Муниципальное казенное учреждение Социально – реабилитационный центр

для несовершеннолетних «Уютный дом»

(МКУ СРЦН «Уютный дом»)

УТВЕРЖДАЮ: Программа рекомендована

Директор МКУ СРЦН к работе методическим советом

«Уютный дом» Протокол № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.Г. Левочкина «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022 г.

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023г.



**«КРУГ ОБЩЕНИЯ»**

Дополнительная общеразвивающая программа

коммуникативной направленности

Возраст воспитанников: 6-14 лет

Срок реализации: 9 месяцев

**Разработчик программы:**

Балябина Оксана Борисовна,

психолог в социальной сфере

Новокузнецкий городской округ,

2022г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт программы……………………………………………………………………….. ..3

[1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ 4](#_Toc35940839)

[1.1. Пояснительная записка 4](#_Toc35940840)

1.2. [Цель и задачи программы](#_Toc35940841) 5

[1.3. Учебно-тематический план](#_Toc35940842) 5

[1.3.1. Содержание учебно-тематического плана 8](#_Toc35940843)

[1.4. Прогнозируемые результаты реализации Программы. 8](#_Toc35940852)

[2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ 8](#_Toc35940853)

[2.1. Календарный учебный график 8](#_Toc35940854)

[2.2. Условия реализации Программы 9](#_Toc35940855)

[2.3. Диагностические и оценочные материалы](#_Toc35940856) 9

3. [Список литературы 10](#_Toc35940860)

