МБОУ Белоярская специальная (коррекционная)

общеобразовательная школа –интернат VIIIвида

Коррекционно-развивающая программа

коммуникативных навыков для детей

начальной школы

Контингент обучающиеся 1 - 4 классов

Сроки реализации программы:

в течение 12 недель учебного года

Автор:

Зенкина М.Ю.

педагог-психолог

Белый яр

Пояснительная записка.

В настоящее время повышенная агрессивность свойственна многим детям независимо от их возраста, пола, социального положения. Данное утверждение подтверждается результатами ежегодных наблюдений за детьми в образовательных учреждениях. Особенно повышенная агрессивность проявляется в начальном звене: в силу возрастных особенностей дети еще не умеют в полной мере контролировать свои эмоциональные проявления, управлять своими поведенческими реакциями и, при этом, характеризуются несформированностью элементарных навыков общения, налаживания коммуникаций. В начальном звене агрессия проявляется как в вербальной, так и в физической форме. Учащиеся 2 – 4, а в отельных случаях и 5 классов не умеют договариваться в спорных вопросах, уступать другим ребятам в игре, решать возникающие конфликты неагрессивным способом. Школьники данной категории, в основном, общаются посредством грубых слов, выражений и кличек, не используют во взаимодействии с окружающими элементарные вежливые слова, часто прибегают к физическим формам воздействия на обидчика – могут толкнуть, ударить, укусить и т.п. Зачастую основной причиной подобного поведения, по мнению исследователей, является отсутствие в поведенческом арсенале детей других – неагрессивных и социально приемлемых – способов общения и взаимодействия с окружающими. С возрастом данные особенности детей становятся все более привычными (закрепляются в поведении), агрессивность детей приобретает более выраженную враждебность и начинает граничить с противоправным поведением. В связи с чем работа по коррекции агрессивных проявлений необходима именно в младшем школьном возрасте, т.к. подобные состояния легче исправить, когда они еще не закрепились как тенденция в поведенческом арсенале детей. Работа по коррекции агрессивного поведения, прежде всего, должна быть направлена на развитие элементарных навыков общения, умения сотрудничать, прислушиваться к мнению другого, уступать. Кроме этого, в систему работы должно быть включено обучение детей приемлемым способам избавления от гнева. Важным в коррекционной работе с данными детьми является развитие способности анализировать свое поведение, чувства, качества личности, а также формирование чувства эмпатии. Обязательным в коррекционной работе является соучастие в ней

педагогов и родителей. Именно от стиля поведения самих родителей и педагогов, особенностей их взаимодействия с агрессивными детьми зависит успешность и результативность проводимой педагогом-психологом коррекции.

Цель программы: коррекция агрессивного поведения и развитие коммуникативной сферы учащихся начального звена.

Задачи программы:

Обогащение поведенческого репертуара учащихся социально приемлемыми навыками взаимодействия в конфликтной ситуации, игровой ситуации, ситуации повседневного общения.

Формирование умений сотрудничать, работать в мини-группе. Развитие рефлексии (умения анализировать собственное поведение, поступки, качества личности, эмоции и чувства). Обучение приемлемым способам выражения негативных эмоций (гнева, обиды, раздражения), избавления от них.

Условия реализации программы.

Продолжительность и периодичность занятий. Коррекционно-развивающая программа рассчитана на 12 занятий по 40 - 50 минут с периодичностью их проведения 1 раз в неделю. Форма проведения занятия - групповые занятия с элементами тренинга. Предпочтительное количество участников коррекционно-развивающих занятий - 12 – 15 человек.

Структура занятий:

разминка;

обсуждение домашнего задания;

основная часть занятия: чтение сказки, просмотр мультипликационного

фильма по теме, выполнение упражнений;

обсуждение после каждого выполненного упражнения;

получение учащимися домашнего задания;

проведение сеанса релаксации;

ритуал завершения занятия.

Методическое обеспечение программы: элементы сказкотерапии и арт-терапии, ролевое роигрывание ситуации, групповая дискуссия, беседа, упражнения на самопознание, елаксационные техники.

Предполагаемый результат: снижение уровня агрессивности младших школьников за счет расширения их арсенала коммуникативных навыков и умений для повседневного взаимодействия (в том числе в конфликтной ситуации, ситуации игрового взаимодействия) с окружающими.

Учебно-тематический план.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №занятия | Название темы | Кол-во часов |
| Занятие №1 | «Кто такой агрессивный человек» | 40 мин |
| Занятие №2 | «Учимся правильно выражать обиду и гнев» | 40 мин |
| Занятие №3 | «Избавляемся от гнева правильно» | 40 мин |
| Занятие №4 | «Правила безопасного общения» | 40 мин |
| Занятие №5 | «Как реагировать на грубость» | 40 мин |
| Занятие №6 | «Что делать, когда дразнят?» | 40 мин |
| Занятие №7 | «Вежливые слова – помощники в дружбе» | 40 мин |
| Занятие №8 | «Как правильно играть?» | 40 мин |
| Занятие №9 | «Учимся сотрудничать» | 40 мин |
| Занятие №10 | «Как правильно привлечь к себе внимание?» | 40 мин |
| Занятие №11 | «Кто такой настоящий друг?» | 40 мин |
| Занятие №12 | «Давайте жить дружно» | 40 мин |

Содержание коррекционно-развивающей программы.

