



## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного курса
3. Описание учебного курса в учебном плане
4. Личностные и предметные результаты
5. Содержание учебного курса коррекционных занятий
6. . Описание материально – технического обеспечения образовательного процесса
7. Приложение

## **1. Пояснительная записка.**

Радикальные изменения, происходящие в последние годы в общей системе школьного образования, их демократичность и гуманистическая направленность в полной мере затрагивает и школу для детей с нарушениями интеллекта. На этой основе заметно выявились тенденции к творческому объединению учителей, воспитателей, медиков, психологов и других специалистов в преобразовании школьной среды, которая бы наилучшим образом учитывала специфику развития ребёнка с умственной недостаточностью, способствовала его успешной интеграции в современное общество.

В этой работе важное место занимает психологическая служба, призванная обеспечить разнообразные формы помощи педагогическому, детскому коллективам, а также индивидуально ребёнку и его семье.

Учитывая, что главной задачей специальной (коррекционной школы) обучающихся с интеллектуальными нарушениями является формирование личности ребёнка, в учебный план был включён курс (блок коррекционных технологий) "Психологический практикум" для учащихся 5 классов. Это обязательный курс, хотя он и не оценивается привычной школьной отметкой. Психологический практикум является логическим продолжением другого коррекционного курса "Развитие психомоторики и сенсорных процессов" для учащихся 0 - 4 классов. Он, безусловно, не подменяет другие виды работы школьного психолога.

Рабочая программа курса «Психологический практикум» составлена в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта общего образования и на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «об образовании в РФ № 273- ФЗ от 29.12. 2012 г.
2. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1.

3. Учебного плана КГБОУ Партизанская КШИ на 2020/2021 учебный год.

4. Программа курса ориентирована на использование авторской программы

«Адаптации детей к средней школе» Е. Г. Коблик, занятий по курсу "Психологический практикум" (автор - И.М. Бгажнокова), методических разработок "Обучение жизненно важным навыкам в школе" (авторы Н.П. Майорова, Е.Е. Чепурных, С.М. Шурухт) и др. методическая литература.

5. Санитарно- эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.42.3286- 15, вступившую в силу с 01. 09.2016 года.

**Цель программы:** создать условия для социализации личности подростка, его реабилитацию средствами образования с целью профилактики, преодоления отклонения в аномальном развитии, а также расширения границ образования за счёт социально - ориентированных программ, доступных для усвоения школьнику с умственной недостаточностью, поддержать и развить в детях интерес к знаниям, помочь им общаться с новыми одноклассниками и преподавателями.

**Задачи:**

- Формирование у детей позитивной Я- концепции и устойчивой самооценки, снижения уровня школьной тревожности.
- Формирование устойчивой учебной мотивации детей.
- Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований.
- Повышения уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков.
- Освоение детьми школьных правил.
- Выработка норм и правил жизни класса.
- Формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях.

• Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

## **2. Общая характеристика коррекционного курса**

Переход из младшей школы в среднюю- важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым.

При переходе в среднее звено (5 класс) очень важным показателем в период адаптации учащихся является эмоциональная сфера. Необходимо на этом этапе помочь ребятам справиться с волнением, тревогой, неизвестностью.

Для подростков 10-11 лет характерными особенностями являются:

- развитие взрослости, потребность в самостоятельности и стремление к самопознанию;
- значимость отношений со сверстниками, бунт против родителей и социальных норм;
- эмоциональная неустойчивость, чувствительность, агрессивность, конфликтные отношения с окружающими и склонность к крайним суждениям и оценкам;
- в подростковом возрасте прослеживаются некоторые сложности во взаимоотношениях с взрослыми (родителями и учителями), связанные с возрастными особенностями ребят.

Основные этапы работы по курсу психологический практикум:

1. Формирование групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях, умения ориентироваться в пространстве школы.
2. Помощь детям в осознании требований преподавателей, формирование конструктивного отношения к неудачам, ошибкам, анализ уже достигнутых успехов.
3. Приемы по снижению напряжения в школьных ситуациях

4. Формирование учебных навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности.

5. Осмысление личных целей детей на период обучения в 5 классе.  
Подведение итогов групповой работы.

Основные направления работы по адаптации детей к новой школьной жизни:

1. Психологическая диагностика
2. Консультативная работа с педагогами и родителями.
3. Методическая работа
4. Профилактическая работа
5. Коррекционно - развивающая работа.
6. Аналитическая работа.

Воспитательная работа с детьми с ОВЗ направлена на формирование коммуникативных навыков у учащихся, но возможности её ограничены. Именно поэтому возникла потребность в сообщении специальных знаний, формировании и развитии умений и навыков, необходимых для успешной реализации процесса общения. Их воспитанники могут получить, изучая курс "Психологический практикум". В подростковом возрасте особенности психического развития у обучающихся проявляются, в первую очередь, в системе их взаимоотношений с окружающими людьми. Уже к 11 годам у подростков устанавливается отношение к взрослым и сверстникам, основанное на практической полезности, формируется "способность не углубляться в привязанности", поверхностность чувств, моральное изживенчество (привычка жить по указке), осложнения в становлении самосознания. Таким образом, основная задача сводится к формированию у подростка не исполнительской деятельности, а сотрудничества, социального окружения. Достичь этой цели возможно за счёт активного включения учащихся в психологические упражнения, игры, беседы и т. д. Программа является примерной. Опора на имеющиеся знания позволяют преодолевать трудности в понимании учащимися сложных психологических явлений.

Психологический практикум не является предметной дисциплиной, поэтому особенно важно создавать в общении с учащимися атмосферу доверия, открытости, доброжелательности, так, чтобы каждое общение с психологом являлось уроком для жизни.

Таким образом, основная задача сводится к формированию у подростка не исполнительской деятельности, а сотрудничества, социального окружения.

Программа представлена следующими разделами: «Создание группы», «Здравствуй, пятый класс!», «Находим друзей», «Узнай свою школу», «Что поможет мне учиться», «Легко ли быть учеником, «Чего я боюсь», «Трудно ли быть настоящим учителем?», «Конфликт или взаимодействие», «Негативные переживания», «Ставим цели», «Запоминай и помни».

### **3. Описание места коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Психологический практикум» входит в состав программы коррекционно-развивающей работы педагога-психолога.

