

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ БОРКОВСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ И.Д. ПАПАНИНА

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Зам. директора по УВР

Приказ № ____ от _____ 2021 г.

О.Ю. Еманова

Директор _____ Н.А. Антонова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ “ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА. 2 КЛАСС”
/СОЦИАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ/

Рабочую программу составила: Кондратьева
Галина Михайловна, педагог-психолог
I квалиф. категории

БОРОК
2021

Пояснительная записка.

Рабочая программа по психологии составлена на основе федерального компонента государственного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) и авторской программы Аржакаевой Т.А., Вачкова И.В. и др. «Психологическая азбука. Начальная школа (Первый год обучения и Второй год обучения).

Рабочая программа рассчитана на 34 часа. Занятия проходят 1 раз в неделю, продолжительностью 35-40 минут.

Характеристика программы.

Курс рассчитан на учащихся начальной школы и включает по сути три основных раздела: «Самосознание», «Эмоционально-волевая сфера» и «Взаимоотношения». Главные темы этих разделов — чувства, эмоции, общение, поведение, отношение к себе и к окружающим. В основе курса лежит идея уникальности, необычности каждого человека.

Курс направлен на развитие самосознания ребенка, обучение анализу своих чувств, своих поступков. Обучение успешному взаимодействию детей друг с другом, с учителями, с родителями. Реализуя цель программы, мы воспитываем и развиваем в детях конкретные жизненно необходимые навыки и умения: уважать себя, опираться на самого себя, исходить из своих реальных возможностей; эффективно взаимодействовать, общаться; справляться с волнениями и стрессом; делать выбор и принимать решения.

Младший школьный возраст является узловым в становлении самооценки. Она делается более развитой, зрелой, более структурированной и вместе с тем более целостной. Это связано с включением ребенка в процесс систематического обучения. «В школе ребенок выступает объектом перманентных социально-нормированных оценок, что побуждает его к активному поиску путей соответствия этим оценкам. Эта ситуация «поворачивает» ребенка на себя, формирует потребность в самооценке, вооружает способами оценивания и критериями оценок, учит соизмерять с ними собственные поступки. Все это способствует становлению у ребенка внутренней оценочной позиции, развитию отношения к собственной личности как особому объекту познания» (А.В. Захарова, 1998). Развитие Я- концепции и адекватная самооценка являются одной из составляющих личностных универсальных действий, являются предпосылкой и следствием социальных взаимодействий, т.е. способствуют успешной социализации ребенка; помогают смыслообразованию деятельности учащегося (отношению к себе, социуму, школе; определяют мотивы поведения и деятельности).

Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста (7-8 лет) и построена с учетом возрастных особенностей этих детей.

Основные цели: содействие появлению коммуникативной и социальной компетентности детей, формирование положительного отношения к себе, другим людям, окружающему миру с помощью развития эмоционально – волевой и личностно - мотивационной сфер учащихся.

Задачи программы:

- формирование и развитие волевых качеств как социально значимых свойств личности (личностные и регулятивные УУД);
- развитие умения анализировать самого себя; формирование образа «Я» как основы развития жизненно необходимых навыков;
- развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами (коммуникативных УУД);
- формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я – концепции» детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности (личностных и регулятивных УУД).

Под коммуникативной и социальной компетентностью понимается целостная система психических и поведенческих характеристик человека, способствующих успешному общению, т. е. достигающему цели (эффективное) и эмоционально благоприятному (психологически комфортное) для участвующих сторон.

В структуре коммуникативной компетентности выделяются следующие компоненты: когнитивный, ценностно-смысловой, личностный, эмоциональный и поведенческий.

Когнитивный компонент образует знания о ценностно-смысловой стороне общения, о личностных качествах, способствующих и препятствующих общению, об эмоциях и чувствах, всегда сопровождающих его, об операциональной (поведенческой) стороне общения. Каково значение этих знаний? Человек обучается общению, наблюдая поведение близких людей, подражая их примеру, что происходит недостаточно осознанно. Ребенок, и даже взрослый, не задумывается о самой форме этого процесса и может познавать его на протяжении всей жизни. Это позволяет лучше понять особенности собственного стиля общения, усовершенствовать его, разнообразить коммуникативные возможности.

Для возрастного уровня младшего школьника актуальны и доступны знания о самом себе и других людях. В ограниченной степени – о личностных качествах, проявляющихся в общении.

Ценностно-смысловой компонент – ценности, которые активизируются в общении. Личностные ценности, проявляясь в базовых отношениях к себе и другим людям, регулируют общение, придавая ему определенный смысл.

Начиная с дошкольного периода и продолжая в младшем школьном возрасте следует формировать нравственные ценности и базовые отношения к себе (самопринятие, самоуважение) и другим людям (принятие их, уважение к ним). Именно это не только облегчает, "разрешает" общение, но и делает его нравственным. Личностный компонент образуют особенности личности вступающего в общение, которые естественным образом влияют на содержание, процесс и сущность коммуникации. Коммуникативная компетентность младшего школьника должна базироваться на уверенности в себе, оптимизме, доброжелательности (дружественность) и уважении к людям, справедливости, альтруизме, честности, стрессоустойчивости, эмоциональной стабильности, неагрессивности, неконфликтности.

Эмоциональный компонент коммуникативной компетентности связан прежде всего с созданием и поддержанием позитивного эмоционального контакта с собеседником, саморегуляцией, умением не только реагировать на изменение состояния партнера, но и предвосхищать его. Именно эмоциональный фон создает ощущение психологически благоприятного или неблагоприятного, комфортного или дискомфортного общения. Обозначенные составляющие эмоционального компонента в доступной форме могут вырабатываться у младшего школьника.

Поведенческий компонент образуют коммуникативные умения, способы деятельности и опыт, который является образованием, интегрирующим в себя на уровне поведения и деятельности все проявления коммуникативной компетентности.

Все компоненты взаимосвязаны между собой и должны взаимодействовать: они не являются частями целого, однако предполагают взаимовлияние, взаимопроникновение и существование каждого в остальных.

Таким образом, социальная компетентность подразумевает применение коммуникативных умений в социуме, т.е. в ситуации школьного обучения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми, успешное освоение различных социальных ролей. *Социальная компетентность младшего школьника* состоит в активном творческом освоении социальных отношений, возникающих на разных этапах и в разных видах социального взаимодействия, а также в творческом присвоении ребенком основных этических норм, являющихся основой построения и регулирования межличностных и внутриличностных социальных позиций, отношений.

Ожидаемые результаты:

Метапредметные:

Освоив данную программу, дети должны овладеть следующими

Регулятивными УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением, применять вовремя изученные приемы для нейтрализации вспышек гнева, агрессии, раздражения и улучшения эмоционального состояния;
- определять и формулировать цель в совместной работе;
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми;
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательными УУД:

- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять;
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях;
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта;

- адекватно воспринимать оценку учителя;

Коммуникативными УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- анализировать ситуацию коммуникации с точки зрения чувств и состояний партнеров, производимых ими воздействий;
- учиться толерантному отношению к другому мнению;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении (приветствие и прощание; обращение; ведение непродолжительной беседы по теме; просьба о поддержке, помощи, услуге; оказание поддержки, помощи, услуги; благодарность; отказ);
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей;
- формулировать своё собственное мнение и позицию;

Личностные результаты:

- находить правильную линию поведения в той или иной ситуации;
- признание как ценности себя и процесса общения с другими людьми;
- умение объяснить (осознать) свои состояние, потребности, желания.

Для выявления результативности в ходе реализации программы проводится промежуточная и итоговая диагностика.

Промежуточная диагностика проводится на итоговых занятиях в конце изучения каждой темы.

Формы работы, используемые в ходе промежуточной диагностики:

- Наблюдение
- Беседы
- Коллективные, парные и индивидуальные диагностические упражнения
- Открытые занятия

Итоговая диагностика проводится в несколько этапов: составление характеристики класса, первичная диагностика, корректировка дидактических материалов занятий, промежуточные замеры и итоговая диагностика в конце года. (Содержание диагностики см. в Приложении № 1)

Структура группового занятия:

1. Традиционное приветствие. Дыхательные упражнения. Упражнения на активизацию умственной деятельности либо психогимнастические упражнения.
2. Ведущий называет новую тему урока или напоминает старую. В последнем случае желательно, чтобы дети вспомнили ее сами. Важно отметить и показать значимость изучаемой темы.
3. Игровая разминка с обязательным объяснением цели игры. Психогимнастические упражнения, игры на внимание, память, на снятие напряжения и т.д.
4. Основная теоретическая часть.
5. Практическая часть. Ведущий проводит упражнения или игры, подтверждающие прозвучавшие выше теоретические объяснения.
6. Выводы делает ведущий вместе с детьми и еще раз обращает внимание детей на важность изучаемой темы или состоявшегося разговора.
7. Традиционное прощание. Разгрузка. Эмоциональная оценка занятия. Рефлексия. Прощание.

Занятия строятся на материале, близком и понятном детям, связанном с актуальными для них проблемами, с постепенным переходом на темы, которые станут актуальными в ближайшем будущем. На занятиях используются следующие методы и технологии: игры-упражнения, психогимнастика, ролевые игры, релаксационные методики, рисуночные техники, прикладные виды деятельности.

Участие родителей в осуществлении целей программы:

1. Родители информируются о содержании программы на общем родительском собрании.
2. Время от времени родителям демонстрируются проводимые занятия. Это преследует две цели: первое – снятие страха «мой ребенок не такой как все, он самый слабый»; второе – повторение и закрепление навыков, полученных на занятиях, дома.
3. Детям могут задаваться домашние задания, которые они должны выполнить вместе с родителями, это хорошо сближает родителей с детьми.

4. Ведется психопрофилактическая работа с родителями в виде лекций-бесед, индивидуальных консультаций.

5. Родитель может обратиться с вопросом, просьбой и предложением по реализации программы в журнале обратной связи с психологом.

Участие педагога в реализации программы:

1. Педагог индивидуально информируется о содержании программы.

2. Педагог может присутствовать на занятии и активно включаться в него.

3. Проводятся индивидуальные консультации педагога по предварительным результатам программы.

4. Педагог может предложить коррективы в примерное тематическое планирование занятий в соответствии с уровнем развития детей и полученным результатам.

Оборудование: краски, карандаши, бумага разных форматов, пластилин, разноцветные мелки, фломастеры, реквизит для игр, магнитофон, аудиозаписи, методический материал для игр и упражнений и т.д.

Тематическое планирование.

№	Тема занятия	Количество часов		Диагностика
		Теория	Практика	
	Введение в мир психологии			
1.	Мои впечатления о лете		1	
2.	Знакомство с Пси-Магом		1	Первичная диагностика
3.	Королевство Внутреннего Мира	0.5	0.5	
4.	Сказка о Волшебных Зеркалах		1	
5.	Сказка о Волшебных Зеркалах - 2		1	
6.	Что я знаю о себе?		1	
7.	Что я знаю о себе и других?		1	
8.	Я – кто это?		1	
	Темперамент и характер			
9.	Темперамент человека	0.5	0.5	Определение темперамента
10.	Разные люди – разные темпераменты		1	
11.	Какой я?		1	
12.	Разные люди – разные характеры	0.5	0.5	
13.	Какой у меня характер?		1	
14.	Какой характер у других?		1	Социоматрица
15.	Мой характер: оценим недостатки		1	«Лесенка характера»
	Психика и познание мира			
16.	Мои ощущения.	0.5	0.5	
17.	Мое восприятие мира.	0.5	0.5	
18.	Мое внимание	0.5	0.5	
19.	Как быть внимательным?		1	
20.	Я умею быть внимательным!		1	
	Я и мои эмоции			
21.	Что такое эмоции?	0.5	0.5	
22.	Что такое чувства?	0.5	0.5	
23.	Мои настроения		1	
	Волевая сфера			
24.	Мои желания		1	
25.	Борьба мотивов	0.5	0.5	
26.	Мои мотивы	0.5	0.5	
27.	Какие мотивы у других?		1	«Мои выборы. Кому я хочу и кому не хочу подарить подарок» (социометрическая)

				процедура)
	Пять ключей общения			
28.	Золотое правило общения или Секрет Крошки Енота		1	
29.	Внимание к окружающим		1	
30.	Сказка о Вежливости		1	
31.	Научись слышать другого		1	
32.	Сказка о Кактусе, который мечтал подружиться или как понять другого		1	
33.	Мой лучший друг		1	
34.	Что я узнал в Королевстве Внутреннего мира		1	Итоговая диагностика

Литература:

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1 классе. — М.: Генезис, 2012;
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий во 2 классе. — М.: Генезис, 2012;
3. Битянова М.Н. Работа психолога в начальных классах. — М., 2004;
4. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. — М., 1996.

Методика проведения итоговой диагностики

Итоговая диагностика проводится в несколько этапов:

1. Этап – подготовительная работа. Проводится на I-ой неделе реализации программы.

Составление характеристики класса.

2. Этап – получение результатов первичных замеров. Проводится на второй – четвертой неделе реализации программы.

Используемые методики:

«7-Я»

Ребенку даётся листок, на котором в столбик записаны семь «я». К каждому местоимению подписать, либо - кто «я», либо – какой «я». Если кому-то мало семи «я», он может подписать или сказать столько, сколько ему нужно.

«Варежки»

Детям предлагается разбиться на пары и раскрасить пару варежек. Условие: чтобы дети работали дружно, а варежки получились одинаковые. Каждой паре выдается пара вырезанных из бумаги варежек и один на двоих набор фломастеров.

В конце работы все пары варежек вывешиваются на доску, дети внимательно рассматривают и находят одинаково выполненные в паре варежки и интересуются, как это у пары получилось.

В сводную таблицу заносятся результаты:

Уровень взаимодействия	ФИ		ФИ		ФИ	
	Перв замер	Итог замер	Перв замер	Итог замер	Перв замер	Итог замер
1. Активно договаривается, учитывая свои желания и партнёра						
2. Принимает договор, следуя за инициативой партнера и принимая роль ведомого						
3. Принимает на себя добровольно отданную другим инициативу						
4. Делает безуспешные попытки договориться						
5. Хочет жестко вести за собой						
6. Отвергает обращенные попытки договориться						
7. Не делает попытки договориться						

«Лесенка успеха»

Каждому воспитаннику предлагается лесенка из пяти ступенек. Инструкция: Подумай и оцени себя: свои поступки, дела, внешность и в соответствии со своей оценкой укажи ступеньку, на которую ты себя поставишь.

№	ФИ	Уровень самооценки	
		Первичный замер	Итоговый замер

3 Этап – корректировка учебно-тематического плана и подбор дидактических материалов с учетом полученных результатов.

4 Этап – проведение промежуточных диагностик.

5 Этап – получение итоговых замеров. Проводится по тем же методикам, что и первичные замеры.

ЗАНЯТИЕ 1

Мои впечатления о лете

Задачи:

Научить детей выражать свои чувства и впечатления с помощью слов, невербальных и изобразительных средств. Создать у детей мотивацию на совместную работу.

Материалы

Рабочие тетради, цветные карандаши, фломастеры.

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Необычное приветствие»

Это упражнение предполагает, что дети должны поприветствовать друг друга без помощи слов, то есть невербально. Психолог может сам, если дети затрудняются, задавать конкретные формы приветствия — ладошками, коленками, плечами и т.п.

После приветствия дети рассаживаются по местам. Психолог поздравляет их с переходом во второй класс и с началом нового учебного года.

Дети подписывают новые рабочие тетради и знакомятся с ними.

2. Настрой на занятие

Задание «Ассоциации»

Психолог. У вас немало приятных, а может быть, не очень, воспоминаний о прошедших каникулах. Поэтому сейчас по очереди каждый из вас назовет такие слова, которые связаны с этими воспоминаниями по настроению, по смыслу.

Итак, какие слова тебе сразу приходят в голову при упоминании о лете, о каникулах?

3. Работа по теме

Задание «Вот и лето прошло...»

Психолог. Сейчас у вас будет возможность посмотреть еще раз, как в кино, самые запомнившиеся события прошедшего лета. Если у вас есть желание снова пережить эти события в своем Внутреннем мире, то необходимо принять максимально удобное положение, расслабить руки и ноги, удобно их расположить. Закройте глаза.

Теперь, когда у вас закрыты глаза, вы можете мысленно вернуться в лето. Вспомните это время, когда не надо было ходить в школу и делать уроки, когда можно было отдыхать и путешествовать.

Каждый из вас сейчас вспоминает, где он был этим летом, чем занимался, какие приятные события произошли с ним за это время, какие новые друзья у него появились.

Кто-то видит себя в деревне у бабушки, а кто-то — на даче, кто-то с удовольствием купается в море, а кто-то играет во дворе с друзьями в веселые игры. Каждому лето оставило свои впечатления.

Как только вы «досмотрите» этот увлекательный фильм под названием «Мои летние каникулы», можно не спеша открыть глаза, пошевелить руками, ногами, повернуть голову.

Все увиденное в этом фильме вы стараетесь сейчас сохранить. Подождите об этом рассказывать своим одноклассникам. Пусть о лете поведают нам ваши рисунки.

Откройте рабочие тетради и нарисуйте то, что на вас произвело самое большое впечатление. Рисовать следует в специально приготовленных квадратах так, как будто вы на кинолентку помещаете свои впечатления.

Дети делают рисунки по типу пиктографических.

Упражнение «Внимательный слушатель»

Психолог. Как замечательно, когда человек умеет рассказывать о своих впечатлениях (с помощью рисунков или слов), но еще важнее уметь слушать.

Сейчас вы должны объединиться в группы по 2—3 человека и, используя свои рисунки, по очереди рассказать друг другу о своих летних впечатлениях. «Внимательные слушатели» после завершения рассказа своего товарища могут задавать ему вопросы.

Психолог наблюдает за каждой группой, организует при необходимости процесс слушания-говорения, помогает высказаться каждому, задает вопросы, хвалит наиболее внимательных.

Упражнение «Расскажи о летних впечатлениях другого»

Психолог. Сейчас вы будете выполнять такое интересное задание. Нужно, опираясь на рисунок своего товарища по группе, рассказать о его летних впечатлениях: где он был, чем занимался, с кем познакомился и подружился, понравилось ли ему отдыхать, в какие игры он играл.

Подведение итогов

Обсуждение проходит с помощью следующих вопросов.

Что тебе больше понравилось — рассказывать о своих летних впечатлениях или слушать рассказы других?

Трудно ли было излагать содержание чужих впечатлений о лете?

Чьи впечатления о лете были самыми яркими и красочными?

4. Домашнее задание

Дети рисуют в рабочих тетрадях рисунок на тему «Как я изменился за лето?»

ЗАНЯТИЕ 2 ЗНАКОМСТВО с ПСИ-МАГОМ

Задачи:

Научить детей представлять себя и знакомиться с другими.

Создать у них мотивацию на познание самих себя.

Дать первоначальное представление о существовании психики (внутреннего мира).

Материалы

Альбомы, цветные карандаши, фломастеры, бумага для записей, булавки, мячик, кукла Пси-Маг.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают свои альбомы.

2. Настрой на занятие

Упражнение «Давайте знакомиться»

Психолог. *Давайте познакомимся. На счет «1-2-3» все одновременно громко называют свое имя, а по сигналу «молчок» (я поднесу палец к губам) нужно закрыть рот ладошкой.*

Дети дружно выкрикивают свои имена.

Ой, какой шум и гам. Узнали ли вы имена друг друга? Узнала ли я, как вас зовут? Получилось ли у нас знакомство? Почему?

Дети отвечают. Применяется такой прием: учитель бросает мячик ребенку, тот отвечает.

Итак, знакомство у нас не состоялось: получились шум и гам. Мы не услышали имена друг друга. Поэтому надо говорить по очереди, и тогда мы услышим каждого.

Игра «Снежный ком»

Давайте встанем в круг. Сейчас мы будем знакомиться, называя свои имена (Отчества) по очереди. Получая мячик от соседа, каждый сначала называет имена двух предыдущих соседей, а только потом — свое.

Психолог первым произносит свое имя. Дети, получая в руки мячик, называют свои имена по кругу. Психолог подсказывает, если у учащих возникают затруднения.

Задание «Визитка»

Теперь мы будем знакомиться с помощью визитки. (Психолог раздает каждому ребенку по листочку.) Сейчас возьмите фломастер или цветной карандаш любого цвета и на листочке сверху посередине напишите свое имя. Теперь немного ниже нарисуйте любой значок, символ, по которому вас можно узнать, определить. Это может быть какой-либо предмет, игрушка, животное, растение, явление природы. Внести свои изменения за лето. Это и есть ваша визитка.

Психолог булавками прикрепляет листочки к груди детишек.

Теперь рассмотрите визитки друг друга. Встаньте из-за парт, выйдите на середину класса, подойдите друг к другу, посмотрите, что нарисовано на визитке ваших одноклассников, запомните, какой у кого рисунок. На следующем занятии мы по рисунку будем угадывать, чья это визитка.

Дети подходят друг к другу. Психолог должен проследить, чтобы дети были активны, никто не остался в стороне.

3. Работа по теме

Беседа

Психолог. *Вы — ученики школы. Здесь бывают различные уроки. Какие уроки проходят в школе? Какие новые уроки у вас появились в этом году?*

Дети отвечают. Применяется такой прием: учитель бросает мячик ребенку, тот отвечает. Если ребенок затрудняется, нужно предложить ему вспомнить, какие уроки были сегодня.

На каждом уроке вы узнаете что-то новое, учитесь что-то делать. Что вы узнаете на уроках чтения (математики, рисования и др.)?

Дети отвечают.

Как вы думаете, что мы будем изучать на наших уроках «Психологической азбуки»?

По кругу пускается мячик, и каждый по очереди отвечает на вопрос психолога.

На уроках «Психологической азбуки» мы с вами узнаем о таинственном и загадочном Королевстве Внутреннего мира. Это Королевство есть у каждого из вас. Надо только уметь обнаружить его у себя и у других людей.

Найти это таинственное и загадочное Королевство нам поможет мудрый и добрый гном-старичок. Он обещал прийти к нам сегодня на занятие. Чтобы гномик появился, нужно ладошками закрыть глазки, не зажмуриваться, только прикрыть. Ждем, когда гномик появится.

Психолог имитирует появление Пси-Мага.

Откройте глаза. Ладони положите на стол. Сегодня к нам на урок пришел гном-волшебник. Его зовут Пси-Маг (психолог рукой показывает надпись на доске, а дети хором по команде читают ее).

«Пси» означает психолог (психологический), «Маг» — это значит волшебник. Имя Пси-Маг означает Психолог-волшебник, Психологический волшебник. Давайте познакомимся с Пси-Магом так, как мы уже умеем, по очереди называя свое имя и здороваясь за руку.

Пси-Маг здороваётся с каждым ребёнком.

Вот мы и познакомимся с Пси-Магом. Ребята, а вы хотите подружиться с ним?

Если дети говорят «да», сказать, что Пси-Маг сообщил психологу на ушко, что очень рад знакомству и хочет с подружиться со всеми детьми в классе.

Пси-Маг поможет нам познакомиться с Королевством Внутреннего мира. Он просит вас прикрыть глазки ладошками. Пси-Маг перенесётся сейчас в Королевство Внутреннего мира. Не открывая глаз, представьте себе Пси-Мага. Вы видите его в своём Королевстве Внутреннего мира. Рассмотрите волшебника: как он выглядит, во что одет, какого цвета его одежда, шапочка, башмачки, есть ли у него борода и усы, какой значок изображён у него на штанишках. Потом вы мне все это расскажете.

Откройте глазки. Перед вами Пси-Маг. Рассмотрите его внимательно. Расскажите, какой он?

Дети по очереди, получая мячик по кругу, называют качества гномика.

Что за значок у Пси-Мага на штанишках? Это символ психологии. Запомните этот значок.

Посмотрите внимательно на Пси-Мага. Прикройте глазки ладонями. Представьте себе Пси-Мага. Сейчас он перенесётся в ваше Королевство Внутреннего мира. Здесь вы можете встретиться с Пси-Магом, когда захотите. Откройте глазки.

Игра «Паровозик и вагончики»

Паровозиком будет... (называется наиболее понятливый ребёнок). Паровозик подходит по очереди к каждому, прикасается к плечу и таким образом цепляет к себе вагончик за вагончиком. Вагончик прицепляется руками к плечам предыдущего вагончика. Паровозик движется, пыхтит, гудит, а вагончики стучат колесами.

Сейчас я буду читать по одной строчке из стихотворения, а вагончики будут стучать колесами «тук-тук-тук» после каждой строчки. Когда я произнесу слово «машинист», только паровозик будет говорить «чух-чух-чух».

Итак, начинаем.

Поезд мчится и грохочет. (Дети: «Тук-тук-тук».)

Машинист вовсю хлопочет. (Ребёнок: «Чух-чух-чух».)

Поезд мчится под горой. (Дети: «Тук-тук-тук».)

Для детей — вагон второй. (Дети: «Тук-тук-тук».)

(Д. Хармс. «Поезд»)

Теперь паровозик движется к своей парте и отцепляется от вагончиков. Паровозиком становится первый вагончик, и так до тех пор, пока все не рассядутся по местам.

Первичная диагностика.

4. Подведение итогов

Дети отвечают на вопросы психолога: С кем мы познакомимся сегодня на занятии «Психологической азбуки»?

Кто такой Пси-Маг? Зачем он к нам пришёл на урок?

5. Домашнее задание

Нарисуйте в альбоме Пси-Мага таким, каким вы его представляете.

ЗАНЯТИЕ 3 КОРОЛЕВСТВО ВНУТРЕННЕГО МИРА

Задачи:

Создать первоначальное представление о специфике психики.

Поддержать мотивацию на познание самого себя.

Материалы

Психологические альбомы, цветные карандаши и фломастеры, визитки детей, булавки, мячик, кукла Пси-Маг.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по принципу «мальчик—девочка—мальчик—девочка». У каждого на краю парты психологический альбом.

2. Настрой на занятие

Упражнение «Приветствие»

Психолог. *Здравствуйте, дети, я рада снова встретиться с вами на занятии «Психологическая азбука».*

Ребята, что я сейчас сделала?

Ответы детей.

Правильно — я вас поприветствовала. Как вы думаете, зачем люди при встрече приветствуют друг друга? Как они делают это? А можно ли приветствовать человека без слов? Как? Расскажите.

Дети рассказывают. Тот, кто говорит, держит в руках мячик, который даёт ему учитель.

А теперь каждый из вас выйдет из-за парты и поприветствует того, кого хочет, — всех в классе или только некоторых. Приветствовать можно и словами и без слов.

Дети приветствуют друг друга. Психолог следит, чтобы не оставалось непоприветствованных детей.

Вот мы и поприветствовали друг друга. Теперь в начале каждого нашего урока мы будем обязательно приветствовать друг друга. Спасибо, садитесь на места.

Задание «Угадай визитку»

Психолог. *А сейчас мы будем угадывать, чья визитка у меня в руках. Итак, чья же визитка у меня в руках? Дети высказывают предположения. Если кто-то угадывает, то берет визитку себе. Если с первого раза автор не определяется, визитка откладывается на потом. Иногда, по разрешению психолога, автор называет себя сам.*

3. Работа по теме

Задание «Вернисаж рисунков Пси-Мага»

Психолог. *Какое было на сегодня домашнее задание?*

Ответы детей.

Правильно, вы рисовали каждый своего Пси-Мага. Рисовали его таким, каким увидели в своем Королевстве Внутреннего мира.

Сейчас мы устроим выставку-вернисаж этих рисунков. Откройте свои психологические альбомы и найдите в них нужный рисунок. Нашли?

Дети выполняют задание.

Расположите рисунок на парте так, чтобы другие дети могли легко его рассмотреть. Теперь по очереди подходите к рисункам, внимательно их рассматривайте. Если что-то непонятно, задавайте вопросы автору. Итак, первым идет...

Дети по очереди обходят выставку.

Беседа

Вы увидели много рисунков. Что в них вам понравилось, что удивило? Что вы заметили особенное? Похожи ли между собой рисунки Пси-Мага в разных Королевствах Внутреннего мира?