|  |  |
| --- | --- |
| Занятие №1  «Кто такой  агрессивный  человек?» | Задачи:  1. Создание положительной мотивации у учащихся на  изменение своего стиля взаимодействия с окружающими.  Знакомство учащихся с понятиями «Агрессивность»,  «Агрессивный человек», «Агрессивное поведение».  Формирование отрицательного отношения к агрессивным  формам взаимодействия с окружающими.  Развитие умения анализировать собственное поведение,  качества личности.    Ход занятия:    1. Знакомство с понятием «Агрессивность» (Вопросы для  дискуссии: «Что это такое?» «На что похожа агрессивность,  если сравнивать с животными, растениями, явлениями  природы?» «Какого человека можно назвать агрессивным: как  он выглядит, как ходит и разговаривает, как ведет себя?».  Делается вывод: агрессивный человек – тот человек, который  проявляет агрессию – ругается, орет, дерется, дразнится и т.д.)    2. Упражнение «Портрет агрессивного человека» (Учащиеся,  представив агрессивного человека, рисуют его цветными  карандашами).    3. Обсуждение рисунков (Вопросы для обсуждения: «Как  понять по рисунку, что человек агрессивный?» «За что можно  уважать агрессивного человека?» «За что нельзя уважать  агрессивного человека?» «Как к такому человеку относятся  окружающие?» «Как ты сам относишься к нему?»).    4. Упражнение «Темные и светлые мешочки» (В кабинете на  стене крепятся два мешочка – черный и белый. Ребятам  объявляется, что все качества человека можно разделить на  две группы – темные (плохие, которые мешают ему общаться  с другими, приносят неприятности) и светлые (хорошие,  которые помогают человеку жить, трудиться, общаться). На  отдельном листочке печатается слово «Агрессивность».  Учащимся предлагается определить, к какой группе  человеческих качеств относится агрессивность – светлым  (положительным) или темным (отрицательным), и  расположить это качество в соответствующий мешочек. Также  им предлагается обосновать свой выбор, доказав примерами из жизни).    5. Дискуссия «Большой секрет для маленькой компании»  (Учащимся объявляется, что агрессия в некоторых ситуациях -  это нормально. И обсуждается вопрос «В каких ситуациях?»:  в ситуации опасности).    6. Чтение рассказа «О путнике и его беде» (В рассказе  говорится о том, что агрессия необходима человеку в  ситуации обороны – например, для защиты Родины от  захватчиков, в других же ситуациях она должна быть под  контролем человека, т.к. может причинить много вреда  окружающим).    7. Обсуждение рассказа (Вопросы для обсуждения: «В чем  была самая главная беда путника?», «Можно ли главного  героя (путника) назвать агрессивным человеком? Почему?» «К  чему в рассказе привело неумение сдерживать свою  агрессивность?», «Если бы люди деревни всегда по  отношению ко всем были дружелюбными (в том числе не  проявляли агрессии, обороняясь от захватчиков), могли бы  они быть в безопасности?», «Правильно ли то, что в  некоторых случаях агрессия - это нормально?», «Приведите  примеры из вашей повседневной жизни, когда у вас может  возникнуть необходимость проявлять агрессивность по  отношению к другим людям», «Можно ли в других случаях  проявлять агрессию?»).    8. Упражнение «Волшебные очки» (Учащимся предлагается  примерить волшебные очки, которые помогают человеку  увидеть в себе темные (отрицательные качества). Ребятам,  одев очки, необходимо всмотреться в свой внутренний мир и  понять, есть ли в нем такое качество как агрессивность.  Предлагаются вопросы для обсуждения: «Когда проявляется  агрессивность?», «Мешает или помогает агрессивность  дружить, общаться с окружающими?», «Хочет ли ребенок  избавиться от агрессивности?». После оценки детьми  собственного поведения, психологом формулируются цели  предстоящих с детьми коррекционных занятий. Ребята  информируются о том, что на занятиях они научатся  правильно общаться с окружающими; научатся избавляться от  имеющейся агрессии, не причиняя вред другим; узнают о  некоторых положительных и отрицательных качествах  человека, попробуют понять, есть ли эти качества у них  самих).  9. Д/З – Пронаблюдать за своим поведением и запомнить  ситуации, в которых учащиеся злятся, проявляют агрессию и  гнев (Пронаблюдать за своим поведением детям помогает  классный руководитель/воспитатель – можно предложить  ребятам вести дневник наблюдения за своим поведением).    10. Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»  (Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания,  ведущий начинает первый, задавая правильный настрой |
| Занятие №2 «Учимся  правильно  выражать  обиду и гнев» | Задачи:  Обучение учащихся приемлемым способам выражения обиды  и гнева.  Обогащение репертуара поведенческих реакций в  конфликтной ситуации.  Знакомство с техникой «Я - высказывание», ее отработка.  Развитие умения анализировать собственное поведение.    1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).    2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся рассказывают о  ситуациях, в которых они злились, испытывали чувство  злости, как часто эти чувства у них появлялись, как они вели  себя в подобных ситуациях. Психолог обобщает все сказанное  выводом, что у каждого человека в жизни бывают ситуации,  когда он злится, раздражается, гневается, обижается. Только  все ведут себя в подобных ситуациях по-разному – кто-то  агрессию (гнев, обиду) проявляет, причем каждый по-разному,  кто-то ее не проявляет).    3. Просмотр мультипликационного фильма «Месть кота  Леопольда» (Кот Леопольд не умел злиться на мышей,  которые делали ему всякие пакости, и всегда прощал их. Для  изменения ситуации он выпил лекарство «Озверин» - стал  злым, страшным, грубым, мстительным. Но долго злиться на  мышей не смог).    4. Обсуждение мультфильма (Учащимся задаются вопросы:  «Как кот Леопольд вел себя в ситуации, когда его обижали в  начале мультфильма?», «Как кот Леопольд вел себя в обидной  ситуации в конце мультфильма, когда выпил «Озверин»?»,  «Какой из увиденных способов поведения правильный?». В  беседе с детьми необходимо подвести их к мнению о том, что  ни первый способ (терпеть и прощать все обидные действия в свой адрес), ни второй способ (драться, ругаться в ответ на  обидные действия) не приемлемы. Они являются крайними и  нежелательными формами поведения. В первом случае  страдает сам человек. Во втором случае – страдают  окружающие. Выражать свое недовольство и обиду нужно, но  надо уметь это делать правильно).    5. Упражнение «Опасно - безопасно» (Ребятам предлагаются  возможные ситуации проявления агрессии. Им необходимо  определить, являются ли предложенные в перечне способы  выражения гнева, злости, обиды опасными или безопасными  для окружающих людей и самого человека. С учащимися  обсуждается вопрос о том, почему одни способы выражения  гнева опасны, а другие безопасны. Списки двух получившихся  групп по желанию дополняются примерами ребят).    