В соответствии с учебным планом на занятия по «Психологическому практикуму» в 5 классе выделяется 2 часа в неделю, 68 часов в год. Проводится в форме индивидуальных, так и групповых занятий.

### **4. Планируемые результаты изучения учебного курса**

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

- развитие творческого потенциала личности, создание позитивного настроения, усилении конструктивности поведения, способности выразить словами и осознать основания собственных действий, мыслей, чувств, развитии продуктивности и контактности во взаимоотношениях с людьми.

- развитие познавательной активности; памяти, мышления, речи, воображения.

### **Достижения базовых учебных действий**

#### **Личностные учебные действия:**

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга,

- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей,

- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе.

#### **Коммуникативные учебные действия:**

- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия,

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей,

#### **Регулятивные учебные действия:**

- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных ситуациях с окружающими,

- умение определять цель деятельности, планировать действия для достижения цели,

- умение регулировать свое поведение и поступки

- умение подавлять произвольные переключения внимания на посторонние объекты.

### **Познавательные учебные действия:**

Формирование знаний о психических процессах: ощущения, восприятии, памяти, мышлении, воображении, речи.

- об эмоциональных состояниях человека.

- о настроении человека и управлении им

- о правилах общения между людьми

- о волевых качествах человека

- о способах проявления индивидуальных качеств характера человека

- о мире профессий и способах выбора профессии

- о влиянии отношения других людей на отношение человека к самому себе, о самооценке и уровне притязаний

- о сходствах и различиях между людьми, о способах понимания, принятия других людей

- о способах поведения в социальных ситуациях разного типа

- о конфликтах и способах их разрешения

- о социальных ролях и ролевых функциях человека

- о социальных возможностях человека

### **Предметные результаты**

- Минимальный уровень:

- умение анализировать особенности своего характера

- умение характеризовать другого человека, его поступки

- умение анализировать отношение других людей к самому себе

- умение анализировать мотивы своего и чужого поведения

- умение организовывать поведение в социальных ситуациях разного типа

- умение предупреждать и разрешать конфликты

- умение выявлять причины, управлять своим настроением

- умение выбирать свою будущую профессию

### **Достаточный уровень:**

- аргументированно оценивать поступки героев одноклассников, сверстников и других людей с учетом сформированных представлений об этических нормах и правилах;

- понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;

- вести диалог с учетом наличия разных точек зрения, аргументировать свою позицию, соблюдать этику взаимоотношений в процессе взаимодействия с разными людьми;

- умение осуществлять перенос операций и приемов мышления из одной области в другую (в измененную ситуацию);

- умение критически подходить к решению задачи, проблемы, определять собственное отношение к явлениям жизни;

- умение использовать свое воображение в направлении прогрессивного саморазвития, не заикливаясь на пассивной мечтательности.

- об эмоциональных состояниях человека

- о настроении человека и управлении им

- о правилах общения между людьми

- о волевых качествах человека

- о способах проявления индивидуальных качеств характера человека

- о мире профессий и способах выбора профессии

- о влиянии отношения других людей на отношение человека к самому себе, о самооценке и уровне притязаний

- о сходствах и различиях между людьми, о способах понимания, принятия других людей

- о способах поведения в социальных ситуациях разного типа

- о конфликтах и способах их разрешения

- о социальных ролях и ролевых функциях человека

- о социальных возможностях человека

### **Предполагаемые результаты:**

в результате реализации данной программы, дети приобретают

- умение бесконфликтного и эффективного общения;

- осознание своей индивидуальности и стремление к более глубокому самопознанию;

- умение соблюдать правила и выражать свои негативные эмоции в социально приемлемых способах;

- способность к эмпатии и рефлексии

## **5. Содержание учебного курса**

Содержание учебного предмета построено с учётом особенностей познавательной деятельности детей. Концентрическое расположение материала, когда одна и та же тема изучается в течение нескольких лет, создаёт условия для постепенного наращивания сведений по теме, для постоянного повторения пройденного и обработки необходимых умений.

Основные этапы работы:

1 этап Основное внимание уделяется формированию групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях, умению ориентироваться в пространстве школы.

2 этап. Принятие правил школы и класса, установления норм взаимоотношений со сверстниками в классе, преподавателями и другими сотрудниками школы

3 этап. Работа по осознанию детьми требований преподавателей. Работа по принятию детьми своих негативных чувств.

4. этап Формирование некоторых учебных навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности, работа над развитием коммуникативных умений, среди которых выделяются конструктивные способы поведения в конфликтных школьных ситуациях.

5. этап Осмысление личных целей на период обучения в 5 классе.

Критериями эффективности занятий выступают: снижение уровня школьной тревожности, повышение групповой сплоченности, позитивная динамика эмоционального развития ребенка, характеризующаяся возрастанием степени осознания чувств, гармонизация образа «Я», повышение уверенности в себе и своих возможностях, формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам.

Методы и техники, используемые в программе:

1. ролевые игры
2. дискуссии
3. рисуночная арт- терапия
4. моделирование образцов поведения
5. метафорические истории и притчи
6. тренинг
7. познавательные беседы
8. анкетирование

Структура занятий.

В структуре каждого занятия выделяются смысловые блоки, традиционные для групповой работы:

Организационная часть:

1. Ритуал приветствия. Цель проведения ритуала приветствия является настрой на работу, сплочение группы, создание группового доверия и повторение материала пошлого урока.

Основная часть:

2. Объявление темы занятия, за которым следует мотивирующее упражнение или обсуждение: благодаря которому ребята получают

возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой (интеграция).

3. Работа по теме. Основное содержание представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов.

Заключительная часть:

4. Подведение итогов (обобщение)

5. Ритуал завершения занятий.

