

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кичменгско-
Городецкая специальная (коррекционная) школа-интернат»**

Рассмотрено на методическом
объединении
Протокол №2 от 12.09.2023 г.

Принято на педагогическом
совете
Протокол №5 от 14.09.2023г.



Утверждаю: Бубнова
Директор школы – Т.Н.Бубнова
Приказ №102 от 14.09.2023 г.

**Рабочая программа
групповых коррекционно-развивающих занятий
педагога-психолога
«Я пятиклассник»
для обучающихся 5 класса**

Составитель программы:
Еремеева Людмила Ивановна,
педагог-психолог

с. Кичменгский Городок
2023 год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ МО РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Кичменгско-Городецкая СКШИ» (приказ №67 от 18.08.2023 г.);
- Положения о разработке и утверждении рабочей программы по учебному предмету, коррекционному курсу педагога, реализующего ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Кичменгско-Городецкая СКШИ» (приказ №59 от 15.06.2023г.)
- Устава МБОУ «Кичменгско-Городецкая СКШИ».

Для обучающихся с нарушениями интеллектуального развития характерны: низкий уровень интеллектуальной активности (умственные операции недостаточно сформированы: в частности, дети с трудом обобщают и абстрагируют признаки предметов); некоторое недоразвитие сложных форм поведения (плохо развита произвольная регуляция поведения, вследствие чего детям трудно подчиняться требованиям учителя); речевая активность очень низкая, скуден запас знаний об окружающей действительности, спонтанная речь отличается бедностью словаря, отмечаются трудности понимания логико-грамматических конструкций; интерес к учебной деятельности не выражен, познавательная активность очень слабая и нестойкая; запоминание механическое. Эти учащиеся характеризуются эмоциональной неустойчивостью, наличием импульсивных реакций, неадекватной самооценкой. Социализация детей с умственной отсталостью чрезвычайно затруднена в связи с отсутствием у них навыков межличностного общения в среде нормальных людей, несформированностью потребности в таком общении, негативным восприятием других людей, гипертрофированным эгоцентризмом, склонностью к социальному иждивенчеству. Эти дети не имеют широких контактов со сверстниками. Чаще всего они окружены людьми со сходными социально-психологическими и коммуникативными проблемами. Их навыки общения, социальные навыки весьма ограничены. Данная программа ориентирована на личностное развитие и развитие коммуникативных навыков, а также коррекции эмоционально – волевой сферы.

Начало обучения в пятом классе для таких детей - особый этап в школьной жизни. Перед каждым из учеников стоит задача адаптации к непривычным условиям обучения: к множеству учебных предметов, к новым учителям, к появлению кабинетной системы, к новым

требованиям. В это время у большинства пятиклассников повышается тревожность, снижается успеваемость появляются проблемы в поведении. Кроме того, приближается «трудный возраст», когда дети превращаются в подростков. Ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остается учеба. Это еще одна причина внутреннего конфликта, переживаемого учащимися пятого класса.

Предлагаемая программа призвана оказать пятиклассникам помощь в период адаптации: снизить тревожность, научить пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим, видеть свои сильные и слабые стороны, принимать себя и совершенствоваться.

Цель коррекционной работы: коррекция познавательной, эмоционально-волевой сферы младших подростков с умственной отсталостью, повышение самостоятельности и расширение возможности их общения в современном обществе, через преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Новизна программы

Данная программа содержит практические методы психолого – педагогического воздействия по созданию условий для личностного развития детей с умственной отсталостью. Новизна программы в том, что ее результатом является - успешная социальная адаптация в дальнейшем.

Задачи коррекционной работы:

- развитие внимания, памяти, мышления, пространственных представлений;
- сплочение группы, освоение навыков работы в коллективе;
- создание благоприятного психологического климата;
- оснащение коммуникативными навыками и обучение способам выражения эмоций (тревога, агрессия, положительные эмоции и др.);
- формирование образа «Я», навыков самопознания;
- формирование положительных межличностных взаимоотношений между детьми, на основе, которых каждый ребенок смог быть успешно, социализироваться;
- мотивация подростков на обращение к своему внутреннему миру, на анализ собственных поступков;
- развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

2. Общая характеристика коррекционного курса

Пути реализации программы:

1. Сбор и анализ информации (информационно-аналитическая деятельность). Результатом данного этапа является оценка контингента обучающихся для учёта особенностей развития детей, определения специфики.

2. Планирование, организация, координация (организационно-исполнительская деятельность). Результатом работы является особым образом организованный процесс, имеющий коррекционно-развивающую направленность и процесс специального сопровождения детей с умственной отсталостью при специально созданных условиях обучения, воспитания, развития, социализации рассматриваемой категории детей.

3. Диагностика коррекционно-развивающей образовательной среды (контрольно-диагностическая деятельность). Результатом является констатация соответствия созданных условий и выбранных коррекционно-развивающих программ особым потребностям ребёнка.

4. Регуляция и корректировка (регулятивно -корректировочная деятельность). Результатом является внесение необходимых условий и форм обучения, методов и приёмов работы.

Методы и формы реализации программы

Для реализации поставленных целей выбрана групповая форма работы. В ходе занятий использовались следующие методические средства:

1. Арт – методы, т.к. изобразительная деятельность выступает инструментом коммуникации, позволяя ребёнку восполнить дефицит общения и построить более гармоничные взаимоотношения с миром. Во многих случаях работа с изобразительными материалами позволяет получить седативный эффект и снимает эмоциональное напряжение.
2. Игротерапия - позволяет моделировать систему социальных отношений в наглядно – действенной форме в особых игровых условиях, возрастает мера социальной компетентности, развивается способность к разрешению проблемных ситуаций; формируются равноправные партнерские взаимоотношения ребенка со сверстниками, что обеспечивает возможность позитивного личностного развития. Игротерапия позволяет организовать поэтапную отработку в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, происходит постепенное формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли, и правил, регулирующих поведение в игровой команде. Создание ситуации успеха помогает более эффективному усвоению получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у наших детей является развитие речи. Детям трудно выражать свои мысли и чувства, обращаться к другим, получать обратную связь, поэтому в программу включены постановка известных сказок и придумывание своих с последующим их проигрыванием.
3. Психогимнастика - в основе лежит использование двигательной экспрессии. Основная цель – преодоление барьеров в общении, создание доброжелательной атмосферы, развитии лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

3. Место коррекционного курса в учебном плане

Содержание программы предполагается реализовывать в объеме 34 занятий за 1 год обучения (1 час в неделю). Каждая встреча рассчитана на 20-30 минут.