6. Упражнение «Волшебная фраза» (Учащиеся  информируются о том, что есть волшебная фраза, которая  поможет выразить свое недовольство, при этом не обидев  другого человека. Психолог знакомит учащихся с формулой  «Я - высказывания», например: «Коля, мне очень неприятно,  когда ты меня называешь таким обидным словом.  Пожалуйста, называй меня по имени»).    7. Упражнение «Психологический театр» (Ребятам  предлагается представить, что они актеры театра и им  необходимо обыграть несколько ситуаций. Ситуации для  обыгрывания, в которых необходимо выразить свое  недовольство с помощью «волшебной» фразы - «Я -  высказывания»: 1.Одноклассник взял без спроса твою ручку.  2.Девочки класса смеются над тем, что у тебя не получается  прыгать на скакалке. 3.Ученик в классе придумал тебе  прозвище и начал обзываться и т.п.)    8. Д/З – Попробовать использовать один из безопасных  способов выражения гнева и обиды - волшебную фразу («Я -  высказывание») (В выполнении д/з учащимся оказывает  помощь классный руководитель/воспитатель, контролируя  поведение детей в конфликтной ситуации, напоминая о  «волшебной» фразе).  - Прочитать сказку Бретт Д. «Истории про Энни: Релаксация»  (Рассказ читается с детьми в классе/группе в свободное  время вместе с классным руководителем или воспитателем с  последующим обсуждением. Вопросы для обсуждения: «Какой  из способов предлагается в рассказе для избавления от плохого настроения?», «Как влияет на человека  расслабление?», «Что помогает человеку расслабиться,  отвлечься от забот, негативных эмоций?»).    9. Прощание – упражнение «Комплимент» (Учащиеся по  кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает  первый, задавая правильный настрой). |
| Занятие №3 «Избавляемся от гнева правильно» | Задачи:  1. Знакомство учащихся с приемлемыми способами  избавления от гнева и других негативных эмоций.  2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в  конфликтной ситуации.  3. Знакомство учащихся с разными техниками «выпускания  пара» (ауторелаксацией, саморегуляцией, дыхательной  гимнастикой, самовнушением и др.), их отработка.  4. Развитие умения анализировать собственное поведение,  эмоции.    Ход занятия:    1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).    2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся делятся  информацией о том, получилось ли у них выражать свой гнев,  обиду с помощью «волшебной» фразы. Помогла ли эта форма  выражения негативных эмоций в разрешении конфликтных  ситуаций и ссор?).    3. Просмотр м/ф «Уроки хороших манер: Умение управлять  гневом» (В мультипликационном фильме в виде поучительной  беседы учителя с учащимися даются знания о том, какими  способами можно избавиться от своего гнева (и других  негативных чувств), не причинив вред самому себе и  окружающим.)  4. Обсуждение м/ф (Вопросы для обсуждения: «Какие чувства  обычно возникают у человека в ответ на грубое поведение  окружающих?», «Можно ли постоянно держать гнев (обиду и  другие негативные чувства) внутри себя? Почему?», «Какие  способы в мультфильме предлагаются для выплескивания  гнева и других негативных эмойций? Опасные ли эти способы  или безопасные?» В беседе с детьми необходимо подвести их  к выводу о том, что грубое поведение человека может  вызывать у других людей множество негативных чувств.  Возникающие негативные чувства - злость, гнев - как нельзя держать в себе, так и нельзя выплескивать на окружающих. От  имеющегося гнева и других негативных эмоций необходимо  избавляться с помощью приемлемых способов: пробежаться  или выполнить другое физическое упражнение; покричать  наедине; побить боксерскую грушу и т.д.)  5. Информация на заметку «Как правильно «выпускать пар»?»  (Учащиеся информируются о том, что существуют так  называемые приемы «выпускания пара» - избавления от  агрессии, гнева и других негативных чувств и эмоций. Далее  психолог знакомит учащихся с перечисленными ниже  приемами, предлагая выполнить ряд упражнений).    5.1. Упражнение «Кулачки» («Лимон»). Учащиеся обучаются  следующей технике: необходимо встать прямо, опустить руки  вдоль туловища, сильно, до боли, сжать кулаки и затем очень  медленно их разжать. Детям следует обратить внимание на  разницу между ощущениями, которые они испытывают в  напряженном и в расслабленном состоянии. Дети  рассказывают о своих впечатлениях. Тренер сообщает  ребятам, что это упражнение позволяет сдержать первый  импульс, побуждающий к физической агрессии.  При выполнении упражнения «Лимон», ребята должны  представить, что в руках они сдавливают лимон, выжимая  лимонный сок – полностью, без остатка.    5.2. Упражнение «Посчитай до десяти». Психолог предлагает  учащимся вспомнить свое внутренне состояние в одной из  ситуаций, когда они испытывали гнев, обиду, злость, и  попытаться воспроизвести его. После этого необходимо  задержать дыхание и, прежде чем начать что-то делать или  говорить, посчитать до десяти. Вместе с тренером дети  отрабатывают данный прием и затем обсуждают, как  трансформировалось их состояние. Изменилось ли  первоначальное намеренье быть агрессивным? Каким оно  стало? Кому это упражнение помогло сдержаться?    5.3. Упражнение «Воздушный шарик». Ребятам предлагается  превратиться в воздушный шарик, для чего необходимо:  поднять руки вверх, изображая воздушный шарик; глубоко  вдохнуть – наполнить шарик воздухом и задержать дыхание.  После – медленно выдохнуть, выпустив воздух из шарика, при  этом руки медленно опускаются вниз. Шарик сдулся и стал  похож на тряпочку: голова склонилась на грудь, руки  расслабленно опущены вдоль туловища. Упражнение  выполняется 2-3 раза. Психолог обращает внимание ребят, что это упражнение также можно использовать для снятия  гнева или злости. Если не поднимать руки наверх, то его  можно делать совсем незаметно для окружающих.    5.4. Упражнение «Лист гнева» («Рисунок обидчика», «Порви  бумагу»). Ребята информируются о следующем приеме  «выпускания пара»: нарисовать на листке бумаги обидчика, а  после скомкать, потоптать, разорвать на мелкие кусочки этот  листок. Можно просто разорвать ненужный вам листок,  потратив всю отрицательную энергию на это действие.    5.5. Упражнение «Боксерская груша» («Кукла Бобо»,  «Подушка гнева» и т.п.). Тренером заблаговременно готовится  инвентарь, который будет выполнять функцию боксерской  груши, куклы Бобо, подушки гнева: подушки, мягкие съемные  спинки кресел, скатанный валиком матрац и т.п. Ребятам  предлагается возможность «отлупить грушу». После  выполнения упражнения детям сообщается, что сейчас ими  был использован один из приемов, позволяющих «выпустить  пар», выплеснуть агрессивную энергию.  Подытоживая работу по обучению школьников приемлемым  способам избавления от агрессии, гнева и других негативных  эмоций, необходимо обратить их внимание на то, что  желательно эти методы использовать в сочетании друг с  другом.    