Дети по очереди, получая от психолога мячик, делятся своими впечатлениями от выставки рисунков

Итак, вы заметили, что рисунки Пси-Мага не похожи друг на друга, они очень разные. Посмотрите, Пси-Маг вот такой (показывает куклу Пси-Мага), а на рисунках у... (называет имена детей) совсем другой, как вы думаете, почему?

Ответы детей.

Правильно, Пси-Маг получился разным, потому что у каждого из вас Королевство Внутреннего мира свое, особенное, непохожее на другие. Именно с этим Королевством вы будете знакомиться на наших занятиях. Хотите узнать о нем?

Ответы детей.

В Королевстве Внутреннего мира есть свои жители. О том, кто они и по каким законам живут, мы узнаем на уроках. Проводником и помощником в путешествии по Королевству Внутреннего мира будет Пси-Маг — психологический волшебник, с которым вы уже знакомы (показывает куклу Пси-Мага). Сейчас он здесь, но в любой момент может перенестись в ваше Королевство Внутреннего мира. Вы с ним можете встретиться там, когда захотите. Надо только молча закрыть глазки и представить Королевство. Давайте сделаем это! Представили?

Дети выполняют задание.

Рассмотрите внимательно Пси-Мага: во что он одет, во что обут, есть ли у него на голове шапочка; если есть, то как она выглядит. Что вы видите, слышите, наблюдаете в Королевстве, какие события там происходят — приятные или неприятные? Как Пси-Маг участвует в этих событиях?

Дети несколько минут сидят с закрытыми глазами.

Теперь постепенно, не спеша, откройте глазки. Все, что вы видели в Королевстве Внутреннего мира — Пси-Мага и происходящие события, нарисуйте в психологическом альбоме.

Пока дети рисуют, психолог по очереди подходит к каждому ребенку и выслушивает его.

Дети, а теперь нарисуйте схематическую карту своего Королевства Внутреннего мира. Не забудьте нарисовать знакомый уже вам значок Пси. Что он означает?

Ответы детей.

Правильно. Этот значок является эмблемой, значком Королевства Внутреннего мира. Все, на чем он нарисован, относится к Королевству Внутреннего мира.

Игра «Четыре стихии» (Чистяков М.И. Психогимнастика. М., 1995, с. 66)

Психолог. *Поиграем в игру на внимание. Она называется «Четыре стихии». Это земля, вода, воздух, огонь. Если я скажу «земля» — вы приседаете на корточки и дотрагиваетесь руками до пола. Если я скажу «вода» — вы вытягиваете руки вперед и совершаете плавательные движения. Если скажу «воздух» — вы поднимаетесь на носочки и поднимаете руки вверх. Если я скажу «огонь» — вы вращаете руками в локтевых и лучезапястных суставах. Понятно? А сейчас потренируемся. Тот, кто ошибется, может исправить ошибку. Начали.*

Дети играют.

Пришло Время книги, то есть мы будем читать и слушать интересные книги, из которых вы узнаете многое о себе и других людях.

Сегодня мы слушаем начало сказки из книги «Психология для малышей». Сели правильно, прикрыли глазки, и молча, внимательно слушаем «Сказку о Волшебных зеркалах».

Психолог читает начало сказки. (См. внизу. Продолжение сказки будет опубликовано в приложении к следующему занятию.)

Продолжение сказки мы узнаем на следующем занятии. А теперь ответьте на вопросы.

Дети по очереди отвечают с помощью психолога на вопросы.

- Как зовут девочку — главную героиню?
- Что случилось необычного в день появления Кари на свет?
- Какой стала Кари через 16 лет?
- Какие важные события произошли в рыбацкой деревне?

4. Домашнее задание

Нарисуйте в психологическом альбоме то, что вы узнали из «Сказки о Волшебных зеркалах», то есть иллюстрацию к сказке, как это делают художники.

5. Подведение итогов

Дети отвечают на вопросы психолога:

Что нового вы узнали сегодня на уроке?

Что такое Королевство Внутреннего мира?

Кто там живет?

Что в нем происходит?

С какими героями вы познакомились в «Сказке о волшебных зеркалах»?

Приложение 1

СКАЗКА О ВОЛШЕБНЫХ ЗЕРКАЛАХ

(Вачков И.В. Психология для малышей. М., 1996, с. 15—16)

В одном королевстве в семье рыбака родилась маленькая девочка. Накануне ее рождения в рыбацкую деревушку забрела никому не знакомая старушка в старом, залатанном платье, с большим суковатым посохом в руках и тощим мешком за плечами. Ночью только в хижине рыбака, где ждали ребенка, горел свет, и именно в эту хижину постучалась старушка и попросилась переночевать.

— Что ж! — сказал рыбак. — У нас тесно и пахнет рыбой. К тому же вот-вот должен родиться ребенок. Но нельзя же старой женщине ночевать на улице. Проходи, найдем для тебя местечко.

— Спасибо тебе, — сказала старушка. — Доброта человеческая никогда не ищет благодарности, но всегда ее находит. Твоя дочь будет счастлива в жизни.

С этими словами старушка вошла в хижину, и рыбак постелил ей у очага. К утру на свет появилась маленькая девочка, и родители назвали ее Кари. Старушка ласково посмотрела на ребенка, взяла свой тощий мешок, достала оттуда три маленьких зеркальца и сказала рыбаку:

— Я хочу сделать твоей дочери подарок. Эти зеркала волшебные. Но в чем их волшебство — она узнает, когда вырастет.

Рыбак поблагодарил старушку и с некоторой опаской взял протянутые ею зеркала. Когда старушка ушла, он посмотрел в каждое из них, но везде увидел только свое бородатое лицо с загрубевшей от морского ветра кожей. Рыбак пожал плечами и убрал зеркала далеко на полку...

Прошло шестнадцать лет. Рыбак и его жена забыли о подарке, который был сделан неизвестной старушкой их дочери Кари в день ее появления на свет, а маленькая Кари превратилась в прелестную девушку, которая очень любила веселиться, наряжаться и любоваться своим отражением в треснувшем зеркале. Надо сказать, что Кари не очень-то нравилось заниматься домашними делами и помогать родителям. При любой возможности она стремилась избавиться от всех хлопот.

Однажды возле берега напротив рыбацкой избушки бросил якорь большой и красивый корабль. От корабля отошла шлюпка и причалила к берегу. На песок сошли люди в богатых одеждах, со шпагами на боку и в шляпах с яркими перьями. Сразу было видно, что это знаменитые вельможи. Среди них выделялся высокий и красивый юноша с умными и немного печальными глазами. Рыбаки вышли на берег встретить необычных гостей. Кари стояла чуть поодаль в толпе рыбацких дочерей. При взгляде на прекрасного юношу сердце ее замерло.

Ее отец как старший среди рыбаков почтительно приблизился к мореплавателям.

— Приветствуем вас, храбрые и трудолюбивые рыбаки! — сказал высокий юноша. — Я принц Агор и приплыл сюда со своими спутниками по велению моей матери — королевы и волшебницы. Она наказала мне именно у вас, среди ваших дочерей, найти себе невесту.

Приложение 2

Плакат "ОЦЕНКА МОИХ УСПЕХОВ"

Красный кружок — получилось отлично

Желтый квадратик — получилось хорошо

Зеленый треугольник — получилось удовлетворительно

Синяя волнистая линия — не получилось так, как хотелось

ЗАНЯТИЕ 4

СКАЗКА О ВОЛШЕБНЫХ ЗЕРКАЛАХ

Задачи:

Познакомить детей с основными составляющими Я-образа.

Поддержать у них мотивацию на самопознание.

Материалы

Психологические альбомы, цветные карандаши, фломастеры, трафаретки для зеркал.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по принципу «мальчик — девочка». Психолог объясняет, чему будет посвящен урок.

2. Настрой на занятие:

упражнение «Необычное приветствие», задание «Помоги угадать визитку», задание «Вернисаж домашних рисунков».

Упражнение «Необычное приветствие»

Психолог. В начале каждого урока «Психологическая азбука» мы приветствуем друг друга. Сегодня мы сделаем это не совсем обычно — без слов, то есть взглядом, улыбкой, ладошками, плечами, коленками, ступнями, локтями. Проявите, пожалуйста, свою фантазию и изобретательность.

Задание «Помоги угадать визитку»

Психолог. Сейчас я с вашей помощью буду угадывать, чья визитка у меня в руках. Вы будете помогать мне молча, показывая взглядом или улыбкой, кто ее автор. Если я буду идти в правильном направлении, то вы должны улыбаться; если я буду идти неправильно, то вы должны нахмуриться и взглядом, а не руками показать, где автор визитки.

Задание «Вернисаж рисунков»

Психолог. Какое на сегодня было домашнее задание?

Дети. Нарисовать иллюстрации к сказке.

Психолог. Правильно, вы рисовали иллюстрации к прочитанной на прошлом занятии сказке. Как она называлась?

Дети отвечают.

Психолог. Сейчас мы устроим выставку домашних рисунков и вспомним события, которые произошли в сказке.

Дети демонстрируют одноклассникам и/или психологу рисунки. Авторов лучших рисунков психолог вызывает в центр класса и просит рассказать, что они нарисовали. Вопросами он помогает ребенку передать основное содержание рисунка.

Далее дети отвечают на вопросы.

- Как зовут главную героиню сказки?
- Какое необычное событие произошло в день ее появления на свет?
- Какой стала Кари через 16 лет?
- Что произошло в рыбацкой деревне?
- Как зовут принца?
- Зачем он со свитой прибыл к рыбакам?

3. Работа по теме

Чтение фрагмента «Сказки о волшебных зеркалах» (см. приложение), беседа по содержанию сказки, задание «Отражение в волшебных зеркалах».

Беседа

Психолог. Мы продолжаем знакомиться с героями «Сказки о волшебных зеркалах».

Психолог читает продолжение сказки (см. приложение). Дочитав до слов «На следующий день принц...», психолог проверяет понимание смысла прочитанного с помощью наводящих вопросов.

1. Что показывают зеленое, красное и синее зеркала?

2. Почему Кари такая разная в этих зеркалах?

После ответов на вопросы психолог продолжает чтение отрывка. (Окончание сказки, предназначенное для чтения на следующем занятии, будет напечатано в следующем номере «Школьного психолога»)

Задание «Отражение в волшебных зеркалах»

Психолог. А сейчас, ребята, откройте альбомы и с помощью картонного трафарета цветными фломастерами или карандашами нарисуйте три зеркала. Какого они цвета?

Дети. Зеленого, красного и синего.

Психолог. Вспомните, что можно увидеть в зеленом, красном, синем зеркалах.

Дети отвечают.

Психолог. А теперь нарисуйте по порядку, что увидела Кари в зеленом, красном и синем зеркалах.

Дети рисуют изображения Кари в трех зеркалах.

Во время работы психолог ходит по классу и обсуждает по возможности с каждым ребенком следующие вопросы.

- Разные ли получились изображения Кари в волшебных зеркалах и почему они разные?
- Какой представляет себя Кари?
- Какой представляет ее принц Агор?
- Какая она на самом деле?

После выполнения этого задания психолог читает сказку до слов «Однажды в конце обычного праздника...».

После чего проверяет понимание ее содержания с помощью вопросов:

1. Изменилась ли Кари?

2. Какой она была раньше и какой стала сейчас?

4. Домашнее задание

Дома дорисуйте то, что увидела Кари в трех волшебных зеркалах. Какой она увидела себя в них?

СКАЗКА О ВОЛШЕБНЫХ ЗЕРКАЛАХ

(Вачков И.В. Психология для малышей. М., 1996, с. 19–26)

(Продолжение. Начало см. в № 3, 2000 г.)

— Добро пожаловать! — ответил старый рыбак. — Среди наших дочерей много прекрасных девушек. Выбирай любую из них. Каждая сочтет за честь стать невестой принца из далекой страны.

Принц и сопровождавшая его свита поселились в рыбацкой деревушке. Каждый день принц Агор ходил по домам, знакомился с рыбацкими дочерьми, делал им подарки, был очень вежлив и добр, но глаза его по-прежнему оставались печальными.

Все девушки деревни изо всех сил старались понравиться принцу, надевали свои лучшие наряды, угощали его приготовленными блюдами, улыбались ему. Надо ли говорить, что бедная Кари с первого мгновения влюбилась в принца и часто потихоньку наблюдала за ним, когда он бродил по берегу моря или задумчиво сидел на камне. Ей, как и другим девушкам, хотелось понравиться принцу, но в их хижину он еще не заходил.

Однажды Кари осталась дома одна. Поставив на стол старое с трещинкой зеркало, она любовалась в нем собой и причесывала красивые золотистые волосы. Вдруг маленький котенок, играя, зацепил подол ее платья и разорвал его. Кари ужасно рассердилась и, схватив свой башмак, замахнулась им на котенка. Котенок напугался и прыгнул на стол, а Кари, пытаясь шлепнуть его башмаком, промахнулась, и удар пришелся прямо по зеркалу! Дзинь! — и оно расколосось.

Кари решила поискать, нет ли в доме еще зеркал. И вот на верхней полке в шкафу она нашла три маленьких зеркальца: одно с обратной стороны было зеленое, другое — красное, а третье — голубое.

Кари посмотрелась в зеленое зеркальце и увидела свое симпатичное лицо с огромными серыми глазами и пухлыми губками. «Какая я красивая! — подумала Кари. — Интересно, что обо мне думает принц? Кажусь ли я ему красивой?»

Она поднесла к лицу красное зеркало и чуть не выронила его от удивления. Отражение было совсем другое! Нечеткое, будто в тумане, расплывчатое. «Как странно, — подумала Кари. — Это какие-то необыкновенные зеркала. Интересно, что я увижу в третьем зеркале?»

Она взглянула в голубое зеркало и удивилась еще больше. Оттуда на нее смотрело лицо какой-то другой девушки (ей сначала так показалось): презрительно сощуренные глаза, капризно надутые губы, неприятная усмешка. Кари пригляделась и увидела все-таки знакомые черты. Это было ее лицо, но очень изменившееся.

— Что за чудеса! — воскликнула она вслух. — Кто же мне это объяснит?

— Я могу объяснить, — раздался негромкий голос снизу.

Кари посмотрела вниз и увидела на полу котенка, который лапкой мыл мордочку. Вдруг он заговорил человеческим голосом:

— Это волшебные зеркала. Тебе их подарила добрая Волшебница в день твоего рождения. В зеленом зеркальце ты видишь себя такой, какой представляешься себе самой. В красном — то, как видят тебя другие люди.

Захочешь посмотреть на себя чужими глазами — пожалуйста! А в голубом зеркальце — отражение такой, какая ты есть на самом деле.

Умывшись, котенок вскочил на подоконник.

— Но почему же у меня в зеркалах такая разная внешность? — растерянно спросила Кари.

— Волшебные зеркала отражают не внешность, — мурлыкнув, сказал котенок и уточнил: — Не только внешность.

Он зевнул и выпрыгнул в открытое окно...

На следующий день принц Агор пришел в хижину родителей Кари. Ее мать испекла вкусный пирог и угощала им принца и его спутников. Кари сидела за столом напротив принца и очень волновалась. Ее лицо стало еще прелестней от яркого румянца. Принц рассказывал о своих путешествиях и, поглядывая на Кари, иногда чуть улыбался. Кари не могла вымолвить ни слова. К концу разговора старый рыбак, отец Кари, спросил Агора:

— Как тебе понравились девушки у нас в деревне? Например, дочь моего соседа Пента? Правда, красавица? А ее сестричка Тора — добрейшая душа!

Слова отца очень испугали и разозлили Кари: вдруг принцу и в самом деле понравились эти девушки? А ведь она-то, Кари, лучше! И хотя Пента и Тора были ее подругами, Кари в этот момент ненавидела их, и у нее неожиданно вырвалось громкое восклицание:

— И вовсе они не так хороши, как ты говоришь!

После этих резких слов все замолчали. Принц Агор с удивлением и печалью посмотрел на Кари, которая смутилась и уже пожалела о сказанном. Гости поспешно попрощались и ушли, а Кари схватила свои волшебные зеркала, выскочила из дома и спряталась в скалах, где ее никто не мог увидеть. Она посмотрела в каждое зеркало и расплакалась. Красное зеркальце показало, какой ее представляет сейчас принц Агор: злобной, завистливой гордячкой. Кари винила себя за свои глупые и необдуманные слова, за своенравный характер, а в зеленом зеркальце постепенно таяло лицо беспечной красавицы. И чем больше ругала себя Кари, чем больше находила в себе плохого, тем безобразней становилось ее отражение в зеленом зеркальце. Ведь оно показывало тот образ, который складывается у человека о себе самом.

Прошло несколько дней. Принц Агор обошел уже все дома в рыбацкой деревушке, познакомился со всеми девушками, но, видно, так и не сделал своего выбора. Никто из рыбацких дочерей не мог похвастаться особым

вниманием принца. Каждый вечер специально для него молодежь деревушки устраивала праздничные гулянья, песни и танцы. Но хотя принц пел и танцевал вместе со всеми, глаза его оставались грустными. Кари тоже несколько раз говорила с ним и даже танцевала, но каждый вечер, заглядывая в заветное красное зеркальце, она видела там самолюбивую и немножко глупую девочку, то есть такую, какой ее видел принц Агор. Правда, теперь это отражение не было таким резким и в нем даже появились некоторые приятные черты, но это было совсем не то. Ведь Кари мечтала о том, чтобы принц полюбил ее так же, как она любила его. Иногда она мысленно просила красное зеркальце показать, какой видят ее родители, и тут же отражение становилось симпатичным, веселым и беззаботным. Но если она старалась понравиться ему и показаться лучше, чем была на самом деле, то вечером с помощью красного зеркальца с горечью узнавала, что ее образ в глазах принца потускнел и даже подурнел. Она перестала пытаться влюбить в себя Агора и только издали смотрела на него, и сердце ее переполнялось нежностью. Так дни шли за днями. Родители Кари заметили, что она изменилась. Девушка больше не ленилась, выполняла домашнюю работу, стала более внимательна к родителям и приветлива с подругами. Часто она ласково гладила котенка по пушистой шерстке и разговаривала с ним, но в ответ он только мурлыкал, как будто никогда не умел говорить по-человечески. Как-то она с удивлением обнаружила, что ее отражения в зеленом зеркальце, то есть тот образ, который представляла она сама, и в голубом, то есть ее настоящий образ, стали очень похожи.

ЗАНЯТИЕ 5 СКАЗКА О ВОЛШЕБНЫХ ЗЕРКАЛАХ -2

Задачи:

Укрепить интерес детей к самопознанию. Развивать рефлексию. Закрепить знания об основных составляющих Я-образа.

Материалы

Психологические альбомы, цветные карандаши, фломастеры, трафаретки для зеркал.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают рисунки, нарисованные дома, — «Отражение в волшебных зеркалах».

2. Настрой на занятие

Игра «Снежный ком», проверка домашнего задания, беседа по содержанию сказки.

Игра «Снежный ком» (см. описание игры в занятии 1, «Школьный психолог», № 1, 2000 г.)

Психолог. *Дома вы нарисовали изображения Кари в волшебных зеркалах. Давайте рассмотрим рисунки, ответим на вопросы и выполним задания.*

1. В чем состоит волшебство зеленого, красного и синего зеркал?
2. Что увидела Кари в зеленом, красном и синем зеркалах?
3. Вспомните, посмотрев на свои рисунки, какой она себя представляла? Какой ее видел принц? Какой она была на самом деле?
4. Одинаковые или разные получились изображения Кари в зеленом, красном и синем зеркалах?
5. Изменилась ли Кари за последнее время? Какой она была раньше и какой стала?
6. Почему стали похожими отражения Кари в зеленом и синем зеркалах?
7. Изменилось ли ее изображение в красном зеркале? Почему?

3. Работа по теме

Чтение окончания сказки о волшебных зеркалах из книги И.В. Вачкова «Психология для малышей» (М., 1996, с. 21—26), задание «Какое зеркало хочу?».

Психолог читает окончание сказки, но не прочитывает ее последнее предложение («И во всех трех зеркалах отражалось...»).

Психолог. *Ребята, что отражалось во всех волшебных зеркалах в конце сказки? Какой увидела себя Кари в них? Как вы думаете, почему так произошло?*

Каждый ребенок высказывает свое мнение и объясняет, почему он так думает. Психолог фиксирует, кто из детей правильно и глубоко разобрался в содержании каждого изображения, в переменах, происшедших в них, а также в том, какие ошибки и заблуждения характерны для детей при рефлексивной работе. Психолог выделяет две группы детей: тех, которые при обосновании своей точки зрения проводят аналогию с собой, «примеривают» узанное в сказке на себя, и тех, кто так и не смог увидеть разницу в изображениях в трех зеркалах.

Задание «Какое зеркало хочу?»

Психолог. *Ребята, хотели бы вы иметь такие волшебные зеркала?*

Дети. *Конечно же, да!*

Психолог. *Если бы можно было взять только одно зеркало, то какое из трех волшебных зеркал вы хотели бы иметь у себя? Объясните свой выбор.*

Психолог задает этот вопрос каждому ученику, выслушивает его мнение и аргументацию. Если ребенок выбирает

красное зеркало, то необходимо поинтересоваться, в чем представлении он хотел бы увидеть себя в красном зеркале.

4. Домашнее задание

Психолог. *Подберите одну-две пословицы или поговорки про лень. Сделайте к ним маленькие рисунки.*

Приложение

СКАЗКА О ВОЛШЕБНЫХ ЗЕРКАЛАХ

(Вачков И.В. Психология для малышей. М., 1996, с. 19–26)

(Окончание. Начало см. в № 3, 6 2000 г.)

Однажды в конце обычного праздника принц Агор объявил жителям деревушки, что прощается с ними.

Музыка смолкла, прекратились веселье, танцы и смех. Все были расстроены, потому что успели полюбить доброго и благородного принца.

В наступившей тишине Агор сказал:

— Мне очень жаль расставаться с вами. Но срок мой истек, а я не сумел выполнить поручение моей матери-королевы.

— Разве нет у нас достойных невест? — с удивлением и огорчением спросил самый древний старик.

— Есть, но я искал только одну-единственную, чей образ показала мне мать и кому я сразу отдал бы свое сердце.

Она должна была быть здесь, но я не нашел ее, — ответил принц.

В эту ночь Кари не смогла уснуть от слез и, выйдя потихоньку из дому, отправилась к берегу моря. Вдруг она увидела людей, и среди них принца, которые шли к скале, чьи уступы уходили в глубь моря. Кари бесшумно последовала за ними. То, что она увидела, поразило и испугало ее.

На самом нижнем уступе скалы, о который бились морские волны, люди остановились, и один из них вбил в трещину в каменной стене большое железное кольцо. К этому кольцу приковали принца Агора, спутав его руки и ноги тяжелыми цепями. Один из сопровождавших принца людей наклонился к нему и с печалью произнес:

— Прощай, принц. Нам очень больно делать это. Но мы не в силах помочь тебе.

— Прощайте, друзья, — ответил Агор, голос его был тверд, но полон глубокой грусти. — Вы сделали все, что могли. Передайте моей матушке, что я прошу прощения за то, что не сумел выполнить ее наказ.

Люди — а это были спутники принца с корабля — молча покинули мрачную скалу. Агор остался на уступе один. Он прислонился спиной к каменной стене и замер, будто ожидая чего-то. Кари вышла из-за кустов, где пряталась до этого, и бросилась к принцу.

— Я освобожу тебя! — горячо воскликнула она.

— Кто ты? — резко обернулся Агор. — А, Кари! Нет, ты не можешь освободить меня. Скорее уходи отсюда, близится полночь...

— Я не уйду, я помогу!

— Нет! — сурово сказал Агор. — Если ты не уйдешь, то погибнешь вместе со мной. А Дракону нужен только я.

— Дракону? Какому Дракону? Я ничего не понимаю!

— Хорошо, я все объясню тебе, но после этого ты уйдешь. На меня с детства наложено страшное заклятие. В день своего двадцатилетия я должен быть принесен в жертву злому Дракону. Снять это заклятие может только Любовь, моя любовь к одной девушке, чей образ показала мне мать в своем магическом зеркале. Моя мать, королева и волшебница, сказала мне, что я найду эту девушку в вашей рыбацкой деревушке и когда узнаю ее, в тот же миг падут злые чары и с меня снимется страшное заклятие. Я долго искал ее, но не нашел. И теперь я стану жертвой Дракона, а ты должна уйти как можно скорее.

— Давай вместе убежим отсюда!

— Нет. Заклятие нельзя нарушить, иначе огромные беды обрушатся на все королевство.

— А есть ли еще другой способ спасти тебя?

— Есть... Но это невозможно!

— Скажи мне!

— Нет. Не скажу. Уходи, Кари, прошу тебя.

Кари стояла на коленях рядом с принцем и плакала от своего бессилия. В этот момент что-то мягкое и пушистое потерлось о ее ногу. Это был котенок.

— Принц не скажет тебе, Кари, — промурлыкал он, — потому что не хочет спасения такой ценой. Для снятия злых чар нужно, чтобы жертву Дракону...

Его последние слова заглушили грохот и плеск закипевшей воды. Из черных грозовых туч ударили молнии.

Прогредел гром. Из глубины моря поднималось огромное черное тело Дракона, покрытое бронзовой чешуей.

Ужасная, уродливая голова повернулась в их сторону и посмотрела на них злобными глазами.

Кари очень испугалась. Она сжалась в комок и замерла.

— Беги, Кари! — крикнул принц Агор, пытаясь встать на ноги — цепи мешали ему.

Девушка очнулась от страха и посмотрела на него. Она любила его. Она знала способ спасти его.

Кари вскочила и бросилась к самому краю уступа, на который летели соленые брызги от расвирепавших морских волн.

— Вот я! — громко крикнула она. — Бери меня, Дракон, вместо принца Агора!

— Не смей, Кари! — закричал принц и рванулся к ней, разрывая сковывавшие его цепи.

Она обернулась, и в неровном свете сверкающих молний он увидел ее прекрасное лицо.

— Ты! Это ты! Я узнал тебя! Та самая девушка из волшебного зеркала моей матери! — воскликнул принц Агор. В тот же миг раздался ужасный рев. Это в бессильной ярости рычал Дракон, который вдруг стал рассыпаться, словно сделанный из песка. Через несколько секунд волны успокоились, перестали полыхать молнии, стих ветер и наступила тишина. Злые чары рассеялись.

А на уступе скалы, взявшись за руки, стояли Кари и принц Агор. У их ног валялись разорванные цепи, а рядом сидел котенок и как ни в чем не бывало облизывал свою шерстку.

— Как же я мог сразу не узнать тебя? — тихо спросил принц.

— Я сама не могла узнать себя в этих зеркалах, — улыбаясь, ответила Кари и достала из кармана три своих драгоценных зеркальца.

— Ах, вот они! Эти чудесные предметы подарила моя мать-волшебница, превратившись в нищенку, той самой девушке, которую я искал, — сказал принц.

Кари держала перед собой три волшебных зеркальца — зеленое, красное и голубое. И во всех трех отражалось одно и то же лицо — прекрасное, доброе и счастливое...

ЗАНЯТИЕ 6 ЧТО Я ЗНАЮ О СЕБЕ ?

Задачи:

Актуализировать у детей рефлексивную позицию.

Развивать у детей потребность в самоанализе и рефлексии.

Материалы

Психологические альбомы, цветные карандаши, фломастеры, трафаретки для зеркал.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают принадлежности. Дети самостоятельно вслух читают тему занятия, написанную на доске.

2. Настрой на занятие

Упражнение «Постройся в ряд по признаку (ранжирование)»

Психолог. *Эта игра — на знание друг друга и быстроту реакции. Правила игры такие. На счет «1, 2, 3» нужно как можно быстрее построиться в один ряд. Я говорю вам, каким образом это нужно сделать (например, «постройтесь по росту»), а вы становитесь в ряд — впереди самый высокий ученик, в конце — самый маленький.*

Понятно? Итак, постройтесь в ряд.

Психолог предлагает разные варианты, например, по цвету волос, по цвету платья, кофточки, пиджака, по цвету глаз — от самого темного до самого светлого.

Получилось? Почему не получилось?

3. Работа по теме

Игра «Соревнование знатоков»

Психолог. *Сейчас будет происходить соревнование знатоков. Но это не совсем обычные знатоки — это знатоки психологических качеств. Ими по результатам соревнования будут признаны те ученики, которые назовут как можно больше слов, характеризующих человека.*

Психолог делит детей на две команды и располагает их отдельно друг от друга.

