внешне неприятная ситуация может через некоторое время обернуться благом.
- сказкотерапия - процесс активизации ресурсов, потенциал | личности.
- сказкотерапия - процесс экологического образования воспитания ребенка.
- сказкотерапия - процесс улучшения внутренней природы и мира вокруг.
- сказкотерапия - терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может материализоваться мечта; а главное в ней появляется чувство защищенности.
- сказкотерапия - природосообразная, органичная человеческому восприятию воспитательная система, проверенная многими поколениями предков.
- сказкотерапия - созерцание и раскрытие внутреннего внешнего мира, осмысление прожитого, моделирование будущего.

Цель коррекционной программы - формирование позитивной Я-концепции: повышение уверенности в собственных

силах, актуализация потенциала каждого ребенка и коррекция поведенческих реакций средствами сказкотерапии и социально - психологических игр на основе эклектического подхода.

Задачами программы являются:

1. Формирование у детей адекватных эмоциональных реакций в отношении себя, своих возможностей;
2. Формирование и закрепление саногенных состояний;
3. Обучение детей техникам конструктивного разрешения межличностных конфликтов;
4. Формирование у детей опыта конструктивного взаимодействия как со взрослыми, так и со сверстниками.

Тематический план занятий

Название темы	Часы
1. Давай познакомимся. Диагностика. Установление межличностных контактов между участниками группы. Выработка правил группы.	2
2. Мир эмоций. Снятие эмоционального напряжения.	2
3. Научись любить себя. Формирование позитивного отношения к себе.	4
4. Все в моих силах. Актуализация потенциала ребенка.	6
5. Вместе тесно, а врозь скучно. Обучение методам социально-приемлемого выражения негативных эмоций, техникам конструктивного разрешения	2

конфликтов.

6. Без друзей меня чуть-чуть, а с друзьями много. Русская народная сказка «Зимовье зверей». Развитие коммуникативных умений и навыков в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.

7. Праздник. Заключительное занятие - рефлексия. 2

Всего часов 20

Каждое занятие строится по следующим блокам: ознакомительно-организационный блок: настройка детей на занятие; коррекционно-развивающий блок: снятие психоэмоционального напряжения, коррекция эмоционально-личностной сферы ребенка; аналитико-рефлексивный блок: анализ отношения участников к занятию, к окружающим, рассмотрение перспектив на дальнейшую работу.

Тема 1

Цель: Создание игровой доверительной атмосферы в группе. Установление межличностных контактов между детьми. Знакомство с правилами группы. Диагностика уровня самооценки детей.

Методы: Методика диагностики самооценки «Лесенка», социально - психологические игры.

Материалы и оборудование: медальоны с изображением сказочных героев, магнитофон, кассета с записью веселой и грустной Музыка, для каждого ребенка лист бумаги с изображением домика и грустные и веселые «лица».

ЗАНЯТИЕ №1

1. Диагностика самооценки «Лесенка». Работа с детьми проводится в индивидуальном порядке. Руководитель показывает ребенку изображенную на листе бумаги лесенку (количество ступенек - 7) и предлагает ему поставить себя на одну из ступенек. Далее ребенку предлагается выбрать ступеньку, на которую его поставит мама, папа, учитель, друг (подруга).

2. Упражнения для первичного знакомства.

«Мой сказочный герой». Детям предлагается рассказать о себе от имени какого - либо сказочного героя (каждый ребенок придумывает себе «псевдоним» сказочного героя, выбирает для себя соответствующий медальон). Во время представления дети могут вспомнить эпизоды из сказок, голоса сказочных героев, отрывки из сказок.

Выработка ритуала приветствия и правил группы: называть друг друга по имени, не обзывать, не драться, не толкаться.

Упражнения на создание атмосферы доброжелательности и соучастия.

«Привет! Ты мне нравишься!» Все дети сидят в кругу. Один ребенок идет по кругу и дотрагивается до любого ребенка, сидящего в кругу. Они вдвоем начинают бежать по кругу в противоположные стороны. Когда дети встречаются, они останавливаются,жимают друг другу руки и говорят: «Привет! Ты мне нравишься, потому что ...!» и придумывают окончание фразы. Первый игрок возвращается в круг, а второй дотрагивается до головы другого играющего и игра продолжается (необходимо, чтобы каждый ребенок принял участие в игре).