Календарно- тематическое планирование по курсу «Психологический практикум 5 класс

№	Тема	Кол-во часов	Дата	Методы Формы работы	Коррекционно - развивающая работа
<b>I четверть</b>					
	Психологическая диагностика. Обследование детей.			Первичная диагностика вновь прибывших в школу учащихся 5 кл. с целью получения объективных данных: - умственном (1 полуг.)	
	<b>Раздел Создание группы</b>				Развивать умение находить ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем.
1.	Знакомство. Упражнение «Представление имени»	1	1.09.	Тренинг	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками
2.	Принятие правил»	1	2.09.	Упражнение «Расшифруй словообщение»,упражнение. «Круг моего общения»	Принятие правил школы и класса, установления норм взаимоотношений со сверстниками в классе, преподавателями и другими сотрудниками школы
3.	Упражнение Твоя школа такая, какой ты ее видишь»	1	8.09.	Тренинг	Умение анализировать отношение к школе
4.	Дискуссия на тему «Твоя школа такая, какой ты ее видишь»	1	9.09.	Тестирование	Умение рассуждать и критически подходить к решению задачи, определять собственное

					отношение к жизни в школе
.	<b>Раздел «Здравствуй пятый класс»</b>				Способствовать формированию групповой сплоченности, помочь детям прояснить свои цели на время обучения в пятом классе.
5.	Упражнение «Найди того, кто...»	1	15.09.	Тренинг	Учить различать сходства и различия между людьми, о способах понимания, принятия других людей
6.	Игра «Узнай по описанию..»	1	16.09	Игра	Находить по словесной инструкции своих сверстников
7.	Упражнение «Прощание с начальной школой»	1	22.09.	Тренинг	Коррекция эмоционально- волевой сферы.
8.	Сюжетно- ролевая игра «Школа»	1	23.09.	обыгрывание	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
9.	Упражнение «Игра с мячом»	1	29.09.	Упражнение «Ветер дует на тех, кто...», упражнение «Жизнь в школе», «Гора знаний», «Комплимент», игра «Путешествие по газете»	Способы поведения в социальных ситуациях разного типа
10.	Дискуссия по теме	1	30.09.	Разыгрывание ситуаций	аргументированно оценивать поступки героев одноклассников, сверстников и других людей с учетом сформированных представлений об

					этических нормах и правилах;
	<b>Раздел «Находим друзей»</b>				Способствовать формированию навыков взаимодействия в группе, помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе, повысить самооценку детей.
11.	Познавательная беседа «Кого мы называем другом, товарищем, знакомым»	1	6.010.	Чтение познавательных произведений на тему «Находим друзей»	Правила общения между сверстниками
12	Упражнение «Настоящий друг»	1	7.010.	Упражнение «Ветер дует на тех, кто...», упражнение «Жизнь в школе», «Гора знаний», «Комплимент», игра «Путешествие по газете»	Выяснение отношений друг к другу
13.	Чтение произведения Л. Н. «Товарищ».	1	13.10	Беседа	Формирование этического отношения к окружающим
14.	Дискуссия по теме	1	14.10.	Упражнения	Формирование навыков взаимодействия, развитие способности понимать себя и другого.
15.	Упражнение «Найди меня»	1	20.10.	Тренинг	Различать качества сверстников по словесному описанию
16.	Тренинг «Мой портрет в лучах солнца»	1	21.10.	Игра «Вот я какой»	Принимать другого человека и находить в нем положительные качества

	<b>Раздел «Узнай свою школу»</b>				Помочь учащимся ознакомиться со школьными правилами и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.
17.	Упражнение «Портрет группы»	1	27.10	Игра «Эхо», Игра «Моё имя»,	Умение осуществлять перенос операций и приемов мышления из одной области в другую (в измененную ситуацию);
18	Упражнение «Узнай свою школу»	1	28.10	Тренинг	Умение регулировать свое поведение и поступки
<b>II четверть</b>					
19.	Беседа «Мой класс»	1	10.11.	Рисование	Формированию групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях, умению ориентироваться в пространстве школы.
20	Дискуссия на тему занятия	1	11.11	Рассуждение	Выделить оптимальные варианты поведения в разных ситуациях
	<b>Раздел «Что помогает мне учиться»</b>				Способствовать формированию учебных навыков, способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии
21.	Упражнение «Нарисуй свое настроение»	1	17.11.	Рисуночная арт- терапия	Дать представление о настроении человека и управлении им
22	Тренинг «Что поможет мне учиться»	1	18.11	Упражнения	Развитие эмоционально- волевой сферы
23	Упражнение «Правила поведения на уроке»	1	24.11	Тренинг	Формирование представлений о том как правила поведения влияют на учебу

24	Дискуссия на тему занятия	1	25.11.	Рассуждение	Рассуждение о правилах поведения на уроках
	Раздел «Легко ли быть учеником»				Помочь детям осознать какие качества необходимы хорошему ученику».
25	Притча о башмачнике	1	01.12.	Беседа	Дать представление о том какие качества нужны ученику
26.	Игра «Идеальный ученик»	1	02.12	Обыгрывание ситуаций	Умение анализировать отношение других людей к самому себе
27	Упражнение «Незнайка»	1	08.12.	Тренинг	Способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности
28	Дискуссия на тему занятия	1	09.12.	Анкетирование	Рассуждение кто такой «идеальный ученик»
	Раздел «Чего я боюсь»			Коррекция мотивационно-эмоциональной сферы	Научить детей распознавать свои школьные страхи, помочь им найти способы их преодоления. Снизить школьную тревожность
29	Упражнение «Чего я боюсь»	1	15.12.	Тренинг	Распознавание своих школьных страхов
30	Тренинг «Страшилка»	1	16.12.	Упражнения	Способствовать преодолению страхов на уроках
31.	Беседа «Гнев- это хорошо или плохо»	1	22.12	Актуализация опыта переживания конфликта, отработка практических навыков	Умение подавлять произвольные переключения внимания на посторонние объекты;
32	Упражнение «На ошибках учатся»	1	23.12.	Тренинг	Развивать умение спокойно реагировать на замечания

