

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 13»

# «Радуетмся вместе»

Коррекционно-развивающие занятия  
для детей младшего школьного возраста

Составила:  
Педагог-психолог  
Ворожейкина А.Е.

г. Арзамас  
2014г.

### *Пояснительная записка*

Здоровье это состояние физического, душевного и социального благополучия. Душевное благополучие неразрывно связано с уверенностью в себе, адекватной самооценкой, доброжелательностью, общительностью, эмоциональной стабильностью и позитивному взгляду на жизнь. Прочные взаимоотношения в семье, наличие позитивных межличностных взаимоотношений с другими людьми и возможность заниматься любимым хобби составляют социальное благополучие.

Из – за огромного распространения компьютеров, телефонов и гаджетов, младшие школьники стали меньше общаться со своими сверстниками. Они порой не понимают и не учитывают индивидуальных особенностей других людей, с трудом слушают других. Ребята все меньше говорят о действительно существенных и важных для них проблемах, обмениваясь лишь формальными и поверхностными замечаниями. Многие дети не умеют сохранять хорошие отношения с другими людьми. Использование интерактивных игр в школе помогает решить эту проблему. В ходе игры ребята имеют возможность получить новые впечатления и приобретения нового опыта. Ребята постепенно учатся слушать и понимать других, обсуждать свои впечатления, уважать чужое мнение, учатся решать конфликты. Для этого педагогу – психологу необходимо создавать дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом. После проведения игры педагогу необходимо помочь ребятам выразить и обсудить свои впечатления. Не нужно жестко управлять процессом обсуждения, дети сами могут придти к продуктивным решениям. Необходимо помочь понять детям, что допустимо проявление любых чувств, но не любое поведение. Ни один человек не в состоянии мгновенно понять жизнь другого. На это нужно время. Нужно время и терпение для того, чтобы помочь детям осознать свои ценности и установить приоритеты, для того чтобы стать более терпимыми и внимательными, и научиться простым жизненным мудростям.

**Основной целью** этой программы является помощь детям в адаптации к школе, развитие эмоциональной регуляции поведения детей, предупреждение и снижение тревожности и страхов, повышение уверенности в себе и т.д.

### **Задачи:**

- Предупреждение и снижение страхов.
- Повышение уверенности в себе.
- Развитие позитивного отношения к собственной личности.
- Способствовать развитию позитивного общения и сотрудничества между детьми.
- Помочь детям осознавать ответственность за свой выбор.
- Активизировать любопытство, фантазию и творческие способности.
- Обучение навыкам саморегуляции.
- Способствовать развитию самосознания.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. В основном используются **следующие методы:**

- Имитационные и ролевые игры;
- Сказкотерапия;
- Арт-терапевтические методы;
- Элементы групповой дискуссии;

### **Общие рекомендации по проведению занятий:**

- Занятия включают в себя элементы социально-психологического тренинга, поэтому участники должны свободно располагаться и передвигаться.
- Продолжительность занятия не должна превышать 45 минут.
- Программа рассчитана на работу в группе из 12-20 человек.
- Создание доверительной обстановки, чтобы каждый ребенок мог проявить себя, быть открытым и не бояться ошибок.
- Тематика и планы могут меняться в зависимости от задач и проблем конкретной группы детей.

### **Примерные темы занятий:**

1. Знакомство ... (1 занятие).
2. Эмоции, мимика и жесты. (2 занятие).
3. Мы все чем-то похожи. ( 3, 4 занятие).
4. Мы вместе. ( 5, 6 занятие).
5. Что помогает дружить? (7, 8 занятие).
6. Подведение итогов. (9 занятие)

# Занятие 1.

## Ход занятия:

### 1. Приветствие. Знакомство.

Здравствуйте ребята, я хочу познакомиться с вами и мне интересно, какие школьные предметы вам нравятся. Пожалуйста, по очереди вставайте и представляйтесь и расскажите, какие учебные предметы вам нравятся.

После того как все дети представятся психолог задает вопрос:

Ребята кто запомнил, какие предметы назывались чаще всего?

Какие школьные предметы нравятся меньше всего?