«Сочиняем сказку». Руководитель группы начинает историю: «Жили - были...», дети продолжают по кругу. Когда очередь опять доходит до руководителя, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делает более осмысленным, и упражнение продолжается.

«Шустрики - мямки». Руководитель рассказывает детям о том, что люди все разные, не похожие друг на друга. Есть такие, которые не любят шумных игр, громких звуков, любят тихонько играть и чаще одни или с такими же «тихими» ребятами, любят читать в одиночестве и думать о чем - либо интересном. В этом и заключается их особенность. А есть совершенно другие дети: они любят веселые и шумные игры в больших детских компаниях, они много бегают, прыгают, шумят. И нельзя сказать, что они плохие дети, просто они такими родились: шумными и подвижными. Давайте с вами придумаем для таких разных детей шуточные названия. Пусть «шумных» зовут шустрики, а «тихих» - мямлики. Руководитель предлагает детям «разделить» сказочных героев на шустриков и мямликов. Затем детям предлагается подумать, кто же он: шустрик или мямлик (дети анализируют свое поведение). Далее руководитель предлагает детям потанцевать. Под медленную музыку они будут танцевать спокойно - как мямлики, а под быструю и веселую - как шустрики.

«Ручеек по выбору». Общение становится невербально-опосредованным. Это облегчает контакт, особенно на этапе знакомства, снижает напряжение. Эта игра дает возможность судить о симпатиях возникших в группе. Если в предыдущей игре группа разделится пополам (на шустриков и мямликов), то можно предложить детям такой вариант

игры: шустики выбирают для игры в «Ручеек» только мямликов и наоборот.

3. Рефлексия. «Сказочные дома».

Предварительно готовится для каждого ребенка персонально лист бумаги формата А4 с изображением домиков. Количество окошек в домике должно соответствовать количеству занятий. Ребенок будет клеить «личико». Занятие понравилось - улыбающееся личико, не понравилось - грустное. Данная рефлексия рассчитана на весь курс коррекционных занятий.

ТЕМА 2

Цель: Снятие эмоционального напряжения.

Методы: Социально - психологические игры, чтение сказки, беседа, рисунок «Мой страшный сон».

Материалы и оборудование: карточки с изображением эмоций, плакат для игры «Сказочные герои», бумага, карандаши, ножницы, текст сказки «Сказка про Чебурашку».

ЗАНЯТИЕ №2

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

«Встреча эмоций». Карточки с изображением эмоций раскладываются на две группы (грусть, усталость, веселье, удовольствие и т. д.). Руководитель предлагает детям представить, как встречаются различные эмоции: та, которая нравится, и та, которая неприятна. Руководитель изображает «хорошую», ребенок «плохую».

«Сказочные герои». Детям демонстрируется плакат с изображением героев сказок, каждый из персонажей отображает определенную эмоцию. Ребенок должен узнать эмоцию, объяснить свое решение и рассказать отчего, по его мнению, сказочный герой весел, злой, грустит и т. д. 1. Чтение сказки «Сказка про Чебурашку».

В данной сказке освещается проблема детских страхов (непосредственно страха темноты). Руководитель читает детям сказку.

Вопросы для беседы:

Расскажи, чего боишься ты? Было ли такое, когда ты сильно испугался? Преодолел ли ты свой страх?

«Чего Я боюсь». Детям раздают листы бумаги и карандаши. Им предлагается нарисовать то, чего они боятся. После рисования еще раз поговорить о том, чего же конкретно боится ребенок. Затем необходимо дать детям ножницы и попросить разрезать «страх» на мелкие кусочки, а мелкие на еще более мелкие. Когда «страх» рассыплется на мелкие

кусочки, необходимо показать детям, что собрать его не возможно. Мелкие кусочки бумаги необходимо выбросить в мусорное ведро. Мусор увезут и сожгут, а вместе с ним сожгут и «страх», и больше его никогда не будет.

«Мы хорошие». Все дети стоят в кругу. Руководитель предлагает всем поднять вверх правую руку, кисть руки сложить в виде ковшика над головой. Такой рукой - «ковшиком» дети гладят себя, опуская руку медленно все ниже и ниже. Затем им предлагается погладить друг друга и громко сказать: «Мы хорошие!». 2. Рефлексия. «Сказочные домики».