### III четверть

33	Упражнение на расслабление негативных эмоций	1	19.01	Релаксация	Учить преодолевать негативные эмоции
34	Упражнение «Рисуем слово»	1	20.01	Рисуночная арт- терапия	Помочь ослабить негативные эмоции и тревогу детей
35	Игра «Отказ»	1	26.01	Обыгрывание ситуаций	Снизить школьную тревожность
36	Дискуссия по теме	1	27.01	Рассуждения	Доказать, что ошибки неизбежны и научиться извлекать из них пользу
	Раздел «Трудно ли быть настоящим учителем»				Расширение и обогащение навыков общения с учителями. Формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки. Коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях
37	Беседа «Кто такой учитель»	1	2.02	Познавательная беседа	Формирование представлений о профессии учитель
38	Игра «Идеальный учитель»	1	3.02	Упражнения. «Нос, пол, потолок», упр. «Учебные предметы», упр. «Как зовут наших учителей», упр. «Настоящий учитель – это...», релакс. пауза	Расширить и обогатить навыки общения с учителями
39	Упражнение «Интервью с учителем»	1	9.02	Составление вопросов для интервью	Способствовать распознаванию личных качеств учителя и ученика

40	Релаксационный тренинг	1	10.02	Обучение приемам регулирования своего состояния	Дать возможность почувствовать себя в роли учителя. Научиться слушать
41	Упражнение «Мой любимый учитель»	1	16.02		Осознать критерии оценки
42	Дискуссия по теме	1	17.02	Рассуждение	Коррекция избегания неудач в школьных ситуациях
	Раздел «Конфликт или взаимодействие»				Развить навыки общения и разрешения конфликтов. Научить детей умению свободно и не боясь неодобрения, высказывать свои мысли
43	Беседа «Что значит быть вежливым»	1	24.02	Познавательная беседа	Выработать навыки правильного общения
44	Упражнение «Конфликт или взаимодействие»	1	2.03	Актуализация опыта переживания конфликта, отработка практических навыков.	Помочь научить грамотно и с пользой разрешать конфликтные ситуации
45	Просмотр мультфильма «Вовка-добрая душа»	1	3.03	Беседа по просмотру	Беседа по просмотру фильма. Выработать правильное отношение к окружающим.
46	Тренинг «Конфликт»	1	9.03	упражнение. «Способы разрешения конфликта», упр. «Рисование	Обыгрывание конфликтных ситуаций

				конфликта»	
47	Беседа «За что уважают человека»	1	10.03	Познавательная беседа	Формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам
48	Дискуссия на тему занятия	1	16.03	Обсуждение, игра «Свое пространство»	Доказывать и рассуждать о причине возникновения конфликтов закрепление представлений о различных способах разрешения конфликтов
	Раздел «Негативные переживания»				Повышение эмоциональной устойчивости детей, формирование навыков собственных негативных эмоций, формировать умения адекватно воспринимать обидные замечания
49	Беседа «Что такое обида»	1	17.03	Познавательная беседа	Дать представление о понятии «Обида»
<b>IV четверть</b>					
50	Упражнение «Как реагировать на обидное замечание»	1	30.03	Тренинг	Развивать умение адекватно воспринимать обиду
51	Тренинг «Рисуем обиду»	1	31.03	Рисуночная арт- терапия	Повышение эмоциональной устойчивости детей
52	Упражнение на релаксацию	1	6.04	Релаксация	Развитие у детей умений управлять своими чувствами
53	Тренинг «Давайте познакомимся с закрытыми глазами»	1	7.04	Упражнения	Формировать умения адекватно воспринимать обиду
54	Чтение «Волшебное слова по В. В. Осеевой	1	13.04	Обсуждение «Правила дружбы», упр. «Ищу	Провести этическую беседу о том как уважительное отношение влияет на поступки

				друга» (объявление).	людей.
55	Дискуссия по теме	1	14.04	Обсуждение	Помочь детям в осмыслении понятия «конфликт»
	Раздел «Ставим цели»				Помочь детям в осмыслении личных целей на период обучения в пятом классе
56	Упражнение «Определи насколько ты веришь в себя, в свои силы	1	20.04	Заполнение бланков «Мои цели»	Умение использовать свое воображение в направлении прогрессивного саморазвития, не заикливаясь на пассивной мечтательности.
57	Упражнение «Инь и Янь»	1	21.04	Тренинг	Осознать и принять свои достоинства и недостатки
58	Беседа «Мое настроение и учеба»	1	27.04	Познавательная беседа	Развитие эмоционально- волевой сферы
59	Упражнение ставим цели»	1	28.04	Тренинг	Способствовать осознанию результатов тренинга
60	Упражнение «Доброжелательное послание»	1	4.05	Практическое «Составление послания»	Учить самостоятельно ставить цель деятельности
61	Диспут по теме	1	5.05	Рассуждение	Повышение уверенности в себе и своих возможностях, формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам.
	Раздел «Запоминай и помни»				изучение образной, словесной, логической памяти. Примеры проявления памяти при запоминании, узнавании и воспроизведении различного по содержанию материала. Индивидуальные особенности памяти у учащихся.

62	Упражнение «Опиши ребят»»	1	11.05	Описание	Развитие зрительной памяти
63	Игра «Подумай отгадай, хором дружно отвечай»	1	12.05	Игра на развитие словесной памяти	Развитие словесной памяти
64-	Игра «Найди сходство и различие»	1	18.05	Рассматривание сюжетных картинок	Зрительная дифференциация
65	Тренинг «Снежный ком	1	19.05	Упражнения	Развитие памяти при запоминании
66	Упражнение «Угадай по рисунку»	1	25.05	Рисуночная арт- терапия	Развитие образной памяти
67	Обобщение Повторение изученных разделов. Тренинги, упражнения на закрепление, навыков конструктивного общения, саморегулирования, самопознания, самоопределения.	1	26.05	Тренинги, деловые игры, познавательные беседы, рисуночная арт- терапия	Закрепить навыки конструктивного общения, саморегулирования, самопознания, самоопределения
68	Психологическая диагностика.	1	26.05	диагностика учащихся 5 кл. с целью получения объективных данных: - умственном -(2-полугодие ) о психическом (2 полуг.) развитии.	