Теперь каждая команда придумывает себе интересное название (это может быть имя сказочного или мультипликационного героя, название животного или растения).

Первое задание

Психолог. *Каждая команда должна как можно быстрее назвать психологическое качество, противоположное тому, которое назову я. Например, если я говорю «злой», то правильный ответ — «добрый». Команды отвечают по очереди. Выкрикивать раньше нельзя — таким образом, вы подсказываете другой команде. За каждое правильно названное качество команде присваивается очко, а тот, кто назвал его, получает значок.*

Возможные пары качеств:

ленивый—трудолюбивый

честный—лживый

щедрый—жадный

грубый—вежливый

грустный—веселый

смелый—трусливый

тихий—шумный

шаловливый—послушный

отзывчивый—черствый

подлый—благородный

Второе задание

Психолог. Каждая команда по очереди называет по одному хорошему, приятному качеству. Они не должны повторяться. За каждое правильно названное качество команде присваивается очко, а тот, кто назвал его, получает значок.

Третье задание

Психолог. Каждая команда по очереди называет по одному плохому, неприятному качеству. Они не должны повторяться. За каждое правильно названное качество команде присваивается очко, а тот, кто назвал его, получает значок.

Психолог содействует тому, чтобы победила «дружба». Набравшим наибольшее количество значков присваивается звание «Знаток психологических качеств».

Упражнение «Мои плюсы и минусы»

Психолог. Каждый человек (взрослый или ребенок) и без волшебного зеленого зеркала знает о своих приятных (хороших) и неприятных (плохих) качествах. Сейчас каждый из вас должен написать в своем альбоме то, что он знает о себе (написать свои хорошие и плохие качества характера).

Откройте альбомы на чистом листе. Разделите его пополам чертой на две равные части. Слева напишите знак «+», а справа — знак «—». Там, где написан «+», каждый пишет, что в нем есть хорошего, приятного (достоинства). Там, где написан «—», каждый описывает, что в нем есть плохого, неприятного (недостатки).

Дети выполняют задание.

Психолог. Ребята, легко или трудно было найти в себе хорошее и плохое? А что сделать было легче?

Ребята, подумайте и скажите, какое качество в наибольшей степени мешает нам быть хорошими и замечательными, без всяких недостатков. Кто отгадает загадку, тот и ответит на этот трудный вопрос.

Слаще меда, мягче пуха,

«Отдохни!» — все шепчет в ухо.

Тот, кто будет с ней дружить,

Будет очень плохо жить!

Дети говорят ответ.

Правильно, это лень. Какие вы подобрали дома пословицы про лень?

Дети называют пословицы — каждый по одной. Психолог просит обязательно объяснить, как понимают дети каждую пословицу. Если дети не подобрали пословиц — психолог называет их сам.

Упражнение «Атомы»

Психолог. Представьте, что каждый из вас — маленькая частичка, атом. Атомы могут объединяться по несколько, образуя молекулы. Вы тоже можете по моей команде объединяться в молекулы, сцепившись за руки. Молекулы могут состоять из двух-трех и большего количества атомов. Сколько раз я прохлопаю в ладоши, столько атомов должно быть в молекуле. А вы в это время должны объединиться в молекулы. Напоминаю, что в каждой молекуле столько атомов, сколько раз я хлопну в ладоши. Тот, кто не объединился в молекулы, выбывает из игры. Приготовились. Вышли из-за парт. Внимательно слушайте, сколько будет хлопков.

Упражнение продолжается до тех пор, пока большинство «атомов» не выйдет из игры.

Задание «Мое отражение в волшебных зеркалах»

Психолог. С помощью трафаретки нарисуйте в альбоме три волшебных зеркала — зеленое, красное и желтое. Вы уже знаете, что показывает зеленое зеркало (как ты сам себя представляешь), что показывает красное зеркало (как тебя представляют другие люди — мама, папа, бабушка или друг). Желтое зеркало — новое, еще не известное вам. Оно показывает, каким ты хочешь быть, каким ты стремишься стать. Нарисуйте себя так, как вы себя видите в этих трех волшебных зеркалах.

При выполнении задания психолог поясняет непонятное детям, просматривает рисунки, фиксирует, одинаковые ли получаются изображения в зеркалах, задает наводящие на размышление вопросы.

4. Домашнее задание

Психолог. Ребята, а вы знаете, кто такой тезка? Правильно, это человек, носящий одинаковое с тобой имя. Давайте скажем, есть ли в вашем классе ученики с одинаковыми именами. Назовите, кто оказался тезками в вашем классе. Дома каждый с помощью родителей должен узнать, какой знаменитый человек носит такое же имя. Постарайтесь узнать что-нибудь интересное об этом человеке, чтобы потом рассказать в классе.

ЗАНЯТИЕ 7 ЧТО Я ЗНАЮ О СЕБЕ И ДРУГИХ

Задачи:

Развивать у детей потребность в самоанализе и рефлексии.

Помочь детям посмотреть на себя глазами других людей.

Материалы

Психологические альбомы, фломастеры или цветные карандаши, трафаретки для зеркал.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают принадлежности.

2. Настрой на занятие

Проверка домашнего задания

Психолог. *Теперь проверим, как вы выполнили домашнее задание. Кто расскажет о своем знаменитом тезке?* Психолог выслушивает детей, просит одноклассников назвать еще знаменитых людей с тем же именем. Если не все дети выполнили домашнее задание, то психолог спрашивает, знают ли они, что означают их имена, и рассказывает, как расшифровывается каждое.

3. Работа по теме

Задание «Как расселить людей в доме?»

Психолог. *Откройте свои альбомы на чистом листе. Сверху на листе напишите слова «Что я знаю о других». Это тема нашего урока. Теперь нарисуйте здесь три больших дома. В каждом из них должно быть пять этажей. Расположите дома так, чтобы все они поместились на листе.*

Каждый дом имеет свое название, которое нужно написать на крыше. Первый дом — дом Доброты, второй — Ума, а третий — Щедрости.

Что такое щедрость? Это способность человека делиться чем-то своим, ему принадлежащим, отдавать что-то свое другим, помогать другим.

Написали названия домов на крышах? Хорошо. Расселением людей в этих домах ведает Волшебник. Он заселяет дома по следующему правилу: на самых верхних этажах живут самые добрые (первый дом), самые умные (второй дом), самые щедрые (третий дом). Нижние этажи Волшебник предоставляет тем, у кого доброты, ума и щедрости меньше всех, то есть злым, глупым и жадным.

Напиши, на каком этаже в каждом из домов Волшебник поселит разных людей: твоих родителей, братьев, сестер, бабушек, дедушек, друзей, одноклассников, учителей. Найди место в каждом доме и для себя.

Сначала Волшебник расселяет жителей в доме Доброты: напиши имена его жителей в окнах дома.

Написали? Молодцы.

А теперь Волшебник заселяет дом Ума — напиши имена жителей на тех этажах, куда он их поселяет.

И, наконец, последний дом, заселенный жителями с вашей помощью, — дом Щедрости. Напиши в его окнах имена жителей.

В том случае, если дети успешно справляются с этим заданием, психолог предлагает более сложный вариант — поселить себя в этих трех домах так, как поселил бы тебя твой друг (подруга), если бы был (была) Волшебником.

Упражнение «Самый-самый»

Психолог. *По моей команде нужно каждому выбрать одного человека — того, кто был сегодня самым, например, активным на уроке. Свой выбор вы показываете молча, подойдя к этому человеку и положив ему свою ладошку на плечо. Выбор свой нужно сделать быстро — на счет «1, 2, 3». Задание понятно? Приготовились! Итак, кто сегодня на занятии был самым-самым сообразительным? А самым шумным? А самым послушным, дисциплинированным? А самым задумчивым?*

Задание «Три дома»

Психолог. *На чистом листе альбома сверху напиши название рисунка «Что другие знают обо мне?». Теперь здесь же нарисуй три дома по пять этажей в каждом. Названия домов вы напишете позже. Расселением в первом доме ведают твои родители (или только мама, или только папа — как хочешь). Подпиши под первым домом, кто расселяет в нем жителей.*

Во втором доме всех расселяет твой самый близкий друг (подруга). Поэтому под этим домом напиши «друг».

В третьем доме расселением распоряжается твоя учительница (напиши под ним «учительница»).

Задание следующее: напиши, пожалуйста, свое имя на том этаже первого дома, куда бы по твоему мнению тебя поселили родители.

Теперь во втором доме тебя поселит друг — напиши свое имя на том этаже, куда бы тебя поселил друг.

И последнее — в третьем доме напиши свое имя на том этаже, куда бы тебя поселила учительница.

Назови дома так, как ты хочешь. Это могут быть различные психологические качества, по которым тебя расселяют родители, друг, учительница.

4. Домашнее задание

Психолог. *Найди свою фотографию, где тебе больше трех лет, и с помощью родителей подготовь рассказ о себе «Когда я был маленьким» (можно устный, можно письменный).*

ЗАНЯТИЕ 8 Я - ЭТО КТО?

Задачи

Помочь детям осознать собственную уникальность.

Помочь детям осознать себя в прошлом, настоящем и будущем.

Развитие у детей способности к самоанализу, к оценке других людей, к рефлексии.

Материалы

Психологические альбомы.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают принадлежности.

2. Настрой на занятие

Проверка домашнего задания

Психолог. *Дома вы подготовили рассказ о себе по фото «Когда я был (была) маленьким (маленькой)». Сейчас каждый расскажет о себе и покажет свое фото. Все внимательно слушают, и только после рассказа можно задавать вопросы.*

Психолог предоставляет детям слово по очереди, по их желанию показывает фото одноклассникам, поддерживает неуверенных. Не следует настаивать на том, чтобы все рассказали о себе.

Беседа-опрос по пройденному материалу

Психолог. *Вот мы с вами уже проучились две четверти. Что вы узнали на наших занятиях? Что интересного делали? Вспомните.*

Психолог спрашивает тех, кто поднял руку, приглашает отвечать неактивных детей.

Игра «Это я. Это мое»

Психолог. *Эта игра на внимание. Представьте, что к вам в гости пришел незнакомый человек, он видит вас в первый раз и поэтому задает различные вопросы, чтобы познакомиться. Вы можете отвечать только жестами: вместо слов «это я» вы указательным пальцем показываете на себя, а вместо слов «это мое» — прижимаете ладошку к груди. Если ответ «это не я», «это не мое» или «нет» — вы вертите головой из стороны в сторону. Отвечать на вопросы словами нельзя — только жестами*

Психолог спрашивает детей: «Кто Саша (Сереза, Наташа, Таня и т. д.)?» или «Чей это альбом (пенал, дневник, фломастер)?»

3. Работа по теме

Психолог. *Тема нашего занятия «Я — это кто?» (тема написана на доске). Каждый из нас часто говорит «Я». Что же значит это короткое слово из одной буквы? Давайте выясним это, отвечая вместе на следующие вопросы.*

Можно ли, говоря о другом человеке, называть его «Я»?

Правильно, слово «Я» относится только к самому себе. Я — Галина Михайловна, а ты...? (Психолог обращается к ближайшему ребенку.) Сейчас каждый из вас назовет себя по очереди: «Я — ... (называется собственное имя), а ты?»

Скажите, у разных людей одинаковое Я или же разное, у каждого — свое, не похожее на других?

Верно, у каждого человека — свое особенное Я, неповторимое, непохожее на других. Какое же оно? Мое Я — текучее, теплое, соленое, пахнущее свежестью, прозрачное, ласковое, похожее на морскую воду в ладошках, в которой отражается яркий солнечный зайчик, а твое — какое? (Психолог обращается к ближайшему ребенку.) Сейчас каждый по очереди скажет: «Мое Я — ... (называется, на что оно похоже), а твое Я — какое?»

Психолог помогает репликами и наводящими вопросами каждому ребенку. Возможные ассоциации — игрушки, погода, цвет, цветок.

Упражнение «Поддерживающие руки»

Психолог. *Давайте встанем все вместе в тесный кружок, повернем ладошки в центр круга, руки согнем в локтях. В центр круга становится... (называется имя активного, смелого ребенка), закрывает глазки и представляет себя цветочком, которого поддерживают ласковые руки. Те, кто стоят в кругу, своими ладошками осторожно и ласково поддерживают хрупкий цветочек, который колышет ветер.*

«Цветочками» по указанию психолога становятся замкнутые, неуверенные, застенчивые дети. Если дети по каким-то причинам не поддерживают «цветочек», а толкают его, проявляя агрессивность, то упражнение следует прекратить.

Упражнение «Каждый спит» (Чистякова М.И. Психогимнастика. М., 1995, с. 83)

Психолог. *Все выходят на середину комнаты. Мы сейчас поиграем в сонное царство. Я выйду за дверь и сразу же зайду. Как только я войду, каждый из вас застынет неподвижно, как будто он неожиданно заснул в заколдованном сне. Я буду вас будить — тормошить, двигать руки, голову, но безуспешно: вы не должны просыпаться до тех пор, пока я не сниму с вас колдовство волшебными словами. Понятно?*

Психолог выходит и быстро заходит.

Я вхожу и что же вижу?

Тьму людей, и каждый спит.

Тот как вкопанный стоит,

Тот, не двигаясь, идет,

Тот сидит, раскрывши рот.

(В.А. Жуковский)

Сейчас я вас расколдую, и вы проснетесь: «Крамбли, крумбли, бумс!»

Задание «Рассказ о своем Я»

Психолог. *Я буду говорить начало фразы, а каждый из вас по очереди должен ее завершить, чтобы получилось законченное предложение. Правило следующее: до своей реплики повторяются слова предыдущего ученика.*

Таким образом, сначала повторяются только что прозвучавшие слова, а потом уже дается завершение фразы.

1) Больше всего на свете я люблю...

2) Я счастлив, когда...

3) Я хочу стать ...

Психолог первым заканчивает фразу, а потом дает слово детям, следя за тем, чтобы они в точности повторяли в третьем лице реплику предыдущего участника, например: «Саша больше всего на свете любит конфеты, а я больше всего на свете люблю маму». Ни в коем случае не следует заставлять, настаивать — при нежелании ребенка говорить он может пропустить ход. Если ребенок постоянно пропускает ходы, после занятия психолог в личной беседе с учеником слушает его ответы на неоконченные фразы.

4. Подведение итогов

Игра «Путанка»

Психолог. *Хочется подвигаться, верно? Тогда выйдите на середину класса, встаньте все в один ряд, возьмитесь за руки. Образовалась прочная цепочка. Теперь надо запутаться. Для этого ведущий... (называет имя ребенка, который образует крайнее звено цепочки) проходит под и над руками играющих, а другие звенья цепочки двигаются за ним, запутываясь все больше. Когда я скажу «стоп», вы останавливаетесь, а ведущий «сцепляет» свободную руку с рукой участника, оказавшегося крайним звеном в цепочке. Так, запутались очень здорово, а теперь попробуем распутаться. Главное правило — нельзя размыкать рук. Распутываться вам придется до тех пор, пока не образуется единая, без разрывов и лишних завитков цепочка.*

Психолог следит за тем, чтобы дети запутывались и распутывались спокойно, не нанося друг другу синяков и ушибов.

Игра «Самый-самый»

Психолог. *Каждый выбирает того, кто, по его мнению, был сегодня на уроке «самым-самым». Когда я спрошу: «Кто сегодня был самый-самый... например, активный?» — каждый из вас должен выбрать одного человека, подойти к нему и положить ему ладошку на плечо. Свой выбор нужно сделать быстро, на счет «раз-два-три». Понятно, как играть?»*

Итак, кто сегодня на уроке был самый-самый активный (внимательный, сообразительный, помогающий другим, шумный)?

5. Домашнее задание

Психолог. *Нарисуй себя таким, каким ты был раньше (в прошлом), какой ты сейчас (в настоящем), каким будешь (в будущем) — всего три рисунка.*

ЗАНЯТИЕ 9

Темперамент человека

Задачи:

Помочь детям осознать собственную уникальность.

Развитие у детей способности к самоанализу, к оценке других людей, к рефлексии.

Познакомить с понятием темперамента

Материалы

Психологические альбомы.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают принадлежности.

2. Настрой на занятие

Проверка домашнего задания

Психолог. *Дома вы подготовили рисунки «Каким ты был раньше (в прошлом), какой ты сейчас (в настоящем), каким будешь (в будущем).» Сейчас каждый расскажет о себе и покажет свои рисунки. Все внимательно слушают, и только после рассказа можно задавать вопросы.*

Психолог предоставляет детям слово по очереди, по их желанию показывает рисунки одноклассникам, поддерживает неуверенных. Не следует настаивать на том, чтобы все рассказали о себе.

Беседа-опрос по пройденному материалу

Игра «Игра «Части тела» (ведущий берет за какую-то часть тела, и показывает на другого человека, тот тоже должен за нее взяться, затем показать на другую часть тела и другого человека, части тела не повторяются)»

3. Работа по теме

Психолог. *Тема нашего занятия «Темперамент человека» (тема написана на доске). Как вы думаете, что же это такое? (Ответы детей). Нам подскажет ПСИ-МАГ. Давайте позовем его.*

Использование мультфильма «Винни-Пух и все-все-все»...

Мини-диагностика – Кого ты выберешь? Винни-Пуха, Пятачка, Тигру или ослика Иа? Кем бы ты был?

Обсуждение – Почему именно этого героя ты выбрал?

Использование презентации «Темперамент»

Игра «Поиск аналогий» (надо найти как можно больше предметов, сходных с образцом, по различным признакам, внешним и существенным) найти похожих героев своего темперамента.

Нарисовать свой темперамент.

4. Подведение итогов

Игра «Веревочка»

Берут длинную веревку, концы ее связывают. Участники игры встают в круг и берут веревку в руки. В середине стоит водящий. Он ходит по кругу и старается коснуться рук одного из играющих. Но дети внимательны, они опускают веревку и быстро прячут руки. Как только водящий отходит, они сразу же берут веревку. Кого водящий ударит по руке, тот идет водить.

Правила.

1. Играющие должны веревку держать двумя руками.
2. По ходу игры веревка не должна падать на землю.

Игра «Самый-самый»

Психолог. *Каждый выбирает того, кто, по его мнению, был сегодня на уроке «самым-самым». Когда я спрошу: «Кто сегодня был самый-самый... например, активный?» — каждый из вас должен выбрать одного человека, подойти к нему и положить ему ладошку на плечо. Свой выбор нужно сделать быстро, на счет «раз-два-три». Понятно, как играть?*

Итак, кто сегодня на уроке был самый-самый активный (внимательный, сообразительный, помогающий другим, шумный)?

5. Домашнее задание

Узнать какой темперамент у родных.

ЗАНЯТИЕ 10

Разные люди – разные темпераменты

Задачи:

Помочь детям осознать собственную уникальность.

Развитие у детей способности к самоанализу, к оценке других людей, к рефлексии.

Познакомить с понятием темперамента

Материалы

Психологические альбомы.

Ход занятия

1. Организационный момент

Дети рассаживаются по местам, раскладывают принадлежности.

2. Настрой на занятие

Игра «Давайте поздороваемся!» (при движении по хлопку здороваться разными частями тела)

Проверка домашнего задания

Психолог. *Дома вы опросили своих родных. Сейчас, по желанию, расскажите о том, что у вас получилось. Все внимательно слушают, и только после рассказа можно задавать вопросы.*

Психолог предоставляет детям слово по очереди, поддерживает неуверенных. Не следует настаивать на том, чтобы все рассказали задание.

Беседа-опрос по пройденному материалу. *Что же такое темперамент? Каким он может быть?*

3. Работа по теме

Работа с мультфильмом «Смешарики», серия, где Ёжик ищет себе подходящий вид спорта.

Беседа после просмотра мультфильма. *Какие темпераменты у героев? Почему Ёжик так долго подбирал себе подходящий вид спорта? Почему ему не подошло то, чем занимались другие?* Подвести к выводу о том, что разные люди – разные темпераменты.

4. Подведение итогов

Игра «Четыре стихии» (привести аналогию с темпераментом), **Игра «Самый-самый»**

5. Домашнее задание

Нарисовать рисунок на тему «Любимые занятия для моего темперамента»

ЗАНЯТИЕ 11

Какой я?

Задачи:

Помочь детям осознать качества своего характера и личностные изменения, произошедшие с ними за лето.

Способствовать развитию навыков коллективного сотрудничества.

Материалы

Рабочая тетрадь, альбомы для рисования, цветные карандаши или фломастеры.

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Ритуал приветствия»

Дети образуют круг комфортного общения.

Психолог. *Здравствуйте! Мы уже привыкли к подобным приветствиям и отвечаем на них почти автоматически. А как можно по-другому поприветствовать друг друга? Покажите. А теперь поприветствуем*

друг друга без слов.

В этом упражнении водящий приветствует всех своим способом, и его приветствие передается по кругу.

2. Настрой на занятие

Проверка домашнего задания. *Дома вы подготовили рисунки «Любимые занятия для моего темперамента». Сейчас каждый расскажет о себе и покажет свои рисунки. Все внимательно слушают, и только после рассказа можно задавать вопросы.*

Психолог предоставляет детям слово по очереди, по их желанию показывает рисунки одноклассникам, поддерживает неуверенных. Не следует настаивать на том, чтобы все рассказали о себе.

3. Работа по теме

Задание «Представь другого»

Психолог. *Сейчас я предлагаю вам выполнить достаточно сложное, но интересное задание. Постарайтесь охарактеризовать любого одноклассника, назвав наиболее яркие качества его характера (не больше двух-трех). Учитывайте при этом изменения, произошедшие за лето.*

После выполнения задания психолог задает детям вопросы.

Что делать было интереснее — представлять своего одноклассника или слушать, что о вас говорят другие? Какие качества встречались в ответах чаще всего?

Игра «Пусть переседают те, кто...»

Психолог. *Все игроки, кроме водящего, сидят в кругу на стульях. Водящий говорит: «Пусть переседают те, кто...» и называет какое-то качество характера, присущее, по его мнению, многим игрокам. После этих слов те игроки, у которых, как они думают, есть это качество, должны быстро поменяться местами. Задача водящего — занять какое-либо освободившееся место. Тот, кто остается без места, становится в следующем раунде водящим.*

По окончании игры дети устраиваются за партами.

Задание «Качества характера»

Психолог. *Следующее задание выполняется в рабочей тетради. Сейчас мы выясним, какие положительные и отрицательные качества характера вы знаете. Напишите в левой колонке все качества, которые присущи людям приятным, симпатичным, хорошим, а в правой — неприятным, несимпатичным, нехорошим. Постарайтесь написать как можно больше и положительных и отрицательных качеств.*

Выполнили? А теперь каждый из вас выберет из этих двух списков те качества, которые присущи лично ему, и запишет их в колонку «Какой Я?».

После выполнения задания психолог задает детям вопросы.

Сколько положительных качеств получилось у каждого из вас?

А отрицательных?

Сколько качеств вы написали в колонке «Какой Я?»

Каких качеств там больше — положительных или отрицательных?

О чем говорит такое соотношение положительных и отрицательных качеств в колонке «Какой Я?»

4. Время книги. Прочитать «Сказку о садовнике» до слов «...колдунья с каждым днем». См. приложение.

5. Домашнее задание

Сочинить продолжение «Сказки о садовнике».

Приложение

на основе разработок лаборатории Е.О. Смирновой, из работы Е. Тарасовой «Передача чувств»

Сказка о садовнике

Жил был одинокий садовник. Он жил так далеко, что к нему никто не мог прийти. У него был очень красивый сад. Там росли необыкновенно красивые цветы: алые, желтые, фиолетовые... Были в этом саду деревья и кустарники.

Каждое утро садовник, просыпаясь, любовался своим садом. Он поливал его рано утром и поздно вечером, ухаживал за растениями, избавлялся от сорняков, рыхлил землю, добавлял удобрения. Аромат цветов разносился по все округе, а разноцветье можно было увидеть даже из космоса.

Однажды эту красоту увидела злая колдунья, и ей захотелось стать хозяйкой этого сада. Она пришла к садовнику и сказала:

— Я хочу, чтобы ты отдал мне свой сад!

— Я не могу, — ответил садовник.

Злую колдунью это очень разозлило, и она превратила садовника в камень.

И вот она стала жить в этом саду. Но колдунья могла только любоваться садом. Она не знала, что надо ухаживать за растениями. И сад с каждым днем стал вянуть, цветы перестали быть такими красивыми, листья на деревьях стали опадать.

Колдунья не понимала, в чем дело. Что происходит с садом?

Ее больше не радовала, а раздражала его красота. И вот однажды утром, выйдя в сад, колдунья увидела сухие растения и каменную статую садовника. Она решила его снова оживить. Произнесла свое заклинание, взмахнула руками, и садовник стал превращаться в живого человека.

— Как я долго спал, — сказал он. — А кто ты такая? — обратился он к колдунье.

Ничего не услышав в ответ, он оглянулся и увидел погибающий сад.

— Что произошло?

— Я не знаю! — ответила колдунья.

— Что ты делала с моими растениями?

— Ничего, я просто любовалась ими.

— А ты их поливала, заботилась о них, разговаривала с ними?

— Нет, а зачем?

— Как «зачем»? Без этого они не растут.

— А ты меня научишь этому?

— Хорошо, только пообещай, что больше не заколдуешь меня.

— Я согласна.

Садовник был очень добрым человеком, и он каждый день учил злую колдунью заботиться о растениях.

И, заботясь о них, колдунья с каждым днем сама становилась все добрее и заботливее.

И однажды утром, проснувшись, садовник вышел в ставший снова очень красивым сад и увидел среди цветов прекрасную женщину.

Так злая колдунья, ухаживая за садом, превратилась в добрую фею.

Занятие 12.

Разные люди — разные характеры.

ПРОПАЖА

Жила-была совесть,

И вдруг случилось несчастье:

Характер пропал.

Долго совесть искала характер. И нашла.

Вот радость какая!

Задачи. Знакомство детей с предметным содержанием понятия «характер», с чертами характера; развитие умения описывать черты характера; развитие произвольности поведения; обогащение запаса слов, используемых для обозначения черт характера.

Материалы. Психологические альбомы, цветные карандаши, таблица-памятка «Черты характера», «Перечень сказочных героев», запись динамичной музыки и релаксационной типа «Ки- таро», отличительные значки (например, разрезанные открытки).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассаживаются по местам в алфавитном порядке — по первой букве имени ребенка.

2. Настрой на занятие.

Упражнения «Замри» и «Волшебное слово «пожалуйста».

Инструкций для детей к упражнению «Замри».

— Выйдите из-за столов на середину класса. Сейчас я включу музыку. Пока она звучит, вы можете двигаться, танцевать и т.д., но как только она прекратится, вы должны замереть в той позе, в которой вас застала эта пауза в музыке.

Кто нарушает данное правило — выбывает из игры и садится на место. Всем понятно задание? Тогда начинаем! Психолог включает легкую танцевальную музыку и примерно через 40-50 с. ее останавливает на 10-15 с., и так несколько раз. После первого тренировочного выполнения упражнения психолог следит за тем, чтобы нарушители правила выбывали из игры.

Инструкция для детей к упражнению «Волшебное слово «пожалуйста».

— Я вам показываю движения, вы должны в точности повторить его в том случае, если я скажу волшебное слово «пожалуйста», если я этого не сделаю, то повторять движения не нужно.

Кто нарушит это правило, тот должен будет выполнить дополнительное задание, например, попрыгать на одной ножке по кругу, рассказать считалочку, изобразить какое-либо животное. Понятно задание? Тогда смотрите и слушайте!

Психолог показывает сначала простые, а потом все более сложные симметричные и многоходовые движения. Самых активных детей можно сделать инициаторами движений.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Заявка темы занятия, беседа «О характере».

Психолог. Ребята, давайте подумаем, чем люди непохожи друг на друга? Я слушаю ваши ответы. А кроме внешности они чем отличаются? Правильно. Своим поведением, темпераментом и характером. Сегодня мы узнаем, что такое характер и сделаем это с помощью сказки. Но прежде давайте прочитаем тему нашего занятия.

Дети читают название темы занятия на доске.

Психолог. Итак, что значит «У разных людей — разные характеры»? Как вы это понимаете? Да, это значит, что люди различаются своими характерами: одни — добрые, другие — злые, одни щедрые, а другие — жадные и т. п. (см. приложение 1).