ТЕМА 3

Цель: формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, формирование желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению ребенка.

Методы: релаксация по представлению «Здравствуй Я, мой любимый», чтение сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок», Шарля Перо «Золушка», рисунок «Это я теперь», «Я в будущем», социально-психологические игры.

Материалы и оборудование: текст сказки, магнитофон и кассета с музыкой для релаксации, бумага и карандаши, карточки для игры «Какой я. Выбери», тюбики губной помады.

ЗАНЯТИЕ №3

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

Релаксация «Здравствуй Я, мой любимый».

Устройтесь удобно. Я предлагаю вам отнестись очень ответственно и внимательно к тому, что будет происходить с вами. Закрывайте глазки и слушайте внимательно:

Вот ваши ноги... Поставьте их так, чтобы каждая нога, если бы была живая, могла сказать: «Спасибо, что ты обо мне позаботился». Положите поудобнее правую руку. Каждая рука достойна того, чтобы о ней позаботиться и обратить на нее свое теплое внимание, чтобы она почувствовала эту заботу. И левая рука, твоя левая рука. Пусть она ляжет также спокойно, пусть опустится твоя кисть. И каждый палец почувствует твое внимание, твое тепло, твою заботу. Пройдись по ним. и погладь своим вниманием каждый

свой палец. Что ты сейчас чувствуешь на кончике каждого своего пальца? Среднего, четвертого... Активнее работают кровеносные сосуды, чувствуешь, как бьется кровь, чувствуется легкое покалывание. Те же ощущения, отразившись от левой руки, появились в правой, правая рука сразу отозвалась. Я чувствую жизнь в каждом из своих пальцев, биение

теплой крови, покалывание. Кисти стали свободными и мягкими. Они просто лежат, отдыхают. Они благодарят меня за заботу о них, а я благодарю их. Я благодарю свои руки свои руки за то, что они сильные, они умелые. Мои руки умеют делать множество чудесных вещей. Они умеют работать, они сильные, они тонкие и нежные. Они бывают очень теплыми и ласковыми. Они умеют принимать тепло, они умеют дарить тепло. Это умеют мои руки, и я эти руки не променяю ни на какие другие. Я люблю их. Спасибо вам, мои руки.

Я дышу и чувствую, как воздух входит в меня, я принимаю его. И выдыхаю - воздух выходит из меня. Я рад, что у меня есть эта гармония с миром, то, что я могу принимать в себя воздух - и отпускать его. Дыхание ровное, спокойное, мне дышится легко.

И вот луч внимания мягко и тепло скользит по моему лицу. Мягкая кисточка внимания скользит по моему лбу. Сбрасывается напряжение со лба, уходит напряжение с моих глаз. Они отпускаются, расслабляются, отдыхают. Это непросто сделать, так много жизни вокруг них. Но я снимаю все проблемы и отпускаю свои щеки. Пусть отдохнет мое лицо. Как много работает лицо! Глаза смотрят, глаза ищут, глаза говорят, глаза спорят, глаза сопротивляются, глаза любят, глаза дают, глаза живут больше, чем что - либо другое в моем теле. Это зеркало моей души, это мои самые первые работники. Как много они делают! Спасибо вам! Вы соединяете меня с миром, вы показываете мне небо, вы показываете мне солнце, вы показываете мне весь мир.

Мое лицо... мое лицо - самая важная часть меня, визитная карточка моей личности. Мое лицо, которое всегда со мной, которое работает со мной, которое радуется со мной, которое преодолевает со мной все жизненные трудности - и живет со мной дальше. Спасибо тебе, мое лицо! Ты всегда рядом со мной! Мне хорошо с тобой. Спасибо тебе.

И мои труженики - ноги. Я всегда забываю о них. Они с утра до вечера носят меня по жизни, ходят, бегают, держат меня. Мы сердимся на них, когда они нас подводят. Мы забываем о том, что они день за днем выполняют самую тяжелую работу, тихо, не ожидая от нас никакой благодарности. Спасибо вам, мои ноги!