### **Описание материально – технического обеспечения образовательного процесса**

1. Бгажнокова И.М., Гамаюнова А.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушениями интеллекта. Дефектология № 1, 1998.
  2. Коблик Е. Г. Программа адаптации детей к средней школе «Первый раз в пятый класс»
  3. Бгажнокова И.М., Мусукаева Ф.В. Особенности понимания и использования норм поведения умственно отсталыми подростками. Дефектология № 5, 1998.
  4. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов. СПб., 2001.
  5. Гиппенрейтор Ю.Б. Общаться с ребенком, как? Москва, 1997.
  6. Гончарова Е.Л., Кукушкина О.И. Внутренний мир человека как предмет изучения в специальной школе. Дефектология № 3, 1998.
  7. Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии. СПб., 2000.
  8. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. Спб., 2000.
  9. Кэдьусон Х. и Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. СПб., 2000.
  10. Матвеева О.А. Развивающая и коррекционная работа с детьми. Педагогическое общество России. Москва, 2001.
  11. Пругченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. Москва, 2001.
  12. Сатран Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. Москва, 1999.
  13. Щипицина Л.М. Развитие навыков общения лиц с нарушениями интеллекта. СПб, 2000.
- Учебно-методический комплект:
- печатные пособия: , наборы предметных картинок, наборы сюжетных картинок по отдельным разделам, детские книги разного типа из круга детского чтения;
  - дидактический раздаточный материал: карточки с заданиями, наборы ролевых игр, для отдельных тем.
  - технические средства обучения: компьютер, телевизор; экранно-звуковые пособия (презентации, мультфильмы), интернет-ресурс.

## Приложение

### Конспект психологического тренинга для 5 класса на тему «ДРУЖБА»

**Цель:** формирование понятия «дружба», умение находить друзей, формировать представления о качествах необходимых в дружбе;

**Задачи:**

1. Развитие уверенности в себе; чувства собственного достоинства;
2. Формирование доброжелательных отношений в группе.

Участники: школьники 5-го класса.

Оборудование: мольберт, 14 фломастеров, 8 планшетов, листы бумаги формата А4, беруши, 2 шарфа.

**Ход занятия:**

Приветствие.

Здравствуйте! давайте поздороваемся друг с другом, но не обычным способом: каждый пальчик обеих рук и при этом очень весело и искренне улыбнемся друг другу.

Сегодня наша встреча будет посвящена теме дружбы между людьми, что такое дружба, что значит дружить, узнать, какими качествами должен обладать настоящий друг, кто может быть другом; конце мероприятия мы должны будем вывести законы дружбы.

Также на протяжении всего тренинга, мы с вами будем строить дом как символ дружбы нашего класса, а в конце подведем итог для чего это было нужно. Теперь, когда мы с вами поставили перед собой цели и задачи, можем начинать.

Давайте вспомним правила поведения на тренинге (на мольберте написаны правила).

### Упражнение «Встреча взглядами»

**Цель:** «разогрев» участников.

Давайте сейчас встанем в круг, опустив головы вниз. По моей команде все одновременно поднимают головы.

**Задача:** встретиться с кем-то взглядом. Та пара игроков, которой это удалось, покидает круг.

Обсуждение.

### Упражнение «Карандаши»

Прошу выйти всех ко мне и встать по парам.

Описание упражнения. Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, закрытых колпачками, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70-90 см и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад.

После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50-60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.
2. Вытянуть руки вперед, отвести назад.
3. Сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед (сужение и расширение круга).
5. Присесть, встать.

Психологический смысл упражнения. При выполнении упражнения от участников требуется четкая координация совместных действий на основе невербального восприятия друг друга. Если каждый участник будет думать только о своих действиях, то упражнение практически невыполнимо. Необходимо строить свои действия с учетом движений партнеров.

Обсуждение. Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы карандаши в кругу не падали? А на что ориентироваться при выполнении этих действий? Как установить с окружающими необходимое для этого взаимопонимание, научиться «чувствовать» другого человека?

От этого обсуждения делается переход к теме психологического тренинга, на который пришли участники.

Говорят, что дружба – это любовь без крыльев, что как бы ни была редка истинная любовь, истинная дружба встречается еще реже. А что для вас значит это слово? Какое значение вы придаете дружбе? Да, ребята, дружба – это дар, данный человеку. Поэтому каждый из нас не только должен ценить истинных друзей, но и сам должен быть хорошим другом.

Расшифруем слово дружба.

Д – доверие, доброта, доброжелательность

Р - радость

У – уважение, ум, уверенность

Ж – жизнь, желание

Б – борьба, благодушие

А – активность, аккуратность

### Тест “Хороший ли ты друг”

1. Вы собрались в кино, но вдруг выясняется, что у твоей подруги (друга) нет денег на билет. Как ты поступишь?

А) Пойдешь в кино одна (один).

Б) Одолжишь подруге (другу) денег.

В) Найдешь богатенького приятеля, который мог бы сводить вас в кино.

2. Ты хочешь пригласить подругу (друга) вместе провести вечер, но она (он) уже обещал (а) своей маме сделать уборку. Как ты поступишь?

А) Проведешь вечер одна (один).

Б) Поможешь ей (ему). Чем быстрее вы закончите работу, тем больше времени останется на веселье.

В) Позвонишь другой (-ому) подружке (другу).

3. Ты идешь по улице и вдруг видишь, что шайка хулиганов пристает к твоей подруге (другу). Как ты поступишь?

А) Сделаешь вид, что ты их не замечаешь, и поспешишь скрыться.

Б) Бросишься на помощь подруге (другу).

В) Расскажешь об этом ее (его) отцу...когда увидишь его.

4. Вы с классом поехали на экскурсию. Вдруг одна из твоих подруг (один из твоих друзей) обнаруживает, что не взял (а) с собой еды. Как ты поступишь?

А) Скажешь ей (ему), чтобы в следующий раз он(а) лучше собиралась в поездку.

Б) Поделишься с ней (с ним) своим обедом.

В) Скажешь об этом учителю, чтобы он что-нибудь придумал.

Подведем итог.

Больше ответов А: Возможно, настало время сесть и подумать, почему никто не помогает тебе в трудных ситуациях. Настоящая дружба предполагает взаимную помощь и поддержку. Покажи своим друзьям, что ты в любую секунду готов(а) прийти им на помощь.

Больше ответов Б: Ты замечательный друг! На тебя можно положиться в трудную минуту. Таких как ты интересные события и приключения с друзьями ждут на каждом шагу. Самое главное – твои друзья знают, что всегда могут положиться на тебя!

Больше ответов В: Ты беспокоишься о своих друзьях, особенно когда они оказываются в сложной ситуации, но дружба – это не только приятное времяпрепровождение. Твои друзья должны быть уверены, что всегда могут рассчитывать на твою помощь. У тебя большие задатки. Чтобы стать настоящим другом, подумай о том, как их реализовать.