4. [Приложения](#_Toc35940861) 11-54

|  |
| --- |
| **Паспорт программы**  **Наименование** |
| Дополнительная общеразвивающая программа «Круг общения» |
| **Автор-составитель (разработчик)** |
| Балябина Оксана Борисовна |
| **Направленность** |
| коммуникативная |
| **Уровень освоения содержания** |
| стартовый |
| **Цель:** |
| развитие коммуникативной компетентности и личностного роста несовершеннолетних. |
| **Задачи:** |
| - формировать представления воспитанников о важнейших социальных нормах и ценностях, определяющих поведение человека в обществе.  - развивать навыки общения в различных ситуациях, умение противостоять отрицательным воздействиям среды.  - воспитывать интерес к окружающим людям, развивать взаимоуважение, взаимодоверие и сочувствие. |
| **Возраст воспитанников** - 6-14 лет |
| **Год разработки** – 2022 г.  **Год корректировки** -2023 г.  **Срок реализации -** 9 месяцев  **Планируемые результаты**  - овладение коммуникативными навыками и навыками эффективного общения.  - проявление положительных качеств характера в общении с окружающими людьми.  - осознание и самостоятельное решение проблемных ситуаций, умение корректировать свое поведение. |
| |  | | --- | | **Нормативно-правовое обеспечение разработки, утверждения Программы** | | - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);  - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (от 29.05.2015 г. № 996-р);  - Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022г. № 678-р;  - Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);  - Приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;  - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;  - Законом «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013г. № 86-ОЗ;  - Распоряжением Коллегии Администрации Кемеровской облас[т](http://docs.cntd.ru/document/553154554)и от [26.10.2018 № 484-р «О реализации мероприятий по формированию современных](http://docs.cntd.ru/document/553154554) управленческих и организационн[о -](http://docs.cntd.ru/document/553154554) экономических механизмов в системе [дополнительного образования детей в Кемеровской области»;](http://docs.cntd.ru/document/553154554)  - Уставом МКУ СРЦН «Уютный дом».   1. **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**   **1.1. Пояснительная записка** | |
| Дополнительная общеразвивающая программа «Круг общения» коммуникативной направленности позволяет обеспечить развитие коммуникативных способностей детей младшего школьного возраста и является на современном этапе развития социальных отношений одной из важнейших проблем. Возрастная категория детей выбрана неслучайно. Следующий этап в жизни ребенка – подростковый возраст, когда одним из доминирующих факторов являются навыки общения. Освоение элементов коммуникативной культуры в младшем школьном возрасте позволит детям успешнее реализовать свой потенциал. Так как несовершеннолетние, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обусловливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь. Им необходимо развивать социальную компетентность, навыки общения с окружающими и расширить возможности произвольного взаимодействия со сверстниками.  **Актуальность** данной темы определяется следующими фактами:  - необходимостью дальнейшей работы по совершенствованию коммуникативных навыков младших и старших школьников, что связано с общими задачами демократизации и гуманизации образования;  - с требованиями, предъявляемыми в настоящее время к ученику Государственными Федеральными Образовательными Стандартами нового поколения, с учетом которых современный школьник должен владеть рядом коммуникативных компетенций, а именно – владеть способами совместной деятельности в группе, умениями корректно вести диалог, искать и находить компромиссы; иметь позитивные навыки общения в социуме и т.д.  **Методика и технология реализации:**  Программа представляет собой цикл тематических занятий. Каждое занятие может быть реализовано как самостоятельное мероприятие, так и в комплексе с другими занятиями. Для эффективного усвоения материала  программа разделена на 2 блока:  Первый блок «Мир добра» (младший школьный возраст 7-10 лет)  Второй блок «Искусство общения» (подростки 11-14 лет)  **Целевая группа:**несовершеннолетние в возрасте 6-14 лет, проходящие социальную реабилитацию в учреждении.  **Объем и сроки освоения программы:**  Общий объем программы -74 часа. Программа рассчитана на 9 месяцев обучения, 34 учебных недели.  **Форма проведения занятий:**групповые занятия (тренинг, ролевая игра, беседа-диалог, самопрезентация, психогимнастика).  **Режим занятий**: занятия по данной программе проводятся по блокам.  Первый блок «Мир добра» (младший школьный возраст – 7-10 лет) - 1 занятие в неделю;  Второй блок «Искусство общения» (подростки – 11-14 лет) – 1 занятие в неделю.  Занятия проводятся регулярно, для того чтобы навыки успели сформироваться и закрепиться.  **Состав исполнителей**: психолог в социальной сфере.  Специалист, имеющий высшее профессиональное образование, образовательный ценз которого подтверждается документами государственного образца о соответствующем уровне образования и (или) квалификации.  Кроме того, специалист проходит обучающие семинары, конференции, курсы повышения квалификации, посещает мастер-классы, супервизии, занимается самообразованием.  **Период реализации программы: 9 месяцев (**сентябрь 2022г. - декабрь 2022г.);  январь 2023г. - август 2023г.).  **1.2. Цель и задачи программы**   |  | | --- | | **Цель:** | | развитие коммуникативной компетентности и личностного роста несовершеннолетних. | | **Задачи:** | | - формировать представления воспитанников о важнейших социальных нормах и ценностях, определяющих поведение человека в обществе;  - формировать навыки общения, умение слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.  - формировать умение управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций  - развивать навыки общения в различных ситуациях, умение противостоять отрицательным воздействиям среды;  - отрабатывать навыки понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми.  **1.3. Учебно-тематический план** | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **№**  **п/п** | **Дата прове-дения** | **Название разделов и тем** | **Количество часов** | | | | **всего** | **Теоретические занятия** | **Практические занятия** | | ***сентябрь 2022г. - декабрь 2022г.*** | | | | | | | **I блок** | | **Мир добра** | **17** | **8,5** | **8,5** | | 1 |  | Знакомство.  «Разрешите представиться» - упражнения, игры | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 2 |  | «Я — доброжелательный» - самопрезентация | **1** | **0,5** | **0,5** | | 3 |  | «Мы такие разные» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 4 |  | «Общаемся играя» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 5 |  | «Сказочная шкатулка» -  1 занятие | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 6 |  | «Учимся общаться» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 7 |  | «Страна «Эмоций»» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 8 |  | «Золотые ключики к сердцам людей» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 9 |  | «Конкурс хвастунов»  - самопрезентация | **1** | **0,5** | **0,5** | | 10 |  | «Сказочная шкатулка» -  2 занятие | **1** | **0,5** | **0,5** | | 11 |  | «Почему люди ссорятся?» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 12 |  | «Остров дружбы» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 13 |  | «Учимся дружить» | **1** | **0,5** | **0,5**  ролевая игра | | 14 |  | «Хорошо ли мы знаем друг друга» | **1** | **0,5** | **0,5**  беседа-диалог | | 15 |  | «Сказочная шкатулка» -  3 занятие | **1** | **0,5** | **0,5**  беседа-диалог | | 16 |  | «Взаимопомощь и сотрудничество» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 17 |  | «Планета сотрудничества» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | **II блок** | | **Искусство общения** | **17** | **8,5** | **8,5** | | 1 |  | «Здравствуйте, это я» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 2 |  | «Тропа доверия» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 3 |  | «Мои добрые дела» | **1** | **0,5** | **0,5** | | 4 |  | «Счастье» | **1** | **0,5** | **0,5** | | 5 |  | «Объединяемся играя» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 6 |  | «Ярмарка достижений» | **1** | **0,5** | **0,5**  ролевая игра | | 7 |  | «Сказочная шкатулка» -  4 занятие | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 8 |  | «Мы – единая команда» | **1** | **0,5** | **0,5** | | 9 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 10 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 11 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 12 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 13 |  | «Каждый человек уникален» - беседа-диалог | **1** | **0,5** | **0,5** | | 14 |  | «Круг общения» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 15 |  | «Настоящий друг» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 16 |  | «Мир эмоций» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 17 |  | «Азбука перемен» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | |  |  | **ВСЕГО** | **34** | **17** | **17** | |  |  |  |  |  |  | | ***январь 2023г. - май 2023г.*** | | | | | | | **I блок** | | **Мир добра** | **20** | **10** | **10** | | 1 |  | Знакомство.  «Разрешите представиться» - упражнения, игры | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 2 |  | «Я — доброжелательный» - самопрезентация | **1** | **0,5** | **0,5** | | 3 |  | «Мы такие разные» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 4 |  | «Общаемся играя» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 5 |  | «Сказочная шкатулка» -  1 занятие | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 6 |  | «Учимся общаться» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 7 |  | «Страна «Эмоций»» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 8 |  | «Золотые ключики к сердцам людей» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 9 |  | «Конкурс хвастунов»  - самопрезентация | **1** | **0,5** | **0,5** | | 10 |  | «Сказочная шкатулка» -  2 занятие | **1** | **0,5** | **0,5** | | 11 |  | «Почему люди ссорятся?» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 12 |  | «Остров дружбы» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 13 |  | «Учимся дружить» | **1** | **0,5** | **0,5**  ролевая игра | | 14 |  | «Хорошо ли мы знаем друг друга» | **1** | **0,5** | **0,5**  беседа-диалог | | 15 |  | «Сказочная шкатулка» -  3 занятие | **1** | **0,5** | **0,5**  беседа-диалог | | 16 |  | «Взаимопомощь и сотрудничество» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 17 |  | «Планета сотрудничества» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 18 |  | «Творчество в быту» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 19 |  | «Необитаемый остров» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 20 |  | «Мы выбираем, нас выбирают» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | **II блок** | | **Искусство общения** | **20** | **10** | **10** | | 1 |  | «Здравствуйте, это я» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 2 |  | «Тропа доверия» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 3 |  | «Мои добрые дела» | **1** | **0,5** | **0,5** | | 4 |  | «Счастье» | **1** | **0,5** | **0,5** | | 5 |  | «Объединяемся играя» | **1** | **0,5** | **0,5**  тренинг | | 6 |  | «Ярмарка достижений» | **1** | **0,5** | **0,5**  ролевая игра | | 7 |  | «Сказочная шкатулка» -  4 занятие | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 8 |  | «Мы – единая команда» | **1** | **0,5** | **0,5** | | 9 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 10 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 11 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 12 |  | «Сказочная шкатулка» -  Второй цикл занятий | **1** | **0,5** | **0,5**  приложение 2 | | 13 |  | «Каждый человек уникален» - беседа-диалог | **1** | **0,5** | **0,5** | | 14 |  | «Круг общения» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 15 |  | «Настоящий друг» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 16 |  | «Мир эмоций» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 17 |  | «Азбука перемен» - тренинг | **1** | **0,5** | **0,5** | | 18 |  | «Творчество в быту» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 19 |  | «Необитаемый остров» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | | 20 |  | «Мы выбираем, нас выбирают» - ролевая игра | **1** | **0,5** | **0,5** | |  |  | **ВСЕГО** | **40** | **20** | **20** | | ***ВСЕГО*** | | | ***74*** | ***37*** | ***37*** |   **1.3.1. Содержание учебно-тематического плана представлено в приложении.**  **1.4. Прогнозируемые результаты реализации Программы**  - повышение активности, инициативности и мотивации детей на занятиях;  - повышение социальной компетенции (конструктивное общение и взаимодействие в группе);  - изменение и стабилизация эмоционального фона с преобладанием положительных эмоций;  - повышение уровня доверия и эмоциональной открытости воспитанников.  **2. Комплекс организационно – педагогических условий**  **2.1. Календарный учебный график**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **№** | **Год обучения** | **Объем выполнения программы** | **Количество неель** | **Количество учебных занятий** | **Режим работы**  **в неделю** | | *1* | *9 месяцев* | *74 часа* | *34* | *37* | *2 раза в неделю по 1 часу* |   Количество учебных недель в каждом блоке – 34, общее количество часов – 37 .  Учебный год начинается с 1сентября 2022г. по 31 декабря 2022г. и с 9 января 2023г. по 31 августа 2023г..  **2.2. Условия реализации Программы**  **Материальное обеспечение цикла занятий, технические средства обучения**  Занятия проходят в игровом зале, сенсорной комнате, в которых имеются: экран, компьютер, проектор, музыкальный центр, канцелярские принадлежности (бумага, ватман, фломастеры, ручки, карандаши, ножницы, клей, скотч, скрепки), видео и аудио материалы, спортивный инвентарь, модульное оборудование.  **2.3. Диагностические и оценочные материалы.**  Эффективность реализации программы отслеживается с помощью вопросника «Коммуникативные и организаторские склонности»  В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС), рефлексии тренинговых занятий.  Перечень диагностических методик представлен в Приложении 5. |
| **Список литературы**  1. Богуславская, Н.Е.; Купина Н.А. Веселый этикет (учебное пособие по развитию коммуникативных способностей ребенка). – Екатеринбург: “ЛИТУР”, 2011.  2. Гойхман О.Я., Надеина Т.М. Речевая коммуникация. М., 2003  3. Егорова Л.А. Классные часы: 4 класс – М.: ВАКО, 2010  4. Егорова Л.А. Классные часы: 5 класс – М.: ВАКО, 2010  5. Егорова Л.А. Классные часы: 6 класс – М.: ВАКО, 2010  6. Разогревающие игры и психотехники // Основы технологии группового тренинга. Психотехники - И.В. Вачков, Учебное пособие. Издательство «Ось-89», 2011.  7.Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации/ под науч.ред. А.Ф. Шадуры – СПб.: Издательство «Речь»,2005.  **Интернет-ресурсы**  1.[https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnayarabota/2011/08/04/ trening-formirovaniya-kommunikativnoy](https://www.google.com/url?q=https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnayarabota/2011/08/04/%2520trening-formirovaniya-kommunikativnoy&sa=D&ust=1524555859023000)  2.[https://infourok.ru/trening-na-razvitie-kommunikativnih-navikov-u-shkolnikov-1596108](https://www.google.com/url?q=https://infourok.ru/trening-na-razvitie-kommunikativnih-navikov-u-shkolnikov-1596108&sa=D&ust=1524555859023000)  3. [https://kopilkaurokov.ru/psihologu/prochee/trieningh\_kommunikativnoi\_](https://www.google.com/url?q=https://kopilkaurokov.ru/psihologu/prochee/trieningh_kommunikativnoi_&sa=D&ust=1524555859024000)  kompietientnosti\_podrostkov  **Приложение 1**  **Содержание учебного плана**  **Занятие №1 «Знакомство. Разрешите представиться»**  **Цель:**развитие навыков общения, положительного эмоцио­нального настроя и атмосферы принятия каждого. Способствовать сплочению детского коллектива, учить детей понимать чувства дру­гих, оказывать поддержку и сопереживать; развивать навыки со­трудничества; научить детей доверять друг другу.  **Ход занятия**  *Педагог-психолог:*  *-*Здравствуйте, ребята. С сегодняшнего дня мы будем учиться работать одной еди­ной командой. И на этом занятии мы узнаем друг друга ближе. Давайте все вместе встанем в круг и познакомимся друг с другом.  (Дети вместе с педагогом-психологом стоят в кругу. Дети прикасаются друг к другу ладошками, смотрят в глаза и произносят:  Доброе утро, Лена... *(называются имена детей по кругу).*Доброе утро, Наталья Владимировна.  Доброе утро, солнце *(все поднимают руки, затем опускают).*Доброе утро, всем нам *(все разводят руки в стороны, затем опускают).*  ***Упражнение «Доброе животное»***  *Педагог – психолог:*  - Теперь мы вместе с вами поигра­ем в игру под названием «Доброе животное».  Педагог - психолог (говорит тихим, таинственным голосом):  - Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно ды­шит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на вы­дох — 2 шага назад. Вдох — 2 шага вперед. Выдох — 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.  ***Упражнение «Приклей пятачок»***  *(способствует развитию взаимоподдержки, развивает умение слушать партнера).*  На стене висит изображение головы Хрюши без пятачка. Детям по очереди закрывают глаза. С помощью подсказок детей ребенок с завязанными глазами должен прикрепить пятачок как можно точнее.  *Педагог – психолог:*  - Следующая игра покажет нам, как мы узнали друг друга.  ***Игра «Узнай по голосу»***  (развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, созда­ние положительного эмоционального фона)  Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга и старается узнать детей по голосу.  ***Игра «Ласковое имя»***  Дети стоят в кругу. Педагог – психолог предлагает вспомнить, как его ласково называют дома. Затем предлагает бросать друг другу мяч и тот, к кому мяч попадает, называет свое ласковое имя. После того как все назовут свои имена, мяч бросается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому бро­саешь мяч.  **Завершение**  В конце занятия педагог - психолог задает вопросы детям: «Что вам больше всего понравилось на нашем занятии или что больше всего запомнилось»?  **Прощание**  Дети берутся за руки и все вместе произносят девиз: «Вместе мы сила».  **Занятие №2. «Я – доброжелательный».**  ***Разминка***  **«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных животных. По заданию ведущего их животные могут быть радостными или грустными.  ***Основное содержание занятия***  **«Кому письмо?»** Ведущий заранее готовит детям письма: на одной стороне листа написаны три хороших качества каждого ребенка, а на другой у одной трети класса будут написаны слова «умение видеть хорошее», у второй трети – «спасибо», у остальных – «извините». Затем он зачитывает качества, а дети угадывают, кому предназначено письмо.  **«Качества доброжелательного человека».** Дети читают, какие слова есть в их письмах, и вспоминают, какие умения необходимы для доброжелательного человека – видеть в другом хорошее, говорить «спасибо», «извините».  **«Зачем нужны качества?»** Дети разбиваются на три команды в зависимости от того, написано ли у них в письме «спасибо», «извините» или «умение видеть хорошее». Командам нужно подумать, почему именно это умение необходимо для того, чтобы быть доброжелательным, затем рассказать об этом классу.  **Занятие №3 «Мы такие разные»**  Э**тап 1- приветствие. Упражнение «Ладошки».**  Каждому ребенку необходимо представиться. Первый ребенок кладет ладошки на стол и называет своё имя. Следующий ребенок свои ладошки кладет на ладошки предыдущего ребенка и также называет своё имя и т.д. В результате образуется башенка из ладошек.  *Некоторые дети стесняются говорить своё имя, но со временем они преодолевают застенчивость. Упражнение способствует объединению детей.*  **Упражнение “ Росточек под солнцем”**.  Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками), всё чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.  Все движения выполняются под музыку.  **Этап 2- ритуал «вхождения» в сказку.**  Дети садятся  в круг. Протягивают ладошки к волшебному клубочку и закрывают глаза*. Говорят слова:****«*** Раз, два, три – в сказку заходи!».  **Этап 3 –чтение сказки «Роза и Ромашка»**. (Текст сказки из книги О.В.Хухлаева, О.Е.Хухлаев. Лабиринт души.- М.: Академический проект, 2010).  Сейчас я  расскажу вам ***сказку «Роза и Ромашка»***.  «В маленьком городе без названия был крошечный садик, в котором росла прекрасная алая роза. Неподалеку от нее росла бедная беззащитная ромашка. Она только что распустилась, ее еще не окрепшие лепестки были белыми, обычными. Ромашку окружало множество полевых цветов. Но ее ничего не радовало. В ее крошечной головке была большая мечта – стать прекрасным, необычным цветком. Ромашка с восхищением смотрела на  ухоженную розу. Когда была засуха, хозяин поливал свой цветок. Когда шли дожди, розу закрывали, и ни одна грозная капля не попадала на бархатные лепестки нежного цветка. «Как же ей хорошо, - думала ромашка. – Оказаться бы мне на ее месте», - не переставал мечтать маленький желтенький цветок с длинными лепесточками, похожими на крылья бабочек.  Но вот однажды шел по дорожке малыш. Увидев ромашку, он с восхищением сказал: «Какой красивый цветок!». Ромашка сначала не могла понять этих слов, до этого момента она считала себя самым уродливым растением. Малыш объяснил ромашке, что все цветы хороши по-своему».  *Обсуждение сказки.*  1. Почему ромашка с восхищением смотрела на розу?  2. Что значит «все цветы хороши по-своему»?  3. Можно ли эту фразу сказать про людей?  Каждый человек по-своему хорош. Мы все разные: у нас разная внешность, голос, характер. Нигде, нигде на планете нет такого малыша как ты, нет такой замечательной девочки (как ….), нет такого веселого мальчика. Ты на свете один такой единственный, второго такого ребенка нет.  Давайте сейчас попробуем сказать друг другу  комплимент.  - А что такое комплимент? (ответы детей). Да, вы совершенно правы, комплимент – это любезные, приятные слова сказанные кому-нибудь. Когда делают  комплимент,  стараются сказать о положительных чертах человека. Какие положительные качества есть у человека?  **Этап 4 – Коммуникативная игра «Подари камешек»**  Возьмите из коробки по одному камешку и подарите его тому, кому захотите, но обязательно со словами: «Я дарю тебе этот камешек, потому что ты самый…» Тем детям, которым ничего не осталось, камешки дарит ведущий, но, обязательно отмечая при этом лучшие качества каждого ребенка, которому он дарит подарок.  **Этап 5- Психогимнастика «Клеевой дождь»**  - Ребята, вы любите гулять под теплым дождем? Пока мы с вами разговаривали, пошел ласковый дождь. (Дети радостно под музыку прыгают под воображаемым дождем). Музыка останавливается.  - Дождь оказался не простым, а клеевым. Он нас склеил.  Садитесь в круг на ковер и возьмитесь за руки.  От меня вправо пойдет «тепло», то есть я нежно пожму Саше руку, он следующему, и так по кругу. Давайте попробуем. А теперь то же самое, но с закрытыми глазами. Посмотрим, как группа дружно работает.  **Этап 6 – Игра «Ругаемся овощам и фруктами», Игра «Мусорное ведро».**  Ну, вот дождик закончился, и мы можем свободно двигаться. Пока мы гуляли под дождем, мы оказались на поляне. Здесь собрались грубые, сердитые, гневные люди, которые всегда ругаются, спорят, дерутся и обзываются. Они превратились в страшные физиономии и кляксы. Давайте поможем этим людям стать добрее и веселее, а для этого научим их ругаться весело.  ***Игра «Ругаемся овощам и фруктами»***  Детям предлагается встать в круг и ругать стоящих рядом овощем или фруктом (ты-помидор, а ты- апельсин). Желательно произносить эти  слова гневно, сердито. Эти действия вызывают смех. «Вот видите, мы начали смеяться, и говорить плохие слова уже не хочется.»  ***Игра «Мусорное ведро»***  Давайте избавимся  от воплощения жестокости и гнева.  Детям предлагается порвать на мелкие кусочки,  листы бумаги с изображением страшных физиономий и грязных клякс. Затем растоптать гнев ногами, а клочки сложить в мусорный пакет, завязать пакет, выбросить в мусорное ведро.  Ребята, мы с вами потратили столько сил с грубостью, гневом, злостью,  поэтому давайте отдохнем.  **Этап 7 – Релаксационная игра: «На полянке»**  «Представьте себе лесную полянку, на которой растет мягкая травка. Лягте на нее, как на перинку. Вокруг все спокойно и тихо, ты дышишь ровно и легко.  Над тобой склоняет голову полевой цветок, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков. Ты чувствуешь, как нежные лучики солнца гладят твои щечки. Ласковый ветерок щекочет тебя. Кто его почувствует, открывает глазки.  Все это время за вами наблюдало солнышко. Посмотрите, как оно широко улыбается для вас. Давайте улыбнемся солнышку широко-широко.  Солнышко дарит вам подарки (маленькие солнышки).  -Что можно сделать с солнышком? (ответы детей: «Подарить другу. Нарисовать улыбающееся лицо. Привязать ниточку – будет игрушка для котенка или медальон. Сделать аппликацию.)  **Этап 8 – обобщение приобретенного опыта.**  Подводятся итоги занятия, вспоминается последовательность происходившего, отмечаются заслуги отдельных детей, подчеркивается значимость приобретенного опыта и его связь с реальной жизнью.  **Этап 9 – ритуал «выхода» из сказки.**  Дети садятся  в круг. Протягивают ладошки к волшебному клубочку и закрывают глаза.  **Педагог:**«С собой вы можете взять все самое важное, чему вы научились на занятии. Раз, два, три – из сказки выходи!».  **Занятие №4 «Общаемся играя»**  **Цель:**предоставление детям опыта межличностного взаимо­действия в ситуации, предполагающей обмен информацией, нала­живание отношений, кооперацию и построение личного простран­ства.  **Оборудование:**  музыкальное сопровождение.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог* заходит в класс и предлагает детям немного поиг­рать. Проводится тематическая ***игра-разминка «Угадай животное»***.  *Педагог – психолог:*  *-* Здравствуйте, ребята. Рада вас видеть. Давайте поиграем в игру «Угадай животное». Нам нужно выбрать водящего, которому предстоит угадывать, каких животных вы изображаете. Все должны представлять разных животных. Как вы думаете, что для этого необходимо сделать?  Дети высказывают свои предположения. Педагог – психолог должен подвести детей к выводу, что надо договориться друг с другом о том, кто какое животное будет изображать.  *Педагог – психолог*:  - Водящий будет выходить из класса, а вы в это время должны договориться, кто какое животное изображает.  *(Педагог – психолог* в начале игры помогает детям договориться, а затем участники пытаются делать это самостоятельно. Хорошо, если все желающие побывают в роли водящего).  *Педагог – психолог*:  - Вы очень хорошо справились с заданием, сумели изобразить разных животных. Как вы думаете, животным нравится жить в лесу? Почему?  *(Дети по очереди высказывают свое мнение.)*  *Педагог – психолог:*  - Давайте представим, что сегодня у нас появилась возможность попасть в волшебный лес и пожить в нем. Но, чтобы оказаться в лесу, нам надо проделать путь, на котором будут встречаться различные препятствия, и их нужно суметь преодолеть. Вы готовы? Тогда в путь. Встаньте все в колонну по одному за... *(Называется имя ребенка. Желательно, чтобы он был бойким и сообразительным.)*  *Педагог – психолог:*  *-* Сейчас вы змейкой пойдете по воображаемой тропинке. По дороге вам будут встречаться различ­ные препятствия, которые я буду называть. Задача водящего ре­шить, как это препятствие можно преодолеть, сказать нам об этом и показать, как он станет это делать. Вы должны точно повторять его движения, преодолевая препятствие. По моему хлопку все останав­ливаются, водящий становится в хвост змейки и водящим становит­ся тот, кто оказался первым в колонне.  (Все дети могут побывать в роли водящего, количество препятствий должно соответствовать числу участников игры. Во время игры используется музыкальное сопровождение).  ***Игра «Жизнь в лесу»***  ***(****развивает навыки невербальной коммуникации и взаимодействия)*  *Педагог – психолог* включает музыку леса, садится на пол и рассаживает детей вокруг себя.  *Педагог – психолог:*  - Ребята, а вы знаете, как дружат и общаются звери в лесу? Они ведь не знают человеческого языка, но ведь им тоже надо как-то разговаривать и общаться. Поэтому у них есть особый язык. Сейчас мы с вами будем зверушками. Когда мы хотим поздороваться, мы тремся друг о друга носами (взрослый показывает, как это делать, подходя к каждому ребенку). Когда хотим спросить как дела – мы хлопаем ладонью по ладони другого (показывает), когда хотим сказать, что все хорошо, кладем свою голову на плечо другому, когда хотим выразить свою дружбу и любовь – тремся об него головой (показывает). Итак, начинаем! Выглянуло солнышко, наши зверушки выходят на полянку…».  (Важное правило игры - исключение разговоров. Если дети все же начинают разговаривать, *Педагог – психолог* подходит к ним и прикладывает палец к губам, напоминая, что звери в лесу не умеют разговаривать).  **Завершение**  В конце занятия педагог - психолог задает вопросы детям: «Что вам больше всего понравилось на нашем занятии или что больше всего запомнилось»?  **Прощание**  Дети, стоя в кругу, по очереди, говорят, прикасаясь друг к другу ладошками:  Спасибо, Саша, спасибо, Маша, и так все дети.  (Берутся все вместе за руки: спасибо всем нам *(аплодируют себе и всем, кто присутствовал на занятии).*  **Занятие №5, 10,15,20 «Сказочная шкатулка» - приложение 2**  **Занятие №6 «Учимся общаться»**  **Цель:**развитие коммуникативных навыков. Установление и поддержка контакта. Снятие скованности и замкнутости. Развитие связной речи. Формирование у детей самоконтроля за речью. При­витие навыка общения со сверстниками и взрослыми людьми.  **Оборудование:**  опорные карточки с образцами начала фраз. Несколько игрушечных телефонов.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Сегодня будем учиться тому, как нужно общаться друг с другом. Научимся разговаривать с людьми.  Как вы думаете, что нужно для того, чтобы люди понимали нас?  (Возможные ответы детей: не знаешь, что и как сказать; труд­но подобрать слова).  *Педагог – психолог*:  - Подумайте и скажите, как выра­зить свое настроение, объяснить свои чувства словами, чтобы тебя поняли?  ***Игра «Знакомство»***  Для игры подготовлены конверты с табличками, на которых написаны фразы. Дети по очереди знакомятся друг с другом, ис­пользуя одну из фраз:  • «Я хочу с тобой познакомиться, меня зовут...»  • «Давай познакомимся. Как тебя зовут?»  • «Хочешь, будем играть вместе? Как тебя зовут? А меня зо­вут...»  • «Меня зовут.... А тебя как? Вот мой номер телефона, по­звони мне».  Итог игры.  *Педагог – психолог*:  - Познакомились, а теперь можно позвонить по телефону новому знакомому (знакомой).  ***Игра «У меня зазвонил телефон»***  Для игры подготовлено несколько игрушечных телефонов на батарейках. Карточки с фразами, помогающими начать разговор. Дети делятся на пары и по очереди разговаривают друг с другом по телефону, используя данные фразы. Отрабатывается речевой этикет в ситуациях приветствия, просьбы, отказа, прощания.  • Начать разговор «Ты можешь поговорить со мной?» «Я хочу с тобой посоветоваться...»  • Спросить, что случилось «Что случилось? Я могу тебе помочь?» «Не хочешь ли ты мне рассказать?»  • Предложение «Если хочешь, возьми... (пойдем)...»  • Принять предложение «Спасибо, мне приятно, что ты это предложил» «Спасибо, я с удовольствием это сделаю»  • Попросить разрешение «Ты не возражаешь, если я...» «Разреши мне, пожалуйста...»  • Просьба «Я очень хотел бы пойти...» «Не мог бы ты мне дать...» '  • Отказ «Спасибо, я не могу этого сделать» «Спасибо, но мне это не нравится»  • Предложить помощь «Я готов тебе помочь» «Я могу помочь тебе»  • Поинтересоваться делами «У тебя все в порядке?»  «Как твои дела?» Итог игры.  ***Упражнение на отработку интонационной выразительности речи***  *Педагог – психолог*:  - Понять собеседника нам помо­гают не только слова, но и интонация. Угадайте интонацию. Я гово­рю с интонацией восхищения, затем с интонацией огорчения: «Ты молодец!» А теперь скажите вы с разной интонацией.  (Перед детьми лежат карточки с фразами. Нужно сказать с различной интонацией:  • «Я очень рад за тебя» с одобрением с огорчением  • «Спасибо тебе!» с благодарностью с обидой  • «Ну и удивил!» с восхищением с огорчением  Дети стараются произносить фразы с соответствующей инто-3 нацией, а остальные оценивают, угадывают, с какой интонацией была произнесена фраза.  Итог игры).  ***Игра «Детская радиопередача»***  Чтение сказки К.Чуковского «Федорино горе». Дети читают с нужной интонацией. Итог игры.  ***Игра «Достань мяч»***  *Педагог – психолог*:  - Таня играла в мяч и уронила его в речку, зовет на помощь. Дети спешат на помощь девочке и разыг­рывают действие с помощью фраз, данных на табличках.  • Просьба  «Не могли бы вы мне помочь...»  «Помоги мне...»  «Я очень хотела бы...»  • Спросить, что случилось «Что случилось?»  «Мы можем тебе помочь?»  • Предложить помощь «Хочешь, я тебе помогу?» «Я хочу помочь тебе...»  • Согласие «Наверное, ты прав, давай...»  «Мне кажется, что ты сможешь помочь!» «Я тоже так думаю...»  • Поддержать другого  «Не волнуйся, сейчас я тебе помогу. Все будет хорошо!»  «Попробуй еще раз, ты сможешь это сделать!» «У тебя обязательно получится!»  • Похвалить другого «Здорово у тебя это получилось!» «Ты все сделал правильно!» «Ты — молодец!»  • Поздравление «Я рада за тебя. Ты достал мяч!» «Поздравляю тебя»  • Благодарность «Спасибо, как здорово!» «Спасибо!»  Итог игры.  ***Работа над неречевыми средствами коммуникации***  *Педагог – психолог*:  - Можем ли мы понять друг друга без слов?  Иногда стоит посмотреть на человека и сразу видно, какое у него настроение. (Перед детьми — пиктограммы.)  За нас говорит выражение лица — мимика. Движения нашего тела — жесты. (Таблички с этими словами прикрепить на магнит­ную доску.)  Какую мимику и какие жесты вы использовали в игре «Дос­тань мяч»?  На магнитную доску крепится рисунок. Нужно рассмотреть его и сказать, что выражают жесты, мимика и позы этих людей.  *Педагог – психолог*:  - Подумайте и ответьте, как выра­зить свои чувства, настроение словами, чтобы тебя поняли?  Давайте завершим наше занятие песней. Споем песенку про улыбку.  Песня «Улыбка», музыка В. Шаинского, слова И. Пляцковского.  Дети поют и двигаются под музыку.  *Педагог – психолог*:  - Подумайте, для чего человеку нужна улыбка?  **Завершение**  *Педагог – психолог* задает вопросы для обратной связи:  — Что нового узнали на уроке?  — Что больше всего понравилось на уроке?  **Занятие №7 «Страна «Эмоций»»**  **Цель:**обучение учащихся приемлемым способам выражения обиды и гнева. обогащение репертуара поведенческих реакций в конфликтной ситуации, развитие умения анализировать собственное поведение.  **Оборудование:**видео-проектор, компьютер, диск с мультфильмом про кота Леопольдамяч или игрушка; поговорки и пословицы о дружбе; листы бумаги; ручки или карандаши, материалы к упраж­нению «Что важно для дружбы».  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Сегодня у нас с вами необычное занятие, сегодня мы отправимся в путешествие в страну «Эмоций». В волшебной стране не любят хмурых и грустных людей, поэтому нам с собой необходимо взять хорошее настроение. А для этого мы выполним упражнение:  ***«Покажем друг другу ладошки»***(Дети стоят в кругу и показывают движения под слова психолога)  «У друга мягкая ладошка,  Погладим ее немножко.  А теперь погладим друг друга взглядом,  Мягким взглядом.  Мы друг друга видеть рады!»  Ну, теперь у всех хорошее настроение?  *Педагог – психолог*:  - Ребята посмотрите на жителей этой страны ( психолог показывает пиктограммы эмоций) давайте угадаем их название.  *Ответы детей.*  *Педагог – психолог*:  - А где мы с ними встречаемся в повседневной жизни. Когда мы радуемся, когда удивляемся?  *Ответы детей.*  ***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).  ***Обсуждение мультфильма***  *Педагог – психолог*:  - Учащимся задаёт 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).  ***Упражнение «Опасно - безопасно»***  *Педагог – психолог* предлагает ребятам возможные ситуации проявления агрессии. Им необходимо определить, являются ли предложные 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.  ***Упражнение «Волшебная фраза»***  *Педагог – психолог*:  - Ребята 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»). Давайте потренируемся.  ***Упражнение «Психологический театр»***  *Педагог – психолог*:  - Ребята представьте, что вы 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.  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - Благодарю всех за интересное занятие. Понравилось ли оно вам? Что больше всего понравилось? Ответы какой группы? Что нового узнали вы сегодня? На какой во­прос игры было труднее всего ответить?  ***Прощание – упражнение «Комплимент»***  *(*Учащиеся по кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).  **Занятие 8 «Золотые ключики к сердцам людей» ролевая игра**  ЧТО ПРИГОТОВИТЬ УЧИТЕЛЮ: музыкальные фрагменты, соответствующие различным эмоциональным состояниям человека (веселье, тревога, спокойствие, пе­чаль): иллюстрации (репродукции, фотографии) с изображениями различных эмоци­ональных состояний человека.  ЧТО ПРИГОТОВИТЬ УЧЕНИКАМ: тетрадь, цветные карандаши.  ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ УЧИТЕЛЮ:  Риск ранней наркотизации и уровень развития коммуникативных умений у ребенка тесно взаимосвязаны. Многие дети испытывают трудности в общении со сверстниками, установлении контактов в коллективе. В поисках группы, которая бы их приняла, они могут входить в компании, где распространено использование одурма­нивающих веществ.  Одурманивающие вещества нередко служат не только «Пропуском» В определенную компанию, но и используются школьниками как способ снятия напряжения, скованности при общении. Наконец, младшим школьникам в значительной степени присуще подчинение внешнему давлению, подражание человеку, который им интересен, для них привлекателен, авторитетен.  В связи с этим особую важность для ранней профилактики наркотизма приобретает развитие у детей навыков социальной адаптации, в том числе и коммуникативных. Ребенок 6-7 лет должен освоить эффективные схемы поведения, позволяющие ему устанавливать контакт (проще говоря, знакомиться) с малознакомым человеком, Снимать напряжение в ситуации возможного конфликта с окружающими, а также схемы «Позитивного Отказа» (уметь отказаться от предложения знакомого, не обижая его).  