В характере человека сочетаются очень разные черты, например, у одного — ум, смелость, замкнутость, у другого — справедливость, аккуратность, лень, а у третьего — трудолюбие, скромность, трусость. В характере каждого человека наиболее ярко выражены те или иные черты. Посмотрите на таблицу-памятку и прочитайте про себя, какие черты характера встречаются у разных людей.

Психолог располагает на доске таблицу-памятку «Черты характера» и дает время ознакомиться с ней. Затем он интересуется, все ли написанные в таблице черты характера детям понятны, при необходимости объясняет непонятное.

4. Работа по теме.

Задание «Назови противоположную черту характера», игра «Сказочный художник», чтение «Сказки о Деревьях-Характерах», задание «Мое Дерево-Характер».

Инструкция для детей к заданию «Назови противоположную черту характера».

Вы уже знаете, какие бывают черты характера. Сейчас мы проверим, кто их знает лучше всех. Я буду называть одну черту характера, а вы должны будете сказать противоположную. Например, я говорю «злой», а вы — «добрый».

Выкрикивать ответы с места нельзя, я буду учитывать только ответы тех учеников, которые поднимут руку. Итак, я убираю нашу таблицу «Черты характера» и называю первую черту характера. Приготовились!

Психолог называет поочередно то положительную черту характера, то отрицательную. За каждый правильный ответ дается отличительный значок. Лучший значок черт характера определяется по общему числу набранных значков.

Инструкции к игре «Сказочный художник»

— Мы уже играли в игру «Художник», и вы знаете, что делает «художник»: он «рисует» словесный портрет какого-то человека. В этой игре «сказочный художник» описывает черты характера сказочного героя, персонажа сказок или мультфильмов. После того как «сказочный художник» опишет характер загаданного им персонажа, мы попытаемся угадать его.

Тот, кто угадает, и будет «сказочным художником». Имена сказочных героев, которых вы можете загадывать, написаны на доске (см. приложение 2). Итак, «сказочным художником будет»... (называется имя ребенка).

Психолог снова располагает на доске таблицу-памятку «Черты характера», которая используется для подсказки и обращает внимание детей на написанные на доске имена сказочных героев. «Сказочный художник» становится лицом к доске и спиной к одноклассникам, выбирает сказочного героя из предложенного перечня, потом поворачивается и начинает свой рассказ-описание со слов: «Этот сказочный герой по характеру...».

Если ребенок затрудняется, психолог ненавязчиво помогает описать характер сказочного героя, предлагая выбрать подходящую черту характера из дихотомической пары: «Этот сказочный герой — щедрый или жадный; трусливый или смелый?»

— Вы смогли правильно угадать сказочного героя по описанию его характера. А сейчас вы узнаете, на что бывают похожи характеры разных людей — под приятную музыку вы послушаете «Сказку о Деревьях-Характерах».

Сядьте поудобнее (если есть ковровое покрытие в классе, то можно и лечь на пол), положите голову на стол и молча слушайте сказку, представляя все то, о чем в ней идет речь.

Психолог включает запись релаксирующей музыки и под нее в такт читает «Сказку о Деревьях-Характерах» (см. приложение 3).

Если некоторые дети не хотят или не могут расслабляться под музыку/психолог может предложить им нарисовать, не мешая остальным детям, волшебный лес и в нем свое Дерево-Характер. После прослушивания сказки все дети по указанию психолога открывают глаза.

Инструкция для детей к заданию «Мое Дерево-Характер».

— Вы прослушали сказку. Расскажите, о чем вы узнали из нее? Как вы думаете, растет ли в этом волшебном лесу ваше Дерево-Характер? А какое оно? Откройте свои альбомы, приготовьте цветные карандаши, напишите в самом верхнем углу листа название рисунка «Мое Дерево-Характер».

Итак, каждый рисует, как выглядит его Дерево-Характер: большое оно или маленькое, высокое или стелющееся по земле, раскидистое или состоящее только из ствола. Нарисуйте, какие есть ветки на этом дереве — толстые, средние, тонкие, и напишите, как они называются. Ведь каждая ветка — это определенная черта характера.

Учитель включает спокойную музыку, ходит по классу и своими репликами поддерживает процесс самовыражения детей, выслушивает индивидуально рассказы детей, отвечает на вопросы.

Высказывания учителя должны подчеркивать индивидуальную неповторимость каждого ребенка. Ни в коем случае не нужно делать критических замечаний или выделять лучшие рисунки.

Психолог. А теперь домашнее задание. С помощью родителей подберите и напишите в альбоме одну поговорку о характере.

5. Подведение итогов.

Игра «И я...» (первый вариант).

Инструкция для детей к игре «И я...».

— Сейчас я буду называть черту характера. Если у кого-то такая черта есть, то он на счет «три-четыре» должен сказать «И я». Например, я говорю «Я — отзывчивая. ^Три-четыре...».

Тот, кто считает себя отзывчивым, говорит «И я». Понятно? Итак, я — ленивая. Три четыре... Я — аккуратная... я — жадная... я — честная... я — замкнутая... я — упрямая... я — скромная... и т. п.

Приложение 1

ТАБЛИЦА-ПАМЯТКА «ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА»

Добрый — злобный	Скромный — хвастливый
Смелый — трусливый	Вежливый — грубый
Щедрый — жадный	Трудолюбивый — ленивый
Общительный — замкнутый	Находчивый — тугодум
Умный — глупый*	Доверчивый — подозрительный
Заботливый — равнодушный	Отзывчивый — черствый
Честный — лживый	Простодушный — хитрый

Покладистый — упрямый
Осторожный — рискованный
Гордый — униженный
Дисциплинированный — шаловливый
Настойчивый — беспечный
Благородный — подлый
Целеустремленный — легкомысленный
Справедливый — несправедливый
Доброжелательный — высокомерный

** Звездочкой отмечены качества, которые не являются чертой характера, но дети часто используют их при характеристике людей или сказочных персонажей.*

Приложение 2

ПЕРЕЧЕНЬ СКАЗОЧНЫХ ГЕРОЕВ

Мальвина	Красная Шапочка	Железный дровосек
Буратино	Пьеро	Маугли
Дюймовочка	Маленькая разбойница	Царевна Несмеяна
Винни-Пух	Карабас-Барабас	Иван-Царевич
Герда	Аленушка	Пеппи Длинный Чулок
Карлсон	Доктор Айболит	Том Сойер
Шапокляк	Мэри Поппинс	Золушка
Чебурашка	Почтальон Печкин	Незнайка
Лиса Алиса	Элли	Баба-Яга
Кот Базилио	Соломенный страшила	Знайка

Приложение 3

СКАЗКА О ДЕРЕВЬЯХ-ХАРАКТЕРАХ

В некотором удивительном мире, в прекрасной долине, раскинувшейся среди высоких неприступных гор, росли... Деревья-Характеры. Это были необычные деревья. Они своим внешним видом отражали характеры людей, живших далеко-далеко за горами.

У каждого Дерева-Характера от ствола отходили четыре мощные ветви, а от них — множество маленьких. Эти четыре ветви имели свое название: первая называлась **Отношение к людям**, вторая — **Отношение к делу**, третья — **Отношение к себе**, четвертая — **Отношение к вещам**. У каждого Дерева-Характера эти ветви имели свою, не похожую на других, форму, свою характерную особенность.

На одном Дереве-Характере ветвь **Отношение к людям** была вытянута, потому что несла веточку **Правдивости**, а на другом была скручена кольцом ветка **Лжи**. Где-то ветвь **Отношение к себе** вызывающе торчала веточкой самовлюбленности, где-то опускалась почти до земли от своей **Приниженности**, а где-то спокойно поднималась к солнцу среди других как воплощение **Скромности**. Ветви **Отношение к вещам** на некоторых Деревьях-Характерах скрючились от **Жадности**, а на других обилием листы обнаруживали свою **Щедрость**.

Очень разные Деревья-Характеры росли в этом волшебном лесу. Под некоторыми Деревьями-Характерами трескалась земля — такими они были тяжелыми. Другие Деревья-Характеры сплошь были покрыты иголками и поэтому были очень колючими. А иные напоминали телеграфные столбы с едва заметными отростками — это были очень прямые характеры. Твердые Деревья-Характеры не смогла бы распилить даже бензопила, а легкие Деревья-Характеры буквально парили в воздухе, едва цепляясь за землю корнями. Были среди них очень красивые и безобразные, высокие и стройные, низкие и даже стелющиеся по земле.

Так не похожи были Деревья-Характеры друг на друга, потому что росли на разных почвах, по-разному согревало их солнце, иначе обдувал ветер, не поровну давал влаги дождь. (А ведь и у каждого человека в жизни складывается все по-разному, верно?)

Порой налетала в долину свирепая буря, яростно бросалась она на Деревья-Характеры: иные ломала или вырывала с корнем, другие гнула до земли, но сломать не могла. Были и такие, что не склонялись даже под сильным ураганным ветром и лишь гордо распрямляли свои могучие ветви.
У каждого человека в этом волшебном лесу есть свое Дерево, которое своим видом отражает присущий ему характер. Многие люди хотели бы побывать в этом лесу, посмотреть, как выглядит их Дерево-Характер. Но попасть в него не может никто, и узнать какой у тебя характер, можно только изучая самого себя и свои поступки.

Занятие 13.

Какой у меня характер?

Задачи. Мотивирование на осознание собственных черт характера; поддержка позитивного самоотношения детей при обогащении их представления о себе; расширение запаса слов, обозначения черт характера; актуализация нравственных представлений о хороших и плохих чертах характера.

Материалы. Психологические альбомы, цветные карандаши, текст стихотворения В. Маяковского, перечень сказочных героев, таблица-памятка «Черты характера», запись динамичной и спокойной музыки (желательно оркестровая фантазия А. Лядова «Волшебное озеро»).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассказывают по местам в алфавитном порядке своих фамилий.

2. Настрой на занятие — проверка домашнего задания.

— Дома вы подготовили пословицы о характере. Сейчас по очереди каждый из вас назовёт свою пословицу и объяснит её, то есть расскажет, что она означает.

Психолог наводящими вопросами помогает каждому ребёнку изложить своё понимание подобранной пословицы.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Прослушивание стихотворения, задание «Хорошие и плохие черты характера».

Ребята, сегодня на занятии мы узнаем, что значит хороший и плохой характер. Поможет нам в этом стихотворение В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо» (см. приложение 4), которое вы уже, наверное, знаете.

Задание заключается в том, что при чтении я буду останавливаться, а вы вслух должны вставлять нужное слово.

После прослушивания стихотворения будет вопрос по его содержанию.

Психолог при чтении делает паузу там, где содержится нравственная оценка поступков героев. Затем он задаёт вопрос: «Какие черты характера проявляются у героев стихотворения?» Если дети сразу не могут на него ответить, психолог снова зачитывает отрывки из стихотворения.

Инструкция для детей к заданию «Хорошие и плохие черты характера».

— Я буду называть определённую черту характера, а каждый из вас будет показывать мне, хорошая она (большой палец на правой руке поднят вверх) или плохая (большой палец вниз). Итак, жадный... (аккуратный, ленивый и т. д.).

Психолог вразброс называет положительные и отрицательные черты характера с опорой на памятку «Черты характера» (см. приложение 1). Если дети дают неправильный ответ, то он на примере конкретных ситуаций из повседневной жизни детей подводит их к правильному ответу.

4. Работа по теме.

Беседа-опрос «Что такое хороший характер? Что такое плохой характер?», конкурс «Знатоки черт характера», упражнение «Замри», упражнение «Зеркало», упражнение «Моё отражение в озере», задание «Какой у меня характер: мой психологический портрет».

Психолог. На прошлом занятии мы с вами говорили о характере, слушали «Сказку о Деревьях-Характерах». Подскажите мне:

— Что такое характер?

— Какие черты характера вам известны?

— Про какого человека говорят: «У него плохой характер?» Какие черты входят в плохой характер?

— Про какого человека говорят: «У него хороший характер?» Какие черты характера присутствуют у этого человека?

После ответов детей психолог продолжает занятие.

Сейчас мы проверим, насколько хорошо вы знаете черты характера. Каждый из вас примет участие в конкурсе «Знатоки черт характера». В нём участвуют команды из трёх человек. Каждая тройка по моей команде на отдельном листочке должна написать как можно больше черт характера. На это задание отводится 7 — 8 минут. После этого я соберу листочки и по количеству написанных вами черт определю команду-победителя, члены которой будут считаться знатоками черт характера.

Психолог делит группу на команды по три человека, раздаёт каждой тройке по одному листочку и засекает время. Анализ написанных черт характера и подсчёт их количества психолог делает во время выполнения детьми задания «Какой у меня характер...»

Инструкция для детей к упражнению «Замри».

См. описание упражнения выше.

Инструкция для детей к упражнению «Зеркало».

Упражнение выполняется в парах, где один участник «человечек», который совершает различные движения, другой — «зеркало», которое в точности повторяет движения «человечка».

Разбейтесь по парам и распределите роли. «Зеркало» и «человечек» становятся друг против друга. По моему хлопку «человечек» делает перед «зеркалом» любое движение. После двух моих хлопков «зеркало» в точности повторяет это движение.

После 2 — 3 повторов движений психолог просит поменяться ролями.

Инструкция для детей к упражнению «Моё отражение в озере».

— Теперь мы отправимся в путешествие на волшебное озеро. Это путешествие необычное — под музыку вы мысленно перенесётесь в совсем другое место.

Сядьте поудобнее, голову положите на стол, глазки закройте (психолог включает спокойную музыку).

Прислушайтесь к своему дыханию. Оно становится ровным, спокойным, размеренным. Спокойный вдох — спокойный выдох, спокойный вдох — спокойный выдох.

Представьте, что вокруг волшебный лес. Яркое, ласковое солнце проглядывает через вековые дубы и хрупкие берёзки, стройные сосны и пушистые ёлочки. Слышен шелест листьев, пение птиц, чувствуется запах хвои и травы. По голубому небу плывут лёгкие облачка. В гуще леса видна узенькая тропинка. Она приглашает пройти по ней и выводит к круглому, как чаша, озеру.

Вода в нём спокойная и совершенно прозрачна. В ней играют солнечные зайчики.

Это озеро — волшебное, потому что на его зеркальной поверхности отражается характер человека, такой, какой он есть на самом деле — со всеми приятными и неприятными чертами.

Далее, пока глаза у детей закрыты, психолог ведёт разговор как бы с каждым индивидуально. Этим и объясняется дальнейшая форма обращения на «ты».

— Посмотри, как в зеркало, в это волшебное озеро и ты увидишь в нём себя, свои хорошие и плохие поступки, свои положительные и отрицательные черты. Присмотришься внимательно к своему отражению в волшебном озере, портрет человека с каким характером ты видишь в нём? Подумай, какой ты по характеру?

Вот подул лёгкий ветерок, зеркальная поверхность озера зарыбила и изображение пропало. Озеро утратило своё волшебство. Та же лесная тропка выводит тебя к солнечной полянке, откуда и началось это путешествие. Чистый лесной воздух, пение птиц, приятное прикосновение лучей солнца. Сделай глубокий вдох, затем глубокий выдох, опять глубокий вдох, снова выдох. Взгляни ещё раз на лес, прощаясь с ним.

Когда стихнет музыка, каждый из вас перенесётся снова в наш класс. Теперь откройте глазки, подвигайте головой и плечами, потянитесь, улыбнитесь. Путешествие на волшебное озеро закончилось.

Если во время релаксирующего упражнения некоторые дети открывают глаза, двигаются, отвлекаются, психолог жестами или прикосновениями просит их закрыть глаза и не мешать другим или предлагает нарисовать то, что они представляют под музыку.

Инструкция для детей к заданию «Какой у меня характер: мой психологический портрет».

В волшебном озере отражался ваш характер — такой, какой он есть на самом деле. Сейчас вы опишете его.

Откройте свои психологические альбомы и сверху чистого листа напишите: «Какой у меня характер?» (Эти слова должны быть написаны на доске). А теперь разделите чистое поле листа одной чертой пополам. В левой половинке чёрным карандашом напишите знак «-», а в правой красным карандашом — знак «+». В правой части каждый пишет свои положительные черты характера, которые нравятся ему в себе, за которые можно хвалить; в левой — отрицательные черты характера, которые ему не нравятся в себе, за которые можно ругать.

Психолог подходит к каждому ребёнку и обсуждает, если он желает, то, что он написал, отвечает на его вопросы.

А теперь домашнее задание. Нарисуйте сказочного героя, на которого вы похожи по характеру.

5. Подведение итогов.

Игра «И я...» (второй вариант).

Инструкция для детей к игре «И я...».

Я буду называть сказочного героя. Если ты похож на него по характеру, то на счёт «три-четыре» нужно сказать «И я». Понятно? Тогда начинаем. Я — Царевна-Несмеяна. Три-четыре...

Материал для реплик психолог берёт из перечня сказочных героев, приложение 2.

Занятие 14.

Какой характер у других?

Задачи: Осознание детьми особенного характера на основе оценки своих поступков; поддержка позитивного самоотношения детей при обогащении их представлений о себе; развитие экспрессивных способностей детей.

Материалы. Психологические альбомы и индивидуальные карточки для детей, перечень сказочных героев.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассказывают по местам в алфавитном порядке имён сказочных героев, на которых они похожи по характеру (или в соответствии с разложенными на столах индивидуальными карточками).

2. Настрой на занятие — проверка домашнего задания.

Ребята, дома вы нарисовали сказочного героя, похожего на вас по характеру. Напишите на своём рисунке его имя. А теперь напишите здесь же на рисунке черты характера, свойственные этому герою, опишите, какой он по характеру.

Психолог просматривает альбомы детей с рисунками, помогает им сформулировать черты характера. В том случае если ребёнок идентифицирует себя с отрицательным сказочным героем, психолог ориентирует ребёнка на поиск себя позитивных черт.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Задание «У кого такой характер?» игра «Сказочный художник».

Инструкция для детей к заданию «У кого такой характер?»

Сейчас я буду называть какую-нибудь черту характера (или называет кто-то из детей), а вам необходимо назвать тех сказочных героев, которым она свойственна. Кто даст больше всех правильных ответов — тот лучший Знаток характеров.

Инструкция для детей к игре « Сказочный художник».

См. выше. Психолог назначает в качестве «сказочных художников» тех, кто не успел ими побывать на занятии «Разные люди — разные характеры».

Дети создают психологические портреты персонажей, используя перечень сказочных героев, но уже без опоры на таблицу — памятку «Черты характера». Можно усложнить игру — «художник» загадывает персонажа произвольно, не из имеющегося перечня.

4. Работа по теме.

Беседа-опрос «От поступков — к характеру», игра «Царевна-Несмеяна», групповое разыгрывание этюдов «Сеня-растеряш-ка», «Молчок», «Капитан».

— Сегодня на занятии вы определяли, какой характер у персонажей сказок. Скажите: что значит иметь хороший характер? А что означает плохой характер?

На что мы опираемся, когда судим о характере человека, когда делаем вывод о том, хороший или плохой у него характер?

Ответы детей.

— Правильно, мы опираемся на его действия, поступки, поведение. Объясните, как вы понимаете пословицу «Посеешь поступок — пожнёшь привычку, посеешь привычку — пожнёшь характер».

Пословицу психолог предварительно пишет на доске. При обсуждении её смысла психолог подводит детей к мысли о том, что характер человека формируется от поступков к привычкам, а от привычек к чертам характера.

Инструкция для детей к игре «Царевна-Несмеяна».

— Грустной (грустным) Царевной-Несмеяной (Царевичем- Несмеяном) у нас будет... (называется имя ребёнка). Чтобы её (его) развеселить, поднять настроение, надо сказать ей (ему) добрые и искренние слова о том, какая она (он) хорошая (хороший).

Например: «Ты такая (такой)...»

Дети по очереди говорят «Царевне» («Царевичу») о её (его) хороших чертах характера, психолог при затруднениях детей подсказывает привлекательные черты характера и совсем не допускает обсуждения непривлекательных черт.

Инструкция для детей к этюдам «Сеня-растеряшка», «Молчок», «Капитан».

— Сейчас нужно изобразить персонажей с разными чертами характера. Первый персонаж — Сеня-растеряшка.

Он на все вопросы показывает «Я не знаю» — пожимает плечами, разводит руками, смотрит вопросительно.

Я прочитаю стихотворение про него, а вы на каждый мой вопрос реагируете так, как реагировал бы Сеня-растеряшка.

Сеня-растеряшка, где твоя рубашка?

Может, серые коты унесли её в кусты?

Может, заяц приходил?

Может, ёжик утащил?

Может, плюшевый медведь захотел её надеть?

Стал рубашку примерять —

Взял и сунул под кровать.

— А теперь следующий персонаж — Молчок. Молчок первый день в новой школе. Он робеет, ему кажется, что учительница им не довольна, а ребята вот-вот обидят. Поэтому он робко сидит на кончике стула с опущенной головой, положив ладони на колени. Вы внимательно слушаете стихотворение и сразу же изображайте, как ведёт себя Молчок-новичок.

В школу к нам пришёл молчок,

Очень робкий новичок.

Он сначала был несмел,

С нами песенку не пел,

А потом глядим — привык:

Словно зайка — скок да прыг.

До чего же осмелел:

Даже песенку запел.

— Теперь пусть каждый из вас представит себя капитаном — вперёдсмотрящим, который отвечает за корабль и пассажиров. Капитан стоит на мостике корабля. Вокруг тёмное небо, высокие крутые волны, свистит ветер. Но не боится капитан бури. Он чувствует себя сильным, смелым, уверенным. Он доведёт свой корабль до порта назначения. Встаньте на стул. Осанка гордая, взгляд устремлён вперёд.

Запишите домашнее задание. Напишите черты характера, которые бы хотелось иметь.

5. Подведение итогов.

Задание «Какой характер у других?»

Инструкция для детей.

— Каждый из вас получил индивидуальную карточку со своим именем (см. приложение 5). Видите, на ней написано «Нравятся» и стоят цифры «1» и «2». Напишите около цифры 1 фамилию одноклассника, который нравится по характеру (это может быть как мальчик, так и девочка), а ниже, на следующей строчке, укажите имя сказочного героя, на которого этот одноклассник похож по характеру.

Затем у цифры 2 напишите фамилию другого одноклассника, который тоже нравится по характеру и соответствующей ему персонаж. Выполнив это, переверните карточку, где написано «Не нравятся» и стоят цифры «1» и «2». Заполните эту сторону по аналогии, только вместо фамилии учеников, которые нравятся по характеру, напишите тех, которые не нравятся и укажите около них имена сказочных героев, на которых они похожи. Около слов «Я сам» пусть каждый укажет имя сказочного героя, на которого похож он сам.

Психолог проверяет правильность заполнения детьми индивидуальных карточек, собирает их и анализирует.

По результатам анализа составляет социоматрицу. В её клеточки он вписывает не только данные о позитивном и негативном выборе детей, но и сведения о персонажах, с которыми ассоциируются одноклассники.

По диагонали социоматрицы указываются персонажи, с которыми идентифицируют себя сами выбирающие.

Приложение 4

ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО И ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО

<p>Крошка сын к отцу пришёл, и спросила кроха: — Что такое (пауза) хорошо и что такое (пауза) плохо? У меня секретов нет, — слушайте, детишки, — папы этого ответ помещаю в книжке... — Если бьёт дрянной драчун слабого мальчишку, я такого не хочу даже вставить в книжку. Этот вот кричит: — Не трожь тех, кто меньше ростом! — Этот мальчик так (пауза) хорош, загляденье просто!</p>	<p>Если ты порвал подряд книжицу и мячик, то ребята** говорят: (пауза) плоховатый мальчик. Если мальчик любит труд, тычет в книжку пальчик, про такого пишут тут: он (пауза) хороший мальчик. — От вороны карапуз убежал, заохав, Мальчик этот просто трус, Это очень (пауза) плохо, Этот хоть и сам с вершок, спорит с грозной птицей, Храбрый мальчик, (пауза) хорошо, в жизни пригодится.</p>	<p>Этот в грязь полез и рад, что грязна рубаха. Про такого говорят: он (пауза) плохой, неряха. Этот чистит валенки, моет сам галоши. Он хотя и маленький, но вполне (пауза) хороший. Мальчик радостный пошёл, «Буду делать (пауза) хорошо и не буду (пауза) плохо». В.Маяковский</p>
--	--	--

Примечания.

* Стихотворение дано в сокращении. Выделенные слова произносят дети.

** У автора — октябрята.

Приложение 5

ОБРАЗЕЦ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ КАРТОЧКИ

Лицевая сторона	Оборотная сторона
Нравится: 1.	Не нравится: 1.
	2.
2.	
	Я сам

Занятие 15.

Мой характер: оценим недостатки.

Задачи. Осознание детьми непривлекательных черт своего характера за счёт получения от одноклассников обратной связи; поддержка позитивного самоотношения при обогащении представлений о себе; развитие рефлексивных способностей («Я глазами других») и способностей оценки других людей («Другие в моих глазах»); развитие рефлексивных возможностей детей.

Материалы. Психологические альбомы для детей, таблица — памятка «Черты характера», перечень сказочных героев, бланки «Лесенки характера» (по числу детей), набор карточек с названиями черт характера, которые берутся из таблицы — памятки «Черты характера».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Дети рассаживаются по местам в соответствии с бланками «Лесенки характера», на которых написаны фамилии детей.

2. Настрой на занятие. Игра «Солнце и планеты». **Инструкция для детей**

В игре «Солнце и планеты» играют: один ведущий, который является «солнцем», и пять — шесть участников — «планет». Остальные ученики будут наблюдателями, фиксирующими изменения в расположении «планет». «Солнце» и «планеты» выходят на середину класса. Оно сильнее «притягивает» к себе те «планеты», которые наиболее похожи на него по характеру. Поэтому ближе к нему располагаются «планеты», имеющие большое сходство характеров с ним, а дальше — «планеты», с которыми сходство характеров маленькое.

Игра заключается в том, что «солнце» расставляет окружающие его «планеты» в соответствии со сходством характеров. Потом оно становится на свое место и закрывает глаза, а «планеты» в это время насчет «раз-два-три» (считает психолог) встают от солнца по собственному усмотрению, то есть так, как они сами думают о сходстве своего характера с характером «солнца». После, «солнце» по команде психолога открывает глаза и называет, что изменилось в расположении «планет». Остальные дети слушают «солнце», исправляют его, если оно ошибается. Потом «солнцем» становится другой участник игры.

Психолог первым «солнцем» назначает самого активного и признанного в классе ребенка (опираясь при этом на обработанные результаты выполнения детьми задания «Какой характер у других?»), затем «солнцем» становятся непринятые или отвергаемые в классе ребята (выявленные тоже на основании результатов выполнения этого же задания). Психолог следит за тем, чтобы каждый ребенок получил от одноклассников хотя бы минимум принятия и одобрения.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Проверка домашнего задания, упражнение «Чего мне не достаёт?».

Психолог, проходя по классу, просматривает домашнее задание, выполненное в альбомах.

— Поднимите руку те, кто хочет быть более смелым (честным, общительным, щедрым и т.п.). Итак, многие люди хотят стать лучше по характеру: большинство из вас хотят быть более (называются наиболее часто встречающиеся в альбомах детей черты характера).

Психолог выписывает на доске те черты характера, которые чаще всего встречаются в альбомах детей.

Инструкция для детей к упражнению «Чего мне не достаёт?»

— Если каждый из вас хочет иметь определенные черты характера, значит, вам их не хватает. Подумайте, кто из сказочных героев обладает недостающими вам чертами характера. Напишите в альбоме около написанных дома черт характера имя этого сказочного героя.

Написали? А теперь представьте себе, что каждый из вас превратился в данного персонажа и обладает всеми привлекательными чертами, которые есть у него.

4. Работа по теме.

Задание «Презентация сказочных героев», беседа-опрос «От поступков к характеру», разыгрывание сценок «Мороженое» и «Три характера», задание «Лесенки характера».

Инструкция для детей к заданию «Презентация сказочных героев».

— У нас сегодня на занятии презентация — представление сказочных героев. А это значит, что каждый из вас по очереди будет выходить на середину класса и говорить от имени этого героя о привлекательных для себя чертах характера. Например: «Я — Буратино. Я самый веселый, находчивый и смелый».