4. Результаты освоения коррекционного курса

- Положительная динамика адаптации к новой ситуации обучения
- Повышение продуктивности внимания;

- Развитие памяти;
- Развитие навыков совместной деятельности;
- Гармонизация эмоционального состояния ребенка;
- Развитие адекватной самооценки;
- Развитие коммуникативных умений и навыков;
- Развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий;
- Гармонизация психоэмоционального состояния;
- Овладение методам саморегуляции;
- Социализация и адаптация в современном обществе.

Обучающиеся должны уметь:

- признавать собственные ошибки;
- сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру;
- выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- анализировать процесс и результаты познавательной деятельности;
- контролировать себя, находить ошибки в работе и самостоятельно их исправлять;
- работать самостоятельно в парах, в группах;
- адекватно воспринимать окружающую действительность и самого себя;
- знать об опасности курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- уметь отстаивать свое мнение;
- уметь идентифицировать свое эмоциональное состояние.

5. Содержание программы.

Структура занятий включает в себя введение в занятие, основную часть, обсуждение занятия и релаксационные упражнения. Каждое занятие традиционно начинается с процедуры приветствия. Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона. Используются дыхательные упражнения, разминка, упражнения на активизацию умственной деятельности. Далее происходит обсуждение результатов домашнего задания и припоминание содержания прошлого занятия, а также оценка в баллах своего настроения.

Завершает вступительный этап подвижная коммуникативная игра, которая проводится с целью повышения энергетического ресурса группы, формирование эмоционально положительного настроения на продолжение занятия, а также способствует развитию коллективных форм

взаимодействия, проявляющихся в доброжелательном отношении к одноклассникам, умении подчинять свои действия внешним требованиям.

Основной этап занятия носит коррекционно-развивающий характер и нацелен на формирование и развитие основных функций, необходимых при усвоении учебного материала: развитии концентрации, устойчивости и распределения внимания, тренировки памяти, развитии пространственных представлений, речи и мышления. Используется совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия.

Задания и упражнения на развитие речевой и мыслительной деятельности объединены не случайно. Логическое мышление речевое, в нем слово является и основой, и средством, и результатом этого процесса. Развитие логического мышления во многом зависит от уровня развития речи детей, а формирование мыслительных операций (анализа, синтеза, сравнения, обобщения) определяется степенью участия речи в процессе мыслительной деятельности. Задания и упражнения данного блока проводятся в устной форме, но требуют большого количества стимульного материала (карточки с картинками, словами, репродукции и т.д.) и очень часто сопровождаются процессом рисования.

Завершает основной этап процедура домашнего задания.

Чаще всего - это небольшие творческие работы. Домашнее задание помогает не только закреплению полученных знаний, но и дает возможность ребенку заявить о себе.

Заключительный этап включает в себя подведение итогов, обсуждение результатов работы и тех трудностей, которые возникли у детей при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопросы, чем они занимались и чему научились на данном занятии.

Завершает занятие игра, как правило, малоподвижная. Ее целью является развитие рефлексии, проявляющейся в осмыслении собственных действий и состояний, самопознании внутреннего мира, а также в формировании позитивного образа «Я». Каждый участник группы перед прощанием должен получить «поглаживание» либо со стороны одноклассников и психолога, либо самостоятельно заявив о своих достоинствах и успехах. Основная ее задача - получение детьми позитивного опыта общения, создание положительного самовосприятия, независимо от реальных успехов ребенка в учебной деятельности и повышение настроения в конце занятия.

Упражнения для разминки и релаксации могут варьироваться в зависимости от психоэмоционального состояния обучающихся и группы в целом.

В программу включены многофункциональные упражнения, которые могут оказывать различное воздействие:

- беседы, опросы, наблюдения;
- словесные игры;
- игровой тренинг (психогимнастика, предметные игры);
- система упражнений по развитию познавательных процессов;
- элементы арттерапии, сказкотерапии.

Тематика развивающих занятий для детей с умственной отсталостью степени включает **4 основных блока:**

1. Развитие и коррекция познавательной сферы:

- развитие внимания, памяти, мышления;
- приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков;
- формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения;
- становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения;
- расширение словарного запаса.

2. Самопознание. Что я знаю о себе:

- формирование способности к самопознанию; зачем нужно знать себя, свое тело, свой внутренний мир;
- умение определять личностные качества свои и других людей;
- формирование адекватной самооценки;
- достоинства и недостатки;
- навыки осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями;

3. Развитие коммуникативных навыков. Я и другие:

- становление умения владеть средствами общения;
- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование коллективного обсуждения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;
- способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я».

4. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы:

- чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние;
- формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния;
- понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости;
- отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых;

- понятие группового давления и принятие собственного решения;
- формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения;
- поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению;
- понятие насилия и права защищать свои границы;
- формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя;
- понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций;
- коррекция агрессивности обучающихся.

Учебный план

№	Наименование разделов программы	Количество часов
1	Обследование детей	1
2	Развитие и коррекция познавательной сферы	10
3	Самопознание. Что я знаю о себе	7
4	Развитие коммуникативных навыков. Я и другие	8
5	Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы	8
	Итого часов:	34

Содержание программы

1. **Обследование детей (1 час).**
2. **Развитие и коррекция познавательной сферы (10 часов).**

Увеличение объема внимания и наблюдательности. Увеличение уровня распределения внимания. Усиление концентрации и устойчивости внимания. Тренировка переключения внимания. Развитие слуховой памяти. Зрительная память. Ассоциативная память. Развитие мыслительных навыков: классификация, обобщение, причинно-следственные отношения.

3. Самопознание (7 часов).

Зачем нужно знать себя? Я глазами других. Самооценка. Ярмарка достоинств. Уверенное и неуверенное поведение.

4. Развитие и совершенствование коммуникативных навыков (8 часов)

Общение в жизни человека. Барьеры общения. Учимся слушать друг друга. Пойми меня. Критика. Compliments или лесть. Вежливость. Зачем нужен этикет. Умение вести беседу.

5. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы (8 часов).

Чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния. Понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости. отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых. Понятие группового давления и принятие собственного решения. формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения. Понятие насилия и права защищать свои границы. Понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций. Коррекция агрессивности обучающихся.

6. Тематический план.