### 2. Задание на внимательность.

Я рада, что вам нравится учиться и для того, чтобы вам учиться, нужно быть внимательными. Сейчас внимательно осмотрите классную комнату и назовите как можно больше имеющихся здесь предметов, начинающихся на букву:

Первый ряд на букву «С»

Второй ряд на букву «П»

Третий ряд на букву «К»

### 3. «Пол, Нос, Потолок».

А теперь давайте встанем и поиграем в игру: Пол, Нос, Потолок.

Вначале показывает движение рук. Потолок показываем вверх, нос – на нос, пол показываем на пол. А затем ребята я вас буду запутывать: говорить одно, а показывать я буду другое. Будьте внимательными.

### 4. «Рисуем вместе».

Ребята в школе очень важно уметь доброжелательно относиться друг к другу и уметь договариваться. Сейчас вы постараетесь вместе со своим соседом по парте договориться и вместе нарисовать общий рисунок.

После выполнения своих рисунков ребята рассказывают о них.

### 5. Прощание.

Что вам понравилось сегодня на занятии.

# Занятие 2

## Ход занятия:

### 1. Приветствие. «Ассоциации – цветы, растения».

Ребята сейчас по очереди каждый из вас сравнит себя с цветком или растением.

### 2. Мимика человека

Давайте сегодня поговорим об эмоциях и чувствах, которые мы испытываем. Какие эмоции и чувства вы знаете. Давайте все вместе покажем их друг другу.

Мы показываем наши эмоции с помощью мимики. Что мы можем показать с помощью жестов?... С помощью жестов мы показываем смысл. Жесты можно назвать – знаком, символом.

### 3. «Зеркало».

Давайте поиграем, используя только нашу мимику и жесты. Разбейтесь по парам и встаньте напротив друг друга. Один будет показывать, а другой повторять все движения и мимику. Как будто вы смотрите в зеркало.

Обсуждение: что для вас было легче показывать или повторять?

Сейчас на доске, с помощью смайликов, мы попробуем нарисовать чувства и эмоции которые вы показывали. Рисуют все желающие, можно нарисовать даже на листах. ...

### 4. «Контроль эмоций».

Мы с вами активно показывали эмоции, а теперь вам нужно будет их контролировать. Сейчас встаньте в шеренгу (если ребят много, то в две) и один из вас будет отгадывать у кого в руках игрушка. Игрушка спрятана за спинами игроков и ее можно незаметно передавать друг другу, стараясь, не показывая это своими эмоциями. Если ведущий угадал у кого в руке игрушка, то этот игрок выходит и начинает отгадывать сам.

Это очень веселая игра.

### 5. Прощание.

Что вам понравилось сегодня на занятии.

## Занятие 3

### Ход занятия:

#### 1. Приветствие. «Снежный ком»

Первый участник называет свое имя, второй называет имя первого и свое имя, третий – имя первого, второго и свое и т.д.

#### 2. «Покажи животное»

Ребята сначала по желанию, затем уже начинают выходить даже те, кто вначале стеснялся, показывают задуманное животное. Ведущий может подсказывать ребятам. Если детям очень хочется поиграть еще в эту игру можно показывать то, что предложат дети.

#### 3. «Все мы чем-то похожи» (Фопель)

Инструкция: Разбейтесь, пожалуйста, на четверки или пятерки. Пусть каждая группа сядет и составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: "У каждого из нас есть кошка...", "Любимый цвет каждого из нас — синий...", "Мы все очень любим мороженное...", " Мы все любим каникулы..." и так

далее. Победит та команда, которая найдет и запишет наибольшее количество общих черт.

Анализ упражнения:

— Как вы работали в своей команде?

— Есть ли что-нибудь такое, что объединяет всех детей в классе?

— Узнал ли вы что-нибудь интересное о ком-нибудь из других детей?

— Нравится ли тебе быть похожим на других или ты предпочитаешь от всех отличаться?

— Какими должны быть твои друзья — похожими на тебя или совсем другими?

#### **4. Прощание.**

Что вам понравилось сегодня на занятии. Что бы вы хотели пожелать мне и друг другу.

## **Занятие 4**

### **Ход занятия:**

#### **1. «Приветствие». «Ассоциации – на что похоже ваше настроение»**

Все дети встали в круг (или сели на стулья), взяли друг друга за руки: поздоровались и передали рукопожатие по кругу. Затем каждый участник рассказывает о своем настроении и постарается его сравнить с погодой или временем года.