Психолог помогает каждому ребенку вжиться в свою роль и сказать о достоинствах своего персонажа от первого лица.

— Сегодня на занятии вам удалось указать черты характера, которых вам не хватает; и назвать желаемые от имени сказочного героя.

Как вы думаете, что нужно делать, чтобы появились желаемые черты характера, которых вам сейчас не хватает? Не знаете? Тогда вам поможет подсказка — пословица, которую вы узнали на прошлом занятии: «Посеешь поступок — пожнешь привычку, посеешь привычку — пожнешь характер».

Догадались? Верно, чтобы появились желаемые черты характера, нужно совершать соответствующие им поступки, действия как можно чаще, чтобы они стали привычками. Например, чтобы стать добрым, нужно совершать добрые поступки.

А теперь скажите: на основе чего мы судим о характере человека, как определяем хороший он или плохой?

Правильно, на основе его поступков, хороших или плохих.

Инструкция для детей к разыгрыванию сценок «Мороженое» и «Три характера».

См. приложение 6.

Роли в сценках играют (называются имена самых артистичных и активных детей). Остальные будут зрителями, ваша задача — описать характер персонажей из разыгрываемых сценок.

В сценке «Мороженое» персонажами являются мама, девочка и мальчик, а в сценке «Три характера» — три девочки или три мальчика, разные по характеру: Плакса, Злюка, Резвушка, Жадина, Сообразительный, Рассеянный.

Психолог распределяет роли между детьми, учитывая их пожелания, снабжает их карточками с описанием роли, характеризует разыгрываемых ими персонажей, подбадривает неуверенных детей.

Инструкция для детей к заданию «Лесенка характеров».

— Посмотрите на доску (на доске нарисована лесенка из семи ступенек и написано ее название «Лесенка характера»). Это лесенка характера. На ней располагаются разные по характеру люди.

Всего на лесенке семь ступенек — сосчитаем их. На нижних ступеньках (психолог показывает на доске) находятся самые злые, жадные, ленивые, трусливые, лживые, в общем, самые неприятные по характеру люди.

Сейчас один из вас выйдет к доске, возьмет карточку с названием определенной черты характера, например «жадный — щедрый», и решит, на какой ступеньке лесенки с названием «жадный — щедрый» он стоит. На этой ступеньке он напишет слово «Я». Все остальные должны догадаться, по какой черте характера из перечисленных в таблице-памятке ведущий поставил себя на данную ступеньку. Тот, кто догадался, будет ведущим в следующий раз.

Психолог заботится о том, чтобы угадывание черт характера было не случайным и хаотичным, а обоснованным, внутренне аргументированным, чтобы называемые детьми черты характера соотносились с чертами из таблицы-памятки. Это позволит избежать обид между детьми и обеспечит психологически безопасное получение ими обратной связи о себе от одноклассников.

— Запишите домашнее задание: нарисуйте любую эмоцию — радость, грусть, злость, страх, удивление, обиду, интерес.

5. Подведение итогов.

Задание «Я на лесенке характеров».

Инструкция для детей.

— У каждого на столе лежит листочек, на котором изображено шесть лесенок, у каждой — свое название (см. приложение 7). Есть лесенки доброты, щедрости, честности, общительности, трудолюбия, аккуратности. На каждой лесенке — 7 ступенек. Подумай, в каком месте каждой из шести лесенок ты находишься? Напиши слово «Я» на той ступеньке, где ты находишься.

Ты отметил на лесенках свою ступеньку, а теперь подумай, на какую ступеньку на каждой лесенке тебя **поставит мама**, и напиши на ней букву «М». А на какую ступеньку тебя **поставит учительница**? Напиши на ней букву «У».

Психолог проверяет правильность заполнения детьми бланков «Лесенки характера».

Приложение 6

СЦЕНКА «МОРОЖЕНОЕ»

Мама дала девочке деньги на мороженое. Девочка вприпрыжку побежала к киоску с мороженым и по дороге не заметила, как у нее из кармашка выпали деньги.

Вот и киоск, где продают мороженое. Опустила девочка руку в кармашек, а денег там уже нет. Расстроенная, она пошла домой. «Где же я их потеряла?» — думала девочка.

А деньги нашел мальчик. Он тоже решил на них купить мороженое. Мальчик встретился с девочкой. Девочка к нему обращается: «Мама дала мне деньги на мороженое, а я их потеряла».

«Вот они», — отвечает мальчик и протягивает ей пропавшие деньги. «Ты — честный!» — говорит девочка. Она покупает мороженое и делится им с мальчиком.

СЦЕНКА «ТРИ ХАРАКТЕРА»

Нужно показать, как ведут себя три персонажа, разные по характеру, в одной и той же ситуации.

Для девочек.

Жили-были три закадычные подружки — Плакса, Злюка и Резвушка. Однажды, гуляя, они попали под дождь и сильно вымокли. Покажите, как поведут себя разные по характеру Плакса, Злюка и Резвушка.

Для мальчиков.

Жили-были три закадычных друга — Жадина, Сообразительный и Рассеянный. Однажды они вместе играли на улице и нашли совсем новый детский велосипед. Покажите как поступят разные по характеру Жадина, Сообразительный и Рассеянный.

Приложение 7

ЛЕСТНИЦА ХАРАКТЕРА

злой
жадный
лживый
добрый
щедрый
честный

замкнутый
ленивый
неряшливый
общительный
трудолюбивый
аккуратный

Фамилия, имя _____

злой
жадный
лживый
добрый
щедрый
честный

замкнутый
ленивый
неряшливый
общительный
трудолюбивый
аккуратный

Фамилия, имя _____

злой
жадный
лживый
добрый
щедрый
честный

замкнутый
ленивый
неряшливый
общительный
трудолюбивый
аккуратный

Фамилия, имя _____

Занятие 16.

Мои ощущения

Задачи. Показать роль ощущений в познании окружающего мира; познакомить детей с предметным содержанием понятия «ощущение» и с видами ощущений; развивать осознание различных видов ощущений.

Материалы. Рабочие тетради, ручки, набор предметов с различным запахом и вкусом, набор мелких предметов.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассаживаются по местам, раскладывают принадлежности.

2. Настрой на занятие.

Игра «Четыре стихии»

Инструкция для детей к игре «Четыре стихии».

— Эта игра на внимание. Четыре стихии — это вода, воздух, огонь и земля. По команде «земля» опустите руки вниз; по команде «воздух» поднимите руки вверх; по команде «вода» вытяните руки вперед и делайте ими плавательные движения; по команде «огонь» вращайте кистями.

Кто ошибется — тот проиграл.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Психолог. Проверка домашнего задания. *Откройте свою рабочую тетрадь там, где у вас нарисована лесенка характера — доброты, щедрости, честности, общительности, трудолюбия, аккуратности. Вы уже знаете, что на ступеньках этой лесенки располагаются разные по характеру люди: на нижних находятся самые неприятные, а на верхних — очень приятные и достойные. Дома вы отмечали на лесенках свою ступеньку: ставили букву «Я» там, где она должна стоять по вашему мнению.*

А теперь каждый из вас представит, что особенности его характера с помощью этих лесенок отмечает мама.

Куда бы она тебя поставила? Подумай и поставь на соответствующую ступеньку букву «М».

А на какую ступеньку тебя поставит учительница? Напиши на ней букву «У».

Теперь проверьте — на каждой лестнице должны стоять буквы «Я», «М», «У».

Тема нашего урока... Ее прочитает... (называется имя ученика). А теперь читаем хором.

Дети выполняют задание.

— Сегодня на уроке мы узнаем, зачем нам нужны ощущения и какими они бывают. Откройте свои рабочие тетради и ручкой запишите в верхней части чистого листа тему занятия «Мои ощущения». Ребята, а теперь ответьте на вопросы:

1. Что мы можем ощущать?

2. Что произойдет с человеком, если у него не будет ощущений, то есть он не будет ни видеть, ни слышать, ни чувствовать вкуса и запахов, ни чувствовать предметов на ощупь?

4. Работа по теме.

Практикум «Мои ощущения», включающий в себя следующие задания — загадки «Что за звуки?», «Что я вижу?», «Что я чувствую?», «Что я осязаю?», «Попробуй на вкус».

Психолог. Сейчас вы будете выполнять задания — загадки и отвечать на вопросы.

Задание 1 — «Что за звуки?».

Закройте глазки и не открывайте, пока я не скажу. Слушайте звуки, которые я буду производить. Всего будет пять звуков. Отвечать, что это за звуки, можно только по моей команде.

Психолог шелестит пакетом, зажигает спичку, пишет мелом на доске, трогает зубья расчески, стучит металлическим предметом по бутылочке.

— Что за звуки вы слышали?

Ответы детей.

Психолог. Когда вы ощущаете различные звуки (шумы, музыку, речь), у вас возникают слуховые ощущения. Запишите это в своей рабочей тетради. Через какую часть тела поступают они?

Дети. Через уши.

Психолог. Запишите словосочетание «через уши» внизу, и от слова «слуховые» проведите к нему стрелочку.

Задание 2 — «Что я вижу?».

Посмотрите, что вы видите (психолог в это время зажигает спичку). Правильно, пламя. Какого оно цвета? Какого размера — большое или маленькое? А теперь, что вы видите?

Психолог показывает какой-нибудь обыкновенный предмет. Дети называют предмет, а далее отвечают на вопросы: какого цвета? Большой или маленький? Какой формы?

Психолог. Когда вы ощущаете цвет, форму, размер предмета, то есть видите его, то какие ощущения у вас возникают?

Дети. Зрительные.

Психолог. Запишите себе в рабочую тетрадь новый вид ощущений — зрительные. Как вы думаете, через какие органы чувств, части тела поступают к нам зрительные ощущения? Правильно, через глаза. Запишите это себе в рабочую тетрадь — вниз от слова «зрительные» поставьте стрелочку и под ней напишите «через глаза».

Дети выполняют задание.

Психолог. Задание 3 — «Что я вдыхаю?». Каждый из вас получил бутылочку, причем ее содержание у всех разное. Не открывайте крышку бутылочки, сначала внимательно рассмотрите ее. Что находится в бутылочке? Правильно, какой-то порошок. Можете сейчас сказать, какой он на запах? Почему? Как мы можем определить, какой на запах данный порошок? Правильно, понюхать. А чем мы нюхаем? Носом.

Откройте крышку бутылочки и осторожно понюхайте порошок. Итак, что вы почувствовали? Да, запах различных приправ — ванили, кардамона, кориандра, душистого перца, корицы, чеснока. Когда вы чувствуете различные запахи, какие ощущения у вас возникают?

Дети. Обонятельные.

Психолог. Напишите это себе в рабочую тетрадь. Через какой орган чувств мы чувствуем запахи? Правильно, через нос. Напишите «через нос» под словом «обонятельные» и проведите стрелочку. **Задание 4 — «Что я осязаю».**

Закройте глаза, правую руку поставьте локтем на парту и ладошкой поверните вверх. Глаза, пока я не разрешу, открывать нельзя — иначе будет неинтересно. Сейчас я положу каждому на ладошку предмет. Вы будете его осязать, то есть чувствовать прикосновение.

Психолог кладет на ладошки скрепки.

— Ощупайте его. Что вы чувствуете на ощупь, то есть что вы осязаете? Правильно, это маленький, металлический, продолговатый предмет — скрепка. Откройте глаза—проверьте, правильно ли вы угадали предмет.

Снова закройте глаза и вытяните руку ладошкой вверх. Сейчас я положу другой предмет.

Кладется кусочек ваты.

Что вы чувствуете на ощупь? Этот предмет — легкий или тяжелый, мягкий или твердый, пушистый или гладкий, теплый или холодный? А теперь угадайте, что вы осязали? Правильно, это вата. Откройте глазки, проверьте, верно ли вы угадали.

Как вы думаете, когда вы чувствуете предметы на ощупь, какие ощущения у вас возникают?

Дети. Осязательные.

Психолог. Правильно. Запишите это в рабочую тетрадь. Как мы чувствуем предметы на ощупь? Правильно, через кожу. Запишите словосочетание «через кожу» под словом «осязательные».

Дети выполняют задание.

Психолог. Задание 5 — «Попробуй на вкус». Сейчас мы будем пробовать жидкость, которая налита в бутылочку, на вкус. Посмотрите на нее. Вы можете сказать, какая жидкость на вкус? Почему? Да, надо попробовать. А чем мы пробуем еду, жидкость на вкус? Правильно, языком.

Откройте рот и вытяните язычок. Я сейчас капну этой жидкости (капается пипеткой соленая вода), а вы определите, какая она на вкус. Итак, какой вкус вы почувствовали? А теперь я капну другой жидкости (капается сок лимона). Попробуйте ее на вкус. Вкус чего вы почувствовали? Правильно. Это вкус кислого, а точнее — лимона. Подумайте: когда вы ощущаете вкус чего-то, то какие ощущения у вас возникают?

Дети. Вкусовые.

Психолог. Правильно, запишите это в рабочую тетрадь. Через какой орган чувств поступают к нам вкусовые ощущения? Правильно, через язык.

Итак, мы с вами познакомились с нашими умными помощниками в деле познания окружающего мира — с нашими ощущениями. Какие бывают ощущения — расскажите.

Дети рассказывают на основе составленной ими схемы «Мои ощущения» (см. приложение 8).

4. Чтение статьи И. В. Вачкова «Психология для малышей» (см. приложение 9).

5. Подведение итогов.

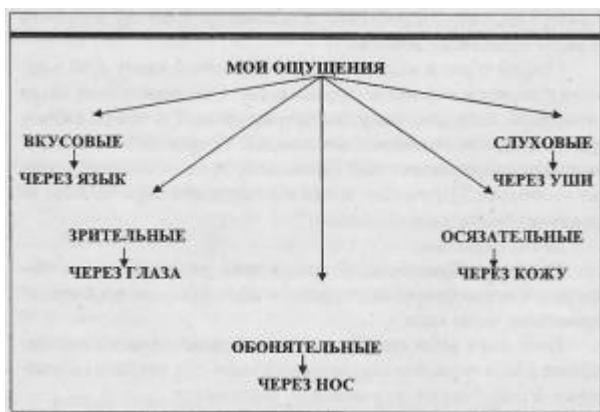
Психолог. Ребята, может ли человек прожить без ощущений? Назовите органы чувств — те части тела, которые отвечают за наши ощущения.

6. Домашнее задание.

Найти дома и принести один предмет, необычный на ощупь, звук, вкус, запах, цвет, форму. Этот предмет будет участвовать в конкурсе на самый «ощутимый» предмет.

Приложение 8

МОИ ОЩУЩЕНИЯ



Приложение 9

МОИ ОЩУЩЕНИЯ

Вы знаете ребята, что такое психология? Какие тайны скрывает это загадочное слово? Нет? Тогда я расскажу вам одну удивительную сказку про девочку Юлю, которая тоже до поры до времени не знала, что это такое, но очень хотела знать. Юля слышала слово «психология» от папы и мамы, и ей было забавно представлять мудрых и добрых волшебников — психологов, которые могут превращаться в кого угодно (она так почему-то думала), изменять других людей и заглядывать в глубину их душ.

Вообще в этой психологии было много чего непонятного. Папа всегда говорил о ней с восторгом и часто повторял слова: «чудеса психологии». Поэтому Юля была уверена, что психология связана с волшебством. Ей очень хотелось увидеть взаправдашние чудеса и волшебные превращения, а папа никак не мог найти время, чтобы показать их ей. Целые дни он проводил в научном институте и приходил с работы, когда Юля уже укладывалась спать. Однажды Юля даже рассердилась. Когда папа зашёл к ней в комнату пожелать спокойной ночи, она сказала:

— Папа! Почему тебе всё время некогда мной заниматься? Если ты не будешь мне всё объяснять, я вырасту глупой.

Папа рассмеялся и сказал:

— Ты права, Юленок! Я слишком занят работой. А что я должен тебе объяснить?

— Папа, а что такое ощущение и восприятие? — негромко спросила Юля.

— Это такие психические процессы. С их помощью в наш мозг поступают сигналы из внешнего мира. Мы видим дерево, камень, собаку — потому что у нас есть глаза, слушаем музыку, слова, другие звуки, потому что у нас есть уши. Мы чувствуем носом запахи цветов или свежей краски, а благодаря языку ощущаем вкус сладкой конфеты. Это помогает нам ощущать и воспринимать разные вещи.

— А если бы у нас их не было, этих ощущений и восприятий? — спросила Юля — мы что, не жили бы?

— Наверное, не жили бы. Закрой глаза, чтобы ничего не видеть, заткни уши, чтобы ничего не слышать, и нос, чтобы не чувствовать запахов, разве это жизнь? А если бы ещё и твоя кожа потеряла способность к ощущениям? Тебя, допустим, кусают комары, а ты не чувствуешь!

— Они бы меня съели, а я бы не заметила? — удивилась Юля.

— Обглодали бы дочиста, а ты бы и внимания не обратила, — подтвердил папа. — Так что без ощущений и восприятий жизнь человека вряд ли возможна. Наши органы чувств — глаза, уши, нос, поверхность кожи, язык — это разведчики нашей психики, которые добывают сведения о том, что вокруг происходит. «Ага! — говорят глаза. — Цветы распустились!» — «И где-то поблизости летает пчела — слышим жужжание!» — сообщают уши. «А цветы к тому же замечательно пахнут», — дополняет нос. «А стебелёк травы горький на вкус», — доносит язык. Ощущения и восприятия принимают эти сведения и передают дальше другим сотрудникам психики — мышлению, памяти, воображению. Пусть теперь они их перерабатывают и используют.

Занятие 17.

Мое восприятие мира.

Задачи: Знакомство с предметным содержанием понятия «восприятие»; осознание уникальности собственного восприятия мира; закрепление пройденного материала по теме «Мои ощущения».

Материалы. Рабочие тетради, фломастеры и цветные карандаши; запись рецептивной музыки (звуки моря); «чудесный мешочек» с набором мелких предметов (вата, расческа, оболочка от «киндерсюрприза», карандаш, ластик, булавка и др.).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассказывают по местам, раскладывают свои принадлежности.

2. Настрой на занятие.

Повторение пройденного материала по теме «Мои ощущения» проводится в форме беседы.

Психолог. Сегодня на уроке мы повторим пройденное и узнаем много нового. Вспомните, что мы изучали на предыдущем занятии. Для этого откройте свои альбомы. Я буду спрашивать — вы отвечать. Помните сказку про девочку Юлю, которая задавала папе вопросы про психологию? Помните, она спросила: «Что такое ощущения?». Поможем Юле разобраться в этом.

Какие помощники есть у людей, чтобы видеть, слышать, чувствовать запахи, вкус, прикосновения? Может ли человек прожить без ощущений? Почему? Зачем нам нужны ощущения? Какие ощущения у нас возникают, когда мы видим цвет, форму, размер предмета; когда мы ощупываем предмет: холодный — теплый, мягкий — твердый, гладкий — пушистый; когда мы слышим различные звуки — шумы, музыку, слова; когда мы вдыхаем запахи, когда мы пробуем что-то на вкус?

Итак, ребята, вы уже знаете, что окружающие предметы воздействуют на наши органы чувств и вызывают различные ощущения: зрительные, осязательные, слуховые, вкусовые, обонятельные. Различные ощущения воспринимают органы чувств. Назовите, какие вы знаете органы чувств.

Дети. Глаза, кожа, уши, язык, нос.

Психолог продолжает занятие, задавая вопросы.

— Какой частью тела, то есть каким органом чувств мы ощущаем запахи? Покажите без слов. Покажите, благодаря какой части тела мы ощущаем вкус, то есть чем мы чувствуем сладкое, соленое, горькое, кислое. Чем мы чувствуем предметы на ощупь? Скажите вслух, а теперь покажите. Какой орган чувств отвечает за восприятие звуков? С каким органом чувств связано наше зрение, то есть знание о цвете, форме, размере предметов?

Психолог за каждый правильный содержательный ответ дает ребенку значок. Кто наберет их больше всех, в конце урока получает пятерку.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Проверка домашнего задания в форме конкурса «Самый осязаемый предмет».

Психолог. Разные предметы, воздействуя на наши глаза, уши, язык, нос, кожу, то есть на наши органы чувств, вызывают у нас разные по силе ощущения. Подумайте над следующими вопросами.

В каком случае возникают более сильные ощущения: когда мы слышим шелест крыльев летящей бабочки или звонок на урок?

Как вы думаете, что вызывает более сильные ощущения: вкус лимона или вкус картона? Яркая картинка в книге или серая пыль?

Дети отвечают.

Психолог. Итак, мы выяснили, что ощущения могут быть разными по силе. Вы дома подобрали и принесли на занятия различные предметы. Они будут участвовать в конкурсе на «самый осязаемый предмет». Наш конкурс будет проходить по разным номинациям. Мы будем выбирать «самый осязаемый предмет»:

- на звук;
- на цвет;
- на форму, размер;
- на вкус.

Поднимите те предметы, которые являются самыми «осязаемыми», необычными, интересными на звук. Аналогичное задание дается для определения предметов на ощупь, цвет, форму, размер, вкус, запах. Победитель в каждой номинации награждается значком. После подсчета общего количества значков у каждого ученика выявляется абсолютный победитель, который премируется учителем (оценкой или дипломом победителя).

4. Работа по теме.

Заявка темы урока, объяснение нового материала, выполнение заданий «Я вижу то, что слышу» (рисование музыки). «Чудесный мешочек». В разных частях доски по разным направлениям написаны слова «моё» «восприятие» и «мир».

Психолог. Тема нашего урока написана на доске. Прочитайте ее. Ой, а предложение рассыпалось на части. Соберите слова так, чтобы узнать тему урока. У себя в альбоме напишите, что получилось в результате. Итак, получилось — «Мое восприятие мира». Сегодня мы с вами узнаем, что же такое восприятие. Кроме ощущений, у нас есть еще один умный помощник в познании окружающего мира — это наше восприятие.

Когда мы воспринимаем предмет, мы узнаём (отражаем) его целостно — видим цвет, форму, размер (например, роза белая, по форме — вытянутая, имеет длинный стебель), ощущаем его запах (чувствуем исходящий от розы приятный аромат), чувствуем на ощупь (шипы розы колючие). Благодаря восприятию мы можем понять, что это за предмет.

Белое, холодное, сладкое на вкус, тает, значит, это — что? Правильно, мороженое. Пушистое, тёплое, чёрное, с четырьмя ногами и зелёными глазами, мурлыкает. Кто это? Конечно, кошка.

У каждого человека своеобразие восприятие окружающего мира, не похожее на восприятие других людей.

Хотите узнать, как различается восприятие одной и той же музыки у разных людей? Тогда вспомним задание.

Инструкция к заданию «я вижу то, что слышу» (рисование музыки).

Психолог. Сейчас я включу музыку, а вы постарайтесь представить то, что вы слышите. Ваши глазки, органы зрения будут отдыхать, закройте их. Будут работать только уши — органы слуха. После прослушивания вы отобразите свои впечатления от услышанного на бумаге, то есть что-то нарисуете. Итак, глазки закрыты, рот на замок. Сейчас звучит приятная музыка.

Психолог включает запись рецептивной музыки (например, звуки моря). Когда музыкальный фрагмент подходит к концу, психолог говорит следующее.

— Продолжайте слушать музыку. Кому хочется, можно открыть глазки и приступить к рисованию. Продолжайте рисовать и тогда, когда музыка замолкнет. Закончив рисунок, дайте ему название и напишите его на листе. Теперь рассмотрим рисунки друг друга: одинаковы ли они? Вы нарисовали то, что восприняли на слух. Скажите, судя по рисункам, одинаковое ли у вас восприятие музыки, или разное? Конечно, разное, потому что получились разные рисунки.

В следующем занятии вы будете не слушать, а осязать предметы на ощупь и рисовать то, что вы почувствовали.

Инструкция к заданию-загадке «Чудесный мешочек».

— Каждый из вас по очереди, не заглядывая в «чудесный мешочек», выбирает только один предмет и изучает его на ощупь, а потом нарисует его так, чтобы другие угадали. Нельзя сообщать другим, что вы осязали, а теперь пытайтесь нарисовать. Кто нарушил это правило — тот в разгадывании не участвует. Итак, сначала каждый ощупывает, изучает, а потом молча рисует.

После того, как все дети выполнили это задание, психолог предлагает им поменяться рисунками друг с другом.

Психолог. Вторая часть нашего задания-загадки называется «Найди предмет на ощупь по рисунку». Каждый из вас по чужому рисунку находит на ощупь предмет из «чудесного мешочка». Подсказывать другому при угадывании не нужно — угадывайте предмет на ощупь без подсказки.

Дети по очереди ощупывают предметы в «чудесном мешочке» и находят те, которые соответствуют рисунку.

Психолог следит, чтобы дети правильно и без подсказок угадывали предметы, предлагая при затруднении назвать свойства осязаемого предмета (гладкий или шершавый, мягкий или твердый, теплый или холодный).

5. Домашнее задание.

Нарисуйте три предмета, близкие по форме к кругу; три предмета треугольной формы и три — прямоугольной.

Занятие 18.

Мое внимание.

Задачи. Знакомство детей с предметным содержанием понятия «внимание»; осознание детьми актуального состояния своего внимания; развитие внимательности.

Материалы. Рабочие тетради, цветные карандаши или разноцветные ручки для детей, бланки корректурной пробы (см. приложение 11), секундомер, текст сказки из книги И. В. Вачкова «Психология для малышей» (см. приложение 10).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассказывают по местам, раскладывают принадлежности.

2. Настрой на занятие.

Проверка домашнего задания. Задание «Рисунок Королевства Внутреннего мира».

Психолог. Откройте свои рабочие тетради и покажите соседу по парте рисунки предметов, похожих по форме на круг, треугольник и прямоугольник. Поднимите руку те, у кого получились рисунки одних и тех же предметов. Какие же это предметы: похожие на круг, треугольник и прямоугольник?

Ответы детей.

Психолог. Из предыдущих занятий мы узнали об ощущениях и восприятии, благодаря которым мы познаем, узнаем окружающий мир. Ощущение и восприятие возникают в Королевстве Внутреннего мира каждого из нас благодаря органам чувств. Помните, на одном из занятий вы рисовали свое неповторимое Королевство Внутреннего мира, но тогда вы еще не знали, какие жители его населяют.

Сегодня мы познакомимся с некоторыми из них. Органы чувств — это надежные дозорные, разведчики, несущие службу на границе королевства. Их задача — собирать информацию о том, что происходит за пределами королевства, и передавать ее стражникам с зеркальными щитами — Ощущениям и Восприятию.

Так, разведчик по имени Ушастик собирает все окружающие звуки и передает их стражнику Слуховые ощущения, разведчик по имени Носатик собирает запахи и передает их стражнику Обонятельные ощущения. Есть также разведчики с именами Рукастик, Языкастик и Глазастик.

Как вы думаете, какую они собирают информацию и каким стражникам королевства ее передают? Как подсказку, посмотрите в рабочей тетради рисунок «Мои ощущения».

Ответы детей.

Психолог. Правильно, разведчик Рукастик собирает прикосновения различных предметов и передает их Осязательным ощущениям, разведчик Языкастик специализируется на вкусе и передает всю собранную информацию Вкусовым ощущениям, а Глазастик, в отличие от других разведчиков, узнает о форме, величине, цвете предметов и все, что он узнал, передает стражнику Зрительные ощущения.

А теперь нарисуйте в рабочих тетрадях тех же жителей Королевства Внутреннего мира, о которых мы только что говорили, — пять разведчиков и пять стражников-ощущений, а также уже известных вам жителей королевства. С остальными жителями мы познакомимся позже.

Дети выполняют задание. Психолог отвечает на вопросы детей; стимулирует с помощью вопросов рисование у тех, кто не хочет рисовать.

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Упражнение «Проверь себя!», заявка темы занятия. На доске написана тема занятия «Мое внимание».

Психолог. Угадайте, как называется тема нашего занятия. Подскажу — это то, что нам нужно, чтобы замечать и быть сосредоточенным; это то, что вам будет нужно при выполнении упражнения «Проверь себя!». Итак, сначала выполним упражнение, а потом угадаем тему занятия.