И все мое тело - спасибо, что ты есть у меня, что ты даешь мне жизнь, что ты даешь мне возможность быть. Я хочу заботиться о тебе, я люблю тебя. Спасибо, что ты у меня есть. Отдыхай.

Вы дышите ровно, спокойно... и возвращаетесь потихоньку сюда. Возвращаетесь в эту комнату. Глубоко вдохните, откройте глаза -и окажитесь здесь.

3. Чтение сказки «Гадкий утенок». Дети удобно рассаживаются на полу, и руководитель читает им сказку.

Вопросы для беседы:

Почему никому не нравился Гадкий утенок в начале сказки? Что же с ним произошло в конце сказки? Чувствовал ли ты

себя когда - либо «гадким утенком»? Как ты поступал в данной ситуации?

«Это я теперь!». Дети рассаживаются на полу, руководитель предлагает им бумагу и карандаши. Детям предлагается нарисовать самого себя, свой автопортрет. По желанию детей рисунки можно развесить на стенде.

«Веселая зарядка». Руководитель рассказывает, дети показывают." Каждый из вас - хозяин своего тела! Вы - проснувшиеся кошечки, вытягиваете то передние, то задние лапки. Или мы - упавшие на спину божьи коровки? Удастся ли перевернуться без посторонней помощи? А теперь мы - крадущиеся в зарослях тигры. Станем тростником на ветру и возьмем себе его гибкость. А теперь вздохнем поглубже и превратимся в воздушные шарики. Еще чуть - чуть и полетим. Тянемся вверх, как жирафы. Попрыгаем как кенгуру, . чтобы стать такими же ловкими и сильными. А теперь мы - маятники. Тяжелые бронзовые маятники в старинных часах. Покачаемся из стороны в сторону - и нам на все хватит времени. А теперь запустим самолет. Крутим его пропеллер изо всей силы. Изогнемся, как лук индейца, и станем такими же упругими. Какая из наших двух ног сегодня выше подпрыгнет - левая или правая? Побей собственный рекорд, присядь на один раз больше, чем вчера. Ты победитель! Весь день станет нашим! Впрочем, можно и не делать зарядку, а ползать целый день, как старая больная черепаха.

2. Рефлексия «Сказочные домики».

ЗАНЯТИЕ №4

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

«Какой Я. Выбери» Каждому участнику дается карандаш и лист бумаги, разделенный на две части, в правом верхнем углу листа стоит «+», в левом верхнем углу - « - » и следующая инструкция: напиши в-правом столбике под знаком «+» те свои черты характера, интересы и чувства, которые тебе нравятся, а в левом столбике под знаком « - », те, которые не очень нравятся. После выполнения задания, желающие могут зачитать свой перечень остальной группе.

2. Чтение сказки «Золушка». Дети удобно рассаживаются на полу, руководитель читает им сказку.

Вопросы для беседы:

Как жилось Золушке в доме мачехи. Какая она была? Почему принц выбрал именно Золушку? А кем хотите стать вы, когда вырастите?

Рисунок «Я в будущем». Данное упражнение позволяет осознать возможность преодоления замкнутости, дает ребенку перспективу на будущее и уверенность в своих силах. Дети удобно размещаются по комнате. Им дается следующее задание: нарисовать себя таким, каким видит себя в будущем.

Вопросы для обсуждения:

Как ты будешь выглядеть? Как ты будешь себя чувствовать? Какими будут твои отношения с родителями? Братом? Сестрой? С одноклассниками? С друзьями?

«Хвасталки». Дети садятся на полу в круг. Руководитель предлагает им рассказать друг другу о своих успехах: «Ничего, что это будет немного похоже на хвастовство. Жизнь так разнообразна, что в ней всегда найдется сфера, в которой вы можете быть успешны. Чем больше людей достигают успеха, тем лучше для каждого из нас и тем легче каждому из нас добиться и своего успеха». Детям предлагается подумать о каком-нибудь своем достижении. При этом не имеет значение, большое это достижение или маленькое. Игру начинает руководитель. Он подходит к одному из детей и рассказывает о своих успехах, передавая радость от достигнутого. Ребенок, выслушав, должен сказать: «Я рад за тебя». Затем этот ребенок идет к следующему и рассказывает ему о своем успехе. Тот в свою очередь скажет: «Я рад за тебя». И продолжит игру.