#### **2. «Поменяйтесь местами»**

Поменяйтесь местами те, у кого синие глаза, кто любит лето и т.п. ...

#### **3. «Отгадай загаданного»**

Один из участников садится спиной к группе, и ему предлагают отгадать, того кого загадает группа, ребята по очереди рассказывают о том кого загадали. Эту игру можно провести в кругу. Тогда, тот кто будет отгадывать ненадолго выходит из класса, в это время ребята договариваются о ком будут говорить. И затем они по кругу говорят свои ассоциации об этом человеке, если водящий не понимает о ком речь, тогда он задает вопросы, тоже связанные с ассоциациями.

Если осталось время.

#### **4. «Рисуем ассоциацию»**

Нарисуйте ту ассоциацию о вас, которая вам больше всего нравится.

#### **5. Прощание.**

Что вам понравилось сегодня на занятии. Что бы вы хотели пожелать мне и друг другу.

## **Занятие 5**

**Материалы:** небольшой мяч.

**Ход занятия:**

**1. «Приветствие».**

Все дети встали в круг (или сели на стулья), взяли друг друга за руки: поздоровались и передали рукопожатие по кругу. Затем каждый участник рассказывает о своем настроении.

**2. «Неожиданные слова».**

Сейчас мы будем кидать мячик любому из ребят, и говорить любое слово. Поймавший мяч говорит на это слово другое, которое пришло ему в голову, (это может быть ассоциация, а может и что-то другое). Тот, кто ответил, загадывает и говорит свое слово и кидает мяч следующему участнику.

**3. «Мельница».**

Стараемся передать мяч по кругу, так чтобы он не упал на пол. Постепенно прибавляем темп передачи.

Обсуждение: Как нужно передавать мяч, чтобы он не упал?

**4. «Не пропусти мяч»**

Водящий, встает в середину круга, образованного ребятами, взявшимися за плечи. У водящего мяч, который он пытается выбить из круга. Если у водящего получается выбить мяч, то на его место встает тот, кто пропустил мяч. Игра продолжается дальше.

**5. «Сиамские близнецы»**

Разделитесь по парам, обхватите друг друга руками, ногу к ногу, представьте, что вы срослись, что вы сиамские близнецы. Походите по классу, сделайте что-нибудь.

Присядьте, возьмите карандаши и порисуйте.

Ваши впечатления?

**6. Прощание.**

Что вам понравилось сегодня на занятии. Что бы вы хотели пожелать мне и друг другу.

## **Занятие 6**

**Ход занятия:**

**1. «Приветствие». «Повтори»**

Все дети встали в круг, поздоровались и передали рукопожатие по кругу. Затем каждый участник рассказывает о своем настроении и показывает любое движение (это может быть танцевальный элемент). Все ребята повторяют это движение.

## **2. «Что важно для меня?» (Фопель К)**

Инструкция: Представьте себе, что вы с родителями надолго уезжаете, чтобы провести каникулы на необитаемом острове. Родители говорят вам, что вы можете взять с собой чемодан и упаковать в него ровно три вещи, самые важные для вас. Что вы выберете? Хорошо подумайте над этим и напишите названия этих вещей на листе бумаги. Расскажите по кругу, почему вы выбрали именно эти три вещи.

Обсуждение:

- Кто-нибудь выбрал то же, что и ты? — Чьи записи тебя удивили?
- Есть ли на свете такие вещи, которые интересны и важны большинству из нас?
- Какой предмет из тех, что кому-нибудь захотелось взять с собой, был, на твой взгляд, самым необычным?
- О ком ты узнал что-нибудь новое?

## **3. «Отдам, тебе то, что есть у меня» (Фопель К)**

По кругу один из ребят начинает игру словами, например: "Тебе, Даша, отдам то, что есть у меня..." Произнося эти слова, этот ученик делает вид, что держит что-то в руках, подходит к Даше и передает ей это. Даша, в свою очередь, "принимает подарок" обеими руками. Неважно, что это за подарок. Достаточно, если вы поймете, какого он примерно размера, хрупкий он или крепкий, легкий или тяжелый. После этого Клава должна решить, кому бы она хотела сделать подарок, и "передает" его с теми же словами: "Тебе, Олег, дам то, что есть у меня". Игра заканчивается, когда каждый получит хотя бы один подарок.