6. Д/З – В момент нарастания негативных чувств – гнева,  обиды, злости – постараться воспользоваться наиболее  понравившимися способами правильного избавления от них  (классный руководитель/воспитатель ежедневно напоминает  учащимся о разнообразных безопасных способах избавления  от гнева).    7. Обсуждение домашнего задания: Учащимся предлагается  вспомнить прочитанную сказку Бретт Д. «Истории про Энни:  Релаксация» и ответить на вопросы: «Какой из способов  предлагается в рассказе для избавления от плохого  настроения?», «Как влияет на человека расслабление?».  Учащиеся информируются о том, что с сегодняшнего дня в  конце каждого занятия они будут выполнять релаксацию  (расслабление) под спокойную музыку.    8. Сеанс релаксации «Ручей» под спокойную музыку.    9. Прощание – Игра – пантомима «Подари подарок» (Учащиеся по кругу друг другу без слов, а только с помощью  жестов изображают подарки, которыми хотели бы одарить  своих одноклассников. Получивший подарок должен  поблагодарить дарящего. Ведущий начинает первый  выполнять задание, задавая правильный настрой). |
| Занятие №4 «Правила  безопасного  общения» | Задачи:  1. Создание условий для комфортного пребывания учащихся в  классном коллективе.  2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации  повседневного общения.  3. Развитие умения анализировать собственное поведение,  чувства.  4. Формирование положительной мотивации на соблюдение  правил комфортного общения.    Ход занятия:    1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).    2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся делятся  информацией о том, какие способы «выпускания пара» им  лучше всего помогли).    3. Упражнение «Термометр комфорта» (Ребятам необходимо,  используя заготовку «Термометр комфорта», оценить,  насколько им комфортно в группе, классе. При этом,  комфортно – значит хорошо, уютно, безопасно, у меня  хорошее настроение. Для обсуждения полученных  результатов предлагаются вопросы: «По какой причине  возникает чувство дискомфорта?», «Как часто такое чувство  возникает?», «Что ученик сам делает для того, чтобы общение  с ним было комфортным для других?» После учащиеся  информируются о том, что существуют правила безопасного  общения в группе, классе, соблюдение которых делает  общение, взаимодействие комфортным. Степень комфорта  зависит от самих учащихся – прилагают ли они сами усилия).    4. Знакомство с памяткой «Правила общения в нашем классе»  (Учащимся предлагается самостоятельно попробовать  сформулировать правила общения с окружающими. После  психолог знакомит учащихся с правилами, предложенными в  памятке. Все правила совместно обсуждаются).    5. Создание рисунков «Школа с правилами и без» (Учащимся предлагается нарисовать на одной половине листа школу с  правилами, на другой – школу без правил. В дальнейшем  рисунки обсуждаются – ребята отвечают на вопросы:  «Безопасно ли в Школе без правил?», «В какой школе – с  правилами или без – ребята чувствуют себя комфортнее и  почему?», «В какой школе они хотели бы сами учиться?»)    6. Д/З – постараться соблюдать правила безопасного общения  в классе. Каждый день в течение недели измерять степень  комфортности в классе с помощью «Термометра комфорта»  (классный руководитель/воспитатель ежедневно напоминает  учащимся о данном задании, а также помогает  анализировать состояние детей).  7. Сеанс релаксации «Облака» под спокойную музыку.    8. Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»  (Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания,  ведущий начинает первый, задавая правильный настрой). |
| Занятие №5 «Как  реагировать на  грубость?» | Задачи:  1. Создание условий для профилактики конфликтов в  классном коллективе.  2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в  конфликтной ситуации.  3. Развитие умения анализировать собственное поведение,  чувства.    Ход занятия:    1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).    2. Обсуждение Д/З (Учащиеся демонстрируют результаты  измерения чувства комфортности в классе, результаты  обобщаются, делаются выводы. Задается вопрос: «Помогает  ли соблюдение правил безопасного общения в налаживании  атмосферы в классе?», «Трудно ли постоянно соблюдать  правила безопасного общения?»).    3. Упражнение «Психологический театр» (Ребятам  предлагается представить, что они актеры театра и им  необходимо обыграть несколько ситуаций. Ситуация для  обыгрывания: «Один одноклассник, проходя мимо другого,  нечаянно задел его». Учащимся необходимо изобразить, как  обычно школьники ведут себя в данной ситуации.)    4. Просмотр м/ф «Уроки хороших манер: Грубость» (В мультипликационном фильме в виде поучительной беседы  учителя с учащимися даются знания о том, как правильно  реагировать на чужую грубость).    5. Обсуждение мультфильма (Вопросы для обсуждения: «О  каких видах грубости расказывается в мультфильме?», «Как  вы обычно ведете себя в ответ на грубое поведение других  людей?», «Как правильно человеку реагировать на грубость  другого человека в зависимости от ее вида?» В беседе с  детьми необходимо подвести их к выводу о том, что грубое  поведение окружающих необходимо либо игнорировать (не  обращать внимания), либо пресекать в культурной, вежливой  форме (с помощью корректного замечания). А возникающие  негативные чувства - злость, гнев - как нельзя держать в себе,  так и нельзя выплескивать на окружающих.).    6. Знакомство с памяткой «Как правильно вести себя в ответ  на грубое поведение человека?» (Учащиеся информируются о  том, что существуют правила, как необходимо вести себя в  ответ на грубое поведение другого человека в ваш адрес.  Учащиеся самостоятельно записывают перечисленные  правила в заготовку «Лесенка». Для закрепления полученных  знаний все перечисленные в памятке правила обыгрываются  посредством воспроизведения типичных конфликтных  ситуаций в школьной жизни).    7. Упражнение «Психологический театр» (Отработка пяти  правил памятки)    8. Д/З – постараться в течение недели использовать пять  правил памятки (классный руководитель/воспитатель  ежедневно напоминает учащимся о данном задании, а также  помогает использовать полученные на занятии навыки и  умения)  - провести в классе наблюдение – как наиболее часто друг к  другу обращаются ребята класса? Часто ли используются  дразнилки, неприятные выражения, клички? (можно  предложить ребятам вести дневник наблюдения)    9. Сеанс релаксации «Порхание бабочки» под спокойную  музыку.    10. Прощание – упражнение «Комплимент» (Учащиеся по  кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает  первый, задавая правильный настрой). |
| Занятие №6 |  |
| Занятие №7 |  |
| Занятие №8 |  |
| Занятие №9 |  |
| Занятие №10 |  |
| Занятие №11 |  |
| Занятие №12 |  |