Вопросы для анализа:

Понравилась ли тебе эта игра? Легко ли тебе было говорить о своих успехах? Легко ли тебе было радоваться вместе с другими детьми?

«Дизайнеры». Для игры необходимы тюбики губной помады. Каждый ребенок получает по тюбику и ему разрешается подойти к любому участнику и «украсить» его лицо, руки, ноги, но аккуратно. Необходимо следить за тем, чтобы украшали всех, в том числе, и руководителя группы.

3. Рефлексия. «Сказочные домики».

ТЕМА 4

Цель: развитие у ребенка чувства уверенности в себе, в собственных силах, актуализация потенциала каждого ребенка, его достоинств, формирование и закрепление саногенных состояний.

Методы: чтение сказок, социально - психологические игры, беседа, рисунок «Как мы боремся с трудностями», диагностика уровня самооценки «Лесенка».

Материалы и оборудование: тексты сказок, серединки и лепестки «цветика-семицветика», бумага и карандаши, одеяло.

ЗАНЯТИЕ №5

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

«Рыбаки и рыбки». Два участника - рыбки. Остальные встают парами лицом друг к другу в две линии, берут друг друга за руки - это сеть. Рыбка хочет выбраться из сети, она знает, что это опасно, но впереди ее ждет свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые при этом усердно задевают ее по спине, слегка постукивают по ней, щекочут. Выползая из сети, рыбка ждет свою подружку, ползущую за ней, они берутся за руки и | становятся сетью. Процесс смены ролей повторяется. (Движения сети должны быть в меру агрессивными).

2. Чтение сказки «Сказка о маленьком ежику». В данной сказке освещается проблема «изгоя в группе». Дети удобно устраиваются на полу, руководитель читает им сказку.

Вопросы для беседы:

- Такие Ежики, Белочки, Медвежата и пр. живут среди нас, и мы сами можем оказаться на их месте. Итак, что же мы будем делать, если: ты пришел в новый класс, тебе надо познакомиться с детьми; дети во дворе играют в интересную игру, ты тоже хотел бы играть с ними, присоединись к ним.

- Что бы ты посоветовал Ежику, чтобы над ним не смеялись.

«Цветик - семицветик». Дети рассаживаются на полу в кружок, каждому раздается серединка цветка. Один ребенок садится в центр круга, другие дети по очереди говорят о нем что-то хорошее, хвалят, затем берут в руки один из лепестков (лепестки могут быть одного цвета или разноцветные) и отдают сидящему в кругу. Так у каждого ребенка, которого «похвалили», получается цветок с количеством лепестков равным числу участников группы. В центре круга должен посидеть каждый ребенок.

«Кораблик». Для игры необходимо одеяло - это корабль, красивый парусник. Дети - матросы. Один ребенок - капитан. Он должен быть в центре корабля, в момент сильной качки он должен громким голосом дать матросам команду «Бросить якорь!» или «Стоп, машина!», или «Всех наверх!», чтобы спасти корабль и матросов. Затем матросы берутся за края одеяла и начинают медленно раскачивать корабль. По команде: «Буря!» качка усиливается. Как только капитан громким голосом прокричит команды, корабль спокойно опускается на пол, капитану жмут руку и хвалят его (дети меняются).

3. Рефлексия «Сказочные домики».

ЗАНЯТИЕ №6

Диагностика самооценки «Лесенка».

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

«Мышь в мышеловке». Все дети встают в круг и плотно прижимаются друг к другу ногами, бедрами, плечами и обнимаются за пояс - это мышеловка. Водящий - в кругу. Его задача - всеми возможными способами вылезть из мышеловки: отыскать «дыру», уговорить кого - то раздвинуть играющих, найти другие способы действий, но выбраться из создавшейся ситуации. Если руководитель замечает, что мышенок загрустил и не может выбраться, он регулирует ситуацию, например: «Давайте все вместе поможем мышонку, расслабим ножки и ручки, пожалеем его».

2. Чтение сказки Андерсена «Дюймовочка». Дети удобно располагаются, руководитель читает им сказку.

Вопросы для беседы: В чем сила маленькой Дюймовочки? Что сегодня можешь сделать ты?