Побуждайте детей с помощью пантомимы показывать свойства подарка, не называя его при этом. Для этого вы можете, например, спросить: "Твой подарок тяжелый или легкий на вес?", "Если он упадет, он укатится или останется лежать на месте?"

Обсуждение:

- Какой подарок придумал первый участник?
- Ты угадал, что это был за подарок?
- Что тебе понравилось больше — дарить или получать подарки?
- Когда ты в последний раз получал подарок?

## **4. «Испорченный телефон»**

Эта игра нравится детям, один из участников загадывает фразу и передает ее шепотом, фраза обходит всех участников и возвращается к отправителю.

## **5. Прощание.**

Что вам понравилось сегодня на занятии. Что бы вы хотели пожелать мне и друг другу.

# **Занятие 7**

## **Ход занятия:**

### **1. «Приветствие».**

Все дети встали в круг (или сели на стулья), взяли друг друга за руки: поздоровались

и передали рукопожатие по кругу. Затем каждый участник рассказывает о своем настроении.

## 2. «Я люблю дружить»

Каждый придумывает продолжение фразы «Я люблю дружить».

## 3. «Привет»

Как мы знакомимся с другими ребятами, давайте представим, что вы приехали в гости к тете или бабушке и вышли на улицу, там играют ребята. Вам нужно познакомиться, как вы будете это делать? Осудить с ребятами способы знакомства. И предложить им потренироваться.

## 4. «Ты мне нравишься» (Фопель К)

Сядьте, пожалуйста, все в один общий круг. Мы все вместе составим одну большую цветную паутину, связывающую нас между собой. Кроме того, каждый из нас может выразить свои добрые мысли и чувства, которые он испытывает к другим ребятам. Сейчас я покажу вам, как должна протекать эта игра.

Пару раз обмотайте свободный конец шерстяной нити вокруг своей ладони и покажите клубок в сторону одного из детей. Постарайтесь выбрать не самого популярного в классе ученика.

Психолог выбрала ученика, который должен быть следующим в "паутине". После того, как мы передали кому-то клубок, мы говорим этому ученику фразу, начинающуюся с одних и тех же слов: "Коля (Маша, Петя)! Ты мне нравишься, потому что..." Выслушав обращенные к нему слова, Коля обматывает нитью свою ладонь так, чтобы "паутина" была более-менее натянута. После этого Коля должен подумать и решить, кому передать клубок дальше. Когда клубок окажется у следующего ученика, то Коля обращается к нему с фразой, которая начинается с тех же слов, что и моя. Например: "Яна, ты мне нравишься, потому что вчера ты помогла мне". При этом вы можете говорить о том, чем вас обрадовал этот человек, что вам в нем нравится, за что вы хотели бы его поблагодарить. И так продолжается наша игра все дальше и дальше... Постарайтесь хорошо запомнить то, что вам скажут, когда будут передавать клубок.

Внимательно проследите, чтобы в ходе игры все дети получили клубок. Объясните детям, что мы любим не только своих самых близких друзей. Ведь в каждом есть что-то такое, что достойно уважения и любви. Эти мысли очень важно постоянно повторять и подчеркивать в современном обществе, наполненном конкурентной борьбой за место под солнцем. Постепенно "паутина" будет расти и заполняться. Ребенок, получивший клубок последним, начинает сматывать его в обратном направлении. При этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок и произносит сказанные ему слова и имя сказавшего, отдавая ему клубок обратно.

*Обсуждение:*

- Легко ли тебе говорить приятные вещи другим детям?
- Почему каждый ребенок достоин любви?
- Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

5. «**Пожелания можно выразить жестом**» Ритуал прощания.

Жестами без помощи слов можно передать сообщение, передавая маску, мы выражали различные чувства и эмоции. Попробуем изобразить пожелания друг другу на этот день с помощью жестов.