Занятие

№7

«Вежливы

е слова –

помощник

и в

дружбе»

Задачи:

1. Формирование положительной мотивации на использование

вежливых слов в повседневном общении.

2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации

повседневного общения.

3. Развитие умения анализировать собственное поведение,

свои качества личности.

Ход занятия:

1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Обсуждение Д/З (Учащиеся рассказывают о том,

получилось ли у них общаться с помощью ласковых имен.

Делятся своими впечатлениями).

3. Прослушивание аудио сказки или чтение сказки Ш. Перро

«Подарки феи» (Сказка о том, как две разные по характеру

сестры – грубая и вежливая – были награждены волшебницей: грубую фея проучила, а вежливую, учтивую – наградила

волшебным даром)

4. Обсуждение сказки (Вопросы для обсуждения: «О каких

двух противоположных качествах человека говорится в этой

сказке?», «Как проявлялась вежливость младшей сестры в

сказке?», «Как проявлялась грубость у старшей сестры?», «Как

фея наградила двух сестер за их особенности?», «Чем

закончилась жизнь старшей (грубой) сестры?»).

5. Упражнение «Темные и светлые мешочки» (Учащимся

предлагается определить, к какой группе человеческих качеств

относится качество грубость – светлым (положительным) или

темным (отрицательным), и расположить это качество в

соответствующий мешочек. Также им предлагается

обосновать свой выбор, доказав примерами из жизни. То же

проделывается и с противоположным качеством -

вежливость).

6. Упражнение «Волшебные очки» (Учащимся предлагается

примерить волшебные очки, которые помогают человеку

увидеть в себе темные (отрицательные качества). Ребятам,

одев очки, необходимо всмотреться в свой внутренний мир и

понять, есть ли в нем такое качество как грубость.

Предлагаются вопросы для обсуждения: «В чем проявляется

грубость?», «Мешает или помогает грубость дружить,

общаться с окружающими?»)

7. Знакомство с памяткой «Краткий словарик вежливых слов»

(После обсуждения вежливых слов, представленных в

памятке, учащимся предлагается перечислить другие

известные вежливые слова и выражения, а также описать

ситуации их использования)

8. Д/З – Постараться строить взаимодействие с окружающими,

используя вежливые слова и выражения.

- Посмотреть с последующим обсуждением м/ф «Уроки

хороших манер: Теплые слова» (В мультипликационном

фильме в виде поучительной беседы учителя с учащимися

даются знания о том, что такое теплые слова, с кем и зачем

необходимо общаться посредством теплых слов.