№	Содержание	Кол-во зан.
1.	Занятие 1.«Знакомство.	1
2.	Занятие 2. «Школьный путь».	1
3.	Занятие 3.«Познай себя».	1
4.	Занятие 4.«Я такой».	1
5.	Занятие 5.«Самоуважение».	1
6.	Занятие 6.«Мои достижения».	1
7.	Занятие 7.«Чувства».	1
8-9	Занятия 8-9. «Мир чувств».	2
10	Занятие 10. «Разыщи радость».	1
11-12	Занятие 11-12. «Что такое «тревога» и как с ней справиться?»	2
13-14	Занятие 13-14.«Школьные страхи».	2
15-16	Занятие 15-16. «Волшебный магазинчик страхов».	2

17	Занятие 17.«Злость, гнев».	1
18	Занятие 18.«Способы управления гневом».	1
19-20	Занятие 19-20.«Конфликт». 2	2
21-22	Занятие 21-22 «Способы выхода из конфликтной ситуации».	2
23	Занятие 23.«Внимание к партнеру».	1
24	Занятие 24.«В глаза в глаза».	1
25	Занятие 25.«Дом нашего класса».	1
26	Занятие 26.«Восприятие мира (наши органы чувств). Что такое эмоции	
27	Занятие 27.«Чувства и поступки Стресс	
28	Занятие 28 .«Почему некоторые привычки бывают вредными	
29	Занятие 29.«Умей выбирать	
30	Занятие 30.«Я отвечаю за свое решение	
31	Занятие 31.«Хозяин своего «Я»	
32	Занятие 32.«Понятие «конфликт», мое поведение в трудных ситуациях	
33	Занятие 33.«Мои достижения	
34	Занятие 34.«Итоговое занятие	1
Итого		34 часа

7. Материально-техническое обеспечение

Оборудование:

- Профессиональный стол психолога- дефектолога;
- Игровой стол;
- Набор психолога «Пертра»;

Оборудование сенсорной комнаты:

- Сенсорный уголок большой с двумя колоннами, двусторонней подсветкой и фиброоптическими нитями;
- Фиброоптический душ «Солнышко»;

-Воздушно-пузырьковая панель;
-световые песочницы;
-сухой бассейн.
Настольные развивающие игры
Презентации
Блоки Дъёнеша
Палочки Кьюзинера

8. Список литературы.

1. Акимова М.К., Козлова В.Т. Упражнения по развитию мыслительных навыков школьников. Пособие для учителей, школьных психологов и родителей. – Обнинск: Принтер, 1993. – 20с.
2. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников – М., 2007.
3. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. – СнП., 2003 .
4. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. – М. , 2003.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – М., 1995.
6. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники/ О.Н. Истратова. – Ростов Н/Д: Феникс, 2007. – 347 с.- (Психологический практикум).
7. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М., 1997.
8. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 .
9. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей сирот: социально-эмоциональные проблемы./ Под ред. Л.М. Шипициной, Е.И. Казаковой. СПб., 2000.
10. Лещинская Е.А. Тренинги общения для учащихся 4 – 6 классов. Киев., 1994.
11. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2004 .
12. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пяткова О.М.; под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб: Питер, 2005. – 304с.: ил. – (Серия «Практикум по психологии»)
13. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
14. Слепович Е.С., Поляков А.М. Работа с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Практика специальной психологии. – СПб.: Речь, 2008. – 247 с.
15. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.

Притчи

«Если хочешь быть счастливым, будь им»

- Горе мне, горе, - вздыхал человек, сидя на лавке, и слезы ручьем катились по его лицу.
 - Что ты все ноешь? - рассердилась жена. - Если хочешь быть счастливым, будь им.
 - Как же мне быть счастливым, если счастье не приходит ко мне. Зато несчастья одним за другим сыплются на мою бедную голову. Урожай не созрел, крыша прохудилась, забор сломался, ноги болят. Ох, горе мне, горе, - плакал человек.

Услышало Счастье эти стенания и пожалело беднягу. Решило оно заглянуть к нему в дом.

Постучало Счастье в окошко и проговорило: «Если хочешь быть счастливым, будь им».

- Подожди плакать, посмотри, что-то сияет в нашем окошке, - остановила человека жена.

- Закрой шторы. Этот свет слепит меня и мешает горевать, - велел человек жене и снова зарыдал. Жена закрыла шторы, села рядом на скамейку и тоже заплакала.

Удивилось Счастье и улетело прочь.

«Одноклассники»

Повстречал однажды богатый человек нищего, и узнал в нем своего бывшего одноклассника.

- Повезло тебе, - сказал ему нищий, - Все у тебя есть, а я голодаю и ночью под открытым небом. А ведь наш учитель любил меня гораздо больше, чем тебя. Он задавал тебе невероятно сложные задания, а меня освободил от всех занятий.

- Да, ты прав, - сказал второй, с жалостью и состраданием глядя на товарища, - учитель любил тебя, и поэтому сделал так, как ты его просил. Но именно его самые сложные задания и научили меня тому, как обеспечить всю свою будущую жизнь.

«Два волка»

Когда-то давно старик открыл своему внуку одну жизненную истину:

- В каждом человеке идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло: зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь. Другой волк представляет добро: мир, любовь, надежду, истину, доброту и верность.

Внук, тронутый до глубины души словами деда, задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старик улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

«Обида на песке»

Жили два друга. В один момент они поспорили и один из них дал пощёчину другому. Последний, чувствуя боль, но ничего не говоря, написал на песке: "Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощёчину". Они продолжали идти, и нашли оазис, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощёчину, едва не утонул и его друг его спас. Когда он пришёл в себя, он написал на камне: "Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь". Тот, кто дал пощёчину и который спас жизнь своему другу спросил его: "Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему"? Друг ответил: "Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны выгравировать это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это".

Анкета для пятиклассников

Анкета используется для изучения трудностей адаптационного периода (учебные затруднения, межличностные отношения, мотивация). Внимание! Вторая часть анкеты – анонимна.

Продолжи, пожалуйста, предложения:

1. Когда я прихожу в школу _____
2. Самое интересное в школе это _____
3. Самый трудный предмет для меня _____
4. Мне мешает учиться _____
5. Мне помогает учиться _____
6. Мой класс _____
7. Я бы хотел сидеть за одной партой с (напиши 2-3 фамилии) _____
8. Я бы не хотел сидеть за одной партой с (напиши 2-3 фамилии) _____
9. К себе на день рождения я бы пригласил (напиши 2-3 фамилии) _____
10. К себе на день рождения я бы не пригласил (напиши 2-3 фамилии) _____
11. Я учусь в школе для того, чтобы _____
12. Я _____
Я _____
Я _____
Я _____
Я _____

Спасибо!