«Назови свои сильные стороны». Каждый ребенок в течение нескольких минут должен рассказать о своих сильных сторонах - о том, что он любит, ценит и принимает в себе, о том, что дает ему чувство уверенности в себе. Не обязательно говорить только о положительных чертах характера. Важно, чтобы ребенок говорил прямо, не умаляя своих достоинств. Данное упражнение развивает умение думать о себе в позитивном ключе и не стесняться говорить о себе в присутствии других.

«Сказка». Ребенку предлагается придумать сказку о человеке, которого зовут так же, как его, опираясь на значение и звучание имени. Например: Марина - морская, сказка о девочке, которая живет в море.

Это упражнение способствует не только лучшему осознанию себя, но и развитию умения говорить о себе без стеснения, оценке своих лучших сторон, а также преодолению страха перед группой и установлению в ней доброжелательной атмосферы.

«Соломинка на ветру». Все дети встают в круг, вытягивают руки ладонями вперед. Выбирается «соломинка». Она встает в центр круга с завязанными или закрытыми глазами. По команде руководителя: «Не отрывай ноги от пола и падай назад!», - участники игры по очереди прикасаются к плечам «соломинки» и, осторожно поддерживая, передают ее следующему. В результате каждый боится другого, и «соломинка» плавно покачивается по кругу. Необходимо вначале выбирать на роль «соломинки» более уверенных детей». Недоверчивые и робкие дети сначала должны побывать в роли поддерживающих.

3. Рефлексия «Сказочные домики».

ЗАНЯТИЕ №7

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

«Дракон». Все дети становятся в линию, держась за плечи. Первый участник - «голова», последний - «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватит «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

2. Чтение сказки Андерсена «Дикие лебеди». Дети усаживаются на полу, руководитель читает им сказку.

Вопросы для беседы:

- Почему Элиза смогла расколдовать своих братьев? Какие трудности пришлось ей преодолеть?
- Каждый день ставит перед нами новые задачи, с которыми нам нужно справиться, на своем пути мы встречаем множество всевозможных трудностей. Трудности, с которыми мы справляемся, | делают нас сильнее, умнее, увереннее в себе. Какие способы преодоления трудностей знаете вы? Вспомните примеры, как вы или ваши друзья преодолели различные жизненные препятствия.
- Если ты попадешь в трудную ситуацию, кто сможет помочь тебе? Кого бы ты попросил о помощи?
- Давайте подумаем, что значит «на ошибках учатся»? Групповой рисунок «Как мы боремся с трудностями». После беседы руководитель предлагает детям нарисовать способы преодоления трудностей. Совместное рисование на данную тему, поможет ребенку развить уверенность в себе, приоткрыть сверстникам свой внутренний мир.

«Закончи предложение». Дети сидят в кругу. По кругу, по команде руководителя дети по очереди заканчивают каждое из предложений:

Я хочу...

Я умею... Я смогу... Я добьюсь...

Каждого ребенка можно попросить объяснить тот или иной ответ. Данное упражнение способствует повышению уверенности в себе, в своих силах.

«Паровозик». Дети встают в круг. По очереди они выступают в роли ведущего, который показывает определенные движения. Ведущий как бы паровозик, который ведет за собой вагоны, повторяющие все его движения. Дети - «вагончики» должны повторить то, что изображает ведущий, и, если он показывает не просто набор движений, а какого-нибудь человека или животное, отгадать, кого он изображает.

3. Рефлексия. «Сказочные домики».

ТЕМА 5

Цель: обучение детей адекватным способам и приемам выражения негативных эмоций, техникам конструктивного решения конфликтов в диаде и группе.

Методы: чтение сказки, социально - психологические игры, беседа.

Материалы и оборудование: текст сказки, небольшие подушки.

ЗАНЯТИЕ №8

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

Слушание песенки Шаинского «Добрым быть совсем не просто».

«Говорят не только слова». Руководитель предлагает детям сказать одну и ту же фразу зло и миролюбиво. Например: Я не хочу с тобой играть. Это не честно. Ты разрушил мою работу. Ты рисуешь моим фломастером.

Далее детям предлагается обсудить, как было проще говорить: зло или миролюбиво. Дети обсуждают проблему: почему говорить по -доброму и быть добрым сложно и требует особых стараний.