Внимание! Сейчас у нас в классе будет минута сосредоточения, во время которой нужно быть наблюдательным и постараться все заметить. Итак, минута пошла (психолог засекает время). Все рассмотрели вокруг?

Ответы детей.

Психолог. Теперь закройте глазки и, не открывая их, отвечайте на мои вопросы. Только честно — глаза не открывать!

— Какого цвета стены в классе? Глаза у вас закрыты!

— Сколько светильников на потолке? Глаза закрыты!

— Какого цвета шторы? Глаза закрыты!

— Что было написано на доске? (*Перед этим вопросом психолог стирает написанную на доске тему занятия.*)

Открыли глазки!

Итак, что я у вас проверяла своими вопросами? Что помогало правильно ответить на вопросы? Если угадаете, что это, то и узнаете тему нашего занятия.

Ответы детей.

Психолог. Правильно, это внимание. (Психолог пишет еще раз на доске тему «Мое внимание».) Оно вам понадобится при выполнении следующего задания.

4. Работа по теме.

Задание «Корректурная проба» (см. приложение 11. Бланк корректурной пробы), чтение сказки о внимательном Иванушке (см. приложение 10).

Психолог. Это задание потребует сосредоточенности. Каждый из вас получил листочек со своим именем. На листочке изображены лица девочек. Пока ничего на листочке писать не нужно.

Рассмотрите, чем лица отличаются друг от друга. Верно, они отличаются бантиками и волосами. Представьте себе, что девочки — ученицы из разных классов. Они на перемене выбежали в коридор, «перемешались» друг с другом и теперь после звонка не знают, кому в какой класс идти. Давайте поможем им разобраться в этой путанице. Сначала отделим первоклассниц от второклассниц. В первых классах учатся девочки только с черными бантиками.

Первое задание — сосчитать про себя всех девочек с черными бантиками. Полученное число вслух не говорите, а запишите на обратной стороне листа около слов «задание 1».

Психолог смотрит записанные на листочках результаты выполнения задания.

— Записали? А теперь проверим, были ли вы внимательны. Итак, сколько у вас получилось девочек из первых классов, то есть девочек с черными бантиками?

Ответы детей.

Психолог. Правильно. Их было 42. Если допущена ошибка в подсчете, то зачеркните одной чертой ваше число и напишите правильный результат.

Теперь мы поможем ученицам 1-го «А» и 1-го «Б» распределиться по своим классам. Для этого нужно помнить, что в 1-м «А» учатся девочки только с черными бантиками и черными волосами.

Второе задание — сосчитать про себя всех девочек с черными бантиками и с черными волосами. Полученный результат вы должны записать на обратной стороне листа около слов «задание 2».

Психолог просматривает полученные детьми результаты, напоминает задание.

— Проверим, были ли вы внимательны. Правильный результат: В 1-м «А» — 22 ученицы.

Итак, с вашей помощью мы нашли всех учениц 1-го «А» класса. Теперь поможем девочкам 2-ш «А» класса как можно быстрее найти своих одноклассниц. Мы знаем, что во 2-м «А» учатся девочки только с белыми бантиками и черными волосами.

Третье задание — как можно быстрее и без ошибок подчеркнуть всех девочек с белыми бантиками и с черными волосами. Это задание выполняется на время. Подчеркивать вы начнете только по моей команде и с самой верхней строчки. Как только я скажу «Стоп», вы прекращаете работу и ставите вертикальную черту там, где остановились. Считать девочек в данном задании не нужно. Задание понятно?

Ответы детей.

— Приготовились — начали.

Психолог засекает время и через одну минуту говорит: «Стоп».

— Прекратили работу. На следующем занятии продолжим это задание.

Психолог собирает листочки с выполненными заданиями.

Психолог: Послушайте сказку о том, как внимание помогло Иванушке выручить свою сестрицу из беды. После чтения сказки вы должны ответить на вопросы.

Психолог читает сказку.

5. Подведение итогов.

Беседа по сказке с помощью наводящих вопросов.

Как Иванушка догадался, что заяц — заколдованный?

Что помогло Иванушке найти сестрицу в избушке Бабы Яги?

Как звали сестрицу Иванушки?

Как звали его братьев?

Были ли внимательными братья Иванушки? Объясните, почему?

А Баба Яга, была ли она внимательной? Почему?

Сколько раз внимание помогало Иванушке в трудных ситуациях? (*Семь раз*)

6. Домашнее задание.

Нарисовать понравившийся эпизод из сказки.

СКАЗКА

Юля попросила:

— Папа, расскажи мне что-нибудь о внимании.

Папа поднял голову от стола, улыбнулся ей и пересел на край Юлиной кровати.

— Хорошо. Тебе будет интереснее, если это будет сказка?

— Конечно!

— Ну, тогда слушай. Как обычно сказка начинается?

— В некотором царстве, в некотором государстве жили-были три брата: старший — Василий, средний — Петр и младший братец — Иванушка. И была у них сестрица.

— Аленушка! — радостно воскликнула Юля.

— Пусть будет Аленушка. Отправилась как-то Аленушка в лес по грибы, по ягоды. А злая Баба Яга схватила ее и утащила в свою избушку на курьих ножках, в черную дремучую чащу, в самую глухомань. Ждали Аленушку братья — не дождалось и пошли на поиски. Выходят они на полянку и видят: на пеньке заяц сидит. Братья за луки схватились, а Иванушка их останавливает: «Подождите, братцы любезные, посмотрите внимательно — глаза-то у зайца оранжевые. Не простой это заяц, заколдованный. Авось поможет он нашу сестрицу сыскать». Заяц прыг с пенька — и в лес, а братья за ним. Быстро скачет косою, но и братья не лыком шиты — бегать умеют. Но устали они, наконец, и умчался от них заяц.

Отдохнули немного братья, стали следы длинноухого искать. Но не простая оказалась эта задача. «Нет, — говорит старший брат Василий. — Ничего не получается. Не видно заячьих следов!» — «А ты, Вася, внимательно присматривайся, — отвечает Иван. — Тут травка примята, здесь веточка у куста обломана, а там и отпечаток на сырой земле — вот они, заячьи следы». Пошли братья вслед за Иванушкой по следам и скоро нашли зайца с оранжевыми глазами. Опять бросились они в погоню. Почувствовала Баба Яга, что кто-то преследует ее волшебного зайца, и начала колдовать. Смотрят братья: вместо одного косою из-за куста три зайца выпрыгнули и бросились в разные стороны. «Хитришь — не выйдет! — кричит Иванушка. — За двумя зайцами погонишься — ни одного не поймаешь, а уж за тремя — и подавно. Один только из них настоящий. Смотрите внимательно, братушки! Тот, что на восток побежал, почти весь белый, не наш, тот, что на запад, слишком темный — тоже не тот, а наш-то — вот он, наверное, улепetyвает!»

И снова устремились братья за зайцем. Видит Баба Яга, не сумела обмануть Иванушку, и снова колдовство затеяла. Бегут братья и слышат — дивная песня над лугом разносится. Прекрасные девушки хоровод водят. Петр загляделся на их красоту, свернул с пути и к лугу подался. «Не отвлекайся, Петр! — кричит Иванушка. — Смотри за зайцем внимательно». Но не слушает его Петр, к лугу бежит. Добежал, а никаких девушек и нет, растаяли под солнечными лучами — наваждение одно. Повернул он назад, а братьев и след простыл. Где же их искать? А Иванушка со старшим братом тем временем дальше бегут. Вот- вот достигнут зайца с оранжевыми глазами. А Баба Яга опять колдует. Налетела гроза ужасная. Гром загрохотал, молнии засверкали, ливень обрушился на братьев. Василий от каждого удара грома приседает, крестится, больше следит за тем, чтоб в лужу не ступить, а за зайцем и следить-то некогда. «Все внимание — на зайца! — говорит ему Иванушка. — Неспроста эта непогода. Отвлечь нас хотят!» Да Василий уже не может за зайцем следить, от дождя прячется. Так и отстал он от Иванушки. Но тот не сдается. Наконец, упал заяц обессиленный, тут его Иванушка и схватил. В ту же минуту очутился он перед избушкой Бабы Яги. Огляделся внимательно вокруг и заметил у крыльца ленточку красную — узнал он Аленушкину ленточку, из косы оброненную. «Ага! — думает Иванушка. — Вот где сестрица моя!»

— Ну-ка, избушка, —скомандовал Иванушка, —поворачивайся к лесу задом, а ко мне передом!

Кряхтя, переваливаясь с боку на бок, повернулась избушка на курьих ножках. Взобрался Иван на крыльцо и зашел в избу. Вскинул лук с каленой стрелой и говорит Бабе Яге:

— А ну, старая ведьма, освобождай мою сестрицу Аленушку, а не то конец тебе настанет!

— Да что ты, голубок, не видела я твоей сестрицы, — отвечает старуха.

Оглядел Иван внимательно избу и видит: стоит в углу большой сундук, запертый на замок, а из-под крышки кончик платья виднеется. Пошел Иванушка к сундуку, сбил замок, отбросил крышку, и выбралась из сундука сестрица его Аленушка.

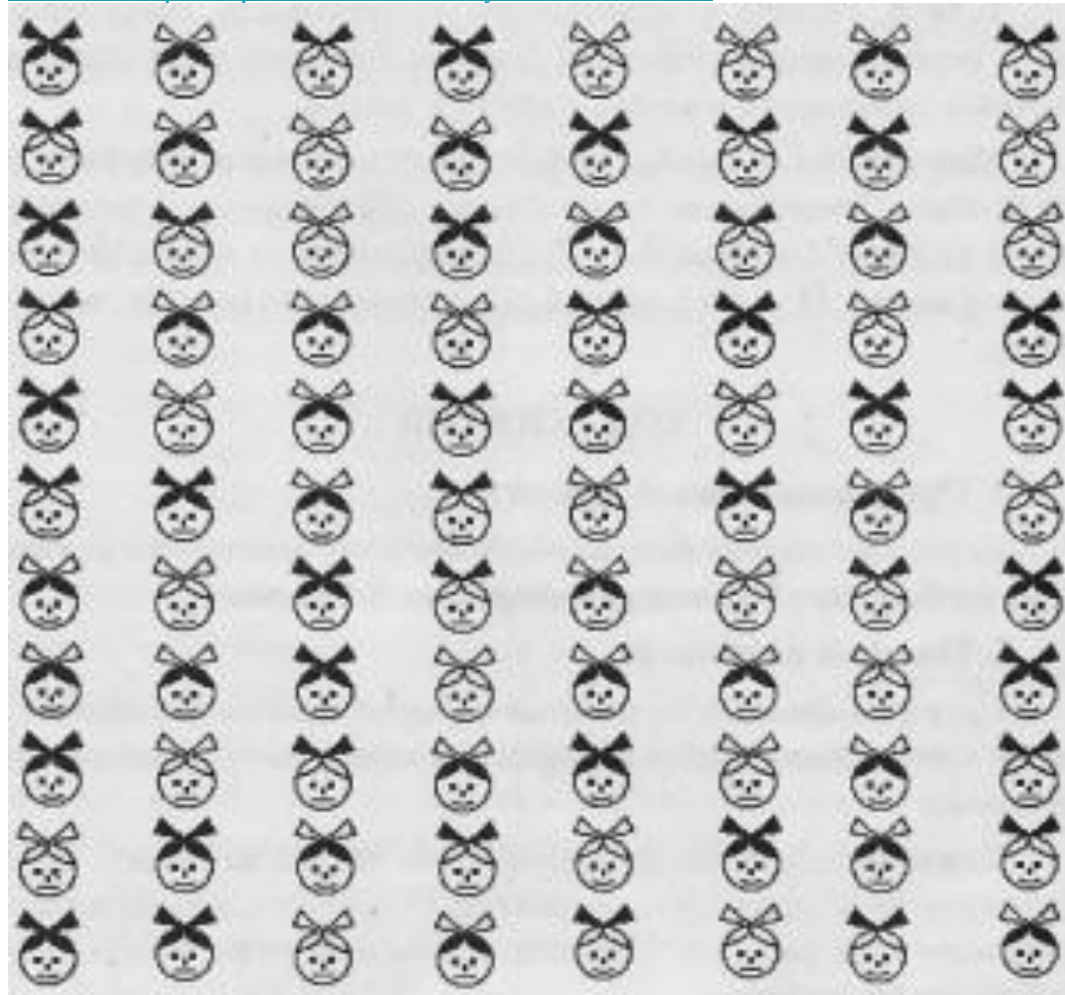
Видит Баба Яга: дело ее плохо. Испугалась ведьма, прыгнула в ступу и вылетела в печную трубу. Иванушка с Аленушкой на лужайку перед избушкой выбежали. Здесь их уже Василий с Петром ждут. Смотрят они в небо: летит Баба Яга в ступе, виляет из стороны в сторону, потом зацепилась за верхушку сосны и прямо в колючие кусты свалилась.

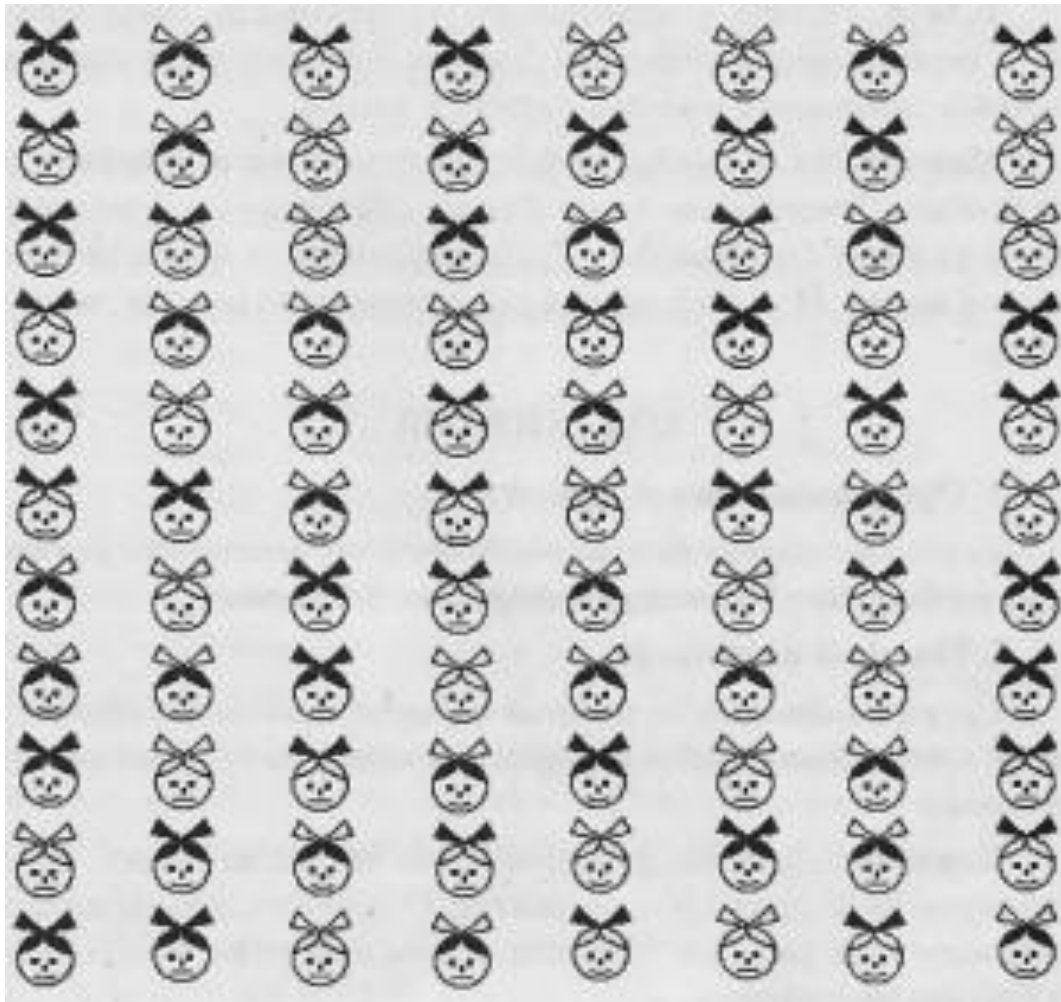
— Она метлу с собой не взяла, — сказал Иванушка. — Полетела без рулевого управления. Это все из-за невнимательности.

Приложение 11

БЛАНК КОРРЕКТУРНОЙ ПРОБЫ

Найди и исправь красным цветом допущенные ошибки!





Примечание: Психолог после урока проверят бланки и подсчитывает для каждого ребенка по результатам выполнения третьего задания количество просмотренных знаков и количество пропущенных ошибок, полученные данные записывает в строках “Просмотрено” и “Допущено”. Детям на следующем уроке можно сообщить, что те, кто просмотрел без ошибок 10-11 рядов, показал отличный результат, а те, кто просмотрел без ошибок 8-9 рядов, могут гордиться хорошим результатом.

Обратная сторона бланка:

Задание 1 Задание 2 Задание 3 Просмотрено знаков. Допущено ошибок.

Занятие 19.

Как быть внимательным?

Задачи: Развить концентрацию, устойчивость, распределение и переключение внимания, умение замечать свои ошибки. Осознать значимость внимательности в жизни.

Материалы. Альбомы и фломастеры, бланки «Корректурная проба» (Приведенные ниже бланки «Девочки» и «Поросята» взяты из книги Овчаровой Р. В. Практическая психология в начальной школе. М., 1996), запись релаксационной музыки, магнитофон.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент.

Дети рассаживаются по местам в соответствии с указанными на бланках «Корректурной пробы» фамилиями.

2. Настрой на занятие.

Проверка домашнего задания в форме выставки рисунков к сказке про внимательного Иванушку и конкурса «Самый внимательный».

Психолог. Дома вы рисовали один эпизод из сказки, которую слушали на предыдущем занятии. Откройте альбомы и покажите всем свой рисунок, положив его на парту так, чтобы было удобно его рассмотреть. Сейчас вы по очереди рассмотрите чужие рисунки, замечайте, что и как на них нарисовано, чтобы правильно ответить на вопросы по рисункам. Готовы? Теперь проведем конкурс на самого внимательного ученика. За каждый правильный ответ на мой вопрос вы получите значок. Закрыли альбомы. Итак, кто у нас самый внимательный?

1. Как называлась сказка?
2. Было ли изображено на рисунках, как Иванушка с братьями впервые увидели заколдованного зайца?
3. Сколько было таких рисунков?

4. Какого цвета на этих рисунках были глаза у зайца?
5. Был ли среди рисунков такой, где брат Иванушки Петр отвлекается на танцы и песни девушек?
6. Был ли среди рисунков такой, где брат Иванушки Василий грозы испугался?
7. Сколько было рисунков, где Иванушка заметил Аленуш- кину ленточку, у крыльца Бабы Яги оброненную?
8. Какого цвета была эта ленточка на рисунках?
9. Встретился ли вам рисунок, на котором Иванушка в избушке ищет сестру Аленушку?
10. Видно ли было по рисункам, как находит ее Иванушка?
11. Видели ли вы на рисунках эпизод, где Баба Яга улетела в ступе без метлы?
12. Почему она метлу с собой не взяла?
13. Сколько раз на рисунках изображена Баба Яга?
14. Сколько раз на рисунках изображена Аленушка?
15. Какие еще эпизоды, ситуации из сказки были нарисованы?

Психолог берет самый содержательный и выразительный рисунок, показывает его детям, потом прячет его и задает детям вопросы по рисунку.

Психолог. Сейчас мы проверим вашу внимательность. Внимательно посмотрите на этот рисунок, заметьте в нем все и приготовьтесь отвечать на мои вопросы по рисунку.

1. Кто был изображен на нем? Назовите их имена.
2. Какой эпизод из сказки нарисован?
3. Какого цвета было ... ?
4. Сколько было ... ?
5. Почему... ?
6. Было ли нарисовано ... ?

Молодцы!

3. Подготовка к восприятию нового материала.

Заявка темы урока, упражнение «Лучик внимания».

Психолог. На чистом листе в своем альбоме напишите тему нашего урока на сегодня «Как быть внимательным?». На этот вопрос мы с вами ответим после упражнения под музыку «Лучик внимания». Это упражнение проводится по следующим правилам — сидеть молча, не двигаясь, с закрытыми глазами. Слушать музыку и мои слова. Правила понятны? Сели поудобнее.

Включается релаксационная музыка.

Психолог. Рот на замок. Можно положить голову на парту. Каждый сейчас закроет свои глазки, с закрытыми глазками сосредоточенно будет слушать музыку, не делая никаких движений.

Прислушайся к своему дыханию. Твое дыхание постепенно успокаивается, становится размеренным, ровным. Веки тяжелеют. Глаза закрыты, и ты ощущаешь только темноту вокруг. Но вот возникает яркий золотистый лучик света. Этот лучик света — лучик твоего внимания. Он потихоньку движется и везде оставляет пятна лучисто-желтого цвета и тепло. Вот лучик побежал по твоему телу, ногам, рукам. Он попадает на твою правую руку и перемещается от плеча к ладонке. Вместе с ним по руке растекается приятное тепло и расслабление. Теперь твой лучик внимания перебежал на левую руку и движется от плеча к пальцам. Левая рука становится теплой, расслабленной.

А сейчас лучик внимания перескакивает на твой лоб, и ты чувствуешь лучистый свет. И приятное тепло на голове. Тепло лучика ласкает лицо. Ты купаешься в тепле и свете. Тебе приятно и спокойно. Лучик внимания свободно перемещается с одного места на другое, бежит там, где ему хочется.

Вот он остановился — это потому, что ты о чем-то подумал. Лучик внимания следит за твоими мыслями, чувствами, освещает их, вот он убегает все дальше и дальше, постепенно угасает, тускнеет. Его почти не видно — осталась только светящаяся точка. Постепенно, не спеша, открой свои глазки. И твой лучик внимания уже здесь, в этой комнате — помогает замечать все, что ты видишь, слышишь, чувствуешь. Можно подвигать головой, руками, улыбнуться.

А теперь по очереди расскажите мне, что вы чувствовали и представляли, когда слушали музыку.

Психолог обсуждает с детьми, что они чувствовали, представляли (лучик света, пятна света, приятное тепло, расслабление, покой).

4. Работа по теме.

Беседа-рассказ «Что значит быть внимательным?», задание «Корректирующая проба: работа над ошибками» (идея задания и бланки принадлежат Овчаровой Р. В.)

Психолог. Многие из вас чувствовали световой лучик внимания. Это значит, вы были внимательными! А что значит быть внимательным, что происходит, когда ты внимателен? А невнимательным? Отвечайте, со слов «Быть внимательным — это...» Или «Быть невнимательным — это...»

Психолог выслушивает самостоятельные ответы детей, интересуется их аргументацией. Если они затрудняются сформулировать ответ, он задает наводящие вопросы.

1. Быть внимательным—это быть сосредоточенным на чем- либо или рассеянным?
2. Быть внимательным—это все пропускать мимо ушей, глаз или все замечать?

3. Быть внимательным—это быть сильно поглощенным чем-то важным или постоянно отвлекаться на постороннее?
4. Быть внимательным — это выполнять работу без ошибок или с ошибками?
5. Быть внимательным — уметь замечать свои ошибки или их пропускать?

Психолог. Сделаем вывод — что же значит быть внимательным? Замечать все вокруг, быть сосредоточенным на нужном деле, не отвлекаться, работать без ошибок. Итак, внимание — состояние сосредоточения на нужном деле.

Откройте свои альбомы и запишите самостоятельно ответ на поставленный там вопрос «Что значит быть внимательным?» Теперь тут же в альбоме запишем домашнее задание: письменно ответить на вопрос «Для чего мне нужна внимательность?»

А теперь, когда вы уже знаете, что значит быть внимательным, проверим, умеете ли вы быть такими.

Инструкция к заданию «Корректурная проба: работа над ошибками». Психолог предварительно проверяет бланки «Корректурная проба» и указывает в них количество допущенных ошибок, ни в коем случае не исправляя их.

Психолог. Каждый получил свой листок с лицами девочек, с которым он работал на предыдущем занятии. Для того, чтобы сделать работу над ошибками, вам потребуется вся ваша внимательность.

Посмотрите в свой листочек, сколько каждый из вас допустил ошибок при выполнении задания 3 на предыдущем занятии.

У кого нет ошибок — молодец: он сумел быть сосредоточенным.

У кого 1-2 ошибки — не страшно: вы их сейчас найдете и исправите красным цветом.

Слушайте задание: красным цветом еще раз подчеркнуть на своем листе всех девочек с белыми бантиками и черными волосами. Подчеркнули? Теперь сосчитайте, сколько их. Напишите получившийся ответ около слов «задание 3». Проверим. Правильный ответ — 24. Найдите у себя ошибки.

Следующее задание — четвертое.

Теперь нужно как можно быстрее и без ошибок зачеркнуть одной чертой (показать как) всех девочек с черными бантиками и белыми волосами. Взяли фломастер или карандаш зеленого цвета. Начали. Кто раньше закончит — поднимет руку. Теперь сосчитайте, сколько зачеркнутых девочек. Напишите получившийся ответ около слов «задание 4». Проверим. Правильный ответ — 20. Исправьте свои ошибки.

Еще раз посмотрите на девочек и скажите, чем они отличаются друг от друга, кроме цвета бантиков и волос?

Правильно, губами — одни улыбаются, другие нет.

И, наконец, последнее, самое трудное, пятое задание: нужно сосчитать только тех девочек, у кого и черные банты, и белые волосы, и улыбка. Считаем молча, про себя, ничего не подчеркивая. Сколько получилось никому не говорите, а запишите в самом низу листа около слов «задание 5». Проверим. Правильный ответ — 11. Найдите свои ошибки и исправьте их.

Психолог или помогает детям обнаружить свои ошибки, или организует взаимопроверку ошибок в парах, поддерживает расстроенных детей. Тем, кто справился с заданиями без ошибок или быстро их исправил, психолог может дать аналогичное задание «Поросята» (см. приложение 13).

5. Подведение итогов занятия.

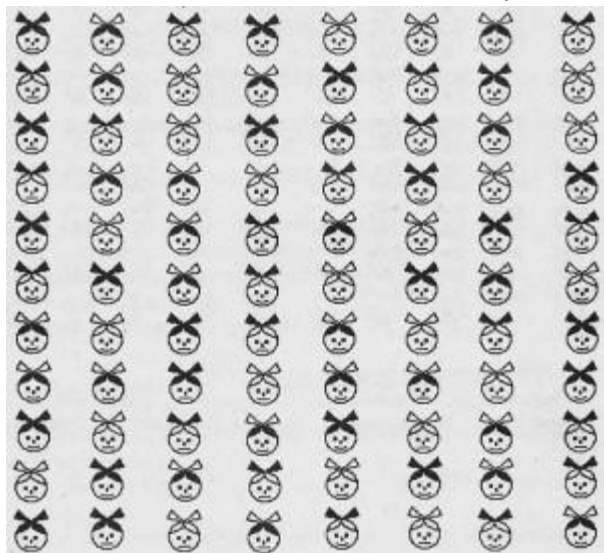
Упражнение «Оцени свою работу».

Инструкция к упражнению «Оцени свою работу».

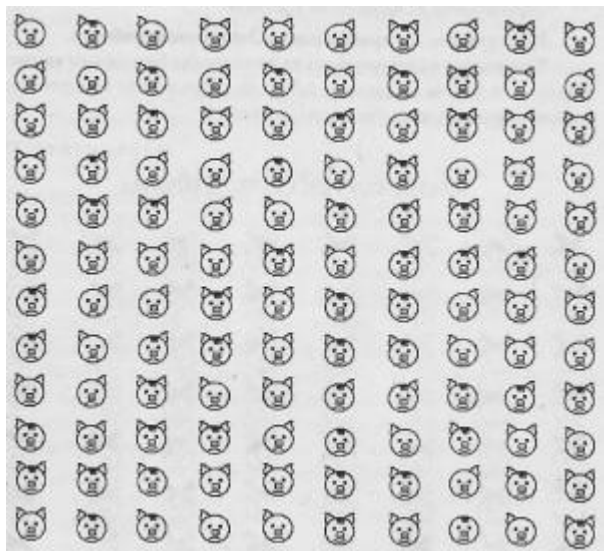
Поднимите в сторону руки те, кто сегодня был самым внимательным. А теперь поднимите обе руки вверх те, кто сегодня был самым внимательным учеником на свете.