.....
Линия отреза

1. Мне нужна помощь учителя по (укажи предмет) _____
2. Я не понимаю объяснения учителя на (укажи предмет) _____
3. Я часто боюсь, что могу получить не только тройку, но и двойку на (укажи предмет) _____
4. Особенно много заданий задают по (укажи предмет) _____
5. На выполнение домашнего задания обычно я трачу (укажи время) _____
6. Учитель больше спрашивает, чем объясняет на (укажи предмет) _____
7. Я боюсь отвечать на уроке _____

Спасибо!

Анкета «Вот я какой!»

1. Меня зовут _____
2. Мне _____ лет
3. У меня _____ глаза
4. У меня _____ волосы
5. Я проживаю по адресу _____
6. Моя любимая еда _____
7. Мой любимый цвет _____
8. Мое любимое животное _____
9. Моя любимая книга _____
10. Моя любимая телевизионная передача _____
11. Самый прекрасный фильм, который я видел (а) _____
12. В себе я люблю _____
13. Моя любимая игра _____
14. Моего лучшего друга зовут _____
15. Лучше всего я умею _____

16. Больше всего я боюсь _____
17. Самая заветная мечта _____

Приложение 3

Сказка О. Горьковой «Фламинго»

В далеких жарких странах живут прекрасные птицы, которые называются фламинго. Днем они гуляют, гордо вышагивая по берегу реки, а вечером, когда солнце катится к горизонту, они взлетают к нему и парят под облаками. Закат окрашивает их розовые крылья в багровый цвет, и любой, кто видит это зрелище, никогда этого не забудет.

Тебе интересно узнать, откуда появились фламинго? Тогда слушай.

Жило – было маленькое облачко. Оно, как и каждое облачко, целый день летало по небу с другими облаками туда, куда дует ветер, и больше всего на свете оно любило смотреть на закат. Однажды мимо облачка пролетали маленькие цветные птички. Они ему очень понравились, ему захотелось полетать с ними, посмотреть на закат поближе, и оно решило поговорить с птичками.

- Куда вы летите? – спросило облако.

- Мы, птички, куда хотим, туда и летаем, - сказала одна.

- Да-да, - подтвердила другая. – Мы можем летать, куда нам хочется.

- Возьмите меня с собой, - попросило облачко.

- Ха-ха-ха, - засмеялись птички, - да ты же не умеешь летать, и у тебя это никогда не получится. Ты просто маленькое глупое облако, которое летит туда, куда дует ветер, - сказали птички и улетели.

Облаку стало очень грустно. Потянулись серые дни. Оно больше ничему не радовалось и только медленно и лениво передвигалось по небу. Оно почти ни с кем не разговаривало и все время думало: «Какое я несчастное, неуклюжее, серое облако. Я даже не умею летать». А ночью ему снилось, что маленькие разноцветные птички летают вокруг него, смеются и говорят: «Маленькое, глупое, неуклюжее серое облако».

Однажды вечером, когда приближался закат, облачко, как всегда, летало по небу и, задумавшись, не заметило, что оно давно отделилось от других облаков и его гонит уже совсем другой ветер. Когда оно это заметило, то не стало сопротивляться.

- Какая разница, - подумало облако. – Я ведь все равно не умею летать, буду одиноким серым облаком.

Солнце уже окрасило небо в розово-красные тона, как вдруг невероятно сильный ветер подхватил облачко и очень быстро понес к самой большой горе.

- Как ты посмело забраться на мою территорию? Вы, облака, только мешаетесь нам – ветрам. За это я разобью тебя о скалу, - сказал ветер.

Облачко пыталось оправдаться, сказать, что это какой – то случайный, озорной ветерок занес его сюда, но ветер не хотел ничего слушать. Облачко подумало: «Ну и пусть я разобьюсь о скалу, я все равно не смогу никогда летать».

Ветер нес его с огромной скоростью, скала была все ближе и ближе. Облачко решило последний раз посмотреть на закат. Ему показалось, что сегодня закат особенно красив.

- Неужели я его больше не увижу, - подумало облачко и испугалось. Ему очень захотелось жить и видеть закат каждый день.

- Что же мне делать? Надо попробовать улететь от ветра.

В этот момент ветер со всей силы кинул облачко в скалу. Облачко оттолкнулось и попыталось улететь, но ветер схватил его и опять швырнул в скалу. Облачко подумало: «Мне надо постараться, у меня обязательно получится». Оно опять оттолкнулось и попробовало улететь. Ветер снова схватил облачко, разогнался и кинул его на скалу. «У меня все получится. Я не сдамся», - решило облачко и почувствовало себя невероятно сильным. Оно собрало все свои силы, оттолкнулось и взмыло в небо. Оно постаралось вытянуться, как птица. Ветер сначала растерялся, но спустя секунду опять погнался за облачком. Облачко старалось лететь скорей, оно тянулось за уходящими лучами солнца. Оно подумало: «Вот бы сейчас крылья, я бы улетело прочь от ветра». И вдруг у облака появились крылья. Оно превратилось в прекрасную белую птицу и полетело очень быстро. Ветер не успевал за птицей, начал отставать, устал и перестал за

ней гнаться. Произошло чудо, потому что облачко столкнулось с волшебной Скалой Желаний, о которую мечты либо разбиваются, либо становятся реальностью.

Облачко думало: «Какое же это чудо! Я – птица, я могу летать, я могу летать, я могу полететь к самому солнцу!» Ему было легко, хорошо и очень весело. Оно никогда не видело закат так близко. Вечернее солнце окрасило его перья в розовый цвет. Маленькие цветные птички, увидев его, сказали: «Какая красивая птица и как хорошо она летит!»

Маленькое серое облачко превратилось в прекрасную розовую птицу, которую люди называли «фламинго».

Приложение 4

Пословицы и поговорки о дружбе

Дружба — дело святое.
Дружбу за деньги не купишь.
Дружба крепка не лестью, а правдой и честью.
Гору разрушает ветер, людскую дружбу — слово.
Дружба — как стекло: разобьешь — не сложишь.
Крепкую дружбу и топором не разрубишь.
Птица сильна крыльями, а человек дружбой.
Дружба дружбе рознь — иную хоть брось.
Человек без друзей, что дерево без корней.
Не имей сто рублей, а имей сто друзей.
Не мил и свет, когда друга нет.
Нет друга — ищи, а нашел — береги.
Ищущий друга без изъяна остается без друга.
Не узнавай друга в три дня, узнавай в три года.
Легче друга потерять, чем найти.
Верному другу цены нет.
Верный друг — ценнейший клад.
Когда друг просит — не существует «завтра».
Сам погибай, а товарища выручай.
Друга любить — себя не щадить.
Не бросай друга в несчастье.
Друзья познаются в беде.
Без беды друга не узнаешь.
Конь познается при горе, а друг при беде.
Не тот друг, что медом мажет, а тот, кто правду в глаза скажет.
Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты.
С кем поведешься, от того и наберешься.
Недруг поддакивает, а друг спорит.