Классный руководитель/воспитатель организует обсуждение

мультфильма по следующим вопросам: «О каких теплых

словах в м/ф велась речь?», «Какие теплые слова вы еще знаете?», «Как по-другому можно назвать теплые слова?»,

«Зачем вообще нужно использовать вежливые слова?»,

«Только ли в семье (дома с близкими) необходимо

использовать теплые (вежливые, добрые) слова?»)

9. Сеанс релаксации «Лентяи» под спокойную музыку.

10. Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»

(Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания,

ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие

№8

«Как

правильно

играть?»

Задачи:

1. Создание условий для развития умения сотрудничать в

ситуации игрового взаимодействия.

2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в игровой

ситуации.

3. Развитие умения анализировать собственное поведение.

4. Создание положительной мотивации на соблюдение правил

поведения в игре.

Ход занятия:

Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся рассказывают о

том, использовали ли они в процессе общения с

окружающими вежливые слова. Далее совместно с психологом

делается вывод: помогают ли в общении вежливые слова?)

3. Чтение сказки «Мальчик, который не умел играть» (Сказка

о грубом мальчике, который не любил соблюдать правила

игры, в связи с чем с ним не играли и не дружили другие

ребята. Поэтому мальчик придумывал себе сказочных

персонажей, общение с которыми помогло понять герою, как

необходимо относиться к окружающим и взаимодействовать с

ними).

4. Обсуждение сказки (Вопросы для обсуждения: «Почему

мальчика Петю назвали врединой?», «Почему знакомые

ребята не хотели с ним играть и дружить?», «Что значит

«уметь играть с другими»?, «Что делать, если тебе не нравятся

правила игры?», «Как чудище проучило Петю?», «Почему

чудище пропало?»).

5. Знакомство с памяткой «Правила дружной игры» (Учащиеся информируются: чтобы игра была интересной для каждого,

чтобы каждый получал в игре удовольствие и положительные

эмоции, необходимо соблюдать определенные правила.

Ребятам предлагается самостоятельно попробовать

перечислить эти правила. После психолог знакомит учащихся

с памяткой «Правила игры». Каждое правило обсуждается,

приводятся примеры).

6. Дискуссия «Самое главное правило» (Учащимся

предлагается из перечисленных в памятке правил выбрать

самое главное правило. Выслушиваются все мнения, но в ходе

дискуссии школьники подводятся к выводу, что главного

правила нет, все они очень важны).

7. Упражнение «Психологический театр» (Ребятам

предлагается представить, что они актеры театра и им

необходимо обыграть несколько ситуаций. Обыгрываются

ситуации, в которых необходимо соблюдать перечисленные в

памятке правила игры. Ситуации для обыгрывания: 1) Ребята

играли в подвижную игру, в которой один из одноклассников

нечаянно ударил другого – на применение правила «Попроси

извинения, если ты кого-нибудь обидел»; 2) В игровой

ситуации необходимо попросить помощи у своего

одноклассника так, чтобы он согласился помочь – на

применение правил «Используй вежливые слова»,

«Обращайся к ребятам по имени» и др. ситуации).

8. Д/З – пронаблюдать за своим поведением и определить, как

часто нарушаются правила поведения в игровой ситуации;

попробовать соблюдать все правила поведения (классный

руководитель/воспитатель контролирует поведение ребят в

игровых ситуациях, напоминая о необходимости соблюдать

правила поведения в игре)

9. Сеанс релаксации «Ручей» под спокойную музыку.

10. Прощание – упражнение «Комплимент» (Учащиеся по

кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает

первый, задавая правильный настрой).

Занятие

№9

«Учимся

сотруднич

ать»

Задачи:

1. Создание условий для формирования у учащихся навыков

учебного сотрудничества.

2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации

делового (учебного) взаимодействия. 3. Развитие умения анализировать собственное поведение.

4. Создание положительной мотивации на соблюдение правил

работы в группе.

Ход занятия:

Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся рассказывают о

том, использовали ли они в процессе игрового взаимодействия

правила игры, а также – какие из них давались им наиболее

сложно. Далее совместно с психологом делается вывод:

нужны ли в игре правила?)

3. Упражнение «Делаем вместе» (Имея на двоих один набор

карандашей, необходимо разукрасить одинаково два

совершенно одинаковых рисунка, заранее договорившись.

Далее обсуждается поведение детей при выполнении задания

– «Кому удалось договориться?», «Что им помогло в этом?»)

4. Знакомство с памяткой «Правила работы в группе»

(Учащиеся знакомятся с содержанием предложенной памятки.

Высказывают собственное мнение по поводу предложенных

правил – «Зачем нужно выполнять данное правило?», «К чему

приведет нарушение перечисленных правил?» и т.д.)

5. Упражнение «Делаем вместе» (Учащимся теперь

предлагается поработать вместе, соблюдая перечисленные

«Правила работы в группе». Для взаимодействия дается

задание – имея один набор карандашей, договорившись,

разукрасить вместе один рисунок на двоих. В последующем

обсуждается вопрос – «Помогают ли правила поведения в

группе работать дружно, сотрудничать?»)

6. Чтение притчи «Веник» (Притча о том, как отец семейства

объяснил своим сыновьям, что вместе они – сила и с

легкостью преодолеют все невзгоды).

7. Обсуждение притчи (Вопросы для обсуждения: «Для чего

отец семейства собрал своих сыновей?», «Как он показал

своим сыновьям, что нужно держать вместе, жить в мире?»,

«В чем смысл притчи?»)