Приложение 12

БЛАНК КОРРЕКТУРНОЙ ПРОБЫ



Обратная сторона бланка:



Обратная сторона бланка:

Занятие 20.

Я умею быть внимательным!

(Пропедевтическое профориентационное занятие «Профессия – сыщик»).

Цель: содействие в расширении общей осведомленности детей младшего школьного и младшего подросткового возраста в мире профессий.

Задачи:

- познакомить с профессией следователь, инспектор уголовного розыска.
- развитие познавательных действий и навыков, развитие внимания и памяти.
- повысить познавательный интерес детей к миру профессий;
- способствовать формированию мотивации к самопознанию через знакомство с различными сторонами профессий.

Материалы и оборудование: печатные наглядные материалы приложений для участников игры, бумага, карандаши.

1. Угадай, о какой профессии идет речь.

Зачитать отрывок из «Этюда в багровых тонах» Конан-Дойля.

Этот человек сказал, что ему не нужны знания, не относящиеся к его работе. Следовательно, все имеющиеся у него знания ему необходимы. Я перечислил в уме известные мне темы, в которых у него были самые глубокие познания. Я даже взялся за карандаш и принялся составлять список... Вот как выглядел сей документ:

...- познания и умения.

1. Литература – отсутствуют.
2. Философия – отсутствуют.
3. Астрономия – отсутствуют.
4. Политика – незначительные.
5. Ботаника – отрывочные. Хорошо знаком со свойствами белладонны, опиума и ядов вообще. С садоводством не знаком совершенно.
6. Геология – практические, но ограниченные. На глаз различает разные виды почв. После прогулок показывает мне пятна грязи на брюках и по их цвету и консистенции определяет, из каких они районов Лондона.
7. Химия – глубокие.
8. Анатомия – точные, но бессистемные.
9. криминальная хроника – огромные. Похоже, знает в деталях каждое преступление, совершенное в нашем веке.
10. Хорошо играет на скрипке.
11. Отлично фехтует и боксирует.
12. Прекрасно знает английские законы.

О человеке какой профессии идет речь? (Если дети не знают ответа и не могут догадаться, нужно им подсказать)

2. Угадали, речь шла о Шерлоке Холмсе. Он был частным сыщиком. Какие знания ему пригодились? (химия, анатомия, криминалистика, право, ботаника, политика, физическая культура – спорт, оружие)

3. Какие профессии сейчас близки по смыслу к профессии сыщик?

(следователь, инспектор уголовного розыска)

Следователь – это...

Инспектор уголовного розыска – это...

4. Какие качества для людей этой профессии будут важными?

(Наблюдательность, внимание, прекрасная память, логический ум, умение контролировать свои эмоции)

5. Проверяем наблюдательность.

Упражнение 1. Опиши соседа.

Знакомство с описанием людей в криминалистике. Приложение 1.

Рассмотрите те признаки, которые выделяются в описании головы и лица человека.

Какие еще признаки, по-вашему, можно включить в описание головы и лица человека? (Форма бровей, губ и рта, форма нижней челюсти, подбородка).

Упражнение 2. Описание человека. Приложение 2.

Упражнение 3. Узнать по описанию человека (средний, Приложение 3).

(В этом задании использованы наглядные материалы из «Школьного психолога», август 2009, №15)

6. Память. Передача информации.

Выбираются трое участников. Они выходят за дверь. Первому зачитывается текст сообщения, который он должен передать следующему участнику. Последний участник пересказывает сообщение всем остальным.

Текст сообщения:

Серый шевроле, с номером начинающимся на 6, сбил женщину и скрылся. Детективы выехали к вилле г. Нилендера, машина которого как будто соответствует описанию. Через полчаса они будут на месте.

7. Внимание. Задание «Шифровка»

(идея задания взята из книги «Подготовка к школе. Развитие мышления», Волгоград, 1998)

Психолог. Игра «Шифровка» потребует от вас полного сосредоточения и привлечения логического мышления. В ней вы будете разведчиками, которые передают секретную информацию с помощью шифровок. Чтобы зашифровать слова или расшифровать их, нужно использовать ключ (психолог показывает плакат «Шифровка»). В нем каждой букве соответствует определенная цифра. А теперь зашифруйте с помощью ключа слова.

При выполнении этого задания на данном занятии используется только часть слов и часть сообщений, а остальные пригодятся на следующем занятии.

Психолог. Вы уже бывали шифровальщиками. Сейчас у вас будет возможность расшифровать уже составленные сообщения.

7. Решение логической задачи.

По улице шли два отца и два сына, да дедушка с внуком. Сколько человек всего шло по улице?

Ответ: трое

У одного мужчины спросили, сколько у него детей? Он ответил: «У меня 4 сына, и у каждого из них есть родная сестра». Сколько же все-таки у него детей?

Ответ: пятеро

Двое подошли к реке. У пустынного берега стояла лодка, в которой мог поместиться только один человек. Оба они переправились на этой лодке через реку и продолжили свой путь. Как они это сделали?

Ответ: они подошли к реке с разных берегов

8. Подведение итогов. Учащиеся заполняют небольшую анкету, оценивают занятие, делают запрос на следующее занятие.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ШИФРОВКА

К Л Ю Ч								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	О	В	С	Д	М	Т	Р	Н

Зашифруй слова:

НОС _____ НОТА _____ РОМАН _____ СТРАНА _____

РОТ _____ МОСТ _____ НАСОС _____ ДОСАДА _____

ДОМ _____ ТОРТ _____ МОТОР _____ ВОРОТА _____

СОР _____ РОСТ _____ ДРОВА _____ МАТРОС _____

РОМ _____ МАРТ _____ ТОВАР _____ ОСТРОВ _____

Расшифруй сообщение:

726 _____ 6251 _____ 31991 _____ 5246278 _____

415 _____ 7829 _____ 52325 _____ 8144151 _____

328 _____ 5328 _____ 46278 _____ 4162318 _____

429 _____ 8241 _____ 52691 _____ 6171528 _____

825 _____ 6284 _____ 42491 _____ 7289152 _____

ЗАНЯТИЕ 21 ЧТО ТАКОЕ ЭМОЦИИ

Задачи:

Мотивировать детей на изучение собственного эмоционального мира.

Наполнить содержанием понятие «эмоции».

Способствовать осознанию детьми собственных эмоций.

Материалы:

Альбомы, набор карточек «Азбука настроения» на каждого ученика или хотя бы на двоих (см. приложение).

ХОД ЗАНЯТИЙ

1. Организационный момент

Упражнение «От улыбки станет всем теплей»

Психолог. Если у вас хорошее настроение, то как вы можете подарить его другим людям при встрече? Как вы без слов сообщаете им о своем прекрасном настроении? Правильно, улыбкой. Улыбка может согреть других своим теплом, показать ваше дружелюбие и улучшить всем настроение.

Поднимите большой палец правой руки те, у кого сейчас хорошее настроение и кто готов поделиться им с остальными. А теперь все, кто поднимал палец, образуйте круг. В центр этого круга станут те, у кого сейчас не очень хорошее настроение. Игроки с хорошим настроением будут посылать свои улыбки в центр круга.

Итак, от улыбки станет всем теплей. Наша лучистая и теплая улыбка может улучшить всем настроение.

Если детей с плохим настроением не окажется, то стоящие в кругу дети посылают улыбки друг другу.

После этого упражнения дети садятся в общий круг.

Игра «Передача предмета по кругу»

Психолог. Водящий задумывает какой-нибудь предмет. Он показывает, как выглядит этот предмет, с помощью жестов соседу слева, который принимает этот воображаемый предмет и передает его дальше по кругу. Так происходит до тех пор, пока воображаемый предмет не вернется к водящему. В этой игре необходимо придерживаться двух правил: не разговаривать и стараться понять, какой предмет вам передают. Первым водящим может быть сам психолог. После каждого раунда игры психолог организует обсуждение того, какой предмет передавался по кругу. Обсуждение идет в обратной последовательности, начиная от того, кто последним получил «предмет».

2. Работа по теме

Игра «Превращения в животных»

Психолог. В этой игре вы будете превращаться в разных животных и показывать, что они чувствуют, переживают. Покажите:

испуганного зайчика, который в страхе прячется от волка (сидит в кустах и дрожит);

печального и грустного козленочка-Иванушку из сказки про Аленушку;

любопытного енота;

страдающего Гадкого утенка;
сердитого льва — царя зверей;
радостную, неунывающую мартышку из мультфильма «48 попугаев».
Дети выполняют задание.

Психолог. Все то, что переживали, чувствовали животные, которых вы показывали, это и есть эмоции.

Беседа по теме «Что такое эмоции»

Психолог. Тема нашего занятия «Что такое эмоции». Чтобы ответить на этот вопрос, надо вспомнить, когда в последний раз вы сильно удивились.

Психолог слушает ответы детей и делает обобщающие выводы.

Психолог. А бывает ли, что вы обижаетесь? Что обычно у вас вызывает обиду?

Психолог слушает ответы детей и делает обобщающие выводы.

Психолог. Расскажите, какие события могут вас обрадовать. Как можно ваше настроение сделать радостным?

Психолог слушает ответы детей и делает обобщающие выводы.

Психолог. В каких ситуациях вы сердитесь, сильно злитесь?

Психолог слушает ответы детей и делает обобщающие выводы.

Психолог. Итак, не только животные — герои любимых сказок и мультфильмов могут переживать различные эмоции, но и вы сами способны в разных ситуациях, после некоторых событий испытывать определенные эмоции. Когда происходят приятные для нас события или исполняются наши желания, мы переживаем положительные эмоции — радость, счастье, удивление, удовольствие. Неприятные события и неисполнение наших желаний вызывают у нас отрицательные эмоции — грусть, обиду, страх, злость.

Задание «Угадай эмоции!»

Психолог раздает учащимся наборы «Азбука настроения» (серия «Мышка» из приложения).

Психолог. Рассмотрите рисунки, на которых мышки находятся в разном настроении. Угадайте, что переживает, что чувствует мышка под номером один (два, три и т.д.)? Что они делают — боятся, радуются, удивляются, обижаются, сердятся, чувствуют вину и т.д.?

Психолог проверяет правильность ответов детей и продолжает подобную работу с другими сериями («Дама», «Попугай») из набора «Азбука настроения». Это задание можно провести письменно — в альбоме дети указывают названия угаданных эмоций героев рисунков. Тогда после этого организуется проверка.

3. Подведение итогов

Задание «Какие эмоции я знаю?»

Психолог. В альбоме напишите, какие вы знаете слова, передающие то, что мы чувствуем, переживаем.

Некоторые из этих слов вы узнали сегодня на занятии, а некоторые знали и раньше. Необходимо написать как можно больше слов, отвечающих за наши эмоции.

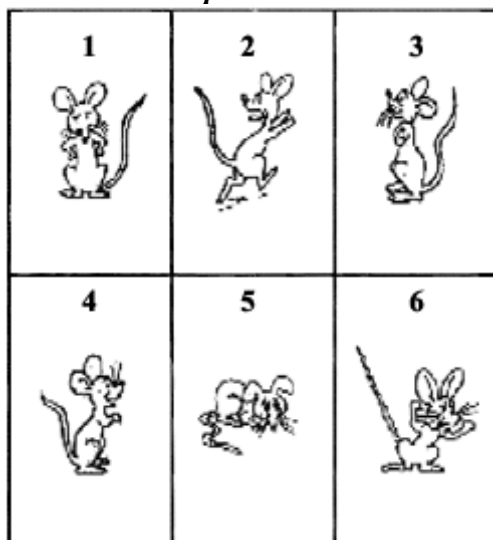
4. Домашнее задание

Нужно выбрать из трех наборов «Азбуки настроений» по одной карточке таким образом, чтобы изображенные на них персонажи были в разном настроении. Дома нужно придумать историю, которая могла с ними случиться. В альбоме надо записать имена трех выбранных персонажей с указанием их настроения (допустим, обиженная дама, грустный попугай и довольная мышка). Карточки «Азбуки настроений» возвращаются психологу.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

(Использованы материалы из книги Битяновой М.Р., Азаровой Т.В., Афанасьевой Е.И., Васильевой Н.Л. Работа психолога в начальной школе. М.: Совершенство, 1998)

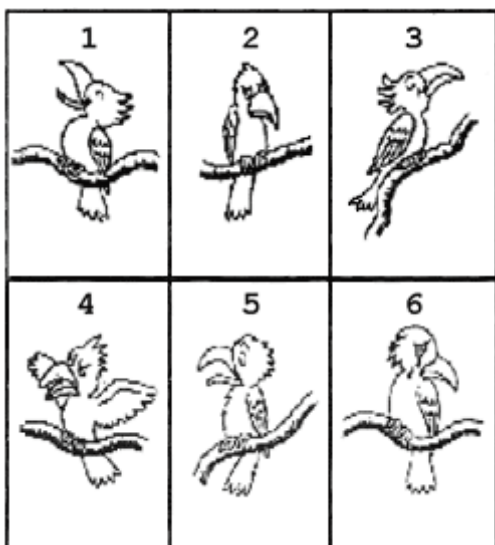
Набор «Мышка»



Набор «Дама»



Набор «Понугай»



Занятие 22.
Что такое чувства?

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ДНЕВНИК ЭМОЦИЙ

(фрагмент рабочей тетради по "Психологической азбуке" для второго класса, автор - И.В.Вачков)
Заполняйте карточки каждый день рисунком, означающим твоё настроение

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
				31

очень хорошее

хорошее

спокойное

плохое

очень плохое

Занятие 23. КОНКУРС ЧУВСТВОВЕДОВ

ЗАДАЧИ

Мотивирование детей на понимание собственных и чужих эмоций.

Развитие у детей умения выражать свои эмоции с помощью жестов и мимики.

Развитие у детей умения «прочитывать» эмоции других.

Обучение детей различным способам выражения эмоций.

МАТЕРИАЛЫ

Альбомы, набор карточек с названиями эмоций (радость, страх, горе/страдание, удивление, грусть, обида, удовольствие, отвращение, презрение, гнев/злость, вина, интерес), фотографические изображения эмоций детей (см. приложение 1), тексты этюдов (см. приложение 2).

ХОД ЗАНЯТИЙ

1. Организационный момент

Психолог. *Поднимите большой палец, если вам нравится участвовать в конкурсах, и опустите вниз, если не нравится. Судя по вашей реакции, вы готовы к участию в конкурсе чувствоведов. Чувствоведы — это такие люди, которые хорошо разбираются в своих и чужих эмоциях и чувствах. В этом конкурсе участникам команд будут предлагаться задания, с помощью которых можно понять, насколько хорошо вы разбираетесь в эмоциях.* Психолог организует команды, состоящие из 4—5 человек, и размещает их по отдельности, каждую за своим столом.

2. Работа по теме

Психолог. *Команды строятся в шеренги. В каждой шеренге, смотря в затылок друг другу, стоят члены одной команды. Они передают друг другу без слов определенную эмоцию. Эта эмоция передается по очереди: игрок, «получив» эмоцию от другого игрока, должен передать ее следующему. Для этого последний в шеренге игрок прикосновением к плечу просит впереди стоящего повернуться лицом к нему и т.д. Первый в шеренге игрок после «получения» эмоции поднятием руки сигнализирует об окончании игры для данной команды. Какую эмоцию нужно загадывать, узнает от меня последний игрок каждой шеренги.*

Для того чтобы все дети усвоили правила игры, психолог сначала проводит тренировочную игру с участниками одной команды.

Психолог. *Итак, команды готовы к соревнованию? Тогда все стоящие в шеренге, кроме последних игроков, должны повернуться ко мне спиной. Правила этой игры такие: при передаче эмоции нельзя говорить и поворачиваться друг к другу лицом, пока к твоему плечу не прикоснутся. Победит та команда, которая быстрее всех и точно передаст эмоцию.*

Психолог одновременно дает одному участнику из каждой команды карточку с названием эмоции. После состязания психолог выясняет у каждой команды, какая эмоция передавалась и соответствует ли она заданию. Командой-победительницей называется та, которая быстрее всех передала эмоцию и не исказила ее в процессе передачи. Этой команде присваивается два балла. Если команда при передаче эмоции была точной, но не была быстрой, то она получает один балл. Состязание может проводиться в 2—3 раунда. Полученные командами в течение всего конкурса баллы фиксируются на доске. После каждого состязания подводятся итоги конкурса.

Задание «Список эмоций»

Психолог. *Участники команд рассаживаются на свои места. Команды сейчас будут выполнять сложное задание: за 5 минут игроки каждой команды на одном листочке должны написать как можно больше эмоций.* Психолог через 5 минут собирает у команд листочки с названиями эмоций, читает их и присваивает командам баллы в зависимости от количества эмоций (за каждые три эмоции — 1 балл).

Задание «Определи эмоцию»

Психолог. *В этом конкурсе командам предстоит серьезное испытание: они должны определить эмоцию, которую переживает ребенок на фотографии, и придумать короткую историю о том, как эта эмоция у данного ребенка возникла. Историю можно записать.*

Психолог раздает детям разные фотографические изображения эмоций (см. приложение 1).

Подсказка для психолога: 1 — радость; 2 — грусть, печаль; 3 — страх, испуг; 4 — удивление; 5 — вина; 6 — обида; 7 — интерес.

При подведении итогов данного конкурса учитывается не только правильность определения эмоции по фото, но и понимание детьми причин ее возникновения, представленное в историях. Если и то и другое присутствует в ответах команды, то она получает 2 балла, если присутствует только что-то одно — 1 балл.

Задание "Этюды"

Психолог. *В последнем конкурсе команды готовят и показывают сценку, где герои испытывают разные эмоции. После показа сценки зрители угадывают эти эмоции.*

Психолог раздает тексты с описанием сценок (см. приложение 2), помогает детям распределить роли и дает режиссерские подсказки.

Процедура данного состязания: показ сценки командой, называние показанных эмоций участниками других команд, называние правильного ответа и присвоение баллов. В случае, если эмоции героев будут угаданы верно,

то по одному баллу за каждую эмоцию получает как та команда, которая угадала, так и та команда, которая показала.

3. Подведение итогов

Психолог суммирует баллы каждой команды за все конкурсы, определяет команду-победительницу и вручает ее участникам медаль «Лучший чувствовед». Остальные дети получают медаль «Знарок эмоций».

4. Домашнее задание

Продолжать вести дневник эмоций.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ФОТОГРАФИЧЕСКИЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ ЭМОЦИЙ ДЕТЕЙ

(Использованы материалы книги Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Российское педагогическое агентство, 1998)



ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ЭТЮДЫ ДЛЯ РАЗЫГРЫВАНИЯ

Этюд "Два ежика"

Два друга-ежика шли по лесу и вдруг услышали, что в траве что-то тикает. Сначала они испугались этого тиканья, а потом испуганно подошли ближе и с любопытством начали рассматривать незнакомый предмет. (Загаданы страх и любопытство.)

Этюд "Медведь и еж"

Косолапый медведь случайно задел ежа и уколол себе лапу. Медведь обижается на ежа, а тот чувствует себя виноватым. (Загаданы обида и вина.)

Этюд "Волк и заяц"

Волк гнался за зайцем, но заяц быстро убежал и скрылся. Волк его не догнал, остался голодным и горюет, а заяц радуется. (Загаданы страдание и радость.)

Этюд "Гадкий утенок на птичьем дворе"

Гусь с презрением, свысока относится к Гадкому утенку, а утенок очень грустит из-за этого. Только цыпленок жалеет его. (Загаданы презрение, грусть, жалость.)

Этюд "Лев и птичка"

Грозный лев, царь зверей, рассердился на птичку-невеличку. А она сильно испугалась его рычания. (Загаданы гнев/злость, испуг.)

Этюд "Котенок и его мама"

Котенок-шалун нечаянно разбил новую вазу. Мама его ругает, а он чувствует себя виноватым. (Загаданы недовольство, вина.)

Занятие 24. Мои желания

Задачи:

Ввести понятия желаний и потребностей.
Содействовать осознанию детьми своих желаний.
Способствовать развитию у детей рефлексии.

Материалы

Рабочие тетради, альбомы для рисования, цветные карандаши или фломастеры, картонная заготовка Цветика-Семицветика с открепляющимися лепестками.

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Передача движения по кругу»

Дети образуют круг комфортного общения.

Психолог. Водящий придумывает и показывает соседу слева какое-то необычное движение (руками, ногами, головой, туловищем). сосед передает его следующему участнику, а следующий должен придумать и передать по кругу уже другое непривычное движение. Таким образом, каждое новое движение возникает по кругу через одного игрока. Будьте внимательны!

После выполнения этого упражнения дети садятся за парты.

2. Настрой на занятие

Рефлексивное задание «Просмотрите «Дневник эмоций», который вы заполняли в течение недели.

Поднимите руку те, у кого чаще всего в течение недели было хорошее и очень хорошее настроение.

Расскажите, какие события повлияли на ваше настроение?

Поднимите руку те, у кого плохое и очень плохое настроение было в течение недели хотя бы три раза?

Опишите события, которые ухудшают нам настроение»

Психолог.

3. Работа по теме

Психолог. Психолог напоминает содержание сказки, если дети забыли его, и показывает картонную заготовку Цветика-Семицветика из листочков цветной бумаги. (Мультфильм?)

Задание «Цветик-Семицветик»

Психолог. Нарисуйте в альбоме для рисования волшебный Цветик-Семицветик из известной сказки.

Каждый из семи лепестков Цветика-Семицветика следует раскрасить разными цветами. Помните, какие слова говорила героиня этой сказки? «Ты лети-лети, лепесток, через запад на восток, через север, через юг, возвращайся, сделав круг. Чуть коснешься ты земли, быть по-моему, вели!»

Так же, как и героиня сказки, вы сейчас загадаете семь самых важных желаний, таких значимых, что хочется, чтобы они исполнились как можно быстрее. На каждом лепестке Цветика-Семицветика вы должны написать одно желание. Итак, кто готов рассказать всем о своем самом сильном желании?

Желающий берет один лепесток заготовки Цветика-Семицветика, произносит соответствующие слова «Ты лети-лети, лепесток...» и рассказывает о своем желании.

4. Подведение итогов

Анализ задания «Цветик-Семицветик»

Какие желания загадывались чаще всего?

Встречались ли желания не только для себя, но и для других людей?

Какие это были желания, назовите.

5. Домашнее задание

Психолог. Отметьте на лепестках Цветика-Семицветика желания для себя и желания для других людей.

Подумайте, пожалуйста, о том, чего могут сильно желать близкие вам люди.

ЗАНЯТИЕ 25 Борьба мотивов

Задачи:

Познакомить детей с психологическим механизмом полимотивированного действия и показать разнообразие мотивов.

Содействовать осознанию детьми своих мотивов.

Способствовать развитию у детей рефлексии.

Материалы

Рабочая тетрадь, альбомы для рисования, аудиозапись релаксационной музыки, схема на листе ватмана «Борьба мотивов».

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Мое самое сильное желание»

Дети образуют круг комфортного общения.

Психолог. Водящий должен с помощью жестов и мимики изобразить свое самое важное желание. Остальные игроки угадывают, какое желание было задумано. Тот, кто угадает, становится водящим.

2. Настрой на занятие

Проверка домашнего задания

Психолог. Вспомните, сколько желаний загадала героиня сказки «Цветик-семицветик»? А сколько среди этих желаний было направлено на помощь другим людям? Как вы думаете, почему так получилось?

А теперь посмотрите на свой Цветик-семицветик в альбомах для рисования. Есть ли на его лепестках желания, выполнение которых приносит радость или пользу другим людям? Какие это желания? Посчитайте, сколько таких желаний, и на счет «один-два-три» покажите их количество на пальцах правой руки.

Как вы думаете, о каких качествах человека говорят желания, задуманные на пользу другим людям?

3. Работа по теме

Релаксационное упражнение «Исполнение желаний»

Выполняется под расслабляющую музыку.

Психолог. А сейчас у вас будет возможность совершить волшебное путешествие под музыку и узнать побольше о своих желаниях. Примите максимально комфортное положение: вы можете положить руки на парту, опустить на них голову.

Слушайте приятную музыку и представляйте приятные картины. Делать это будет удобнее, если закрыть глаза.

Психолог включает музыку.

Каждый принял удобное положение. Ничто не мешает получать удовольствие от отдыха под музыку. Глаза закрыты.

Прислушайся к своему дыханию. Ты слышишь свой вдох. Ты слышишь свой выдох. Твое дыхание становится ровным, размеренным, спокойным. Покой и расслабление окутывают теплой пеленой голову, плечи, руки, туловище, ноги. Приятное тепло распространяется волнами по рукам, спине, ногам. Оно делает твоё тело легким, парящим, как воздушный шарик, для которого нет ничего невозможного.

Ты летишь легко и свободно и попадаешь в волшебную комнату. Это комната твоих желаний. В ней, как экспонаты за стеклом, расположены семь твоих самых важных желаний.

Присмотрись внимательно к своим желаниям. Выбери только одно — самое значимое. Тебе очень хочется, чтобы оно исполнилось как можно быстрее. Подойди поближе к этому желанию. Подумай, от кого зависит исполнение этого желания и что ты сам можешь сделать?

А теперь как по волшебству твоё желание исполнилось. Осуществилось то, чего ты так хотел. Что ты чувствуешь в этой ситуации?

Волшебство, к сожалению, имеет силу только на считанные минуты. Постепенно чары рассеиваются, волшебная комната твоих желаний как будто отодвигается все дальше и дальше, а потом пропадает вообще. На счет «один-два-три» тебе ничего не помешает открыть глаза и попасть снова в привычный школьный класс.

Один — возникает желание подвигать руками и ногами, дыхание немного учащается.

Два — лицо становится подвижным и хочется повернуть голову.

Три — открываются глаза, двигаются руки, ноги, голова.

Анализ упражнения

Психолог задает следующие вопросы.

Опишите, как именно вы почувствовали, что желание исполнилось?

Что вы делали с исполненным желанием? Можно ли было что-то с ним сделать?

Что каждый из вас может сделать, чтобы приблизить исполнение своего желания?

Беседа «Что такое мотивы?»

Психолог. Чтобы исполнилось любое твоё желание, в твоём Внутреннем Мире должны произойти важные события. Сначала появляется потребность, нужда в чем-либо. Потом эта же потребность вызывает разные мотивы, которые определяют, что надо сделать, чтобы потребность была удовлетворена.

Например, в твоём Внутреннем Мире возникает потребность поиграть. Она вызывает разные мотивы — мотив Поиграйка (немедленно пойти поиграть), мотив Послушайка (сначала сделать уроки, а потом уже играть), мотив Помогайка (помочь маме в домашних делах, а уже потом поиграть). Эти мотивы борются между собой и побеждает только один — самый сильный и значимый.

Подумай, какой мотив сможет победить, если у тебя возникнет потребность поиграть? Посмотри на схему «Борьба мотивов» — она поможет тебе ответить на этот вопрос.

—>Мотив

Поиграйка

Потребность
поиграть

—>Мотив

Послушайка

—>Мотив

Помогайка

4. Время книги

Чтение отрывка из книги И.В. Вачкова «Психология для малышей» (см. приложение) до слов «Ну мы тебе покажем!».

Психолог. *На предыдущем уроке из книги «Психология для малышей» мы узнали о приключениях Юли и ее спутников. Скажите, какую сказку собирался рассказать Юле ее папа? Правильно, «Сказку о борьбе мотивов». Сейчас вы слушаете эту сказку и нарисуете, какие мотивы боролись друг с другом.*

Психолог читает «Сказку о борьбе мотивов», а дети рисуют к ней иллюстрации.

На следующем уроке вы узнаете, что же произошло дальше. А сейчас покажите друг другу свои рисунки.

Посмотрите на них и ответьте на вопросы.

Как звали потребность, которая вызвала так много мотивов?

(Потребность в еде.)

Какие мотивы вызвала Потребность в еде?

(Мотивы Сладкоежка, Неслух и Мотив Совесть.)

К какому действию побуждал мотив Сладкоежка?

(Съесть шоколадку.)

А мотив Неслух?

(Никого не слушаться и все делать по-своему.)

А какое действие хотел запустить мотив Совесть?

(Не нарушать обещания, данного маме, и не есть шоколадку.)