Приложение 5

Рекомендации для педагогов

Переход из младшей школы в среднюю – важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: новые учителя, новые требования, предметная форма обучения.

Адаптационный период – период привыкания к новым условиям. В это время у детей возможно появление признаков дезадаптации: дети становятся невнимательными, безответственными, тревожными, неуверенными в себе, хуже учатся, по сравнению с начальной школой, испытывают трудности в общении со сверстниками и учителями. Протекание адаптационного зависит не только от индивидуальных личностных особенностей, но и от сформированности некоторых умений и навыков: умений осознавать требования учителя и

соответствовать им, устанавливать межличностные отношения с педагогами, принимать и соблюдать правила жизни класса и школы, навыков общения и достойного поведения с одноклассниками, уверенного поведения, совместной деятельности, самостоятельного разрешения конфликтов, адекватной оценки собственных возможностей. В этот период пятиклассники нуждаются не только во внимательном отношении со стороны родителей, но и в единых требованиях к организации учебно-воспитательной деятельности, учитывающей особенности протекания адаптации.

Чтобы облегчить ученикам непростой процесс запоминания имен и отчеств новых учителей желательно в течение 2-3 недель педагогам носить бейджики с именами.

Классным руководителям обязательно прописывать в дневниках расписание с номерами кабинетов. В первые дни познакомить класс с новенькими. Всем педагогам, работающим в 5-х классах, следует добиваться соблюдения следующих правил:

1. После первого звонка на первом уроке или во время перемены организуется учебное пространство: на парте аккуратно выкладываются учебники тетради и канцтовары.

2. Урок начинается с уточнения организационных вопросов. Четко предъявляются учебные требования. Первое время дети привыкают к правилам, а затем нужно строго отслеживать их выполнение.

3. В начале урока необходимо озвучивать его цели.

4. Инструкции нужно давать очень четко, полно, последовательно. Не стоит давать несколько инструкций сразу. Нужно контролировать их выполнение.

5. Следует делать паузы между инструкциями, заданиями, потому что детям сложно быстро переключать внимание.

6. Необходимо учить детей поднимать руку для ответа, пресекать выкрики с места.

7. Ученики 5-х классов пишут медленно, поэтому на устных предметах стоит записывать в тетрадь только самое главное, лучше использовать тетради на печатной основе или вклейки. Если делаются записи, обязательно проверять в них ошибки.

8. Желательно своевременно выставлять оценки в дневник. На уроке необходимо аргументировать оценки, давать им развернутые комментарии.

9. Домашнее задание лучше писать на доске до звонка, проверять, чтобы дети перенесли его в дневник. При необходимости стоит акцентировать внимание ребят на отдельных заданиях, сделать необходимые пояснения.

10. Выполненное домашнее задание необходимо разбирать на уроке.

11. Урок нужно заканчивать вовремя.

12. Во время перемены пятиклассники должны находиться рядом с кабинетом, где проводится следующий урок.

13. В столовую ребята приходят вместе с классным руководителем, убирают посуду за собой.

14. Классный руководитель организует дежурство по классу, разъясняет обязанности дежурных.

Занятие 1. Давайте познакомимся!

Цель: познакомить детей с целями занятий, формой работы.

Задачи:

- дать каждому ребенку возможность представить себя другим детям;
- принять правила проведения занятий.

Материалы: альбомные листы, карандаши, фломастеры, листы ватмана (для изготовления коллажа «Волшебный сад» и для записи правил работы)

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия

Здрав – ствуй – те (дети начинают приветствие, держась за руки, на последнем слоге хлопают в ладоши).

2. Знакомство с целями занятий

Учащимся сообщается о начале занятий по программе. Говорится о том, что в жизни часто что-то меняется. Это может быть как переход из начальной школы в среднюю, так и переезд на новое место жительства, смены работы у родителей и многое другое. Мы сами постоянно меняемся – и наше тело, и наши мысли. Самое главное находить в любой ситуации положительные моменты и просто быть счастливым.

Притча «Если хочешь быть счастливым, будь им»

- Горе мне, горе, - вздыхал человек, сидя на лавке, и слезы ручьем катились по его лицу.

- Что ты все ноешь? - рассердилась жена. - Если хочешь быть счастливым, будь им.

- Как же мне быть счастливым, если счастье не приходит ко мне. Зато несчастья одним за другим сыплются на мою бедную голову. Урожай не созрел, крыша прохудилась, забор сломался, ноги болят. Ох, горе мне, горе, - плакал человек.

Услышало Счастье эти стенания и пожалело беднягу. Решило оно заглянуть к нему в дом. Постучало Счастье в окошко и проговорило: «Если хочешь быть счастливым, будь им».

- Подожди плакать, посмотри, что-то сияет в нашем окошке, - остановила человека жена.

- Закрой шторы. Этот свет слепит меня и мешает горевать, - велел человек жене и снова зарыдал. Жена закрыла шторы, села рядом на скамейку и тоже заплакала.

Удивилось Счастье и улетело прочь.

Вопросы для обсуждения:

Почему счастье улетело прочь от человека?

Как вы думаете, счастье приходит к каждому человеку?

Почему одни люди всю жизнь чувствуют себя несчастными, а другие, наоборот, считают себя счастливыми?

Что такое счастье?

Детей подводят к выводу, что счастье каждый понимает по-своему, но есть и общие моменты в понимании счастья: получение радости от того, что ты живешь на Земле; твоя необходимость, полезность окружающим; хорошее здоровье.

3. Принятие правил

«Чтобы работа в нашей группе была плодотворной и принесла пользу, необходимо соблюдать правила. Я буду называть правило, а вы, если согласны, то говорите «Да-да-да» и хлопайте в ладоши, если не согласны, то говорите «Нет-нет-нет» и топайте ногами».

- Внимательно слушать, когда говорят другие – «Да»
- Драться – «Нет»
- Уважать чужое мнение – «Да»
- Шуметь – «Нет»
- Шутить и улыбаться – «Да»
- Дуться и быть «букой» – «Нет»
- Говорить по одному – «Да»
- Перебивать говорящего – «Нет»
- Смотреть на того, к кому ты обращаешься – «Да»
- Смеяться над говорящим – «Нет»

4. Работа по теме

Упражнение «Имя и цветок».

Каждый из участников называет своё имя и цветок на заглавную букву этого имени, с которым ребята могут себя ассоциировать.