Что НУЖНО РАССКАЗАТЬ УЧЕНИКАМ  Встречаясь со многими людьми, мы, как в зеркале отражаемся в них. Улыбка Вызывает ответную улыбку, а злое, недовольное выражение лица встречается с раз­драженной гримасой. От нашего настроения зависят не только наше здоровье и на­строение, но и здоровье и настроение других людей. Делясь со своими близкими ра­достью, вы тем самым помогаете их сердцам стучать ровно и весело. Отдавая окру­жающим часть своего плохого настроения, заставляете их сердца грустить. Приветливая улыбка часто помогает совершать самые настоящие чудеса: высушивать слезы, снимать боль, гасить ссору..  Хотите узнать несколько секретов, которые помогут вам справляться с плохим настроением?  • Если на душе у вас печально и тоскливо, обратитесь за помощью к самым близким для вас людям - родителям, бабушке или дедушке, лучшим друзьям. Рас­скажите им о том, что вас волнует и тревожит .  • ГРУСТЬ и печаль очень не любят веселой МУЗЫКИ и движений. У вас плохое настроение? Включайте проигрыватель, радио, магнитофон и начинайте танцевать или просто попрыгайте под музыку .  • Ничегонеделанье - спутник плохого настроения. Вы любите читать, мастерить, рисовать, сочинять смешные истории? Как только вам стало грустно, займитесь чем-нибудь интересным. Вы и не заметите, как на вашем лице появится веселая улыбка.  Помните, что Алкоголь и Никотин - близкие друзья плохого настроения. Разрушая здоровье человека, они причиняют ему боль и печаль. Тот, кто познакомился с Черными братьями, может совершать множество глупых и нелепых поступков, которые портят настроение не только ему, но и всем окружающим.  **Игра: «Мелодии, которые звучат внутри нас»**  Ход игры  Учащимся предлагается прослушать музыкальные фрагменты и назвать те настроения, которым они соответствуют.  Затем школьники рассматривают изображения людей, находящихся в раз­личном настроении. По изображениям они должны определить настроение человека.  Вместе с учителем дети перечисляют признаки, которые помогают им опреде­лить настроение другого человека (выражение лица. интонация голоса и др.).  *Обсуждение: «История Маленького Енота»*  Учитель предлагает учащимся рассмотреть картинки в книге и рассказать историю Маленького Енота.  Вопросы учащимся:   * Как произошла первая встреча Маленького Енота и «того, кто живет в реке»? * Почему Маленький Енот испугался «того, кто живет в реке»?   • Как Маленький Енот пытался победить «того, кто живет в реке», почему ему это не удалось?  • Благодаря чему Маленький Енот и «тот, кто живет в реке» подружились?  Совет учителю. Во время обсуждения можно использовать запись песенки Маленького Енота из мультфильма « Улыбка».  **Игра: «Поделись улыбкою своей».**  Ход игры  Приглашаются учащиеся, желающие принять участие в игре. Каждой группе да­стся определенная ситуация. Дети должны предложить схему поведения, позволяю­щую избежать конфликта, снимающую раздражение, обиду у одного из участников ситуации.  Варианты ситуаций:  а) Винни-Пух, Пятачок, Ослик и Сова собираются на праздник к Кролику. У всех, кроме Пятачка, есть воздушные шарики. Пятачку тоже хочется держать в руках цветное облачко, и на глазах у него появляются слезы.  б) Буратино услышал тихие всхлипывания и увидел, как на скамейке, свернув­шись комочком, плачет Арлекин. «Что с тобой случилось?» - испугался Буратино. - «Ничего, отстань», - резко ответил Арлекин. Буратино хотел было обидеться, но понял, что тут нужна его помощь.  Вопросы учащимся:  • Объясните, почему так важно уметь угадывать настроение другого человека?  • Вспомните и расскажите о том, как ваша улыбка смогла победить плохое на­строение близкого вам человека.  • Что означает выражение «дарить сердечное тепло»? Как вы можете сделать та­кой подарок?  • Посмотрите внимательно вокруг. Кто из ваших близких особенно нуждается в вашей улыбке? Почему говорят, что пожилым людям внимание окружающих жизнь продлевает?  ДОМАШНЕЕ 3АДАНИЕ: придумать и нарисовать торию «Как улыбка дружбу спасла».  **Занятие № 9 «Конкурс хвастунов»**  **Игры и упражнения, направленные на профилактику и снятие тревожного состояния**  **Упр. "Конкурс хвастунов".**  Цель: Упражнение помогает ребенку свои положительные стороны, почувствовать, что он принимаем и ценим другими детьми.  Ход: "Сегодня мы проведем с вами необычный конкурс - конкурс хвастунов. Выигрывает тот, кто лучше похвастается. Чем мы будем хвастаться? Соседом справа. Посмотри внимательно на своего соседа справа. Подумайте, какой он, что он умеет делать, что у него хорошо получается. Например, так: "Лена - очень умная, очень красива, быстро бегает, весело смеется" и т. п."  После того, как будет пройден круг, дети определяют победителя - лучшего "хвастуна". Можно обсудить, кому, что понравилось больше: рассказывать-хвастаться о соседе или слушать, как о нем рассказывают.  **Упр. "Путанка"**  Цель: Эта игра поможет ребятам почувствовать свою принадлежность к группе, понять, как неприятно быть вне ее.  Ход: Выбирается водящий, который выходит из комнаты. Остальные дети берутся за руки и становятся в круг, они начинают запутываться, кто как может. Когда образовалась путанка, водящий заходит в комнату и пытается распутать то, что получилось, также - не разжимая рук.  **Упр. "Волшебный мешочек"**  Ход: Педагог-психолог  спрашивает у детей, что для них самое страшное (в другой раз плохое, злое). Затем предлагает ученику  сложить в волшебный мешок все самое страшное. Затем этот мешок со всем, что в нем есть, выбрасывается. Хорошо, если взрослый тоже сложит в этот мешок свои отрицательные эмоции.  **Упр. "Поводырь".**  Цель: упражнение развивает чувство ответственности за другого человека, доверительного отношения друг к другу.  Ход: Выполняется в парах. Сначала ведущий водит ведомого с повязкой на глазах, испытывая чувство руководства и ответственности за его благополучие. Затем дети меняются местами.  **Упр. "Зеркало"**  Ход: Дети участвуют по очереди, по два человека. Один ребенок смотрится в "зеркало" (другой ребенок), которое повторяет все его движения. Потом они меняются местами.  Цель: Эта игра очень полезна для пассивных, неуверенных в себе детей. Она помогает ребенку открыться, почувствовать себя более свободно, раскованно, а также увидеть себя как бы со стороны.  **Упр. "Зайцы и слоны".**  Цель: Дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки.  "Ребята, я хочу предложить вам игру, которая называется "Зайцы и слоны". Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся. Ребята  это показывают. Покажите, что делают зайцы, если слышат шаги человека? Ребята  разбегаются по кабинету, прячутся. А что делают зайцы, если видят волка?  А теперь мы будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, если видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра… Школьники в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона".  После проведения упражнения учащиеся  садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.  **Упр. "Солнышко и тучка.**  Цель: Упражнение направлено на снятие психического напряжения, обучающее ребенка регулировать свое эмоциональное состояние.  Ход: Солнце зашло за тучку, стало свежо - сжаться в комочек, чтобы согреться, задержать дыхание. Солнце вышло из-за тучки, стало жарко, разморило на солнце - расслабиться на выдохе.  **Занятие №10 «Почему люди ссорятся?»**  **Цель:**познакомить с понятием «конфликт»; определить осо­бенности поведения в конфликтной ситуации; обучение способам выхода из конфликтной ситуации.  **Оборудование:**мяч, плакат с правилами.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Ребята, здравствуйте. Давайте поприветствуем друг друга. Встанем в круг и по кругу скажем друг другу: «Я очень рад тебя видеть».  *(Выполнение упражнения.)*  *Педагог – психолог*:  - Сегодня мы поговорим с вами на тему «Почему люди ссорятся?». Подумайте немного над этим во­просом, а затем запишите свои ответы в тетрадях. А теперь скажите ваши ответы.  Ответы.  Обсуждение. Все варианты ответов записываются на доске:  не понимают друг друга;  не владеют своими эмоциями;  не принимают чужого мнения;  не считаются с правами других;  пытаются во всем доминировать;  не умеют слушать других;  хотят умышленно обидеть друг друга.  *Педагог – психолог*:  - Мы уже обсуждали на занятиях, как важно владеть собой при общении с другими людьми. Однако очень трудно бывает фиксировать свое состояние. Для того чтобы разобраться в этом вопросе больше, давайте поиграем.  ***Театрализованная игра «Мудрая сова и упрямые козлики»***  *(обучает стратегиям эффективного поведения в конфликтных ситуациях, снижает уровень агрессивного поведения, развивает социальный интеллект).*  Педагог-психолог предлагает проиграть сказку по ролям. Для этого нужны три актера: два козлика и сова (играет роль миротворца). Остальные дети - зрители. Сначала Мудрая сова наблюдает за козликами, которые спорят и ругаются. (Задача Совы - миротворческая, научить их правильно себя вести во время конфликта). Затем подлетает к ним и пытается примирить их, успокоить и научить уступать друг другу. Козлики прислушиваются к словам совы, ведь она самая мудрая и становятся добрее, начинают уступать друг другу.  ***Игра «Разожми кулак»***  Один сжимает руку в кулак, другой старается разжать его (нельзя причинять боль). Затем партнеры меняются ролями. Обсуждаются несиловые методы, которые применялись: уговоры, просьба, хитрость.  ***Игра «Толкалки без слов»***  Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щиплются, дерутся, но никто не *\*разговаривает. Затем делятся своими впечатлениями.  ***Игра «Да и нет»***  Все участники разбиваются на пары. Каждый выбирает себе I позицию «да» и «нет». Вслух произносить можно только это.  *Педагог – психолог*:  - Мы сейчас поиграли с вами в ряд игр. Давайте обменяемся впечатлениями и мнениями: Какие испытывали эмоции? Было ли ощущение напряжения и раздражения? Ощущали ли вы предконфликтную ситуацию? Что помогло избежать конфликта?  *Педагог – психолог*:  - Мы сейчас коснулись в играх конфликтных ситуаций, ощутили определенные эмоции и напряже­ние как их следствие. А теперь перейдем к обучению способам вы­хода из конфликтных ситуаций.  *Рекомендации:*Желательно предоставить учащимся возможность поделиться собственным опытом и рассказать, как они выхо­дят из конфликтов. На примерах из личного опыта проводится об­суждение возможных способов решения конфликтных ситуаций. Выводы записываются в тетрадь.  *Педагог – психолог*:  - Поведение, которое помогает выйти из конфликтной ситуации без ссоры.  1.Выслушать спокойно все претензии партнера.  2. На агрессивность партнера реагировать сдерживанием сво­их эмоций и постараться переключить разговор на другую тему. Можно сказать что-то доброе, неожиданное, веселое.  3.Попытаться заставить говорить партнера конкретней (толь­ко факты) и без отрицательных эмоций.  4. Всегда держать уверенную и равную позицию, но не пере­ходить на критику.  5. Извиниться, если в чем-то действительно не прав.  Все варианты обсуждаются и записываются участниками в тетрадях.  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - Наше занятие подошло к концу.  В заключении давайте ответим на вопросы.  Можно ли постоянно контролировать свое состояние?  Как вы думаете, сможете ли вы достойно выходить из кон­фликтных ситуаций?  Что для вас было самым трудным на занятии?  *(Ответы детей.)*  **Занятие № 11 «Остров дружбы»**  **Цель:**создание положительного дружественного настроения в классе. Способствовать сплочению детского коллектива.  **Оборудование:**  большая иллюстрация с изображением друзей;  таблицы «друг» и «дружба»;  аудиозапись с музыкой ;  магнитофон.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Добрый день, друзья! Поставьте свои стульчики вкруг так, чтобы не помешать другим. Как можно это сделать?  (Под музыку все по очереди садятся на стульчики в круг).  *Педагог – психолог*:  - Посмотрите на иллюстрацию. Придумайте название к этой иллюстрации. («Друзья»).  (Необходимо помочь детям придти к ответу — друзья).  *Педагог – психолог*:  - А почему вы решили, что эти ре­бята друзья?  А кого можно назвать другом?  *Друг*— человек, который связан с кем-нибудь дружбой («Толковый словарь русского языка» С. И. Ожегова).  *(Дружба*— близкие отношения, основанные на взаимном до­верии, привязанности, общности интересов («Толковый словарь русского языка» С. И. Ожегова).  *Педагог – психолог*:  - Как вы понимаете «доверие», «привязанность», «общие интересы»?  У кого есть друг?  (По кругу, передавая мягкую игрушку, назвать своего друга и рассказать, почему ты его считаешь другом).  *Педагог – психолог*:  - С древних времен принято при­ветствовать своего друга, товарища, приятеля рукопожатием. Это означало, что в руках у меня нет оружия, я пришел к тебе с миром.  Давайте поздороваемся друг с другом, протягивая и пожимая руку. Учтем, что старшие первыми протягивают руку младшим, да­мы первыми подают руку.  (Все пожимают друг другу руки).  ***Театрализованно-ролевая игра «Если случилась беда».***  ***(****Развивает умение просить, принимать и оказывать помощь, развивает стратегии поиска социальной поддержки, развитие навыков взаимодействия и общения).*  *Педагог-психолог:*  - «Ребята, вы знаете такую пословицу: «Настоящий друг познается в беде? Что это значит?...Давайте поиграем в такую театральную игру. Кто хочет быть актером? Нужны два актера: желающие. Остальные будут зрителями» Далее обращается к первому ребенку: «Витя, представь, что ты попал в беду, например, ехал на велосипеде и упал, да так сильно, что ударился и поранился, и даже не можешь встать от боли. Недалеко от тебя твой друг Петя (психолог обращается ко второму ребенку: «Петя, а ты будешь другом). Витя зовет Петю, и Петя сразу же бежит на помощь к Вите: дает руку, помогает подняться. У Пети в сидении велосипеда есть тюбик с лекарством, чтобы помазать рану. (Петя достает тюбик и обрабатываешь рану, жалеет Витю). А Витя улыбается и говорит другу: «большое спасибо, Петя, ты настоящий друг!».  (Зрители аплодируют. Потом дети меняются ролями. Далее «на сцену» выходят следующие двое желающих).  ***Игра «Добрые пожелания волшебников»(5 мин)***  *Цель:* *создание атмосферы доброжелательности, учить детей умению адекватно выражать радость: радовать других и радоваться вместе с ними.*  *Педагог – психолог*:  - Ребята, а вы знаете какое самое лучшее качество в человеке? (Доброта, доброжелательность). А с чего начинается дружба вы тоже, наверняка знаете из песни: «С голубого ручейка, начинается река, ну а дружба начинается с улыбки». Улыбка-это начало дружбы. А доброжелательный человек – это человек, который желает добро. Давайте мы с вами сядем в круг, возьмемся за руки, и поиграем в добрых волшебников: мы по очереди улыбнемся друг другу и пожелаем что-то доброе. Я начну: Катя, я желаю тебе много радости и счастья!...».  (Игра сопровождается музыкой «Где водятся волшебники»).  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - В завершении нашей встречи прошу продолжить предложение: «Сегодня на занятии я понял (по­няла)...».  **Занятие № 12 «Учимся дружить»**  **Цель:**способствовать формированию навыков конструктив­ного взаимодействия в группе;  способствовать преодолению барьеров в общении; совершен­ствовать навыки общения; повысить самооценку детей; осознание школьниками важности и необходимости дружеских взаимоотно­шений; помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе. Предоставить учащимся рекомендации для установления, сохране­ния и поддержания дружеских взаимоотношений.  **Оборудование:**мяч или игрушка; поговорки и пословицы о дружбе; листы бумаги; ручки или карандаши, материалы к упраж­нению «Что важно для дружбы».  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Здравствуйте, ребята. Сегодня мы на нашем занятии продолжим изучение такого важного чувства, как дружба. Каждый из вас — интересный человек, интересная личность, каждый вносит свой вклад в дела класса, внутриклассные взаимоотношения.  (Передавая мяч (или игрушку) друг другу расскажите немного о том, что каждый из вас любит делать и что у рас лучше всего получается. И скажите также о том, чему вы бы хотели научиться).  *(Выполнение задания.)*  ***Чтение и обсуждение сказки В.Г.Сутеева «Кораблик». Беседа о дружбе.***  *(формирование представлений о дружбе, азвитие нравственных качеств, развитие навыков слушания и коммуникации)*  *Педагог – психолог*:  Пошли гулять Лягушонок, Цыпленок, Мышонок, Муравей и Жучок.  Пришли на речку.  - Давайте купаться! - сказал Лягушонок и прыгнул в воду.  - Мы не умеем плавать, - сказали Цыпленок, Мышонок, Муравей и Жучок.  - Ква-ха-ха! Ква-ха-ха! - засмеялся Лягушонок. - Куда же вы годитесь?! - И так стал хохотать - чуть было не захлебнулся.  Обиделись Цыпленок, Мышонок, Муравей и Жучок.  Стали думать. Думали-думали и придумали.  Пошел Цыпленок и принес листочек.  Мышонок - ореховую скорлупку.  Муравей соломинку притащил. А Жучок - веревочку.  И пошла работа: в скорлупку соломинку воткнули, листок веревочкой привязали - и построили кораблик!  Столкнули кораблик в воду. Сели на него и поплыли!  Лягушонок голову из воды высунул, хотел еще посмеяться, а кораблик уже далеко уплыл... И не догонишь!  Вопросы для обсуждения:   1. *Почему кораблик уплыл от лягушонка?*   (Друзья обиделись, построили кораблик и уплыли на нем от лягушонка; они не захотели с ним дружить, потому что он их обидел, когда сказал: «…на что же вы годитесь?..» и т.д.)   1. *Вам бы хотелось дружить с таким лягушонком? Хороший ли он друг? Хорошо ли он себя повел? Что он сделал плохо?* 2. *Умеет ли дружить лягушонок?* *Что значит уметь дружить?*   (Это прежде всего поступать так, как бы хотели чтобы они поступали с вами. Если хотите, чтобы вам улыбались и были добры – сами улыбайтесь и делайте добро.  С друзьями нужно делиться, помогать им, когда у них беда или что-то не получается.  Не надо хвастаться и ругаться, надо учиться уступать и договариваться.)   1. *Как друзья построили кораблик?*   (Они делали его все вместе, по правилам, распределили поровну обязанности, договорились - Цыпленок принес листочек. Мышонок - ореховую скорлупку. Муравей соломинку притащил. Жучок - веревочку. И построили кораблик.)   1. *Каким должен быть хороший друг?*   (добрый, не жадный (щедрый), смелый, готовый придти на помощь, честный и т.д.)   1. *У вас есть такой друг? Как его зовут? А вы дружные ребята?*   *Педагог – психолог*:  - Так, что же такое дружба?  (Дружба — это близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.  Дружба — отношение самоценное, само по себе являющееся благом, так как друзья помогают друг другу бескорыстно.  Дружба — индивидуально-избирательна и основана на вза­имной симпатии.  Известно, что друзья могут быть постоянные или временные. Временных друзей мы называем приятелями).  - Чем приятели отличаются от друзей?  - Сколько у человека может быть настоящих друзей?  *(Ответы детей.)*  *Педагог – психолог*:  - Проведенные социологические исследования показали, что люди, которые утверждали, что имеют много друзей, в сложной, критической ситуации оставались либо сами с собой, либо с близкими родственниками. А люди, которые утверждали, что друзей у них мало (1—3 человека) всегда находили у них поддержку и понимание. Таким образом, можно сказать, что настоящих друзей всегда не так много. Но у любого человека обяза­тельно должны быть не только друзья, но и приятели.  Итак, друзья — это те, кому мы верим, кто нас не придаст, не подведет, способен поддержать нас в трудную минуту, посочувст­вовать нам и помочь. Другу мы можем доверить все свои открове­ния. Человек в течение своей жизни приобретает и, к сожалению, Иногда, теряет друзей из-за различных ситуаций. Дружба доставля­ет нам много радости. Дружеские отношения могут изменяться по Мере того, как мы сами растем и изменяемся.  Кто же такой друг? Какими качествами в идеале он должен обладать? На эти вопросы помогут ответить нам следующие упраж­нения».  ***Упражнение «Мой идеальный друг»***  *Педагог – психолог*:  - Делимся на группы по 2 человека.  (Учащимся предлагается в группах написать те качества, которые необходимы другу. «Друг это тот, кто...»).  Совместное обсуждение результатов.  *Педагог – психолог*:  - Если бы твой лучший друг (под­руга) сказал о том, что ему (ей) больше всего нравится в тебе, как ты думаешь, что именно он (она) сказал бы?  А если бы этого человека попросили сказать о том, что ему не нравится в тебе, как ты думаешь, о чем он сказал бы?  Как вы думаете, что важнее всего в дружбе?  Что может помешать дружбе?»  *(Ответы детей.)*  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - Давайте подведем итоги нашего занятия.  О чем мы сегодня говорили? Что вы чувствовали на занятии? Что вы запомнили? Что вам понравилось, а что нет? Что удивило или обрадовало? Какие вопросы по теме остались?  **Занятие №13 «Хорошо ли мы знаем друг друга?»**  **Цепь:**развить социальную наблюдательность, умение заме­тить в человеке наиболее характерные для него качества, умение присоединения и чувствования; учить детей высказывать, пред­ставлять и доказывать свою точку зрения; направить работу на создание единой общности группы; развивать умение работать в группе на общую цель коллектива, исследовать ведущие тенден­ции в группе.  **Оборудование:**мяч, чистые листы для заполнения, фломасте­ры, карандаши, 1—2 ватмана.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Здравствуйте, ребята. Давайте поприветствуем друг друга добрыми словами в упражнении под названием «Комплименты».  ***Упражнение «Комплименты»***  Дети по кругу, передавая друг другу мяч, говорят рядом си­дящему: «Мне нравится, что ты добрый», а сосед отвечает: «Да, я Добрый, а еще я умный» и т. д.  *Педагог – психолог*:  - А теперь мы немного разо­мнемся и поиграем в игры. Первая игра называется «Щепки плывут по реке».  (Участники становятся в две шеренги на расстоянии вытяну­той руки друг от друга — они берега. Один участник — щепка. Он Медленно проплывает между «берегами», они мягкими прикоснове­ниями помогают «щепке». Упражнение можно проводить с открытыми и с закрытыми глазами).  *Педагог – психолог*:  - Ребята, я вас очень люблю, каж­дый из вас очень важен, каждый из вас особенный. Давайте нау­чимся признаваться в любви друг другу.  ***Упражнение «Мы тебя любим»***  Все участники становятся в круг. Каждый участник по очере­ди выходит в центр, его хором называют по имени три раза. Затем хором проговаривают фразу: «Мы тебя любим!»  *Педагог – психолог*:  - После этих упражнений мы еще больше ощутили себя единой командой, единым организмом. А те­перь мы поиграем в игру «Распускающийся бутон».  ***Игра «Распускающийся бутон»***  (можно постелить коврики перед началом занятия) Ребята садятся на пол и берутся за руки. Необходимо встать плавно, одновременно, не отпуская рук, после чего «цветок» начи­нает распускаться (отклоняться назад, крепко держа друг друга за руки) и качаться на ветру.  *Педагог – психолог*:  - Что вы ощутили после этих игр-упражнений? Какое у вас настроение?  *(Ответы детей.)*  *Педагог – психолог*:  - Ну а теперь можно перейти к выполнению важного задания для вас сегодня — создание Газеты о нашей группе. Для ее выполнения вам необходимо хорошо знать друг друга. Давайте проверим себя? Расскажите несколько качеств-характеристик, присущих 2-м каким-нибудь — мальчику и девочке, а мы все должны отгадать — о ком идет речь.  *(По желанию выслушивается 2*—*3 ребенка.)*  *Педагог – психолог*:  - Проверку вы прошли, перейдем непосредственно к выполнению задания. Необходимо создать со­вместными усилиями газету вашего класса, в которой есть название (необходимо придумать всей группой).  Затем каждый на выбор должен написать любую характери­стику группы и нарисовать рисунок-образ к написанному, в любой из предложенных рубрик:  мы ученики;  мы спортсмены;  мы помощники;  мы артисты;  мы изобретатели;  наши успехи.  По мере завершения работы все готовые материалы объеди­няются в одном месте (на доске или ватмане).  *Педагог – психолог*:  - Вот какая замечательная газета нашей группы у нас получилась. Давайте посмотрим, какой общий образ у нас получился, какова единая картина.  В целом больше положительного или негативного отражено о классе?  Какие качества и характеристики повторяются и почему?  Что нам здесь не нравится, что хотели бы убрать?  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - Спасибо всем за урок. Вы дейст­вительно единая дружная команда.  **Занятие №14 «Взаимопомощь и сотрудничество»**  **Цепь:**повышение уровня сплоченности группы; создание ус­ловий для включения детей в совместную деятельность с одно­классниками.  **Оборудование:**листы АЗ, небольшие листочки, ручки, цвет­ные карандаши и фломастеры; заранее подготовленные задания для групп, разноцветные клубки шерсти или толстые мотки веревки, маленькие кусочки картона 4 х 6 см и небольшие подарки для каж­дого из игроков.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Здравствуйте, друзья. Ведь вы друзья? Я знаю, что вы очень дружные. Чтобы выяснить, действительно ли вы дружные, мы проведем игру. Но для этого нужно разбиться на команды. А чтобы составить коман­ды, напишите свои имена на листочках и сложите их. Листочки с именами мы положим в коробку, а доставать их будет тот, кого вы считаете самым добрым в классе.  *Рекомендации:*вытягивать листочки могут захотеть все. Же­лательно направляющими вопросами убедить детей выбрать «пренебрегаемого» ребенка в классе. Чтобы после обсуждения, кто в классе самый добрый, дети назвали именно его.  Выбранный ребенок достает из коробки по три листочка, раз­ворачивает их и называет имена: создается первая команда, вторая команда, третья, четвертая и т. д.  *Педагог – психолог*:  - Сейчас вы будете выполнять за­дания. Но помните, что вы дружная команда и должны выполнять задания все вместе так, чтобы не ссориться, находить решение без конфликтов и плохих слов. Если подобное проявится, если кто-то из вас захочет все делать сам, не давая другим, команда будет полу­чать штрафные очки.  ***Первое задание: игра «Где мы были вам не скажем, а что делали покажем»…***  *(развитие эффективных форм взаимодействия, формирование навыков сотрудничества)*  Каждой команде дается задание изобразить действия. Члены команды самостоятельно распределяют роли.   1. *«Повара»* (один ребенок чистит овощи, другой режет, третий мешает суп, четвертый моет посуду, пятый вытирает и убирает посуду, шестой накрывает на стол и т.д.). 2. *«Садовники»* (один ребенок копает, другой сажает, третий поливает, четвертый обрезает сухие ветки, пятый красит деревья, шестой собирает граблями листья и т.д.).   Затем сценка репетируется каждой командой в течение пяти минут. После «репетиции», команды показывают свою сценку друг другу. Они должны угадать, что и кого изображает та или иная команда.  *Педагог – психолог*:  - Ну а теперь немного отдохнем. Упражнение называется «Комплименты».  Сидя в команде, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, на­до сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Прини­мающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу. Упражнение проводится по кругу.  *Рекомендации:*некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово. Если ребе­нок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрустит его сосед, скажите комплимент сами.  ***Второе задание***  Каждая команда получает на полосках бумаги предложения, из которых нужно составить загадку. Нужно также договориться, кто какое предложение будет читать другим командам, которые должны отгадать загадку (количество предложений, из которых со­стоит загадка на одно больше, чем членов команд).  ***Третье задание***  Командам раздаются листы бумаги размером АЗ. Нужно на­рисовать групповую фотографию в виде стилизованных человече­ских фигурок и подписать имена.  Суть задания: ребята должны договориться, кто кого рисует, каждый должен нарисовать 3—4-х одноклассников!  Затем проводится анализ рисунков других команд. Команды представляют свои фото, называя имена одноклассником.  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - В завершении занятия поиграем в игру «Паутина». Подготовка к этой игре не менее увлекательна,  чем сама игра.  ***Игра «Паутина»***  Для каждого игрока отрезается от мотка кусок нитки или бе­чевки длиной примерно 6—8 м.  *Рекомендации:*если нити будут разноцветными, ваша «конст­рукция» получится веселой и красивой. Кроме того, это поможет самым маленьким игрокам распутать паутину. Для усложнения за­дачи можно использовать одноцветные нитки.  На один конец каждой нити прикрепите табличку с именем игрока, а на другой — подарок для него.  Теперь вы должны «соткать паутину», протягивая нити через  всю комнату.  *Педагог – психолог*:  - Теперь, ребята, мы уверены, что класс действительно дружный. Давайте напоследок встанем все в один круг, возьмемся за руки и, смотря соседу в глаза, подарим ему молча самую добрую улыбку (каждому по очереди). Надеюсь, вы и дальше будет оправдывать название «Самый дружный класс».  **Занятие №15 «Планета - сотрудничества»**  **Цель:**развивать навыки сотрудничества и умение соревно­ваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнить свои достижения с успехами других.  **Оборудование:**  4 листа ватмана по количеству команд;  4 бланка с изображением дерева;  листики для дерева по количеству участников;  цветные карандаши;  фломастеры;  цветная бумага;  шариковые ручки;  клей;  листочки белой бумаги 10—15 см по количеству участников.  *Рекомендации:*игру желательно проводить в свободном по­мещении. Ведущему необходим помощник. Перед началом игры пространство комнаты делится на две части. В первой половине с помощью веревки на полу выкладывается большой замкнутый круг (в нем должны с комфортом разместиться все дети). Во второй по­ловине выполняются упражнения за партами.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - К нам прилетели инопланетяне За помощью. У них на планете произошла трагедия: «Мы не береги свою планету, мусорили, ругались друг с другом, дрались и в конце концов наша планета погибла. В космическом пространстве много пустых планет, но их нужно оживить. Помогите нам!» (Со­общение записано на магнитофоне.)  ***Разминка***  *Педагог – психолог*:  - Для того чтобы помочь инопла­нетянам, нужно пройти отбор.  Представьте себе, что каждый из нас — цветное стеклышко. Представили? Какого вы цвета, какой формы? Чья-то гигантская рука (наверное, какого-то великана) собрала все стеклышки и зажа­ла их в ладони. Стеклышки оказались близко-близко друг к другу.  *(Ведущий просит детей собраться в тесный круг.)*  А затем великан рассыпал нас по ровной поверхности, но ни одно стеклышко не попало в круг!  *(Дети разбегаются и застывают. Ведущий следит за тем,* *чтобы все стояли неподвижно.)*  А теперь великанская рука берет цветные стеклышки по од­ному и перекладывает их в гигантский калейдоскоп. Видите круг? Это и есть наш калейдоскоп. Стеклышко, имя которого я буду на­зывать, перемещается в калейдоскоп и там застывает  *(Ведущий называет имена детей по очереди. После того как все дети и педагог перешли в круг, разминка продолжается.)*  И завертелся гигантский калейдоскоп в руках великана! Раз — и стеклышки объединились в пары!  *(Ведущий просит детей разбиться попарно и застыть на* *месте.)*  Два — и стеклышки снова распались по одному и застыли!  *(Далее ведущий просит участников объединяться то в трой­ки, то в четверки, каждый раз обязательно застывая на месте)*  А сейчас я прошу вас закрыть глаза и не подглядывать. Наш великан повернул калейдоскоп еще раз и увидел удивительный узор: все его стеклышки выстроились в ровный-ровный круг!  Сейчас с закрытыми глазами, касаясь друг друга, постарай­тесь встать в круг. Не подсматривайте, так интересно! Как вы ду­маете, круг уже получился? Итак, стеклышки застыли... и открыли глаза. Посмотрите: получился ли у нас круг?  *(На этом разминка заканчивается, ведущий просит всех участников сесть на ковер внутри круга).*  ***Работа в группах***  *Педагог – психолог*:  - А сейчас прошу команды занять свои места на космических кораблях. Счастливого полета. *(Звучит музыка.)*  Наша задача — помочь инопланетянам оживить планеты. Как вы думаете, что для этого нужно? Без чего не может существовать человек?  Сначала мы поместим на наши планеты озера, океаны, моря. Их нужно вырезать из цветной бумаги и дать им название. Но на­звание должно быть необычное и обозначать чувства. Какие чувст­ва вы знаете?  *(Любовь, надежда, гордость, веселье, удовольствие, радость, интерес, желание, восторг) (Дети работают в группах.)*  У каждой группы на столах есть бланк с рисунком дерева. Но наше дерево не имеет листьев. Листочки необходимо изготовить из цветной бумаги ( отрывая бумагу). Каждая команда наклеит крону своему дереву. И на лис­тьях напишет какими вы хотели бы быть и чего хотели бы достичь в жизни.  Оденьте дерево и поместите на нашу планету.  *(Дети клеят листочки на дерево и размещают дерево на пла­нете.)*  А чего еще нет на ваших планетах? Конечно, гор не хватает. У вас на столах цветная бумага, сделайте горы, дайте им название, которое обозначает чувство, и поместите их на вашу планету.  Для того чтобы оживить планету, нужно самое главное — по­садить свой цветок. На столах лежат листики белой бумаги, каждый из вас рисует свой любимый цветок, называет его своим именем и сажает на планету. Вот теперь наша планета ожила. Потому что Цветы с вашим именем дали ей свою энергию, жизненную силу.  ***Обучение хорошим манерам***  *Педагог – психолог*:  - Планеты мы оживили, но им Нужно дать название. Придумайте, пожалуйста, название. Наши инопланетяне потерпели неудачу, потому что не умели жить дружно сильно ругались, дрались между собой, и планета не выдержала вздоров и взорвалась. Я предлагаю вам научить инопланетян жить дружно.  ***Упражнение «Хорошие слова и чувства»***  *Педагог – психолог*:  - Сейчас вы все образуете ручеек. Один человек проходит через ручеек, а вы все должны нежно дотронуться до проходящего и сказать ему очень хорошие, нежные, ласковые слова. Через ручеек чувств проходит каждый из вас. Ну вот молодцы. Теперь, я думаю, инопланетяне научатся жить хорошо и больше никаких катастроф не будет.  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - Ну вот и подошло к концу наше приключение.  Понравилась ли вам игра ребята?  А чем?  Спасибо вам за игру, за вашу неповторимость, яркость и единство, дружбу.  **Занятие №16 «Объединяемся играя»**  **Цепь:**сплочение класса, снятие напряжения, установление доверительных дружеских взаимоотношений в классе.  **Оборудование:**мяч.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами будем играть в разные игры. Давайте начнем наше заня­тие с улыбки.  ***Упражнение «Подари улыбку»***  Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди «дарит» улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.  *Педагог – психолог*:  - А теперь после такого доброго начала давайте сыграем в игру-упражнение «Здравствуйте».  ***Упражнение «Здравствуйте»***  *Педагог – психолог* предлагает ученикам по сигналу (хлопок) начать здороваться. Способ приветствия также предлагает ведущий (за руку, локтем и т. п.). В течение игры способ приветствия меня­ется несколько раз.  *Педагог – психолог*:  - Ребята, у нас позади целый учеб­ный год - 1 класс. Вы уже хорошо узнали друг друга, качества, черты характера одноклассников. Давайте проверим наши знания и поиграем в игру «Я знаю, что ты...».  ***Игра «Я знаю, что ты...»***  Упражнение выполняется по кругу. Дети перебрасывают друг Другу мяч (свободный выбор) и заканчивают фразу о том человеке, у кого в этот момент находится мяч: «Я знаю, что ты... (называется каче­ство, характеризующее одноклассника)». Пример: «Я знаю, что ты очень добрый, смелый, умный, аккуратный, красивый, умеешь красиво рисовать, умеешь играть на фортепиано, хорошо поешь и т. д.».  *Педагог – психолог*:  - Предыдущая игра показала, что мы действительно хорошо узнали друг друга, что много есть обще­го между вами, есть и различия. Давайте поиграем еще в одну игру и найдем еще больше общего и различий между вами.  ***Упражнение «Мы похожи — мы отличаемся»***  *Педагог – психолог* приглашает двух участников в центр круга и обращает внимание на их внешность, выражение лица, позу, а затем предлагает классу найти у них пять сходных и пять различных качеств. Игра повторяется несколько раз по желанию участников.  *Педагог – психолог*:  - Спасибо за игру. Теперь мы встанем поближе друг к другу, образуя плотный круг, и поиграем в игру «Путаница».  ***Игра «Дракон кусает свой хвост»***  (снятие напряженности, невротических состояний; развитие сплоченности группы)  Звучит веселая музыка. Играющие становятся в линию, дер­жась за плечи. Первый ребенок — «голова» дракона, последний — «хвост». «Голова» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока ка­ждый участник не побывает в двух ролях.  *Педагог – психолог*:  - А теперь перед вами вырастают преграды: гора, большое озеро, туннель и т. д. (ведущий расставля­ет преграды, парты, соединяет 2—3 стула). Только вместе, не раз­мыкая цепи, вы сможете их преодолеть. Ваша задача — крепко дер­жась за плечи впереди идущего, пройти все испытания и преграды на пути (подняться и сойти со стула, проползти под столами, обо­гнуть «широкое озеро» и т. д.).  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - Ну вот и подошло к концу наше веселое занятие, мы стали ближе друг к другу. Понравилось ли вам занятие? Какие игры понравились больше?  Что нового узнали об одноклассниках?  Давайте завершим наше занятие улыбкой. И подарим ее друг другу по кругу, беря за руку соседа.  Что почувствовали во время этого упражнения?  **Занятие № 21 «Мы — единая команда»**  **Цель:**развитие сплоченности, открытие новых поло­жительных качеств друг в друге, развитие взаимоуважения друг к другу.  **Ход занятия**  *Педагог – психолог*:  - Здравствуйте, ребята. Мы уже хорошо знаем друг друга. Мы все вместе прошли большой путь. Дружная ли мы команда? Умеете ли вы дружить друг с другом?  *(Ответы детей.)*  Давайте вновь поздороваемся друг с другом.  ***Ритуал приветствия***  Все участники садятся в круг.Педагог – психолог просит положить правую ладонь на левую ладонь, сидящего справа. В ре­зультате окажется, что участники соединены между собой. Педа­гог просит поздороваться друг с другом, называя соседа полным именем.  (Этот ритуал приветствия мы будем использовать в после­дующих классных часах этого параграфа, только его процедура бу­дет усложнятся. Это важный объединяющий ритуал, который на­страивает на единую общую работу.)  *Педагог – психолог*:  - Ребята, а сейчас мы поиграем в дару «Здравствуйте».  ***Упражнение «Здравствуйте»***  Звучит музыка, дети двигаются хаотично, здороваются друг с другом за руку. После игры проводится обсуждение, кто какие чув­ства испытывал во время упражнения?  *Педагог – психолог*:  - А теперь мы побываем в роли зеркала, в которое каждый из вас может посмотреться.  ***Упражнение «Свет мой, зеркальце, скажи...»***  Дети — говорящие зеркала — сидят в кругу, ведущий в цен­тре. Он сообщает задание и обращается по очереди: «Свет мой, зер­кальце, скажи, да всю правду доложи...» Зеркало должно в ответ назвать одно из положительных качеств ведущего, все детки по кругу называют одно из положительных качеств ребенка. В качест­ве ведущего в центре должен побывать каждый ребенок.  (Важно, чтобы учитель был в качестве зеркала и выделял главное преимущество этого ребенка, отличая таким образом каж­дого. Слово учителя для ребенка наиболее авторитетно, что повы­шает самооценку и мотивацию к обучению у ребенка.)  *Педагог – психолог*:  - А сейчас мы поиграем в одну очень интересную игру. И проверим, доверяем ли мы друг другу, своим товарищам.  ***Игра «Восковая палочка»***  Участники встают плотным кругом. Один из них, «восковая палочка», стоит в центре круга. Ребята сами решают, кому быть «восковой палочкой». Глаза закрыты, тело расслаблено, руки прижа­ты вдоль туловища, ноги вместе зафиксированы в одном месте в Центре круга и не сдвигаются. Аккуратно за плечи подталкиваем «Восковую палочку», она начинает падать на кого-либо, а ноги останутся на месте. Необходимо дать проиграть роль каждому ребенку.  *Педагог – психолог*:  - Поделитесь со всеми, что вы чувствовали, выступая в роли «восковой палочки»? *(Ответы детей.)*  А что чувствовали другие, когда ловили «восковую палочку»?  *(Ответы детей.)*  Кому вообще не было страшно, кто волновался? Почему?  *(Ответы детей.)*  **Завершение**  *Педагог – психолог*:  - А теперь давайте завершим на­ше занятие словами благодарности друг другу и скажем, что нам больше всего сегодня понравилось.  Каждый участник по очереди говорит слова благодарности классу и называет понравившееся упражнение.  **Приложение 2.**  **Программа «Сказочная шкатулка»**    Цель данной программы – снижение уровня тревожности дошкольника путем снятия эмоционального и телесного напряжения.    В основу данной программы положены занятия, которые строились по принципу концентричности по трем циклам. Занятия первого цикла были направлены на снижение уровня тревожности через:    закрепление за ребенком (с помощью предлагаемой ему роли-образа) позиции управляющего, режиссера;  обучение придумыванию сюжета, объединение предметов по смыслу;  обучение самостоятельно владеть ролью-образом.  При этом вводимая взрослым роль-образ помогают ребенку преодолеть зажатость и безынициативность. Особая внутренняя позиция, которая при этом складывается у ребенка, помогает ему справиться с тревожащей ситуацией.    Занятия второго цикла направлены на снижение уровня тревожности через закрепление ребенком умения решать проблемную ситуацию без опоры на роль-образ. При этом ребенок вначале наблюдает, как это делает взрослый, а затем сам заканчивает предложенные игровые истории. При этом игровые задачи постепенно усложняются. Дети начинают сами придумывать проблемные ситуации и решать их.    Занятия третьего цикла направлены на снижение уровня тревожности через создание у детей внутренней позиции, способствующей принятию самостоятельных решений.    На занятиях каждого цикла психолог рассказывает сказку. При этом ребенку предлагается сопровождать сказочный сюжет соответствующими движениями. На занятиях первого цикла психолог может показывать движения и выполнять их вместе с ребенком. В ходе последующих циклов придумать движения предлагается самому ребенку.    Форма организации коррекционных занятий может быть как индивидуальной, так и групповой. Однако групповые занятия показали, что некоторые дети стесняются выполнять Движения, особенно когда необходимо придумать их самостоятельно. В таком случае целесообразно либо провести с такими детьми ряд «тренировочных» занятий индивидуально, либо включить в каждое занятие игры на установление эмоционального контакта со сверстниками.    Если дети затрудняются одновременно придумывать продолжение сказки и двигательно его изображать, то психолог может включать движения ребенка, начиная с третьего или четвертого занятия, при этом на предыдущих занятиях он сам должен изображать сюжет, придуманный ребенком.    По желанию детей можно включить в занятия элементы краткого двигательного «пересказа» всей сказки в конце занятия или предыдущей сказки – в начале занятия. Также дети могут «рассказывать» любые понравившиеся им сказки другим детям или психологу.    Тематический план программы «Сказочная шкатулка»  Продолжительность всех занятий не должна превышать 30 мин.    Первый цикл  Занятие 1. «Два брата»  Занятие 2. «Злая фея»  Занятие 3. «Дедушка и внучка (внучек)»  Занятие 4. «Охотники»    Второй цикл  Занятие 5. «Белки и орехи»  Занятие 6. «Рыбаки»  Занятие 7. «В лесу»  Занятие 8. «На реке»    Третий цикл  Занятие 9. «Как быть?»  Занятие 10. «Прими решение»    Первый цикл  «Два брата»    Детям предлагается следующий сюжет: «Жили были два брата – Бом и Минь. Бом был сильный, смелый и никогда не унывал (психолог показывает смелого, веселого; просит ребенка повторить), а Минь всего боялся, плакал и часто не знал, что делать (психолог показывает боязливого, плаксивого брата; просит ребенка повторить).    Братья очень дружили и всегда были вместе (психолог берет ребенка за руку и показывает, как дружили Бом и Минь).    Но вот однажды на их страну напал злой дракон. Он отнял у людей всю еду (психолог показывает злого дракона, «летает» по комнате; просит ребенка повторить).    Тогда Бом решил прогнать этого дракона. Собрался он, попрощался с родителями, братом и друзьями, сел на коня и уехал (психолог показывает, как Бом простился со всеми и поскакал на коне; просит ребенка повторить).    Минь хотел поехать с братом, но очень боялся, поэтому остался дома (психолог показывает, как Минь боялся; просит ребенка повторить).    Прошло много времени, и от Бома не было никаких известий. Тогда родители послали Миня выручать брата и прогонять дракона. Минь долго плакал, но делать нечего – собрался он, сел на коня и отправился в путь (психолог показывает, как Минь поплакал, сел на коня и медленно поехал; просит ребенка повторить).    Приехал Минь к пещере дракона. Смотрит, а дракон превратил Бома в камень (психолог изображает камень; просит ребенка повторить).    Испугался Минь, хотел уже убежать (психолог показывает, как Минь испугался; просит ребенка повторить), но тут появился Добрый волшебник...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Что произошло дальше?    – Что сделал Минь?    «Злая фея»    Детям предлагается продолжение сюжета о двух братьях.    «Жили себе Бом и Минь и бед не знали (психолог берет ребенка за руку и показывает, как братья веселились, играли).    Как вдруг в их стране появилась злая фея (психолог изображает злую фею, просит ребенка повторить). Она заманила обманом принцессу и заточила у себя в замке. Бом и Минь сели на своих коней и отправились выручать принцессу (психолог показывает, как братья садятся на коней и скачут на выручку принцессе; просит ребенка повторить).    Приехали они к замку, как вдруг на них набросилась злая-презлая огромная собака, которая охраняла замок (психолог изображает злую собаку, просит ребенка повторить). Минь очень испугался (психолог показывает, как испугался Минь; просит ребенка повторить), но тут опять появился Добрый волшебник...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Что произошло дальше?    – Что сделал Бом?    – Что сделал Минь?    «Дедушка и внучка (внучек)»    Детям предлагается следующий сюжет: «В одной деревне жили-были дедушка и внучек. Очень им было хорошо вместе. Они часто играли, читали книжки, и очень им весело жилось (психолог берет ребенка за руку, показывает, как дедушка и внучек веселились, играли, просит повторить).    Но вот однажды на лугу они играли в догонялки и дедушка провалился в глубокую яму (психолог изображает, как дедушка с внучком играли и дедушка провалился в яму; просит ребенка повторить). Внучек звал-звал дедушку, но тот не отзывался. Внучек очень испугался и долго плакал на краю ямы (психолог изображает, как испугался и плакал внучек; просит ребенка повторить).    Но делать нечего – решил внучек вытащить дедушку. Прыгнул он в яму и попал в сказочный лес (психолог показывает, как внучек прыгнул в яму и удивился сказочному лесу; просит ребенка повторить).    Идет внучек по лесу, зовет дедушку и вдруг видит – сидит на пеньке зайчик (психолог изображает зайчика; просит ребенка повторить). Испугался внучек, а зайчик ему говорит: „Здравствуй, мальчик. Дай мне конфетку”. Сначала внучку было жалко конфетку (психолог показывает, как внучку было жалко отдавать конфету; просит ребенка повторить), но потом он все-таки отдал ее (психолог показывает, как внучек отдает конфету; просит ребенка повторить), а зайчик и говорит: „Я вижу, ты не жадный мальчик. Спасибо тебе за конфетку. Я знаю, что твой дедушка у Хозяина земли”. Сказал зайчик все это и исчез. Пошел внучек искать Хозяина земли. Долго он шел (психолог показывает, как внучек идет; просит ребенка повторить).    Уже ноги у него стали болеть (психолог показывает, как внучек идет, хромая; просит ребенка повторить), но он все искал дворец Хозяина земли, чтобы спасти дедушку. И вдруг лес расступился, и на поляне увидел внучек красивый замок. Пошел он к этому замку, как вдруг выскочили злые человечки (психолог изображает злых человечков; просит ребенка повторить).    Хотел внучек убежать, но тут появился зайчик и говорит: „Вот тебе волшебный шарик. Он поможет тебе добраться до дворца, но во дворце он исчезнет”. Сказал это и убежал...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Что произошло дальше?    – Как внучек победил злых человечков?    Затем следует продолжение сказки:    «Пришел внучек во дворец (психолог показывает, как оглядывается внучек, удивляется; просит ребенка повторить).    И только он переступил через порог, как шарик исчез. Опечалился внучек, но делать нечего, пошел он искать дедушку (психолог изображает, как внучек опечалился; просит ребенка повторить).    Долго бродил он по огромному дворцу и наконец пришел в большой зал, а там сидит на троне Хозяин земли...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Что произошло дальше?    – Что сделал внучек?    «Охотники»    Детям предлагается такой сюжет:    «Жили на свете два охотника. Они очень много путешествовали. Были они и на Севере, где много снега и где живут белые медведи (психолог изображает медведя; просит ребенка повторить).    Были охотники и в Австралии, где растут пальмы (психолог изображает пальму; просит ребенка повторить) и живут кенгуру (психолог изображает кенгуру; просит ребенка повторить).    И вот однажды приехали они в Африку. Очень понравились охотникам в Африке звери. Там были и большие львы (показывает льва; просит ребенка повторить), и высокие жирафы (показывает жирафа; просит ребенка повторить), и смешные мартышки (психолог изображает мартышку; просит ребенка повторить).    Бросили охотники свои ружья и не стали стрелять в таких красивых животных. Долго они ходили по Африке и разглядывали зверей, как вдруг увидели дикарей-людоедов и очень испугались (психолог показывает, как охотники испугались; просит ребенка повторить).    Хотели охотники убежать, но не успели – дикари тоже заметили их и захватили в плен. Привели дикари охотников к своему вождю (психолог изображает злого вождя; просит ребенка повторить).    А вождь приказал съесть охотников на рассвете, если за них никто не заступится...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Что произошло дальше?    Ребенку предлагается заступник – Бог Солнца.    – Что приказал Бог Солнца?    «...Вождь согласился отпустить только одного охотника, и Богу Солнца ничего не оставалось, как согласиться и уйти. Тогда вождь спросил, есть ли кто-нибудь, кто заступится за второго охотника...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Что произошло дальше?    – Какие слова вождю сказал бы ты?    Второй цикл    «Белки и орехи»    Психолог в медленном темпе читает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно, без помощи психолога.    «Жили-были в одном лесу белочки с большими пушистыми хвостами, маленькими лапками и смешными мордочками. И такие они были веселые, быстрые. А еще в этом лесу жили маленькие гномы. Однажды белки набрали много орехов, чтобы запастись ими на зиму. Белки очень долго работали. Перекидывали орешки друг другу и аккуратно складывали их в дупло. К вечеру белочки очень устали, но все равно были очень довольны, что набрали столько орехов. Легли белочки спать. Утром проснулись и первым делом побежали посмотреть, как там их орехи, а орехи пропали...»    Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:    – Куда делись орехи?    – Что было дальше?    – Что сделали белки?    – Чем дело кончилось?    «Рыбаки»    Психолог в медленном темпе читает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно, без помощи психолога.    «На берегу синего моря росли пальмы, на них жили веселые, смешные и шустрые обезьяны. А еще на берегу жили рыбаки. Они каждый день выходили в море, чтобы наловить много рыбы и накормить своих детей, и под пальмами рыбаки сушили свои сети. Как-то раз рыбаки поймали много рыбы…»    Детям необходимо продолжить сказку. Здесь используется оценка поведения ребенка взрослым.    «В лесу»    Психолог в медленном темпе читает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно, без помощи психолога.    «В одном лесу жили красивые, важные львы и большие тигры. Все они питались антилопами. Однажды львы переловили всех антилоп. Тигры остались без еды...»    Детям необходимо продолжить сюжет. Здесь используется оценка поведения ребенка взрослым.    «На реке»    Психолог в медленном темпе читает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно, без помощи психолога.    «На одной быстрой и широкой реке жили бобры. Они не могли быстро плавать и поэтому хотели, чтобы река текла медленно. Собрались бобры все вместе и построили на реке запруду. Долго работали бобры: таскали деревья, перекрывали речку, замазывали щели глиной. К вечеру они очень устали и пошли спать. Пришли бобры утром к запруде и увидели там много рыбы, которая из-за запруды не могла проплыть дальше...»    Детям необходимо продолжить сюжет. Здесь используется оценка поведения ребенка взрослым.    Третий цикл    «Как быть?»    Психолог в медленном темпе читает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно, без помощи психолога.    «Жили-были на краю большого шумного леса мама и двое детей: мальчик и девочка. Однажды дети пошли в лес. Мама приготовила обед и пошла звать детей. Пришла она на полянку, а там никого нет. Она подумала, что дети пошли погулять в лес и скоро придут, потому что мама не разрешала им уходить в лес надолго, но детей все не было. Мама ждала их дома и очень волновалась. Наконец она сама пошла в лес, но сколько ни искала там детей, никого не нашла...»    Детям предлагается продолжить сказку.    «Прими решение»    Психолог в медленном темпе читает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно, без помощи психолога.    «В одном городе жила девочка. Она была умная, хорошая девочка, но постоянно все теряла. Однажды девочка очень торопилась в школу, но никак не могла найти ключи от квартиры. Девочка обыскала весь дом, все карманы, но их нигде не было. Долго думала девочка, что же ей делать: остаться дома и пропустить школу или пойти в школу и оставить дверь открытой? Решила девочка пойти в школу. Пришла она на урок, открыла портфель, чтобы достать учебники, и... увидела ключи...»    Детям предлагается продолжить сказку.  **Приложение 3**  Игровой тренинг «Здравствуйте, это я»  Цели: сплочение группы; принятие друг друга; формирование доверия друг к другу  Пояснительная записка  Занятия моделируются по 30 – 40 минут. Они могут включать в себя как одну игру или упражнение, так и несколько. Они предполагают разные виды совместной деятельности: игровую, аналитическую, коммуникативную (общение), двигательную, чувственную, изобразительную, в процессе которых и происходит сплочение группы.  Важной частью каждого упражнения или игры, является рефлексия (коротенькие сорассуждения педагога и детей о том, что они чувствовали и переживали в процессе упражнения или игры, что поняли, что было легко, а что трудно, что было удивительным и т.д.). Важно научить детей понимать происходящее.  Одной из важных задач педагога побуждать детей проявлять друг к другу внимание, интерес (задавать вопросы, высказывать суждения).  **Занятие № 1**  **«Счастливый день моей жизни»**  Педагог просит детей вспомнить и рассказать об одном из самых счастливых дней своей жизни. Ученики могут задавать друг другу вопросы и педагог к этому их побуждает. Педагог настраивает группу на то, чтобы найти общие, схожие моменты ощущения счастья, типичных ситуаций, событий, отношений.  **«Пойми меня»**  Задание: Группа выстраивается в колонну (в затылок друг другу). Первый участник команды поворачивается к педагогу и вытягивает один из предложенных ему вариантов видов спорта, которые написаны на карточках. После этого он поворачивается назад, хлопает по плечу 2-го участника команды. После того, как он к нему повернулся 1-й игрок без слов, используя только мимику и жесты, показывает впереди стоящему выбранный вид спорта (например: футбол,, фехтование, фигурное катание, волейбол, плавание и т. д., те, которые знакомы детям). Если 2-й игрок понял, он показывает это кивком головы и поворачивается вперед и хлопает по плечу следующему игроку, если же нет, то 1-й игрок повторяет свой показ. Последний игрок в колонне ничего не показывает, он только называет тот вид спорта, который ему показали. При проведении этого этапа важно проследить, чтобы игроки до того, как их попросят повернуться, не поворачивались.  **«Ромашковый луг»**  Необходимо сесть, закрыть глаза, расслабиться, послушать тишину, а потом представить себя в образе шмеля (стрекозы, бабочки и др.), сидящего под ромашкой. Надо постараться ощутить себя в его образе, посмотреть его глазами на мир.  Представьте, что вы забираетесь по стеблю ромашки на сам цветок. Вы видите над собой огромную каплю росы, в которой отражается всеми цветами окружающий вас мир. Вот вы в центре цветка качаетесь на тычинках. Потом взлетаете над ним все выше и выше. Вы видите под собой огромное поле ромашек. Полюбовавшись этим зрелищем, вы делаете круг, и возвращаетесь в исходное положение.  **Занятие №2**  Тропа доверия  Цель игры: игра «Тропа доверия» имеет своей целью развитие детского коллектива.  При проведении игры следует учесть следующие моменты:  1. При движении от этапа к этапу участники команды должны вытянуться в цепочку, взять друг друга за руки и не разрывая рук перейти от пройденного этапа к следующему. Время при переходе между этапами не учитывается. Если же руки у игроков команды все же разрываются, педагог говорит «Стоп», предлагает вновь взяться за руки и продолжить движение.  2. Каждый этап должен быть снабжен табличкой с названием этапа, а также ориентирами движения к очередному этапу.  3. Игру лучше всего проводить на свежем воздухе (во дворе школы).  4. Предполагается 3 – 5 маршрутных этапа.  Например, первый пройти всем классом по «змейке» - извилистой линии нарисованной на асфальте (она может пересекаться сама с собой, предполагать крутые повороты.  Второй этап усложняется подъемами и спусками (можно ставить на пути бревнышки, столбики, покрышки от автомобилей и др.). Здесь важно предусмотреть безопасность детей во избежания травматизма.  Проявите фантазию для моделирования этапов.  Перед началом игры акцентирование внимание детей на том, что они должны помогать друг другу, не разрывая рук (поддержать, сократить дистанцию, задержать движение, чтобы успели другие). Неплохо чередовать в цепочке мальчиков и девочек.  3-й этап: на асфальте рисуется весьма извилистая не широкая дорожка, вдоль которой рисуются кружочки, которые при проведении этого этапа займут дети. Одному из игроков завязываются глаза, затем его раскручивают и ставят на линию старта. Задача этого игрока, а значит и всей команды в целом, пройти до линии финиша, по возможности, не наступив на линии дорожки. Игроки, которые расположились вдоль дорожки в кружочках помогают игроку с завязанными глазами командами: «вперед», «назад», «влево», «вправо», «стоп», оставаясь при этом на своих игровых местах. Кроме того, не выходя из своего круга, каждый может рукой провести игрока вперед или удержать его, чтобы тот не наступил на линию. После прохождения этапа одним игроком, глаза завязывают второму и все повторяется.  