2. Чтение сказки «Заяц с рюкзаком». В данной сказке освещается проблема негативного поведения ребенка (детской драчливости).

Вопросы для беседы:

Как ты думаешь, что же произошло с зайцем ночью. Что бы ты сказал такому зайцу, если бы повстречал его. Если тебя кто - либо обидит (ударит, обзовет), как поступишь ты.

«Подушечные бои». Для игры необходимы маленькие подушки. Дети разбиваются на две команды. Играющие бросают друг в друга подушками, издавая при этом победный клич, бьют ими друг друга.

«Ругаемся овощами». Руководитель предлагает детям поругаться, но не плохими словами, а овощами: «Ты - огурец», «А ты - редиска», «Ты - морковка», «А ты - тыква» и т. д.

«Разыгрывание ситуации». Детям предлагается разыграть следующие ситуации:

- два мальчика поссорились - помири их;
- ты и твой друг хотят играть одной и той же игрушкой;
- твой друг обижен на тебя, извинись перед ним, попробуй помириться.

3. Рефлексия. «Сказочные домики».

ТЕМА 6

Цель: развитие коммуникативных умений и навыков в общении со сверстниками и взрослыми.

Методы: чтение сказки, социально - психологические игры, беседа. Материалы и оборудование: текст сказки, карточки с изображением цифр, рукавички из бумаги, магнитофон, кассета с веселыми детскими мелодиями.

ЗАНЯТИЕ № 9

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

«Ветер дует на...» Со словами «Ветер дует на...» руководитель начинает игру. Чтобы дети побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» - все светловолосые дети собираются в одну группу. «Ветер дует на того, у кого есть сестра», «кто любит животных», «у кого много друзей» и т. д. Необходимо дать возможность детям побыть ведущими.

2. Чтение русской народной сказки «Зимовье зверей». Вопросы для беседы:

Почему животные одержали победу? С кем бы ты ничего не испугался? Как ты понимаешь слова «Один друг лучше ста слуг»?

«Рукавички». Количество пар вырезанных из бумаги рукавичек равно количеству пар участников группы. Руководитель раскладывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети расходятся по комнате. Отыскивают свою пару, отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, как можно быстрее, раскрасить совершенно одинаково рукавички. Необходимо понаблюдать, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. По окончании работы, необходимо подвести итоги: понравилось ли работать в парах, какие были трудности в организации работы, что не получалось.

«Строим цифры». Дети свободно двигаются по комнате под веселую музыку. По команде руководителя (музыка останавливается, руководитель поднимает руки с карточками, на которых изображены цифры). За 1 минуту дети должны из своих тел построить цифру, изображенную на карточке. Если дети справляются с заданием быстро, то время можно сократить.

3. Рефлексия. «Сказочные домики».

ТЕМА 7

Цель: подвести итог всей проделанной работе.

Методики: праздник, беседа, социально - психологическая игра, диагностика самооценки «Лесенка».

Материалы и оборудование: бланки для диагностики, рисунок домика с окошками по количеству участников, все для чаепития.

ЗАНЯТИЕ №10

Диагностика самооценки, методика «Лесенка».

1. Приветствие. Ритуал приветствия, выработанный на первом занятии.

2. «Новоселье». Детям предлагается нарисовать свои портреты и «поселить» их в домик, каждый в свое окошко, рисунок которого висит на стенде. Затем дети все вместе раскрашивают дом красками. После того, как рисунок будет готов, рядом с ним вывешивают и «сказочные домики» - персональная рефлексия предыдущих занятий. На стенде получается целый сказочный город.

«Чемодан в дорогу». Руководитель говорит о том, что наступил момент прощания и скоро все мы разойдемся, но не с пустыми руками, всем мы соберем «чемодан» в дорогу. Каждому раздается лист бумаги А4 на котором нарисован чемодан и цветные карандаши (по желанию дети могут его раскрасить). Затем каждый передает свой «чемодан» соседу, который пишет в «чемодан» свои добрые и хорошие пожелания. Так листочки передают по кругу до тех пор, пока к каждому не вернется его «чемодан».

3. Сладкий праздник.

Организуется чаепитие и сладкий стол. Руководитель поощряет свободное общение детей, обмен мнениями о прошедших занятиях, о некоторых моментах занятий.