Обсуждение: Насколько легко было вспомнить цветок на заданную букву, который бы "соответствовал" тому или иному ребёнку?

Затем учащиеся рисуют свой цветок, вырезают и оформляют коллаж «Волшебный сад».

5. Анализ занятия

Давайте посмотрим, как прошло наше занятие. Выберите две рожицы из четырех, каждая из них подписана: интересно или неинтересно; трудно или легко.

6. Домашнее задание

Придумайте и нарисуйте рабочий стол ученика средней школы.

Занятие 5. Новичок в средней школе

Цель: способствовать развитию умения учиться, планировать свою деятельность.

Задачи:

- развивать навыки сотрудничества и умение соревноваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнивать свои достижения с успехами других.
- определить и обсудить новые условия учебного процесса в средней школе.

Материалы: ручки, фломастеры, бумага для записей, бланк с рисунком «Дерево», памятка для учащихся «Как готовить домашние задания».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия

2. Разминка «Трамвай»

По часовой стрелке участники группы пересаживаются на один стул влево по принципу:

- 1) Я еду.
- 2) Я рядом.

- 3) Я зайцем.
- 4) Я вместе с... (называется любой участник группы).

3. Обсуждение домашнего задания

Придумать примерно 5 шуточных правил для школы – таких, над которыми вы сами можете посмеяться. Затем придумать два правила, которые действительно могли бы помочь школе, классу или вам лично.

Ребята по очереди называют свое самое смешное правило. А потом правило, которое могло бы помочь школе, классу.

Вопросы для обсуждения:

Какое правило кажется самым смешным?

Какое из предложенных правил кажется самым важным? Почему?

Высказываются желающие.

4. Работа по теме

Сегодняшнее наше занятие посвящено «новичкам» – тем, кто никогда раньше не учился в школе. Давайте представим, ребята, что к нам в школу приехал кто-то из другой страны. Он хочет продолжить свое обучение в нашей школе. Но прежде чем мы поможем ему познакомиться с жизнью школы, давайте дадим ему имя.

Учащиеся выдвигают свои версии (не больше пяти) и на основе голосования выбирают имя – например, Том.

Теперь давайте подумаем, что мы ему расскажем о жизни в школе?

Дети называют варианты: про учителей; школьников; об уроке; домашней работе; контрольных, письменной и устной работе на уроке и т.д. Хорошо, тогда начнем, например, с того, как надо работать на уроке.

Предлагается ряд вопросов, на которые дети дают развернутые ответы, характеризующие как их осведомленность, так и возможность проявить себя (главное – не бояться ошибок при высказывании своего мнения).

Список вопросов для работы в малых группах

1. Работа в классе на уроке

Зачем нужно быть внимательным на уроках? Если ты на уроке что-то не понял, что надо сделать? Почему? Если что-то на уроке кажется трудным, что необходимо сделать?

2. Работа с учебным материалом

Какие книги нам помогают получать дополнительную информацию по изучаемому предмету? Откуда и как вы узнаете, что по какому предмету делать? Как часто узнаете, что задано, у одноклассника по телефону?

3. Работа над домашним заданием

С какого предмета вы начинаете выполнять домашнее задание? Чем заканчиваете? Прежде чем выполнять задание, зачем необходимо выучить правила наизусть? Что произойдет, если вы неправильно решите домашнее задание?

Итак, мы уже многое рассказали Тому, а теперь давайте узнаем, как он себя чувствует после того, как так много узнал о школьной жизни?

Упражнение «Дерево»

Посмотрите на бланк с рисунком дерева (Приложение 1.). Вы видите на дереве и рядом с ним множество человечков. У каждого из них – разное настроение, они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и обведите того человека, который напоминает вам Тома, его настроение в новой школе, положение. Обратите внимание, что каждая ветка дерева – его достижения и успехи. Теперь возьмите зеленый фломастер и обведите того человека, которым Том хотел бы стать и на чьем месте он бы хотел находиться. (Тест «Дерево» (автор Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко).

5. Анализ занятия

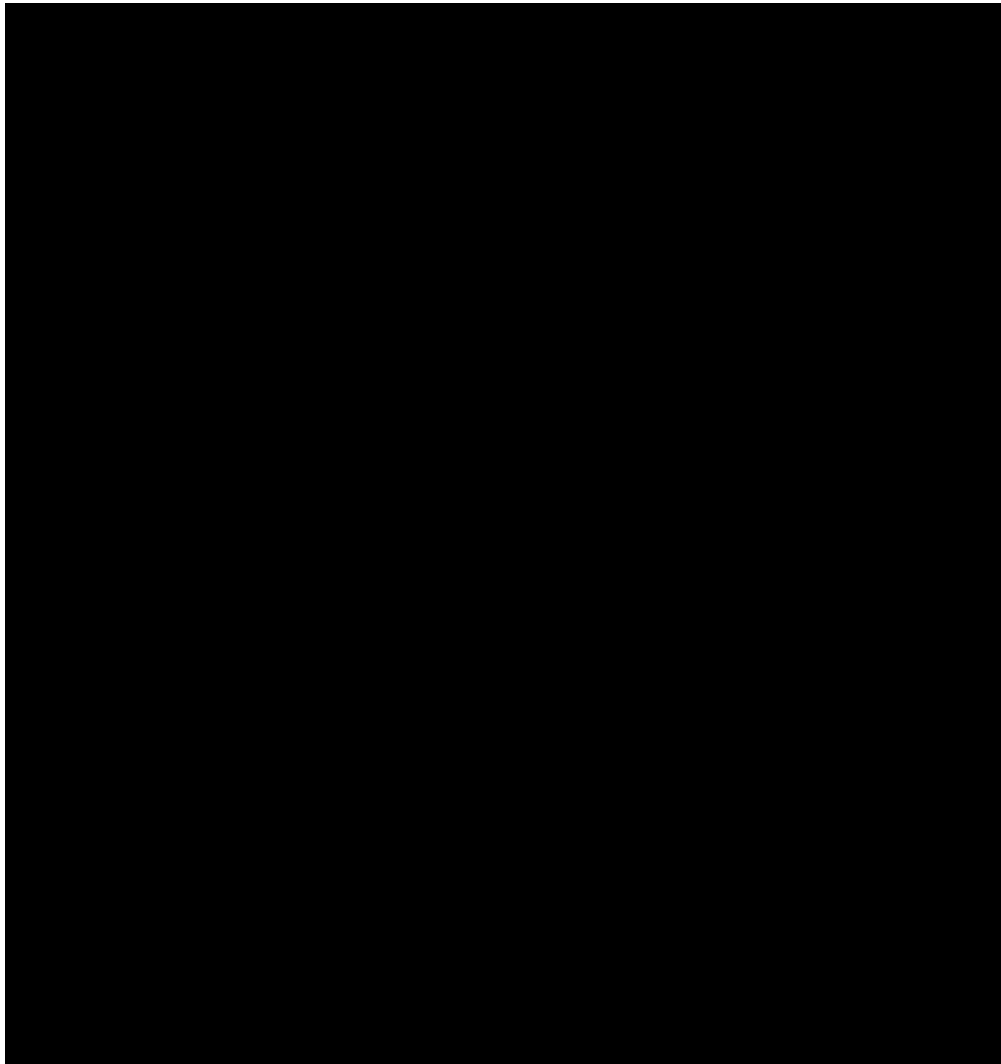
Что понравилось на занятии? Что бы вы хотели изменить? Давайте оценим наше занятие. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет «три» нужное количество пальцев одной руки.