– Я надеюсь, что этот тест заставит каждого из вас задуматься о том, что быть другом – это сложный и кропотливый труд, это работа, прежде всего, над собой. Давайте подумаем, существует ли некий кодекс дружбы?

Если хочешь быть хорошим и верным другом:

Делись своими успехами, неудачами и новостями.

Умей слушать.

Оказывай другу эмоциональную помощь и поддержку.

Доверяй другу и будь уверенным в нем.

Сохраняй тайны своего друга.

Не критикуй друга публично.

Не будь назойливым и не поучай.

Не обсуждай друга в его отсутствие.

Не ревнуй друга к другим его друзьям.

Уважай внутренний мир и чувства своего друга.

Возвращай долги.

Радуйся успехам своего друга.

Каждый человек стремится к общению с другими людьми. Это нормальное и естественное чувство. Но, к сожалению, в жизни мы встречаем как общительных, так и малообщительных людей. С детства мы усваиваем набор житейских правил, соблюдение которых обеспечит в будущем “роскошь общения”. А существуют ли секреты общительности? Можно ли этому научиться? Прежде всего, необходимо осознать свои особенности и возможности. Это по силам каждому. Понаблюдайте за собой. Не исключены некоторые открытия, но ведь трезвый взгляд полезнее “розовых очков”.

Домашнее задание. Составить объявление «Ищу друга»

Игра «Пойми меня»

Для участия в конкурсе приглашаются по 3 участника из каждой команды. Причём каждый из них выполняет определённую роль: один из участников ничего не видит, т.е. он слепой, второй – ничего не слышит, т.е. он глухой, а третий не может говорить, он немой. Задача команды заключается в том, чтобы договориться о встрече: где (место

встречи), когда (день и время), для чего (например, пойти в кино, на день рождения, погулять, покататься на лыжах или коньках и т.д.) На выполнение задания даётся 3 минуты.

Осуждение.

### Упражнение «Ромашка»

У меня есть необычный цветок, на каждом лепестке есть вопрос. Давайте по очереди, будем отрывать по лепестку и отвечать на вопросы. Пока вы будете отвечать на вопросы, я буду строить дом из кубиков.

1. Что такое дружба?

Дружба – близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.

2. А кто такой друг?

Друг – это человек, который связан с кем-то дружбой.

3. Слово ДРУГ иногда заменяют близкими по значению словами-синонимами - назови такие слова? (приятель, товарищ)

4. Какую пословицу о дружбе вы знаете? Друг познаётся в беде.

5. Кого можно назвать другом? Маму, книгу и т.д.

6. А кто такой настоящий друг?

Настоящий друг – это человек, которому можно доверить все свои проблемы. Настоящий друг становится тебе близким родственником. У меня есть подруги. Мы часто говорим, что вместе мы – сила!

7. Как вы понимаете дружный класс?

Например, у нас дружный класс. Потому что мы помогаем, поддерживаем, не обижаем друг друга. Не ссоримся и защищаем друг друга.

8. Без чего не может существовать дружба? Без уважения.

Уважение – это почтительное отношение, вежливое обращение к человеку. Умение признавать достоинства другого человека.

Вот и у каждого есть теперь часть цветка – лепесток, а вместе они часть целого, как и мы с вами.

Теперь нам с вами нужно вывести Законы дружбы.

Мы с вами строили дом, я попрошу, чтобы один из вас вышел и вытащил кубик.

Почему же дом рухнул. Так и наша дружба: очень хрупкая и легко может сломаться. Выстраивать отношения очень долго, а разрушить можно за одно мгновение. Поэтому берегите дружбу и своих друзей.

#### Упражнение «По парам»

Сейчас вы будете свободно перемещаться по комнате, когда я скажу «стоп», вы должны как можно быстрее найти себе пару (разбиться в группы по три человека). Кто не попал в группу – выбывает из игры. Посмотрим, кто из нас наиболее быстрые и собранные.

Обсуждение.

Рисунок или коллаж «Дружбы»

Я давала вам домашнее задание, нарисовать рисунок или коллаж дружбы.

Осуждение.

Упражнение «Пять добрых слов»

Каждый участник команды на листе картона обводит ладошку и в центре пишет своё имя. Затем передает рисунок соседу справа, а сам получает рисунок от соседа слева. В одном из “пальчиков” полученного чуждого рисунка каждый пишет какое-нибудь привлекательное качество, которое хотелось бы пожелать его обладателю (например, “ты - добрый”, “ты - веселый”, “ты - остроумный” и т.д.). Рисунки ходят по кругу. Таким образом, все “пальчики” оказываются заполненными. Если пальчиков не хватает, можно писать и на самой ладошке вокруг имени участника. В конце упражнения ладошки возвращаются к своим хозяевам, и вы можете прочесть то, что вам пожелали ваши товарищи и оставить ладошку себе на память (наши ладошки превратились в лучики весёлого солнышка)

Обсуждение.

Притча о дружбе.

Жил на берегу моря старец. Был он совершенно один, и никого у него не было на всём белом свете. И вот однажды поздним вечером он услышал стук в дверь. Старик спросил: Кто там? За дверью ему ответили: Это твоё богатство. Но старец ответил: Когда-то я был сказочно богат, но это не принесло мне никакого счастья. И не открыл дверь. На следующий день он вновь услышал стук в дверь. Кто там? спросил он. Это твоя любовь! услышал он ответ. Но старец сказал: Я был любим, и сам любил безумно, но это мне не принесло счастья! и опять не открыл дверь. На третий день к нему снова постучали. Кто там? спросил старик. Это твоя дружба! услышал он в ответ. Старец улыбнулся и открыл дверь: Дружбам я всегда рад. Но вдруг... вместе с дружбой к нему в жилище вошли и любовь, и богатство. И старец сказал: Но ведь я пригласил только дружбу! На это вошедшие ответили ему: Ты столько лет прожил на земле, и до сих пор не понял одну простую истину? Только вместе с дружбой приходят и любовь, и богатство.

Подведение итогов тренинга.

Сегодня мы постарались выяснить, что же такое дружба, какие качества наиболее ценны, и какие из них необходимо развивать в себе, чтобы быть достойным дружбы. Также вывели законы дружбы, я думаю, вы их запомните, и будете соблюдать и у вас появятся много настоящих друзей!