8. Д/З – В течение недели попробовать поработать в группе / в

паре, соблюдая «Правила работы в группе» (классный руководитель/воспитатель контролирует поведение ребят в

ситуациях групповой работы, напоминая о необходимости

соблюдать правила работы в группе/паре).

9. Сеанс релаксации «Облака» под спокойную музыку.

10. Прощание – Игра – пантомима «Подари подарок»

(Учащиеся по кругу друг другу без слов, а только с помощью

жестов изображают подарки, которыми хотели бы одарить

своих одноклассников. Получивший подарок должен

поблагодарить дарящего. Ведущий начинает первый

выполнять задание, задавая правильный настрой).

Занятие

№10

«Как

правильно

привлечь к

себе

внимание?

»

Задачи:

1. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации

повседневного общения.

2. Развитие умения анализировать собственное поведение,

чувства.

3. Создание положительной мотивации на использование

адекватных форм общения со сверстниками.

Ход занятия:

1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся рассказывают о

том, использовали ли они в ходе совместной работы правила

работы в группе, а также – какие из них давались им наиболее

сложно. Далее совместно с психологом делается вывод:

нужны ли правила для работы в группе?)

3. Дискуссия «Можно ли прожить без внимания?» (Вопросы

для обсуждения: «Любите ли вы, когда на вас обращают

внимание?», «Какое вам нравится внимание со стороны

окружающих?», «Зачем человеку внимание окружающих?»,

«Может ли человек прожить без внимания?» После

обсуждения делается вывод о том, что каждый человек

нуждается во внимании со стороны окружающих. Так он

начинает чувствовать себя кому-то нужным, полезным.

Появляется уверенность в себе, понимание, что я что-то значу.

Но бывают ситуации, когда человеку недостает внимания

окружающих. Поэтому он вынужден привлекать к себе

внимание. Зачастую это делается неправильными способами,

что приводит к ухудшению ситуации – от человека еще

больше отворачиваются, игнорируют, не дружат с ним).

4. Чтение сказки «Сказка о Ежике, который хотел, чтобы на

него обращали внимание» (В сказке главный герой Ежик

любил, чтобы на него обращали внимание, но привлекал к

себе внимание часто неправильными способами, чем вызывал

у окружающих одни неприятные чувства. Ежику приснился

сон, в котором он побывал в двух разных мирах. После чего

понял, что только положительное внимание со стороны

окружающих – истинное удовольствие, а его нужно

добиваться правильными способами)

5. Обсуждение сказки (Вопросы для обсуждения: «Ежик

любил находиться в центре внимания, но как он привлекал к

себе внимание окружающих?», «К чему приводило такое его

поведение?», «Что помогло понять Ежику, как правильно

нужно привлекать к себе внимание?»).

6. Игра «Да, нет, не знаю» (Учащимся предлагается в игровой

форме оценить, приемлемыми ли способами являются

перечисленные способы привлечения к себе внимания. Оценка

производится не словами, а действиями: ответ «Да» - один

хлопок в ладоши, ответ «Нет» - один удар ногой по полу,

ответ «Не знаю» - полное молчание. Подобным образом

оцениваются и в последующем обсуждаются следующие

формы привлечения к себе внимания: ударить (щипнуть,

толкнуть и т.п.) человека, обозвать человека (сказать матом,

назвать посредством клички и т.п.), говорить громким и

раздраженным голосом, сломать что-то принадлежащее

человеку, обратиться по имени к человеку, сделать доброе

дело, предложить помощь человеку, сказать комплимент

человеку и т.д. Учащиеся могут предлагать свои варианты –

все они оцениваются и обсуждаются)

7. Д/З – попробовать в течение недели привлечь к себе

внимание с помощью разрешенных (приемлемых способов)

привлечения к себе внимания.

8. Сеанс релаксации «Порхание бабочки» под спокойную

музыку.

9. Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»

(Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания,

ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие

№11

Задачи:

Информирование учащихся о важных для дружеского

«Кто такой

настоящий

друг?»

взаимодействия качествах.

Способствовать осознанию учащимися своих личностных

качеств.

Создание условий для развития положительных качеств у

учащихся.

Ход занятия:

Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Обсуждение домашнего задания (Учащиеся делятся

информацией о том, получилось ли у них привлекать к себе

внимание одноклассников приемлемыми способами. Если не

получилось, то к чему это привело?)

3. Дискуссия «Кто такой настоящий друг?» (Вопросы для

обсуждения: «Какими качествами должен обладать

настоящий друг? Каким должен быть настоящий друг»,

«Может ли друг иметь свое мнение, свои желания, свои

любимые занятия и т.п.?», «Может ли ваш друг дружить с

другими ребятами?», «Можно ли тебя назвать настоящим

другом? Почему?»)

4. Просмотр мультипликационного фильма «Мой друг зонтик»

(Главный герой Поросенок пользовался добротой и

безотказностью своего друга Слоненка – использовал его как

лейку, зонтик, а брать в общую игру отказывался. В итоге

Поросенок остался один, без Слоненка и других товарищей).

5. Обсуждение мультипликационного мультфильма (Вопросы

для обсуждения: «Можно ли Поросенка назвать настоящим

другом? Почему?», «Можно ли друга использовать ради

собственной выгоды?», «Для чего нужно дружить?»)

6. Упражнение «Народная мудрость» (С учащимися

обсуждаются пословицы и поговорки о дружбе: «Не имей 100

рублей, а имей 100 друзей», «Старый друг лучше новых двух»,

«Друг познается в беде» и др.)