4- й этап: «Переправа». Задание: На этапе «Переправа» команда, должна переправится через веревку, натянутую на определенной высоте над землей. При этом совершенно нельзя касаться веревки, если все же это произошло, то вся команда возвращается на стартовую линию и начинает весь процесс сначала. Высота веревки регулируется в зависимости от возраста участников, чем они старше, тем веревочка выше. Для самых старших отрядов высота должна быть такой, чтобы ее невозможно было бы просто перепрыгнуть всем игрокам команды и это предполагало бы взаимопомощь при преодолении это препятствия. Обратите внимание на то, что это самый травмоопасный этап и на него нужно ставить опытных помощников (возможно 2 – 3 старшеклассников) Желательно «Переправу» проводить на газоне или в парке на очищенной от посторонних предметов поляне.  **Занятие №3**  «Мои добрые дела»  Педагог говорит о том, что наше доброе отношение к людям (к своим близким, родным, знакомым) должно проявляться не только на словах, но и на деле.  Ставится задача: вспомнить, какое конкретное доброе дело Вы сделали за вчерашний день (или за прошедшую неделю)? Кто был этот человек? Что Вы при этом чувствовали? Как Вас отблагодарил этот человек? Какими должны быть, по Вашему мнению, формы благодарности? Что мешает делать добрые дела?  «Бег ассоциаций»  Педагог представляет одного из членов класса и задает вопросы детям, направленные на сравнение загаданного героя с миром вещей, растительного и животного мира, а также с явлениями природы, с героями мультиков и др.. (смотри ниже возможный перечень вопросов сравнений).  ***Примерные вопросы для сравнения***: Если бы он был: деревом, то каким?  Если она была бы птицей, то какой? Далее, аналогично, если бы он был: цветком; предметом мебели; средством передвижения; животным; птицей; рыбой; стихией; временем суток или временем года; напитком; картиной; героем мультика; предметом одежды; водоемом; музыкальным инструментом; фруктом или ягодой; цветом; деревом; книгой; и др. - то какими?  «Я особенный»  Каждый учащийся по очереди называет свое имя и сообщает классу, почему он особенный. Необходимо назвать хотя бы одну особенность, которая его отличает от всех остальных учащихся класса. Это могут быть какие-то внешние признаки (цвет волос или глаз, форма носа и др.), еобычные события и т.д.  В этом упражнении поощряются вопросы учащихся друг к другу.  «Поводыри»  Класс делится на команды по три человека. Члены команд становятся друг за другом, положив левую руку на плечо впередистоящего. Участники закрывают глаза. Первый член каждой колонны – поводырь. Он глаз не закрывает, водит за собой команду по комнате, стараясь не столкнуться с другими тройками. По команде тренера движение то ускоряется, то замедляется. Через минуту поводырями становятся другие члены микрогрупп и движение продолжается.  **Занятие №4**  «Счастье»  **Необходимое время:**30 -40 минут.  **Оборудование и материалы:**ПВА,растительной масло - 50 г., набор красок (гуашь), соль – 100 г., мука - 0,5 кг., разовые стаканчики - 10 - 15 шт., емкости для воды (три банки по 0,5 литра), грубый картон 3 - 4 листа (50 см Х 50 см).  Класс делится на подгруппы по 3 – 5 человек. Готовятся краски (5 - 7 цветов): на стакан муки треть стакана воды, одну столовую ложку ПВА, две столовые ложки мелкозернистой соли (порошок), столовая ложка растительного масла. Все перемешать, разложить массу в несколько стаканчиков и добавить разные цвета гуаши. (Массу можно делать гуще за счет муки). После приготовления красок, на грубом картоне (из ящиков) пальцами выполняется рисунок по теме «Счастье». Все члены групп работают одновременно.  После выполнения рисунков, представители команд демонстрируют картины и рассказывают, что на них изображено. Можно задавать другие темы.  «Водопад»  Класс делится на микрогруппы (команды) по 4-5 человек. Один участник в каждой команде становится в ее центр и закрывает глаза. Все остальные двигаются вокруг него против часовой стрелки и мягко касаются его руками в течение минуты. Потом участники начинают двигаться по часовой стрелке и, не прикасаясь к центральному участнику, в воздухе делают ладонями плавные круговые движения вокруг головы, туловища и ног (время – 1 минута). Далее члены команды останавливаются и делают три ниспадающих движения руками от головы к пяткам. В центр микрогруппы становятся следующие участники, и упражнение повторяется вновь.  Учащиеся делятся своими впечатлениями о том, что они чувствовали.  « Кто я?»  Каждый должен подумать и назвать не менее 5 «Я - ощущений», ответив на вопрос «Кто я». Это могут быть имена существительные или прилагательные. Например: Я мальчик, я сын, я брат, я веселый, я быстрый, я школьник, я солнечный лучик, я бываю сердитым и др. Учитель и дети могут задавать вопросы своим товарищам.  **«Дотрожка»**  Педагог предлагает всем встать и размяться. По команде учителя все быстро должны выполнить его задание. Всем необходимо дотронуться до:  А) круглого; Б) мягкого; В) стеклянного; Г) твердого;  Д) синего; Е) могучего; Ж) нежного; З) красного;  И) бумажного; К) надежного; Л) теплого; М) мохнатого;  Н) любого; О) позднего; П) растущего; Р) мудрого;  С) острого; Т) пестрого; У) длинного; и т. д.  «Серебряный шар»  Дети, сидя в кругу, берут друг друга за руки, образуя кольцо, и закрывают глаза. Руки должны свободно и удобно лежать на коленях. Каждый должен постараться мысленно сформировать в своей правой ладони чистый серебряный шар и предать его в левую ладонь соседа справа. Тот, в свою очередь, должен принять этот шар, пропустить его через левую руку, сердце и правую руку, передать в левую ладонь соседа справа и т.д.  «Моечная машина»  Дети становятся в «ручеек». Это и есть моечная машина. Один из участников играет роль автомобиля, который необходимо помыть. Он входит в строй между товарищами. Они прикасаются по очереди к нему и говорят ему ласковые слова и добрые пожелания на будущее. На выходе из машины его ждет «сушилка», которая должна его обнять. После этого происходит смена ролей «сушилки» и «автомобиля». Упражнение считается завершенным тогда, когда все члены группы побывают в заданных ролевых образах.  **Приложение 4**  **Занятие 13. «Каждый человек уникален»**  ***Разминка***  **«Неоконченные предложения».** Дети поочередно устно заканчивают написанные на карточках предложения:  *Я люблю…*  *Меня любят…*  *Я забочусь…*  *Обо мне заботятся…*  *Я верю…*  *В меня верят…*  **«Психологическая загадка».** Дети называют человеческие качества по их определениям.  *«Человек, умеющий терпеть, обладающий настойчивостью, упорством в деле» (терпеливый).*  *«Человек, умеющий сказать нежные, добрые слова» (ласковый).*  *«Не способный к низким, дурным поступкам человек» (порядочный).*  *«Человек, который всегда действует честно, по правилам» (справедливый).*  **«Джунгли».** Ведущий достает на несколько секунд фигурку из мешочка «Животные джунглей». Ребенку необходимо, внимательно посмотрев на фигурку, принять такую же позу (включая расположение ног). Можно показать ребенку сдвоенную фигурку (например, двух котят), тогда он будет вынужден позвать себе кого-нибудь в помощь.  **«Кто тебя позвал».** Один из учеников выходит к доске и отворачивается. Ребята по очереди зовут его, изменив голос. Водящему необходимо угадать, кто его позвал.  ***Основное содержание занятия***  **«Звездочка».** Ведущий рисует на доске звезду, в лучах которой пишет: «мама», «папа», «учительница», «друг», «ведущий». Один из ребят приглашается к доске. Ведущий указывает на один из лучиков и подает условный знак, например, топает ногой. Ребенок должен решить, какое качество у него общее с этим человеком. Если же ведущий хлопает в ладоши, нужно вспомнить, какое качество указанного человека противоположно имеющемуся у ребенка. (Например: ведущий указывает на лучик с надписью «мама» и топает. Ребенок говорит: «Мама любит животных, и я тоже». Далее ведущий указывает на лучик «папа» и хлопает. Ребенок сравнивает себя с папой: «Он рассеянный, а я внимательный».)  **Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.  ***Цветок по имени Незабудка***  *(О. Гавриченко)*  Недалеко от большого города был лес, а в лесу была поляна, на которой росли разные лесные цветы. В хорошую погоду, когда солнце ласково пригревало, на поляну прилетали бабочки, а в траве заводили свои звонкие песни кузнечики. Легкий ветерок, пролетая над лесом, раскачивал цветы, траву и деревья, принося с собой приятную прохладу.  Цветы на этой поляне умели разговаривать. Каждый из них рассказывал другому лесные новости. Иногда они играли друг с другом в мячик из капелек росы. Весело и интересно жилось им!  Однажды утром на поляне появился новый цветок – на тоненьком стебельке с маленькими листиками и крошечным нераскрывшимся зеленым бутоном.  – Ты похож на обыкновенную траву, – сказали большие красные цветы Мака, – ведь ты весь зеленый.  – Нет, – ответил новый цветок, – я цветок Незабудка.  – Да какой же ты цветок, если твой бутон не раскрылся! – сказали Ромашки, покачиваясь на тонких ножках. – Вот мы, Ромашки, на этой поляне уже давно, но цветов по имени Незабудка не знаем.  – Таких цветов не бывает, – зазвенел колокольчик. – Нас много живет на этой поляне, мы не знаем цветов по имени Незабудка.  И все цветы на поляне сказали:  – Нет такого цветка, *ты не наш, мы не будем дружить с тобой.*  Маленькая тоненькая Незабудка посмотрела на себя: «Да… Я вся зеленая, и бутон мой не раскрылся, никто и говорить со мной не захочет, а играть – тем более…» От этой мысли она почувствовала себя совсем одинокой. Ей сделалось так грустно, что она стала увядать: и без того тоненький стебелек стал еще тоньше, листочки опустились, а нераспустившийся бутон наклонился к земле… Незабудка уже совсем завяла, как вдруг пошел дождик, который напоил ее спасительной влагой. Незабудка ожила и снова услышала голос Ромашки:  – Смотри, какой у меня большой цветок с желтой серединкой и белыми лепестками. Я похожа на солнце!  – А мы, – зазвенели колокольчики, – самые звонкие на всей поляне. Знаем много песен и лесных историй.  Маленькой Незабудке опять нечего было сказать, да ее никто и не слушал бы, ведь она совсем не похожа на цветок.  «Надо собрать все свои силы, чтобы мой бутон распустился и они увидели, что я тоже – цветок», – так думала Незабудка.  И на следующий день Незабудка так сильно постаралась, так сильно напрягла силы, что из бутона появились цветочки – очень красивые, голубые, по форме своей не похожие ни на один цветок на поляне.  На радостные голоса цветов прилетели птицы, которые стали щебетать:  – Мы летаем по всему лесу, но *нигде не встречали такого прекрасного и необычного цветка!*  Цветы устроили бал в честь Незабудки, где она танцевала и пела лучше всех и рассказала самую интересную лесную историю. Ее выбрали Королевой бала, и на ее венчике засверкала корона. Незабудка была счастлива, ведь она не отчаялась и смогла найти в себе силы для того, чтобы ее бутон раскрылся и все увидели, что она – Незабудка – прекрасный цветок.  ***Комментарии для ведущего***  Основным в этом занятии является упражнение «Звездочка». После его выполнения дети должны понять, что между ними и другими внешне непохожими людьми всегда есть какое-либо сходство. Наличие у человека чувства общности с окружающими, ощущение себя частью человечества, по утверждению А. Адлера, являются необходимыми предпосылками психологического здоровья.  Сказка, представленная на этом занятии, очень важна и близка детям. Помимо или вместо ее традиционного обсуждения сказку можно инсценировать, приглашая на роль Незабудки разных детей. В некоторых группах имеет смысл дать эту роль каждому ребенку. Можно предложить детям хором произносить наиболее важные фразы из сказки (они выделены курсивом).  **Занятие №14**  **«Я и мой круг общения»**  **Цель:** повышение уровня коммуникативной компетентности подростков  **Задачи:**   1. расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения; 2. улучшение уровня коммуникации; отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми; 3. овладение навыками эффективного слушания; 4. развитие чувства «мы», группового единства; закрепление навыков взаимодействия в команде.   **Оборудование:**листы А4, фломастеры; музыкальное сопровождение, видеоролик «Правила поведения в коллективе».  **Ход мероприятия**  *Психолог:* А сижу я здесь одна… мне грустно, скучно. Вот, совсем рядом группа каких-то женщин, так хочется познакомиться, но не знаю как, страшно. Справа дети какие-то, наверно весело с ними, но они меня не понимают… я не знаю как к ним подойти, что спросить…  А у вас бывает такое, вот хочешь с кем-то познакомиться, а стесняешься? Поругался с родителями или с другом и не знаешь, как помириться, какие слова подобрать?  А чтоб таких проблем в нашей жизни не было, чему мы должны учиться  - Добрый день, дорогие друзья, уважаемые гости! Мы рады приветствовать вас на нашем тренинге!  **Разминка, знакомство. “Я рад общаться с тобой”.**  Психолог предлагает одному из учащихся протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: “Я рад общаться с тобой”. Тот, кому протянули руку, берется за нее и протягивает свободную руку другому ребенку, произнеся эти же слова. Так постепенно по цепочке все берутся за руки, образуя круг. Завершает упражнение ведущий словами: “Ребята, я рада общаться с вами!”.  **Игра «Друг к дружке» (пары образуют по желанию).**  Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Выберите себе партнера и быстро пожмите ему руку. А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро “поздороваться” друг с другом. А когда я скажу: “Друг к дружке!”, вы должны будете поменять партнера. - Правая рука к правой руке! - Спина к спине! - Друг к дружке! - Бедро к бедру! - Ухо к уху! - Пятка к пятке! - Друг к дружке! - Носок к носку! - Живот к животу! - Лоб ко лбу! - Друг к дружке! - Бок к боку! - Колено к колену! - Мизинец к мизинцу! - Друг к дружке! - Затылок к затылку! - Локоть к локтю! - Кулак к кулаку!  **Игра «Эмоциональный взрыв»**  По 2 учащихся от класса вытягивают фразу. Надо произнести по 3 раза фразу, но так, чтобы менялось настроение.   1. «Оставь меня в покое» ( от легкого раздражения до сильного гнева) 2. «У меня получилось» ( от спокойного утверждения до восторга) 3. «Мне страшно» ( от спокойного утверждения до ужаса) 4. «Это так забавно» ( от улыбки до безудержного смеха) 5. «Ты самый лучший» ( от дружеского заверения до пламенной любви) 6. «Это такая гадость» ( от утверждения до отвращения)   - А у вас бывает такой эмоциональный взрыв? Ругаетесь громко? Кричите? Почему, когда люди ссорятся, они кричат?  **Упражнение «Волшебная рука»**  Каждый участник группы на листе бумаги вверху записывает свое имя, затем обводит свою руку карандашом. На пальце предлагается написать какое-либо одно свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу, и другие участники на и между пальцев пишут другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.  *Обсуждение*: Что нового Вы узнали о себе?  Акцент при обсуждении ставится на том, как мы себя воспринимаем по одному, а другие видят нас по-другому.  **Игра – беседа «Закончи предложения»**  Детям предлагается закончить предложения:   * ссориться значит…..(обижать друг друга, драться, спорить, не дружить и т.д.); * люди ссорятся, потому что…..(не слушают друг друга, не умеют договариваться, не уступают и т.д.); * если ссора произошла, значит…..(кто – то виноват, мама накажет, надо извиниться, можно потерять друзей и т.д.); * после ссоры я чувствую…….(плохое настроение, мне грустно, я сержусь и т.д.).   **Упражнение «Совместная картина».**  Учащиеся по кругу должны по элементу изобразить свой дружный класс. При этом нельзя договариваться, кто что рисует. И в конце должна получиться картина дружного класса.  **Рефлексия.**  Обозначьте себя на картинке:  https://fsd.multiurok.ru/html/2020/05/17/s_5ec1533aa109f/1457902_1.jpeg  Надеюсь, что наша встреча помогла вам еще раз внимательнее посмотреть на себя и других и задуматься над вопросами: «Правильно ли мы выбираем друзей?» и «Правильно ли мы друг с другом общаемся?». До скорых встреч!  **Занятие №15. «Настоящий друг»**  ***Разминка***  **«Кто сказал спасибо?»** Участники занятия образуют круг, в центре которого усаживается один из них. Дети подходят и пожимают ему руку. Заранее ведущий назначает одного ребенка, который должен через рукопожатие передать «спасибо». Остальные должны просто поздороваться. Задача водящего – определить, кто сказал ему спасибо.  **«Я сделал дело хорошо».** Дети вспоминают о своих делах в школе и дома, которые им удалось сделать хорошо за прошедшую неделю. Тот, кто ловит мячик, брошенный ведущим, говорит об одном из таких удачных дел вслух.  **«Кто есть кто?»** Детям раздаются карточки с обозначенными на них семейными ролями: мама, папа, бабушка, дедушка, брат, сестра и т. д. Они по очереди представляют каждый свою роль, не используя слов, а остальные отгадывают, кто изображается в том или ином случае.  ***Основное содержание занятия***  **«Неоконченные предложения».** Дети завершают следующие предложения:  *Настоящий друг – это тот, кто…*  *Друзья всегда…*  *Я могу дружить с такими людьми, которые…*  *Со мной можно дружить, потому что…*  **«Качества настоящего друга».** Ведущий делает надпись на доске: «Настоящий друг». Рядом прикрепляются листы ватмана с названиями различных человеческих качеств. Дети по очереди выбирают главное качество настоящего друга (по возможности обосновав свой выбор) и записывают его на доске. В результате под надписью набирается список качеств, составляющих образ настоящего друга. Он зачитывается вслух. Детям предлагают подумать о том, есть ли эти качества у каждого из них, каких не хватает, в каких они сомневаются. Желающие могут рассказать о своих размышлениях.  **Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.  ***Неожиданная встреча***  *(Е. Андреева)*  Жила-была на свете маленькая девочка. У нее были мама и папа, и жили они все вместе в маленькой квартирке на 22-м этаже высокого дома. Когда девочка по ночам смотрела в окно, ей казалось, что она может дотронуться рукой до неба, усеянного миллионами звезд. «Как много звезд в небе, – думала девочка. – Наверное, столько же, сколько на Земле людей».  Однажды, когда все улеглись спать, девочка выглянула в окно, чтобы пожелать спокойной ночи яркому месяцу. Вдруг что-то звякнуло о подоконник с той стороны окна, и вся комната на миг озарилась ослепительным светом.  – Здравствуй, девочка! Я давно хотела… – прозвучал тоненький голос.  – Кто это? Что происходит? – испугалась девочка.  – Не бойся меня! Я – одна из тех звезд, которыми ты так любуешься, когда тебе не спится по ночам. Я давно хотела прилететь к тебе, но мама долго не пускала меня на Землю. А сегодня разрешила немного побыть здесь. И вот я прилетела, чтобы познакомиться с тобой.  – Ничего не понимаю! Неужели у тебя тоже есть мама? – удивилась девочка.  – А как же! – засмеялась звездочка. – На небе все так же, как на Земле. Есть маленькие звездочки, а у них – родители, бабушки и дедушки.  – Как интересно! Расскажи мне о себе подробнее, милая звездочка!  – Ну, давай устроимся поудобнее, – сказала звездочка, влетая в комнату и пристраиваясь на подушке. – Мне по вашим земным меркам уже одиннадцать лет – чуть больше, чем тебе. У меня есть звездные мама и папа. Я учусь в звездной школе. Там добрые учителя, и каждый день я узнаю что-то новое. Но… – Звездочка вдруг притихла и загрустила.  – Что? Почему ты замолчала? Тебя там кто-то обижает? – забеспокоилась девочка.  – Да нет… В звездном мире у меня все хорошо. Но иногда я чувствую себя одиноко… У меня нет друзей. Иногда со мной знакомятся другие звездочки, но наша дружба продолжается недолго. Им почему-то скучно со мной. Мне нравится гулять по звездным полянам, собирать звездные цветы и смотреть издали на Землю, которая переливается всеми красками, отражая небесный свет… А сама я стесняюсь знакомиться с другими звездочками – боюсь, что опять мне кто-нибудь скажет, что со мной неинтересно…  – Но ты же сегодня смогла познакомиться со мной! Ты же не постеснялась! – воскликнула девочка. – Хотя, говоря по правде, мне тоже бывает одиноко. Иногда кажется, что я никому не нужна, что весь мир отвернулся от меня.  – Правда? И с тобой такое бывает?  – Ну да, у меня тоже нет настоящей близкой подруги. Очень хочется с кем-нибудь дружить, быть всегда вместе, играть, гулять. Вместе смеяться, если весело, и вместе грустить, если настроение плохое. Ведь настоящий друг – это тот, который хочет быть с тобой и тогда, когда ты грустишь, когда тебе плохо.  – Знаешь, – призналась звездочка, – мне сегодня впервые за долгое время стало легко и светло на душе. И все потому, что я встретила тебя! Ты мне очень понравилась. Ты добрая и отзывчивая. Хочешь, я к тебе снова прилечу потом, и мы опять поболтаем о чем-нибудь? Ведь вдвоем веселее, правда?  – Конечно, – ответила девочка. – Обязательно прилетай! Я буду тебя ждать. Мне кажется, что мы знакомы уже давно. Мне будет тебя не хватать…  Звездочка в один миг оказалась на окошке:  – Время идет так быстро! Моя мама, верно, волнуется. Мне пора улетать!  – Ах, как быстро! – пожалела девочка.  – Да, но я обязательно вернусь! Когда тебе будет грустно, вспоминай обо мне, и я помогу тебе – я мысленно передам тебе что-нибудь приятное, и тебе станет легче.  «Хорошо, когда у тебя есть друг, который понимает тебя и любит таким, какой ты есть», – думала девочка, пока звездочка поднималась все выше и выше, ласково подмигивая тоненькому силуэту в темном окне двадцать второго этажа…  **«Надежный лифт».** Один из детей ложится на пол. Несколько человек подходят к нему и спрашивают: «Вам на какой этаж?» – и все вместе поднимают его повыше или пониже, в зависимости от того, какой этаж он назовет. Только не забудьте заранее договориться о том, сколько в вашем «доме» этажей (не больше четырех). Опускать надо осторожно, а ведущему следует подстраховывать детей.  **Занятие № 16 «Мир эмоций» (игровой тренинг)**  **Игровой тренинг на тему: «Мир эмоций»**  Цель: снижение агрессии у детей, обучение навыкам конструктивного взаимодействия, развитие сплоченности в группе.  Задачи тренинга:  1. снятие психоэмоционального напряжения;  2. обучение способам выхода накопившегося гнева в приемлемой форме;  3. развитие коммуникативных навыков;  4. развитие навыков контроля над своими эмоциями и поведением;  5. развитие внимания, воображения, мелкой моторики.  **Ход занятия:**  **«Приветствие».**  Цель: создание положительного эмоционального состояния и психического комфорта.  Дети доброжелательным тоном приветствуют ведущего и друг друга, говоря своему соседу по кругу: «Мне нравится в тебе то, что ты…»   1. **Упражнение “Кто Я”**   Возьмите лист бумаги, ручку и ответьте на вопрос “Кто я?”. Правильных и неправильных ответов тут быть не может. Ответ должен быть как можно более открытым и честным.  По окончании работы рассмотрим самопрезентацию: не более 8- прячетесь, не открываетесь до конца. От 9-10- средний уровень. 10-12– высокий уровень, думаете о себе, не стесняетесь себя. Более 15 — вы перехитрили сами себя. Это не игра кто больше. Рассмотрим самоописание: почти наверняка самоописание начинается с таких слов как: “Я ученик” или “Я дочь”. Это ролевые, формально биографические характеристики. В чем же тогда Ваша индивидуальность? Вычеркните ролевые высказывания все, что осталось это то, как Вы себя ощущаете. Мы, прежде всего люди, которые любят себя, а через любовь к себе любят и весь мир. Каждый из нас глубоко индивидуален и в каждом из нас есть то, за что он себя любит.  **2. Упражнение «Три подвига Андрея».**  Цель: формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях.  Упражнение можно выполнять индивидуально или в группе, в которой один ребенок на время становится основным действующим лицом, а остальные наблюдают за происходящим.  Ведущий рассказывает историю о мальчике Андрее, который часто дрался. Как-то раз он подрался на улице с незнакомым мальчиком и побил его. Но оказалось, что это был не мальчик, а волшебник. Он рассердился на Андрея и забросил его на фантастическую планету. Выбраться оттуда домой Андрей сможет только тогда, когда совершит три подвига, очень трудных и опасных. Далее дети вместе с ведущим придумывают и разыгрывают эти подвиги, например, как Андрей избавил город от громадного злого дракона или спас маленькую девочку от беспощадного бандита.  **3. Игра «Художник».**  Цель: разрушать стереотипное восприятие агрессивных персонажей сказок и фильмов.  Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь сказочного агрессивного персонажа. Детям предлагается поиграть в художников, которые смогут сделать этот рисунок добрым. Всем детям даются заранее приготовленные рисунки, к которым они пририсовывают «добрые детали»: пушистый хвост, яркую шляпку, красивые игрушки и т. п.  При этом можно устроить конкурс — чей персонаж выглядит добрее всех?  **4. Игра «Бумажные мячики».**  Цель: дать детям возможность вернуть бодрость и активность после того, как они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм.  Перед началом игры каждый ребёнок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился плотный мячик.  «Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячики на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!»  Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на её стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию».  Бумажные мячики можно будет использовать ещё неоднократно.  **5. «Воздушный шарик».**  Цель: снижение нервно-психического и эмоционального напряжения, релаксация.  Дети сидят на стульчиках.  Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Откиньтесь на спинку стула, спина прямая и расслабленная, руки сложены на груди, чтобы пальцы сходились.  Глубоко вдохните воздух носом, представьте, что ваш живот – это воздушный шарик. Чем глубже вдыхаешь, тем больше шарик. А теперь выдыхайте ртом, чтобы воздух улетел из шарика.  Не торопитесь, повторите. Дышите и представляйте себе, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше.  Медленно выдыхайте ртом, как будто воздух выходит из шарика.  Сделайте паузу, сосчитайте до пяти. Снова вдохните и наполните легкие воздухом. Выдохните, почувствуйте, как воздух выходит через легкие, горло, рот.  Дышите и чувствуйте, как вы наполняетесь энергией и хорошим настроением».  **6. Упражнение «Отдохнем».**  Цель: снижение нервно-психического и эмоционального напряжения, с помощью релаксационной музыки.  Педагог предлагает детям принять удобную позу, закрыть глаза, послушать музыку (например, Ф. Шопен «Ноктюрн №2»), а затем рассказать о своих представлениях и впечатлениях, нарисовать представившуюся картинку.  **6. «Прощание».**  Упражнение «Мне сегодня понравилось…»  **Занятие №3.**  **1. «Приветствие».**  Цель: создание положительного эмоционального состояния и психического комфорта.  Дети доброжелательным тоном приветствуют друг друга.  **2. «Почему подрались мальчики».**  Цель: развивать у детей рефлексию (способность анализировать причины и следствия) своего агрессивного поведения.  Ведущий заранее готовит рисунок, на котором изображены дерущиеся мальчики. Показывает этот рисунок и предлагает придумать, почему ребята подрались, чем окончится драка, будут ли они жалеть о том, что подрались, и как можно было бы поступить по-другому.  На последующих занятиях можно рассматривать другие аналогичные рисунки, задавая те же вопросы.  **3. «Я могу защитить…».**  Цель: формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях.  Дети и ведущий перебрасываются мячиком. Тот, у кого в руках мячик, заканчивает фразу «Я могу защитить…». Можно использовать фразу «Я могу защитить… потому что…».  **4. «Тух-тиби-дух».**  Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил. “Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: “Тух-тиби-дух”. Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово.  Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами. В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово “Тух-тиби-дух” сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.  **5. Игра «Плывем в облаках».**  Цель: снижение нервно-психического и эмоционального напряжения, релаксация.  Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Лягте и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленно. Вообразите, что вы находитесь на природе, в приятном месте. Теплый, тихий день. Вам приятно и вы чувствуете себя хорошо.  Вы абсолютно спокойны. Вы лежите и смотрите вверх на облака – большие, белые, пушистые облака в прекрасном синем небе.  Дышите свободно.  Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься над землей. С каждым вдохом вы медленно и плавно поднимаетесь навстречу большому пушистому облаку. Вы поднимаетесь еще выше на самую верхушку облака и мягко утопаете в нем.  Теперь вы плывете на вершине большого пушистого облака. Ваши ноги и руки свободно раскинуты в стороны, вам лень шевелиться. Вы отдыхаете.  Облако медленно вместе с вами начинает опускаться все ниже и ниже, пока не достигнет земли.  Наконец, вы благополучно растянулись на земле, а ваше облако вернулось к себе домой на небо. Оно улыбается вам, вы улыбаетесь ему. У вас прекрасное настроение. Сохраните его весь день».  **6. «Прощание».**  Цель: создание положительного эмоционального состояния и психического комфорта.  Дети доброжелательным тоном прощаются друг с другом.  **Занятие №17 «Азбука перемен»**  ***Цели:*** Закрепить у учащихся полученные знания. Помочь участникам поверить в свои силы.  ***Задачи:***  1.    Создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутрен­ний мир и ориентация в нем.  2.    Расширение знания участников о чувствах и эмоциях, создание условий для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.  3.    Способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.   1. ***Прогнозируемый (ожидаемый) результат:*** 2. *Знают:*приемы бесконфликтного межличностного общения; уверенного поведения. 3. *Могут:*распознавать и анализировать свои личностные качества. 4. *Умеют:* преодолевать трудности, возникающие в процессе общения со сверстниками и решать их конструктивным путем. 5. ***Принципы проведения:*** доверие, искренность в общении; активность обучающегося; творческая позиция; диалогичность; осознание поведения. 6. ***Объект коррекции и развития:***подростки 11-14 лет.   ХОД ЗАНЯТИЯ  Каждый из нас является обладателем огромных запасов внутренней энергии. Правда, мы иногда не имеем к ним доступа. Но никто не сможет нам помочь измениться к лучшему, если мы сами этого не захотим. Очень важно поверить в себя. Тот, кто решается на перемены в себе, достоин большого уважения, и он — сильный человек.  **Упражнение «Азбуку перемен»**  Психолог. Проанализируйте свои знания и составьте «Азбуку перемен». Азбука эта необычная — слова про общение будем подбирать по алфавиту, а действия будем описывать, основываясь на своих знаниях и своем опыте. Первым в нашей азбуке нужно поставить слово на букву А, например — АНАЛИЗ (можно другое, предложенное участниками). Объясните, что значит «анализировать свои поступки». Далее идет слово на букву Б, например — БУДУЩЕЕ (Зависит ли наше будущее от умения общаться с людьми?) Участникам предлагается самим придумывать слова к азбуке и объяснять их значение. Если дети затрудняются, то можно им предложить такие: ЗНАНИЯ, ИНТЕРЕС, КОЛЛЕКТИВ, ЛИЧНОСТЬ, МЕЧТА, НАДЕЖДА, ОТКРОВЕНИЯ и т.д.  **Упражнение «Нарисуем жизнь»**  Ведущий предлагает учащимся нарисовать жизнь так, как они ее представляют. Рисунок выполняется коллективно на доске или на большом листе ватмана. Рисунок может включать в себя символы, картинки, слова — все, с помощью чего можно передать самое важное в жизни.   1. ***Притча о царе Давиде*** 2. Когда царь Давид почувствовал, что он скоро умрет, он позвал к себе своего сына, будущего царя Соломона. 3. - Ты уже побывал во многих странах и видел много людей, - сказал Давид. – Что ты думаешь о мире? 4. - Везде где я был, - ответил Соломон, я видел много несправедливости, глупости и зла. Не знаю, почему так устроен наш мир, но я очень хочу его изменить. 5. - Хорошо. А ты знаешь, как сделать это? 6. - Нет, отец. 7. - Тогда послушай. 8. И царь Давид рассказал будущему царю Соломону такую историю. 9. Давным-давно, когда мир был юн, землю населял один-единственный народ. Правил этим народом Царь, имя которого время не донесло до нас. Было у него четверо детей – их имена тоже канули в Лету. Когда пришло его время умирать, он призвал к себе четырех наследников и завещал им нести людям Справедливость, Мудрость, Добро и Счастье. Несправедливость – сказал он, возникает из-за того, что человек относится к миру очень пристрастно. Чтобы стать справедливым, человек должен избавиться от власти чувств и вести себя так, как будто мир существует независимо от него. 10. "Мир существует, а я не существую" - только этот принцип может взять за основу справедливый человек. 11. Глупость – продолжал он, возникает потому, что человек судит об огромном и многообразном мире только с позиции своего знания. Как невозможно вычерпать море, так и невозможно полностью познать мир. 12. Расширяя свои знания, человек лишь переходит от большей глупости к меньшей. Поэтому мудр тот человек, который ищет истину не в мире, а в самом себе. "Я существую, а мир не существует" - этим принципом руководствуется мудрец." 13. "Зло", – сказал Царь, "появляется тогда, когда человек противопоставляет себя миру. Когда ради своих целей он вмешивается в естественный ход событий и подчиняет все своей воле. Чем больше человек стремится господствовать над миром, тем больше мир сопротивляется ему, ибо зло порождает зло." 14. "Мир существует, и я существую. Я растворяюсь в мире" - вот основа для тех, кто несет в мир Добро. И наконец – Несчастье испытывает тот человек, которому чего-то не хватает. И чем больше ему этого не хватает, тем более он несчастен. А так как человеку всегда чего-нибудь не хватает, то, утоляя свои желания, он лишь переходит от большего несчастья к меньшему. Счастлив тот человек, внутри которого весь мир – ему не может чего-либо не хватать. "Мир существует, и я существую. Весь мир растворен во вне" – вот формула Счастья. 15. Итак, царь передал формулы Справедливости, Мудрости, Добра и Счастья своим сыновьям, и вскоре после этого умер. Наследники же, заметив, что эти формулы противоречат друг другу, решили поступить следующим образом. Они разделили весь народ на четыре равные части и каждый стал управлять своим народом. Один царь нес людям Справедливость, второй – Мудрость, третий – Добро, а четвертый – Счастье. В результате на Земле появились Справедливый народ, Мудрый народ, Добрый народ и Счастливый народ.   Прошло время, и постепенно народы перемешались. Справедливые люди хорошо знали, что такое справедливость, но совсем не знали, что такое мудрость, добро и счастье. Поэтому справедливые люди несли в мир глупость, зло и несчастье. Мудрые люди несли в мир несправедливость, зло и несчастье. Добрые люди несли в мир несправедливость, глупость и несчастье. А Счастливые люди несли в мир несправедливость, глупость и зло - так закончил свой рассказ царь Давид.   1. - Поэтому тебе, Соломон, мир и кажется таким скверным. 2. - Я все понял, - ответил Соломон. – Надо научить всех людей всему сразу – и Справедливости, и Мудрости, и Добру и Счастью. Я исправлю ошибку наследников Царя. 3. - Хорошо, - сказал Давид, но ты не учитываешь, что мир уже изменился. Несправедливость, зло и несчастье уже перемешаны среди людей. Они породили страх. Чтобы победить эти пороки, нужно прежде всего справиться со страхом. 4. - Тогда объясни мне, как побороть страх? 5. - Страх бывает разным. Но главная его форма такова: в радости люди боятся смерти, а в печали бессмертия. И лишь тот, кто знает цену и радости, и печали не боится ни смерти, ни бессмертия. 6. Царя Соломона уже давно нет, но люди помнят его. Его называли справедливым, добрым, счастливым и бесстрашным. 7. Притча о том, как изменить мир 8. Давным-давно, в одном городе жил был этот человек. Жил себе и жил, пока не понял в один прекрасный момент, что наш мир несовершенен. Это нормально, мысли о несовершенстве мира приходят рано или поздно в головы многих людей. Но наш герой был совершенно особенный человек, он решил изменить мир. 9. Он решил сделать мир красивым, дружелюбным, хорошим и совершенным. 10. И этот человека сказал «Дайте мне семь лет, и я изменю мир!». И семь лет этот человек встречался с руководителями государств, организовывал масштабные акции по изменению мира, привлекал сотни и сотни тысяч людей к духовным практикам, работал все эти годы, не покладая рук. Он стал очень известным и уважаемым человеком, но семь лет прошли. И мир: остался прежним. 11. Тогда он сказал себе «Наверное, изменить весь мир очень сложно. Поэтому я изменю для начала свою страну, а остальные страны увидят, насколько у нас стало хорошо, и тоже изменятся. Это займет больше времени, но это точно изменит мир. Дайте мне 700 дней, и я изменю страну». 12. Он пришел к президенту страны, получил все необходимые полномочия, ведь он был уважаемым и известным человеком. Все эти сотни дней человек работал почти круглосуточно, он встречался с руководителями крупных заводов, с лидерами политических партий, руководителями регионов и просто популярными актерами и известными людьми. Но через семьсот дней его страна осталась прежней. 13. «Черт побери!» сказал этот человек. «Если у меня не получилось изменить свою страну, то я изменю хотя бы свой родной город! Дайте мне 7 месяцев, и я изменю город!» Он встретился за это время с каждым жителем своего родного города, он это время почти не спал, он проявил нечеловеческую активность, но: 14. город остался прежним. 15. Тогда человек окончательно разозлился - он столько делал для этого мира, для этой страны, для этого города, а они остались прежними. Тогда он решил изменить свою жену. И взял себе для этого 7 недель. И вы уже, наверное, знаете результат. Его жена осталась прежней. 16. Тогда человек впервые за эти многие годы сел и подумал - может быть, возможно изменить сначала себя? 17. Он взял для себя семь дней. И через семь дней он изменился, и когда он изменился - изменилась его жена, его город, его страна и его мир.   **Игра «Я бросаю тебе мяч»**  Учащиеся становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя по имени того, кому бросают, и произнося слова: «Я бросаю тебе цветок (слона, конфету и т. д.)». Тот, кому бросили мяч, должен достойно ответить.  ***Анализ занятия***  Психолог задает вопросы для обсуждения: Трудно ли было составлять азбуку?  Почему? Трудно ли добиваться перемен в себе?  В чем заключаются эти трудности?  От чего зависит успех наших перемен? |

**Приложение 5**

Вопросник «Коммуникативные и организаторские склонности»  В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС), рефлексии тренинговых занятий.