Кодекс дружбы.

Давайте подведем итоги нашего тренинга:

1.сегодня я узнал...Что нового о дружбе вы узнали

2.Для себя вы что-то новое взяли с урока.

3.Что значит жить дружно?

4.Каких друзей вам хотелось бы иметь?

было интересно... было трудно...или легко

5. Вы уходите с хорошим настроением?

А напоследок я расскажу вам еще одну притчу:

Жил-был юноша с плохим характером. Отец дал ему полный мешок гвоздей и сказал: “Забивай один гвоздь в ворота сада каждый раз, когда потеряешь терпение или поругаешься с кем-либо”. В первый день он забил 37 гвоздей в ворота сада. В последующие недели научился контролировать количество забитых гвоздей, уменьшая его изо дня в день. Понял, что проще контролировать себя, чем забивать гвозди. Наконец, наступил тот день, когда юноша не забил ни одного гвоздя в ворота сада. Тогда он пришел к отцу и сказал ему эту новость. Тогда отец сказал юноше: “Вынимай один гвоздь из ворот каждый раз, когда не потеряешь терпения”. Наконец, наступил тот день, когда юноша смог сказать отцу, что вытащил все гвозди. Отец подвел сына к садовым воротам: “Сын, ты прекрасно себя вел, но посмотри, сколько

дырок осталось на воротах!” Никогда они уже не будут такими как раньше. Когда ты с кем-то ругаешься и говоришь ему неприятные вещи, ты оставляешь ему раны как те, что на воротах. Можешь вонзить в человека нож и потом вытащить его, но всегда останется рана. И будет не важно, сколько раз ты попросишь прощения. Рана останется. Рана, принесенная словами, причиняет ту же боль, что и физическая. Друзья – это редкое богатство! Они заставляют тебя улыбнуться и подбадривают. Они готовы всегда выслушать тебя. Они поддерживают и открывают тебе свое сердце. Покажи своим друзьям, как они тебе дороги.

### Занятие 1

Введение в психологию.

**Цель:** Введение в курс занятий по психологии. Преодоление внутренних барьеров при общении. Снятие внутренних барьеров.

#### **План:**

Образ «Я»

Чувство дискомфорта.

Упр. Автобус

Рефлексия.

Игра «Знакомство»

Рефлексия.

Правила группы

Упражнение «Улыбка».

## 1. Образ «Я».

В каждом человеке, в том числе, и в нас с вами, внутри живет необыкновенное существо. Это такой маленький живой комочек, который реагирует на все жизненные ситуации. Закройте глаза и представьте себе его. Какой он? Он может менять свой цвет и формы в зависимости от того, как он себя чувствует в жизни. Он может быть мягким и пушистым, когда ему хорошо и приятно. Он может стать черным, холодным и твердым как камень, когда его никто не понимает, а только все ругают. Он может становиться большим и ярким, когда ему весело. Он может вдруг стать колючим и металлическим, когда его обижают и ему больно. Этот маленький живой комочек - наше «Я». Он живет в нас всегда: когда мы спим, и когда бодрствуем, когда решаем какие-то проблемы и когда просто счастливы. (открываем глаза) Поделитесь, какое ваше «Я» сегодня?

А сейчас представьте себе ваше «Я»,

когда вы злитесь,...

Когда вы счастливы, что кому-то помогли, поддержали?....

Когда вас обижают?...

Когда вам весело, и вы смеетесь?...

Наше «Я» - это наш внутренний мир, наша душа. На уроках психологии вы узнаете много интересного о своем «Я», которое нам ответит на разные вопросы: каким оно бывает, что чувствует, какое оно.

Сегодня наше «Я» ответит на первый вопрос: что такое чувство дискомфорта и как ему с этим чувством живется.

## 2. Чувство дискомфорта.

Каждый человек хотя бы раз в своей жизни, в том числе и мы с вами, чувствовал себя, как бы, «не в своей тарелке», не знал, как себя вести в малознакомом месте, с незнакомыми людьми, чувствовал себя тревожно и неуверенно. Это состояние называется состоянием душевного дискомфорта. Иногда оно бывает непродолжительным, а иногда длится достаточно долгое время.

Например, вы можете испытать такое состояние, будучи в малознакомом коллективе, где создается особая атмосфера,стораживающая, где каждый сам себя спрашивает, что это за человек, что из себя представляет, зачем пришел?

Приведите примеры, где еще можно испытать такое состояние дискомфорта?...(дети приводят примеры). Это может быть магазин, автобус, библиотека, даже если вы приходите в собственный класс, или на дискотеку, вы будете какое - то время чувствовать себя неуверенно.

Упр. Автобус

Очень хорошо можно почувствовать дискомфорт в переполненном автобусе. Автобус едет, качается, подпрыгивает на кочках. Мест нет, и вам приходится стоять в тесной обстановке. А тут кто-то еще толкается или наступает вам на ногу, а может быть, ругается. Мало приятно оказаться в таком автобусе. Но, чтобы понять, что такое чувство дискомфорта, попробуем это испытать на себе. Встанем в тесную группу, близко друг к другу, мы, конечно немного шатаемся, так как автобус едет. В автобусе тесно, но есть место на заднем сиденье. Входящему

пассажиру необходимо протолкнуться через массу народа и занять это место. Пассажиром должен стать каждый из вас.

Рефлексия.

Что вы чувствовали, когда пытались пройти на свободное место? Как вам было?

Каждый когда-либо ссорился с друзьями, одноклассниками и не знал, как справиться со своими отрицательными эмоциями в различных жизненных ситуациях.

У вас есть свой коллектив - ваш класс – это еще один родной для вас дом, в котором вы находитесь большую часть своей жизни, и в нем не должно быть обид, раздражения, ссор. Это то место, в котором вы всегда должны чувствовать себя комфортно и уютно, уметь общаться друг с другом, уметь понимать чувства другого, уметь поддержать человека в трудную минуту,

когда ему плохо, уметь сдерживать свои негативные чувства – злости, раздражения, высмеивания, готовые вырваться наружу. Этому мы с вами будем учиться на наших занятиях.