6. Домашнее задание

Вспомните места, где вам хорошо, спокойно, радостно или просто нравится находиться.

Памятка «Как готовить домашние задания» (Прихожан, 2002) выдается каждому участнику (Приложение 2).

Приложение 1



1. Возьмите красный фломастер и обведите того человека, который напоминает вам Тома, его настроение в новой школе, положение.
2. Теперь возьмите зеленый фломастер и обведите того человека, которым Том хотел бы стать и на чьем месте он хотел бы находиться.

**Как готовить домашние задания.
Памятка для учащихся**

1. Активно работай на уроке: внимательно слушай, отвечай на вопросы.
2. Задавай вопросы, если чего-то не понял или с чем-то не согласен.
3. Точно и как можно подробнее записывай, что задано по каждому предмету.
4. Научись пользоваться словарями и справочниками. Выясняй значение незнакомых слов, находи нужные факты и объяснения, правила, формулы в справочниках.
5. Если у тебя есть компьютер, научись с его помощью находить нужную информацию, производить нужные расчеты с помощью электронных таблиц и т.п.
6. Если то, что проходили на уроке, показалось тебе трудным, повтори материал в тот же день, даже если следующий урок будет через несколько дней.
7. Приступая к выполнению каждого задания, думай не только о том, что надо сделать (то есть о содержании задания), но и о том, как (с помощью каких приемов, средств) это можно сделать.
8. В случае необходимости обращай за помощью ко взрослым или к одноклассникам.
9. Приступая к выполнению уроков, раскрой дневник, посмотри, все ли задания записаны.
10. Продумай последовательность выполнения заданий по отдельным предметам и прикинь, сколько времени тебе понадобится для выполнения каждого задания.
11. Убери со стола все лишнее – то, что может отвлекать. Приготовь то, что нужно для выполнения первого задания (учебник, тетради, карты, карандаши, словари, справочники и т.п.). После того как подготовишься к первому уроку, все убери и приготовь то, что нужно для выполнения следующего, и т.п.
12. Между уроками делай перерывы.
13. Сначала постарайся понять материал, а затем его запомнить.
14. Прежде чем выполнять письменные задания, пойми и выучи правила, на которые оно направлено.
15. При чтении параграфа учебника задавай себе вопросы: о чем или о ком говорится в этом тексте, что об этом говорится.
16. Ищи связь каждого нового понятия, явления, о котором ты узнаешь, с тем, что ты уже знаешь. Соотноси новое с уже известным. Следи за тем, чтобы это были не случайные, внешние связи, а главные связи, связи по смыслу.
17. Если материал, который надо выучить, очень большой или трудный, разбей его на отдельные части и прорабатывай каждую часть в отдельности. Используй метод ключевых слов.
18. Не оставляй подготовку к докладам, сочинениям, творческим работам на последний день, поскольку это требует большого количества времени.

Готовься к ним заранее, на протяжении нескольких дней, распределяя нагрузку равномерно.

19. При подготовке устных уроков используй карты, схемы. Они помогут тебе лучше понять и запомнить материал. К ним необходимо обращаться и при ответах на уроке. Чем лучше ты умеешь пользоваться картами, схемами, таблицами, тем выше будет оценка.
20. Попробуй использовать при подготовке устных заданий метод «5 П», разработанный американскими психологами. По данным психологов США, такой метод позволяет сосредоточить внимание на самом важном в тексте и способствует лучшему его запоминанию.
21. Составляй план устного ответа.
22. Проверяй себя.

МЕТОД «5 П»

1 П — Просмотри текст (бегло)

2 П — Придумай к нему вопросы

3 П — Пометь карандашом самые важные места

4 П — Перескажи текст

5 П — Просмотри текст повторно

Помни: мы лучше всего запоминаем:

- то, чем постоянно пользуемся;
- то, к чему нам надо будет вернуться (прерванные действия);
- то, что нам нужно;
- то, что мы можем связать с другими нашими знаниями и умениями;
- то, что связано с нашими переживаниями (и приятными, и неприятными).

У тебя все получится!

Занятие 6. Мы - исследователи

Цель: способствовать созданию психологической безопасности учащихся.

Задачи:

- помочь пятиклассникам в поиске «безопасного места»;
- исследовать пространство школы в игровой форме.

Материалы: магнитофон, ручки, бумага для записей, карточки с заданиями.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия

2. Разминка «Где я?»

Ведущий игрок – детектив должен назвать с закрытыми глазами, где находится человек, издающий звуки.

Обсуждение:

Что в этом упражнении оказалось самым сложным?

Насколько легко было определять месторасположение того или иного человека?

3. Обсуждение домашнего задания

Учащиеся рассказывают о местах, где им нравится бывать. Проводится обсуждение.

4. Работа по теме

Упражнение «Место, где живет моя сила»

Детям предлагается побыть исследователями своего внутреннего мира. Для этого каждому необходимо найти для себя такую позу, в которой он будет чувствовать себя комфортно, сможет расслабиться и закрыть глаза. Игрет негромкая музыка.

Следующий текст произносится медленно, с паузами, негромко.

«Представьте себе, что вы заходите в школу. Вы проходите через двери и оказываетесь в коридоре. Здесь все так, как обычно... Сейчас, может быть, идут уроки, или перемена и вокруг много людей, или каникулы и в школе почти никого нет, или уже вечер...