7. Упражнение «Знатоки дружбы» (Учащимся для обсуждения

даются ситуации. Им необходимо определить, правильно ли

поступает друг, относясь к своему товарищу подобным

образом. Например: 1) ученик просит своего друга выполнять

вместо него дежурство в классе, 2) мальчик склоняет своего

друга нарушать правила поведения в школе, чтобы наказали

не его одного, 3) девочка говорит своей подруге – ты мне не друг, если дружишь с Таней (другой девочкой) и т.д.)

8. Д/З - Упражнение «Объявление в газете: «Ищу друга.

Немного о себе»» (Учащимся предлагается написать на

заготовленном бланке объявление в газету «Ищу друга.

Немного о себе», в котором они расскажут о своих

положительных качествах. Данное задание рекомендуется

выполнять с привлечением родителей или классного

руководителя/воспитателя, которые помогут найти и

описать положительные качества детей, а также

оформить их на бланке).

9. Сеанс релаксации «Полет птицы» под спокойную музыку.

10. Прощание – упражнение «Комплимент» (Учащиеся по

кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает

первый, задавая правильный настрой).

Итоговое

занятие

№12

«Давайте

жить

дружно»

Задачи:

Создание условий для сплочения классного коллектива,

дружеского взаимодействия.

Способствовать осознанию учащимися своих личностных

качеств.

Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации

повседневного общения.

Формирование полоХод занятия:

1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

Обсуждение домашнего задания (Ребята зачитывают вслух

свои объявления в газету о поиске дружбы. Если ребенок не

смог описать свои положительные качества, то ведущий

совместно с другими ребятами помогает их найти. Объявления

вывешиваются на импровизированную доску объявлений.

Учащимся предлагается попробовать завязать дружеские

отношения с кем-нибудь из ребят своего класса)

Упражнение «Собери картинку» (Учащиеся в произвольном

порядке делятся на несколько групп по 5-6 человек. Каждой

группе предлагается собрать как можно быстрее картинку,

«расколовшуюся» на мелкие части. Объявляется, что работать

в группе необходимо дружно, чтобы задание было выполнено быстро. После выполнения задания необходимо вспомнить,

как зовут героя, изображенного на картинке, а также его

любимую фразу (Кот Леопольд, «Давайте жить дружно!»)

Дискуссия «Что такое дружба?» (Школьникам задаются

вопросы: «Что такое дружба?», «А что значит жить дружно?»)

Просмотр м/ф Уроки хороших манер: Правила приличия и

дружба (В мультипликационном фильме в виде поучительной

беседы учителя с учащимися даются знания о том, что такое

дружба, какого человека можно считать настоящим другом,

какие правила приличия должны соблюдать по отношению

друг к другу настоящие друзья).

Обсуждение м/ф (Вопросы для обсуждения: «Чем друг

отличается от приятеля?», «Зачем человеку друзья?», «Может

ли у человека быть много друзей?», «Какие правила приличия

необходимо соблюдать друзьям по отношению друг к другу?»

В беседе с детьми необходимо подвести их к выводу о том,

что у человека не может быть много друзей. Их обычно

бывает не более 1-2-х, остальные люди – приятели (приятные

для общения и совместного времяпрепровождения). А друг –

это тот человек, который не бросит в беде, поможет в

трудную для тебя минуту, выслушает и поймет, будет

принимать тебя таким, какой ты есть и т.д. Дружба – это

трудная, кропотливая работа нескольких людей. Мало того,

что каждый из друзей должен обладать определенными

(перечисленными) качествами, кроме этого каждый из них

еще должен соблюдать определенные правила поведения по

отношению к другу).

Упражнение «Правила дружбы» (Учащимся предлагается,

работая в группах, составить основные правила дружеского

взаимодействия, дружбы и записать их в заготовку «Договор».

При необходимости педагог корректирует разработанные

правила, предлагает свои варианты)

Упражнение «Подписание договора» (После того, как

разработаны «Правила дружбы», школьникам предлагается

подписать Договор о соблюдении этих правил. Обсуждаются

варианты санкций и поощрений при нарушении/соблюдении

перечисленных в Договоре правил взаимодействия. Педагог-

психолог настраивает учащихся на то, что дружеское

взаимодействие - это сложный процесс, он требует

множества усилий со стороны каждого ученика, иногда помощи отдельным учащимся со стороны одноклассников)

Сеанс релаксации «Лентяи» под спокойную музыку.

10. Подведение итогов: учащиеся делятся информацией о том,

что понравилось им в ходе занятий, какими новыми

полезными умениями и навыками они овладели, какие

пожелания у них есть друг другу?

Список использованной литературы:

1. Белинская Е. Волшебный мир детства // Школьный психолог, 2007,

№18

2. Бретт Д. Жила – была девочка, похожая на тебя…

Психотерапевтические истории для детей / Перевод с английского -

Г.А. Павлов. М., Класс – Библиотека психологии и психотерапии, 2006.

3. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное

руководство. М., ВЛАДОС – ПРЕСС, 2005.

4. Долгова А.Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста.

Диагностика и коррекция. М., Генезис, 2009.

5. Дьяченко Л. Релаксация в гнездышке // Школьный психолог, 2005,

№11.

6. Кунигель Т. Рассерженные шарики // Школьный психолог, 2006, № 5.

7. Лютова К.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с

детьми. СПб., Речь, 2005.

8. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Диагностико-консультативная деятельность

психолога образования: Методическое пособие. М., Айрис-пресс, 2004.

9. Силина О. Путешествие в страну понимания // Школьный психолог,

2007, №16.

10. Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и

коррекция. СПб., Речь, 2007.

11. Хухлаева О. Хочу быть успешным. М., Чистые пруды, 2005. -

Библиотечка «Первого сентября», серия «Школьный психолог»,