Вы научитесь разбираться в себе и анализировать свои внутренние проблемы, также, вы будете знать, как вести себя в обществе, друг с другом, узнаете, как достичь взаимопонимания, как научиться сдерживать и выплескивать свои эмоции, как сохранить и восстановить свое душевное равновесие.

### Игра «Знакомство»

А для начала я предлагаю вам включиться в игру «Знакомство».

Разделитесь по парам и образовать внутренний и внешний круг. Внутренний круг будет оставаться на месте, внешний по сигналу будет продвигаться на один шаг вправо. Вы стоите лицом друг к другу для того, чтобы пообщаться.

Конечно, мы знаем друг друга по именам, но всегда ли мы знаем, чем больше всего любят заниматься ребята, что нравится вашим друзьям, одноклассникам, с которыми вы проводите большую часть своего времени. Попробуйте по очереди задавать свои вопросы друг другу и постарайтесь узнать друг о друге побольше.

Рефлексия.

Что вы чувствовали вначале вашей встречи? Трудно ли было общаться? Узнали ли об одноклассниках что-то новое?

Правила группы

После того, как мы узнали друг о друге чуточку больше, чем всегда, я предлагаю вам выслушать и принять некоторые правила наших дальнейших встреч. Они нужны нам для того, чтобы в группе создалась обстановка откровенности и доверия.

Итак, правило первое

«Правило доверия» - для того, чтобы мы с вами работали с отдачей в группе, мы должны доверять друг другу.

Правило второе

«Искренность и откровенность» - во время работы в группе мы говорим только то, что чувствуем и думаем и только правду. Если нет желания говорить искренне, мы показываем это знаком – большой палец смотрит вниз. Естественно, никто не обижается на участников. Мы испытываем только чувства признательности и благодарности за искренность и откровенность.

Правило третье

«Никакой критики!» - Во время занятий никакой критики! Каждый должен подчеркивать только положительные качества. Каждому члену группы как минимум одно хорошее и доброе слово!

Правило четвертое

«Общаемся со всеми!» - У каждого из нас есть определенные симпатии и антипатии. Кто – то нравится больше, кто – то меньше. Во время занятий мы стараемся общаться со всеми без исключения.

Правило пятое

«Активное участие!» - Мы активно участвуем во всех занятиях! И не говорим: «Я не хочу» или: «Я не буду».

Сегодня я хочу познакомить вас с упражнением, которое очень хорошо помогает снять чувство зажатости, неуверенности в себе.

Упражнение «Улыбка».

Ваша задача, зайти в класс с улыбкой и поприветствовать одноклассников разными способами.

Рефлексия: Трудно ли было проделать такое упражнение?

Как изменилось ваше самочувствие, после улыбки и приветствия?

Что вы почувствовали, когда вам улыбнулись в ответ ваши товарищи?

Ритуал прощания: передается мягкая игрушка соседу со словами «Я желаю тебе...»

Занятие второе «Кто Я?»

**Цель:** Познание себя. Снижение эмоционального напряжения.

План: «Кто Я?»

Упражнение «Здравствуй!»

Упр. «Моя вселенная»

Упражнение «Ласковое имя»

Упражнение «Приятно сказать»

Упр. Дикая обезьяна.

Сегодняшнее занятие мы посвятим обсуждению нашего «Я». А для начала давайте поприветствуем друг друга интересным способом.

Упражнение «Здравствуй!»

Вы должны хаотично двигаться по классу и здороваться со всеми, кто попадается вам на пути по сигналу:

1 хлопок – глазами;

2 хлопка – плечами;

3 хлопка – за руку.

Рассаживаемся (все садятся в круг) поудобнее и продолжим ритуал приветствия в тесном кругу. Передавая игрушку, мы должны будем продолжить фразу «Я очень рад тебя видеть...» и, передавая игрушку назад, мы продолжаем фразу «Я тоже очень рад тебя видеть, потому что...»

Наше «Я» - какое оно бывает?... Наше «Я» - одно из самых больших загадок. Иногда это «Я» обладает здравым смыслом, иногда в нем звучит голос обиды и злости, иногда – доброты и участия, иногда – фантазии.

Сегодня наше «Я» будет отвечать на вопрос «Кто я такой?» и «Кому я нужен?»

Упр. «Моя вселенная»

В середине листа начертите круг-планету, в котором напишите свое «Я» и от него лучи к другим кругам по диаметру первого круга. Попробуйте в центральном круге написать, кто вы на самом деле. Во втором диаметре кругов ответьте на вопрос «Какой Я?». В третьем – напишите кто ваши друзья.

Упражнение «Ласковое имя» Произнесите то ласковое имя, которым вы хотите, чтобы вас называли в группе.

Давайте назовем новое имя каждого одноклассника и запомним, чтобы обращаться к однокласснику по этому имени

Нравится ли вам, когда вас так называют? (дети отвечают).

Упр. Кому я нужен?

Представьте себя на 1 мин, 5 мин., 1 час невидимкой, кто вас будет искать, Объясните, почему.

"Дикая обезьяна" Эта игра еще известна под названием "Бухарский осел" Один желающий выводится из зала или просто подальше от места расположения общего круга, чтобы он не видел и не слышал оставшихся Ведущий говорит:

"Значит так. Сейчас мы его (ее) разыграем. Он вернется, а мы скажем, что здесь симпозиум самых диких обезьян и ему нужно определить, кто же самая дикая. Для этого, - скажем мы, - ты должен спросить. "Кто здесь самая дикая обезьяна?" Все закричат? "Я! Я!" С двух попыток ты должен угадать, кто же эта обезьяна. А самая дикая - эта та, кто громче всех кричит и сильнее бьет себя кулаком в грудь. Итак, две попытки. Вот. Он будет спрашивать, а мы кричать. После двух попыток он на кого-нибудь укажет. Мы все как бы удивимся и скажем, что он угадал.

#### Упражнение «Приятно сказать»

Давайте встанем поближе друг к другу, образуем тесный круг и протянем руки к его середине. Возьмемся за руки, но сделаем это так, чтобы у вас в руке оказалась рука человека напротив. Соприкоснувшись руками, улыбнитесь друг другу и скажите ласковое слово.

Ритуал прощания: передается мягкая игрушка соседу со словами «Я желаю тебе...»