Начинайте свое мысленное путешествие по коридорам. Вы можете пойти направо или налево. Что вы видите? Поднимитесь по лестнице. Пройдите дальше по школе. Какие места у вас особенно любимые?...В какой класс или место школы сейчас хотелось бы зайти?...В какой уголок школы вам сейчас хотелось бы попасть?...Прислушайтесь к себе – какое место в школе для вас самое родное? Какое место безопасно, и вы ощущаете, что здесь вам хорошо и спокойно? Мысленно переместитесь в это место...Почувствуйте, как тут хорошо и уютно...как спокойно. Здесь вы в безопасности. Подышите спокойно...Почувствуйте, как это место наполняет вас уверенностью...Запомните это ощущение. Побудьте в этом месте еще минутку...

Потихоньку возвращайтесь,...открывайте глаза».

Когда все откроют глаза, дети делятся на пары и обсуждают свои впечатления, затем рисуют то чувство, которое у них возникло.

Обсуждение. Детям говорится о том, что целью их исследования было найти «место, где живет моя сила». Если исследование удалось, то в это место можно и реально, не мысленно, пойти и побыть там столько, сколько это нужно. Можно мысленно возвращаться туда, когда нужно побыть одному или восстановить силы. Если исследование не удалось, то, может быть, такое место удастся найти в следующий раз. И может быть не в школе. Потому что «мест внутренней силы» у каждого человека несколько – нужно их только найти.

С детьми обсуждается, какие еще у них есть безопасные места, «места силы», и где они находятся. Высказываются все желающие.

Упражнение «Исследование школы»

После исследования внутреннего мира, учащимся предлагается побыть исследователями мира реального. Дети делятся на команды минимум по 3 человека в каждой. За 15 минут предстоит выполнить 3 задания.

Предлагается, например, узнать:

- сколько окон на втором этаже;
- какого цвета глаза у директора;
- какого цвета диван в учительской
- какой десерт любит учитель русского языка
- какое домашнее животное есть у учителя математики
- чьи портреты висят в кабинете истории
- какая любимая книга у завуча
- сколько человек учится в параллельном классе
- какой любимый учитель у кого-то из 8 класса
- за какую команду по футболу болеет учитель физкультуры
- сколько компьютеров в кабинетах информатики
- сколько ступенек на главной лестнице и т.д.

Обсуждение. Представитель от каждой команды зачитывает полученную информацию. На какой вопрос было легче всего узнать ответ, а на какой – труднее всего. Почему?

5. Анализ занятия

Что сегодня было самым интересным, что было самым важным на занятии. С каким чувством вы покидаете группу?

6. Домашнее задание

Сравнить понятия «слышать» и «слушать». Подумать, чем они отличаются и что в них общего.

Занятие 7. Понимаем ли мы друг друга

Цели: показать значимость собственного «Я»; подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими.

Задачи:

- предоставить детям возможность моделировать и опробовать новые формы поведения (вербальные, невербальные);
- развивать ответственность за свои поступки;
- показать важность взаимопонимания.

Материалы: бланки теста «Умеешь ли ты слушать?».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия

2. Разминка «Именной ряд»

Участники должны выстроиться в шеренгу по именам от А до Я без слов.

3. Обсуждение домашнего задания

Обсуждаем, сравниваем понятия «слушать» и «слышать».

Вопросы для обсуждения:

Подумайте, почему человеку даны два уха, два глаза и только один язык?

Что важнее: чтобы тебя слышали или слушали?

Что для вас является самым ценным и самым главным в жизни?

Когда человеку бывает хорошо? (Когда его любят, когда он здоров, когда его понимают.)

Когда человека понимают? (Когда его слушают.)

4. Работа по теме

Упражнение «Рисунок по инструкции»

Это упражнение требует сосредоточенности и умения действовать по правилу. Сначала все рисуют свой домик. Потом, убрав рисунок, достают чистый лист и работают в парах – один рисует с закрытыми глазами дом под диктовку соседа-автора. В конце сравнивают, похож ли рисунок на авторский. Затем ребята меняются местами. После упражнения обмениваются впечатлениями: партнерам дается возможность обсудить ход совместной работы.

Тест «Умеете ли вы слушать?»

Очень часто умение слушать других людей играет более важную роль, чем умение говорить. Человек воспринимает информацию и думает в 12 раз быстрее, чем произносит слова. Многие люди больше заботятся о том, чтобы слушали их и не дают открыть рта собеседнику.

Люди просто не будут вам доверять, если вы не умеете слушать. И, наоборот, с теми, кто нас внимательно слушает и постоянно не перебивает, нам хочется

общаться снова и снова, т.к. после такого общения возникает чувство собственной значимости и облегчения.

Отвечая на вопросы теста, ставьте себе следующие баллы:

за ответ «Всегда» – 4 балла;

за ответ «Часто» – 3 балла;

за ответ «Иногда» – 3 балла;

за ответ «Никогда» – 2 балла.

Вопросы теста:

1. Даете ли своему собеседнику возможность полностью высказаться?
2. Обращаете ли вы внимание на смысл высказываний?
3. Стараетесь ли вы запомнить услышанное?
4. Выделяете ли суть разговора?
5. Стараетесь ли вы сохранить в памяти основные моменты беседы?
6. Заостряете ли вы внимание вашего собеседника на главном?
7. Если в процессе общения возникла неприятная тема, стараетесь ли вы от нее уклониться и не заострять на ней внимание?
8. Раздражает ли вас тот факт, что точка зрения вашего собеседника не совпадает с вашей?
9. Не отвлекают ли вас в процессе общения посторонние мысли?
10. Охотно ли с вами беседуют?

Теперь подсчитайте количество набранных баллов и проверьте свой результат.

Если вы набрали 32 и более баллов – ваша оценка – отлично, вы хороший слушатель и иногда ваши знакомые злоупотребляют этим, но если вам это нравится, то это просто здорово!

Если вы набрали от 27 до 31 балла – ваша оценка – хорошо. С вами общаться приятно, вы умеете слушать, понять и принять сказанное.

Если вы набрали от 22 до 26 баллов – ваша оценка – посредственно. Вам нужно следить за своим общением с людьми и иногда давать высказаться и им.

Если вы набрали менее 22 баллов – ваша оценка – плохо. Вам просто необходимо учиться слышать и слушать своего собеседника, а не только себя любимого.

Игра «Пойми меня»

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

Игра-шутка «Как тебя понять?»

Участники объединяются в группы по три человека, изображая «глухого и немого», «глухого и неподвижного», «слепого и немого». Им дается задание договориться о подарке другу.

5. Анализ занятия

Трудно ли было оценивать себя? Что нового вы узнали о себе?

6. Домашнее задание

Проследите в течение некоторого времени (например, до нашего следующего занятия) за своим настроением. После этого постарайтесь ответить на вопросы:
Всегда ли вы были спокойны и веселы?
Всегда ли вы были внимательны и сосредоточены?