## Занятие 8

**Материалы:** Бумага, карандаш, фломастеры — каждому ребенку.

### Ход занятия:

#### 1. «Приветствие».

Все дети встали в круг (или сели на стулья), взяли друг друга за руки: поздоровались и передали рукопожатие по кругу. Затем каждый участник рассказывает о своем настроении.

#### 2. «Хороший друг» (Фопель К)

*Инструкция:* Подумай о своем хорошем друге. Это может быть реальный человек, с которым ты на самом деле дружишь. Если же у тебя такого друга еще нет, то ты можешь его себе просто вообразить. А можешь подумать и том, с кем ты только собираешься подружиться.

Что ты можешь сказать об этом человеке? Что вы любите делать вместе? Как выглядит этот твой друг? Что тебе больше всего нравится в нем? Что вы делаете для того, чтобы ваша дружба все больше и больше крепла?

Подумай над этими вопросами. Ответы на них ты можешь записать на бумаге, можешь нарисовать, а можешь сделать и то, и другое. (15 минут.)

Теперь соберитесь в группы по четыре человека. Если хотите, можете показать друг другу свои рисунки и сочинения. А можете еще и рассказать, о чем вы думали, выполняя это упражнение. Внимательно выслушайте, что скажут вам остальные дети из вашей четверки. (10 минут.)

*Обсуждение:*

— Как человек находит друга?

— Почему так важны в жизни хорошие друзья?

— Есть ли у тебя друг в нашем классе?

#### 3. «Подарок, который невозможно купить»

*Инструкция:* Можете ли вы рассказать мне, чем в последнее время радовали вас другие люди? Что они сделали для вас приятного? Вспомните своих близких, друзей, может быть, своих одноклассников.

Запишите все эти "благородные поступки" и "добрые дела" на доске.

А теперь давайте поговорим о том, что бы вы могли сделать для других. Каким образом вы могли бы сделать приятный сюрприз своим родителям, братьям или сестрам, бабушкам или дедушкам? Каким способом вы могли бы сделать такой подарок, который нельзя купить в магазине, своим друзьям или одноклассникам?

*Все ответы детей тоже запишите на доске.*

Пусть каждый из вас подумает о том, что и кому он мог бы подарить из того, что нельзя нигде купить. Помогите тем детям, которые испытывают какие-либо затруднения при выполнении этого задания, придумать простые и приятные действия для их родителей, родственников или друзей.

*Обсуждение:*

— Тебе понравилось играть в эту игру?

— Трудно ли было придумать хорошие идеи о том, как принести радость окружающим?

— Достаточно ли ты сам получаешь таких подарков, которые невозможно купить?

— Почему подарки, которые нельзя купить, ценнее тех, что куплены в магазине?

#### **4. Прощание.**

Что вам понравилось сегодня на занятии. Что бы вы хотели пожелать мне и друг другу.

## **Занятие 9**

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

### **Ход занятия:**

#### **1. «Приветствие».**

Все дети встали в круг (или сели на стулья), взяли друг друга за руки: поздоровались и передали рукопожатие по кругу. Затем каждый участник рассказывает о своем настроении.

#### **2. «Вопросы на бумажках»**

Каждый пишет на маленькой бумажке вопрос, на который хотел бы получить ответ (вариант - на который сам бы хотел ответить). Бумажки с вопросами складываются в шляпу, перемешиваются и раздаются участникам в произвольном порядке. Каждый отвечает на тот вопрос, который ему достался.

#### **3. «Фант»**

Каждый пишет на маленькой бумажке животное или предмет, который нужно изобразить тому, кто вытащил эту записку.

#### **4 «Любимая игра»**

Ребятам предлагается поиграть в любую понравившуюся им игру.

#### **5. Пожелания друг другу.**

## Литература:

1. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Игры в сказкотерапии. – СПб., Речь, 2008. 208 с.
2. Настольная книга школьного психолога. 1 – 4 классы / Новикова Л.М., Самойлова И.В. – М.: Эксмо, 2009. – 384 с. – (Настольная книга учителя).
3. Практикум для детского психолога / Г.А. Широкова, Е.Г. Жадько. – Изд. 7-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 314 с. – (Психологический практикум).
4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т. 4.— М.: Генезис, 1999.— 160 с: ил.
5. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). 5 – е изд., испр. и доп. – М.: Генезис, 2012. - 312 с.