Как вы думаете, кто победит в борьбе мотивов?

5. Домашнее задание

Сочинить продолжение «Сказки о борьбе мотивов».

ПРИЛОЖЕНИЕ

СКАЗКА О БОРЬБЕ ДВУХ МОТИВОВ

Помнишь, я рассказывал тебе сказку о Волшебниках-Потребностях, которые колдовством создавали разнообразные Эмоции? Так вот у этих Потребностей были сыновья — Мотивы, очень деятельные и активные ребята. Если Волшебницы-Потребности — это, можно сказать, главная ударная сила всякой активности в Королевстве Внутреннего Мира, то Мотивы определяют, что надо выбрать, чтобы Потребности были удовлетворены. Допустим, Потребность в тепле начинает шуметь: мол, человек — властелин Внутреннего Мира — замерзает и его нужно теплее одеть, а Мотив — тут как тут — уже разыскивает меховую куртку и вязаную шапку.

Мотивы отвечают за включение Механизмов Действия. Если мотивы спят, то Деятельность включить некому. Человек во Внешнем Мире бездействует. Но если какой-нибудь из Мотивов набирает силу, то тут уж только держись: Механизм Действия запускается во весь мах, и активность человека во Внешнем Мире становится очень велика. А иногда с Мотивами случаются и такие истории, как, например, эта, которая произошла в Королевстве Внутреннего Мира одной маленькой девочки.

Однажды собрались Волшебницы-Потребности и их сыновья Мотивы, чтобы посоветоваться. Первой встала Потребность в еде. Она сказала:

— Мы узнали, что там, во Внешнем Мире, на острове, который называется Журнальный Столик, лежит очень вкусная шоколадка. Человек должен питаться. Еда необходима ему, чтобы жить. Я считаю, что Мотивы должны немедленно включить Механизмы Действия, чтобы съесть эту шоколадку.

Ее сразу же поддержал толстенький Мотив Сладкоежка:

— Шоколадка очень вкусная и полезная. Я готов прямо сейчас запустить Действие поедания.

— Но ведь мама сказала нашей Хозяйке, что шоколадку можно съесть только после обеда, — начал спорить с ним Мотив Совесть (это был очень серьезный и мудрый Мотив). — И наша Хозяйка пообещала это сделать. Надо выполнять свои обещания.

Тут с места вскочил совсем еще маленький, несчастный человечек — Мотив Неслух. Сам он, правда, называл себя Мотивом Самостоятельности. Он думал, что самостоятельность — это никого ни в чем не слушаться и все делать по-своему.

— Подумаешь! — пискливо закричал он. — Мало ли, что мама говорила! У нашей Хозяйки и своя голова есть! Раз хочется съесть шоколадку, — значит, надо съесть — и все тут!

Но Мотив Совесть сказал спокойно и уверенно:

— Я не согласен с Мотивами Сладкоежкой и Неслухом! Наша Властительница Внутреннего Мира хочет стать хорошей, доброй, честной девочкой. Она хочет уважать себя. А если она нарушит обещание, разве будет она себя уважать?

Тут все Мотивы разом загалдели, замахали руками.

— Нечего его слушать! — визгливо кричал Мотив Неслух. — Давайте скорее запустим Механизм Действия!

Потребность в еде даже запрыгала на месте от нетерпения. Мотив Сладкоежка махнул рукой и побежал включать Механизм Действия. Но дорогу ему преградил Мотив Совесть.

— Ах так! — завопил Мотив Неслух. — Не хочешь нас пускать действовать? Ну, мы тебе покажем!

Мотивы Сладкоежка и Неслух сцепились со строптивым Мотивом Совести. Некоторое время длилась упорная борьба. Раздавались только пыхтение и крики. Но наконец Мотивы Сладкоежка и Неслух сумели справиться со своим противником и быстро связали его. А сами помчались запускать Механизм Действия. В ту же секунду во Внешнем Мире девочка протянула руку, взяла шоколадку и съела ее. И как ни кричал связанный по рукам и ногам Мотив Совести, Хозяйка Внутреннего Мира не услышала его слабого голоса.

Прошло некоторое время. Довольные Мотивы Сладкоежка и Неслух валялись на солнышке. А Потребность в еде даже крепко уснула (у девочки во Внешнем Мире за обедом не было аппетита). Вдруг раздался громкий голос мамы: «Ты уже съела шоколадку?»

Мотив Сладкоежка со страху уполз в кусты, а Мотив Неслух сначала тоже очень испугался, а потом подбежал к Механизму Действия и запустил речь Хозяйки Внутреннего Мира так, чтобы она солгала. Но Мотив Совести, увидев такое, рванулся и сумел освободиться от веревок. Он подбежал к Механизму Действия, оттолкнул Неслуха и переключил речь Властительницы. И тогда девочка во Внешнем Мире честно призналась в своем проступке...

— Папа, а почему же Мотивы Неслух и Сладкоежка сумели справиться с Мотивом Совести? — спросила Юля.

— А ты сама как думаешь?

— Наверное, они сильнее были.

— Выходит, так. Внутри нас часто происходят такие споры и такая борьба. Одни мотивы вынуждают нас совершать одни поступки, другие — прямо противоположные. И не всегда побеждают лучшие мотивы.

— А что делать, чтобы побеждали хорошие?

— Надо им помогать, усиливать их. Если ты знаешь, что для тебя важнее — быть хорошей и честной или же удовлетворять сиюминутные желания. Если ты это сама для себя решишь, то борьбы мотивов не будет. Так что — выбирай. Это от тебя самой зависит.

Занятие 26. **Мои мотивы**

Задачи:

Закрепить представления детей о психологическом механизме полимотивированного действия.

Содействовать осознанию детьми своих мотивов.

Способствовать развитию у детей позитивных мотивов.

Материалы

Рабочая тетрадь, альбомы для рисования, схема «Борьба мотивов» (эта схема приводится в описании предыдущего занятия) и перечень «Мотивы наших поступков».

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Подари желанный подарок»

Дети образуют круг комфортного общения.

Психолог. *Водящий пытается с помощью жестов и мимики показать, какой подарок он хотел бы подарить кому-нибудь из присутствующих. Для того чтобы подарок принес радость, надо вспомнить желания, названные в Цветике-Семицветике. Вы должны угадать, что это за подарок и кому он предназначен. Тот, кто угадывает, становится водящим.*

После этого упражнения психолог расспрашивает водящего, кому предназначался подарок, а того, кто получил подарок — исполнил ли он его желание.

2. Настрой на занятие

Беседа-опрос по пройденному материалу

Психолог. *Посмотрите на схему «Борьба мотивов» и попробуйте ответить на следующие вопросы.*

Что такое потребности и какими они бывают?

Что такое мотивы и какими они бывают?

Вспомните конкретные ситуации, когда разные мотивы определяли, что надо делать, чтобы потребность была удовлетворена. Что это были за мотивы?

Проверка домашнего задания

Психолог. *Дома вы придумывали продолжение «Сказки о борьбе мотивов». Как вы думаете, кто победил в этой борьбе? Какой поступок совершила девочка? Чем закончилась сказка?*

3. Время книги

Чтение отрывка из книги И.В. Вачкова «Психология для малышей» (см. приложение) начиная со слов «Мотивы Сладкоежка и Неслух сцепились со строптивым Мотивом Совести».

Психолог. *Слушая окончание «Сказки о борьбе мотивов», вы можете завершить рисунок к сказке, начатый на прошлом уроке.*

Психолог читает сказку.

Теперь, когда вы знаете, чем закончилась сказка, ответьте, пожалуйста, на вопросы.

Почему девочка все же съела шоколадку, несмотря на обещание, данное маме?

Ответ: потому что мотивы Сладкоежка и Неслух объединились и оказались сильнее мотива Совести.

Почему девочка призналась после этого маме в своем проступке?

Ответ: потому что подействовал мотив Совесть.

Сейчас на доске схему борьбы мотивов у девочки нарисует... (психолог называет имя ученика).

4. Работа по теме

Задание «Мои мотивы»

Психолог. *Как вы думаете, какие еще бывают мотивы?*

После ответов детей психолог предъявляет перечень «Мои мотивы».

Посмотрите на «Мои мотивы».

Мои мотивы

- мотив Поиграйка
- мотив Помогайка
- мотив Послушайка
- мотив Удовольствия для себя
- мотив Неслух
- мотив Совесть
- мотив Интерес
- мотив Безделья
- мотив Мне все равно
- мотив Заботы о других

Психолог. *Объясните, к какому действию побуждает мотив Поиграйка (Помогайка, Послушайка, Удовольствия для себя и другие)?*

Разделите все десять мотивов на две группы. Напишите, какие из мотивов попадают в одну группу, а какие — в другую. Задание нужно выполнять в рабочей тетради.

Мотивы, мешающие совершать хорошие поступки

Мотивы, помогающие совершать хорошие поступки

Проверим, какие мотивы оказались в первой группе?

Скажите, какие мотивы и почему попали во вторую группу?

Задание «Борьба моих мотивов»

Психолог. *Представьте себе ситуацию: нужно делать уроки, а хочется погулять.*

Как вы думаете, какая из потребностей здесь может быть очень сильной?

Какие мотивы может вызвать эта потребность?

Какие из мотивов будут вступать в борьбу друг с другом?

Какие из мотивов помогут делать уроки?

Какой из мотивов победит и запустит действие у каждого из вас?

5. Подведение итогов

Психолог задает вопросы.

Какую роль играют мотивы в совершении действия?

Кто решает, какой мотив победит?

Почему побеждает только один мотив?

Что нужно делать, чтобы побеждали мотивы, способствующие хорошим поступкам?

6. Домашнее задание

Придумать сказку о борьбе своих мотивов.

ЗАНЯТИЕ 27. КАКИЕ МОТИВЫ У ДРУГИХ?

Задачи:

Содействовать осознанию детьми собственных мотивов поведения.

Научить детей анализировать мотивы поведения других людей.

Материалы

Рабочие тетради, карточки с названиями мотивов (Послушайка, Удовольствия, Помогайка, Хочу, Надо, Неслух, Забота о других, Поиграйка, Совесть, Безразличие, Интерес, Ничего-не-делайка), схема «Борьба мотивов» (см. занятие 5), предмет-заместитель «запретного плода».

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Подари желанный подарок» (см. занятие 6)

2. Работа по теме

Задание «Мои выборы. Кому я хочу и кому не хочу подарить подарок» (социометрическая процедура)

Психолог. *Представь, что у тебя есть три хороших подарка, которые ты можешь подарить только одноклассникам. Кому бы ты их подарил? Напиши фамилии этих ребят в рабочей тетради под рубрикой «Мои выборы». А теперь подумай и реши, кому из одноклассников ты ни за что не захотел бы подарить подарок. Напиши их фамилии в рабочей тетради.*

Проверка домашнего задания

Психолог. *Дома каждый из вас записал историю о борьбе своих мотивов. Расскажите, что же у вас получилась за история. При этом вы можете опираться на схему «Борьба мотивов».*

Дети рассказывают. Если ребенок по какой-то причине не желает всем поведать свою историю, психолог просит его записать историю в свою рабочую тетрадь. Заставлять детей рассказывать ни в коем случае не следует.

Игра «Говорящие мотивы»

Психолог. У каждого из вас есть карточка с названием мотива, который может побуждать человека к тому или иному действию. Представь, что ты являешься этим мотивом, то есть он вдруг обрел голос. Что этот мотив мог бы сказать, к каким действиям и поступкам он мог бы подтолкнуть? Говорить всем, каким ты являешься мотивом, не нужно, потому что остальные будут угадывать, какой мотив ты представляешь. В конце игры мы определим, какие мотивы были самыми узнаваемыми.

Инсценировка «Кто победит?»

Психолог. Сейчас мы увидим, какие события происходят в Королевстве Внутреннего Мира, когда в ответ на желание ученика получить «пятерки» возникает несколько мотивов, которые подталкивают его к совершенно различным действиям.

Учеником, который очень хочет получить «пятерки», будет... (называется имя исполнителя этой роли). Ты — ученик второго класса (психолог обращается к этому ребенку) и стремишься получить только отметки «отлично». Представь, что на завтра задано много уроков, будет диктант и надо хорошо подготовиться к нему, но в то же время тебе хочется пойти погулять, поиграть с друзьями, просто поваляться в постели, посмотреть телевизор и многое другое, только не хочется учить уроки.

Давайте подумаем (психолог обращается ко всем), какие мотивы поведения могут «угovarивать» ученика поступать так или иначе.

Возможные ответы: Хочу, Поиграйка, Послушайка, Ничего-не-делайка, Надо, Интерес, Совесть.

Роли разных мотивов в сценке будут играть... (психолог называет имена тех детей, которые указали на эти мотивы).

Итак, сейчас каждый мотив станет говорящим и будет уговаривать ученика поступить определенным образом. Ученик должен выслушать все мотивы, а потом выбрать только один, который оказался самым убедительным.

Сценку можно проиграть еще раз, уже с другим составом исполнителей.

Обсуждение инсценировки «Кто победит?»

Психолог задает детям следующие вопросы.

Какие из представленных мотивов способствовали, помогли ученику осуществить его желание получить пятерки?

Какие мотивы мешали достижению этого желания?

Почему побеждает только один мотив?

Кто решает, какой из мотивов будет действовать?

Какое качество характера помогает достигать желаемого? (Ответ: сила воли)

Задание «Запретный плод»

Психолог. Вот это... (психолог берет в руки предмет-заместитель) запретный плод, то есть то, что очень-очень хочется иметь, но нельзя. Это сильное желание, но оно недостижимо. Покажи (психолог обращается только к одному ученику и кладет «запретный плод» на стол), как ты себя поведешь, что ты сделаешь в этой ситуации?

Дети рассказывают о желаниях, находящихся под запретом.

Скажите, какие мотивы в этой ситуации борются?

Ответ: мотивы Хочу и Надо.

Приведите примеры ситуаций, когда не хочется что-то делать, а надо.

3. Домашнее задание

Придумайте свою сказку о борьбе мотивов. Напишите ее в рабочих тетрадях или зарисуйте в виде комиксов.

Занятие 28.

Золотое правило общения или Секрет Крошки Енота

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Маски»

Начнем занятие мы с определения вашего настроения. Для этого давайте приготовим 3 маски, на которых нарисуем лица: веселое, грустное и злое. Посмотрите на них внимательно и выберете себе то настроение, с которым вы пришли сегодня на занятия. Почему?

2. Проверка домашнего задания

Психолог. Дома каждый из вас записал историю о борьбе своих мотивов. Расскажите, что же у вас получилась за история. При этом вы можете опираться на схему «Борьба мотивов».

Дети рассказывают.

Упражнение «Улитка»

У детей спрашивают: «Как вы думаете, почему улитка боится лягушки? Что улитка делает, когда ей угрожает опасность?» Затем дети встают за взрослыми паровозиком – каждый обнимает впереди стоящего за талию. Теперь мы с вами одна большая улитка. По команде «лягушка» улитка закручивается в спираль и замирает, не двигается, не шевелится. По команде «лягушка ускакала» дети, не расцепляя рук, прохаживаются по классу и говорят хором: «Вновь гулять улитка хочет, радуется и хохочет».

3. Работа по теме

От чего зависело правильное выполнение задания? Когда «улитка» сможет спрятаться от лягушки?

Что такое общение?

Просмотр или чтение книги «Крошка Енот». Беседа после просмотра. Что помогло Крошке Еноту преодолеть свой страх? Что он понял? Какое важное правило можно вывести из этого рассказа?

Попробуйте сформулировать это правило.

Это золотое правило общения «Поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой».

Упражнение «Карусели»

Дети встают в круг, психолог говорит: «Сейчас мы с вами будем кататься на каруселях. Повторяйте за мной слова и двигайтесь дружно, чтобы карусель не сломалась.

Еле-еле еле-еле

Завертелись карусели (*дети медленно двигаются в правую сторону*)

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом

Побежали, побежали (*темп речи и движения постепенно усиливается, направление движения меняется*)

Тише, тише, не спешите

Карусель остановите (*темп речи и движения замедляется*)

Раз-два, раз-два

Вот и кончилась игра (*на слове раз-два все дети останавливаются и кланяются друг другу*)

4. Подведение итогов.

Взаимодействие в парах: первичный замер – диагностическое упражнение «нарисуй узор в паре»; итоговый – диагностическое упражнение «Зеркало».

5. Домашнее задание. Нарисовать «золотое правило общения»

Занятие 29.

Внимание к окружающим

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради

Ход занятия

1. Организационный момент

Приветствие «Волшебники»

Детям предлагают вообразить, что они волшебники и могут отгадывать желания других. Дети по кругу пытаются отгадать желания у сидящего слева.

Упражнение «Комплимент».

2. Сказка «Злой колдун»

Далеко-далеко в одной стране жил злой колдун Кряга. Он делал людям столько гадостей, что совсем постарел. И вот он решил, что ему необходимо передать свою силу и опыт мальчику, чтобы тот овладел злыми чарами, иначе злость в этой стране исчезнет вместе с колдуном. Кряга отправился гулять по земле, чтобы найти подходящего мальчика. Он заглядывал в каждое окно, где были дети, но те хорошо себя вели, не обзывались, не дрались, убирали за собой игрушки, любили всех, кто находился рядом. Однако колдун не сдавался и продолжал искать. И вот однажды во дворе он увидел, как один мальчик бьет другого, да так сильно, что тот, плача, убегает от него, а он вдогонку еще и обзывается плохими словами и ломает его игрушки.

— Вот он-то мне и нужен, — сказал злой волшебник.

Он взмахнул своим плащом и подхватил хулигана.

— Куда вы меня несете? — завопил тот.

— В замок, я научу тебя колдовать, заколдовывать людей! Ты будешь злым колдуном!

— Я не хочу быть злым колдуном! Я хороший!

— А ты помнишь, как только что обидел мальчика, ударил его, а потом разломал игрушки?

— Ну и что, он первый начал!

— Вот поэтому я решил, что именно ты будешь моим учеником.

Колдун вместе с мальчиком оказался в замке. Это был жуткий, мрачный замок. Мальчику стало страшно, и он совсем не хотел становиться злым колдуном. И тогда он решил доказать колдуну, что тоже может совершать хорошие поступки.

Кряга, проснувшись утром, повел мальчика в большой зал к волшебному камню.

— Вот, смотри, — сказал он. — Когда тебя кто-то обзывает, ты должен его ударить.

— Нет, — ответил мальчик. — Я не буду его бить. Я скажу: «Мне неприятно, когда ты меня обзываешь».

— Ладно, — сказал Кряга. — А вот когда тебе не дают игрушку, ты точно должен ударить.

— Нет, — ответил мальчик. — Я просто попрошу «Дай мне, пожалуйста, игрушку, я тебе ее верну, когда поиграю». Или скажу: «Давай поменяемся на время, а потом я тебе ее отдам».

— Как же так! — разозлился колдун. — Ты плохой ученик! Ты разозлил меня! Пожалуй, я отвезу тебя обратно!

Кряга схватил мальчика и полетел во двор, где нашел его. Мальчик ужасно обрадовался, что вернулся домой. Он обнял маму и папу и сказал, как он их всех любит. А потом зашел к другу и извинился за свое поведение. Он больше никогда не дрался, не обзывался и не ломал игрушки.

А злой колдун Кряга умер, так и не найдя себе ученика.

3. Игра «Злой колдун»

***Ведуций.** Предлагаю для игры такой сюжет. Жил-был злой колдун, он был очень старым и хотел иметь ученика. Для этого он хочет украсть ребенка из нашей группы. Для того чтобы выручить товарища, вам надо назвать все то хорошее, что в нем есть, чтобы доказать, что такой хороший ребенок не подходит ему в ученики.*

Ребенок выбирается по желанию.

4. Подведение итогов. Какое важное правило общения мы узнали сегодня?

5. Домашнее задание. Нарисовать рисунок к сказке «Злой колдун».

Занятие 30.

Сказка о Вежливости.

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Комплимент», «Вернисаж» (рисунки к сказке); Вспоминаем правила общения, которые изучили.

2. Какие вы знаете волшебные слова, которые нам очень помогают в жизни?

Чтение рассказа Осеевой «Волшебное слово».

3. Сочиняем в парах сказку о Вежливости. Заслушиваем сочиненные сказки.

4. Подведение итогов. Конкурс этикета.

5. Домашнее задание. Проиллюстрировать свою сказку о Вежливости.

Занятие 31.

Научись слышать другого.

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради

Ход занятия

1. Организационный момент

Игра «Самый-самый», «Вернисаж» (рисунки к сказке о Вежливости), вспоминаем правила общения.

2. Упражнение «Слушаем себя»

Время выполнения упражнения 5–6 минут.

***Психолог.** Сядьте удобно, закройте глаза. Послушайте, что происходит вокруг. Постарайтесь отделить звуки один от другого. Что вы слышите? А теперь послушайте себя. Внимательно прислушайтесь к своим ощущениям... Посидите и послушайте себя... Что ты сейчас чувствуешь, чего тебе хочется? Что ты услышал?*

По окончании ребята делятся своими впечатлениями. Хорошо бы по возможности опросить всех желающих, при этом ориентировать остальных ребят на внимательное слушание.

***Психолог.** В течение нескольких минут каждый из вас сейчас находился в ситуации говорящего и слушающего. И так происходит в течение дня постоянно. А может быть, я ошибаюсь? Назовите ситуацию, когда вы не являетесь ни говорящим, ни слушающим.*

Во время ответов выясняется, что человек на самом деле в течение дня постоянно бывает в позиции то говорящего, то слушающего. Даже когда человек сам не говорит и при этом не слушает, что ему сообщают, он может слушать самого себя.

3. Работа по теме

Рефлексивное задание “Какой я — говорящий или слушающий?”

Психолог. *Вспомните те ситуации общения, в которых вы оказывались в последнее время. Подумайте, что вам приходилось делать чаще — говорить или слушать? Откройте свои рабочие тетради. Я прошу вас отметить на шкалах то, какими вы чаще бываете в общении со взрослыми и со сверстниками — слушающими или говорящими.*

Учащиеся делают отметки на следующих шкалах:

Со сверстниками:
слушающий _____ говорящий
Со взрослыми:
слушающий _____ говорящий

Упражнение “Ловушка”

Психолог. *Сейчас я расскажу вам историю, а вы, пожалуйста, внимательно послушайте.*

В качестве истории можно взять любой отрывок из книги и прочесть его, намеренно пропуская слова, фразы, тем самым нарушая логику и смысл рассказа.

Дети при слушании могут или задавать вопросы, поскольку многое остается непонятным, или слушать, не прерывая чтение. В любом случае учитель обращает внимание на то, что слушать можно пассивно или активно.

4. Подведение итогов. *Упражнение “Активное слушание”*

Дети разбиваются на пары. В течение нескольких минут один из партнеров рассказывает другому какую-то историю (например, как прошел выходной день). Второй слушает и задает ему вопросы. Затем ребята меняются ролями. По окончании проводится обсуждение.

Психолог. *Кто из рассказчиков может сказать, что у него был внимательный слушатель? Что именно тебя поддерживало? Кто слушал активно? В чем это проявлялось?*

При обсуждении звучит вывод, что при активном слушании собеседник задает вопросы, которые могут быть разными: уточняющими, дополняющими и пр.

5. Домашнее задание. Вспомнить основные правила общения

Занятие 32.

Сказка о Кактусе, который мечтал подружиться или как понять другого.

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение “Самый наблюдательный”

Работа осуществляется в парах. Первый участник пары задумывает две вещи — очень приятную для себя и неприятную. В течение минуты он должен размышлять сначала об одной из них, потом в течение минуты — о другой (порядок партнеру неизвестен). Второй участник пары, внимательно понаблюдав за внешними сигналами (реакция уголков губ, увеличение—уменьшение зрачков, движение грудной клетки, плеч и др.), должен определить, о чем — приятном или неприятном — в данную минуту думает партнер. Затем обмен ролями.

Игра “Сказка втроем”

Участники группы из трех человек выбирают, какую сказку будут представлять. Один участник играет роль сказочника. Второй садится лицом к зрителям и имитирует роль сказочника, используя только мимику, руки его при этом заложены за спину. Третий участник встает прямо за спиной второго актера, просовывает свои руки у него под мышками: таким образом он будет с помощью рук комментировать сказку. Задача группы — добиться синхронности работы, пользуясь невербальными средствами выразительности (жестом, мимикой, интонацией)

2. Сказка «Кактус мечтал подружиться»

Ведущий. *Сегодня я вам расскажу сказку про кактус, сядьте удобнее и слушайте.*

В одном дворе возле высокого дома была клумба. На ней росли разные цветы. Они росли рядышком, и поэтому клумба была похожа на разноцветный ковер. В хорошую погоду солнышко своими лучиками ласково касалось каждого цветка, и он в тот же миг пробуждался и медленно распускался, поражая и радуя своей красотой.

Красота эта привлекала бабочек, кузнечиков и не только... Люди, да и сами цветы обращали внимание друг на друга. Но это была необычная клумба: цветы на ней умели разговаривать. Они рассказывали разные новости и играли, дарили друг другу подарки. Им было весело и интересно жить на этой клумбе.

Но однажды на клумбе вырос цветок, который не был похож на другие. У него был толстый стебель, и колючки у него были такие острые, что кололи всех, кто пытался дотронуться до этого цветка.

— Он очень колючий! — говорила ромашка.

— Да, он уколол меня, когда я хотел к нему приблизиться, — сказал тюльпан.

— Лучше не будем к нему приближаться, ведь он такой колючий и не похож на нас, — решили все цветы.

Кактусу стало обидно, ведь он очень хотел подружиться с цветами, но не знал, как это сделать.

И вот однажды к клумбе подбежал хулиган, он хотел растоптать цветы. Он поднял ногу... но в этот момент кактус собрал все свои силы, напрягся и его иголки, словно пики, впились в нее, проткнули ботинок. Хулиган закричал от боли и убежал.

А у кактуса в тот же миг отвалились все иголки, и он остался совершенно голым. Тут цветы поняли, что он спас их ценой потери своей защиты — своих иголок. И тогда каждый цветок поспешил дотронуться до кактуса своими лепестками в знак благодарности за его храбрость и силу. И в том месте, где росли иголки, выросли цветы. Они были разноцветные, необыкновенной красоты.

Кактусу очень понравился его новый образ и внимание цветов. Он стал самым большим и красивым цветком на этой клумбе. И все восхищались его красотой и силой.

3. Психогимнастика «Цветочная клумба»

Взрослый под музыку предлагает детям поиграть.

***Ведущий.** Ребята, представьте себе цветочную клумбу, на которой растет много цветов. Все цветы растут рядышком, и поэтому клумба похожа на разноцветный ковер.*

С наступлением утра все цветы распрямляют свои стебельки, распрямляют листочки, поворачиваются к солнышку, улыбаются ему. Легкий ветерок помогает им поздороваться: они нежно и ласково дотрагиваются друг до друга лепестками и кивают головками цветов. Прохожие восхищаются дружной и красивой клумбой.

Дети показывают движениями, как здороваются цветы.

Упражнение «**Погладить кактус**»

4. Подведение итогов.

Можно ли судить о человеке с одного взгляда? Как вы понимаете сказку? Какое важное правило общения вы можете еще назвать?

5. Домашнее задание. Подготовить рассказ о своем друге, подруге.

Занятие 33.

Мой лучший друг

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Самый наблюдательный» (описание своего соседа по парте)

2. Кто такой друг? Что такое дружба?

Дети рассказывают о своих друзьях. Если речь идет об однокласснике, возможно давать описание не называя его.

3. Подведение итогов. За что ценят друга и дружбу?

Упражнение «Камушки».

Предложить каждому взять по одному камушку из мешочка и не смотреть на него до тех пор, пока все не достанут «сокровище» для себя. Дать детям время для

того, чтобы они рассмотрели, что находится у них в руках, изучили мельчайшие особенности, представили, что это друг, не похожий ни на кого, согрели его теплом своих рук.

Потом ведущий собирает все камушки, перемешивает их и предлагает детям отыскать своего «друга» среди остальных. Дети должны доказать, что это именно их «друг».

Подведение итогов занятия

— О чем мы сегодня говорили?

— Что нового вы узнали?

— Что понравилось, что не понравилось?

4. Домашнее задание. Нарисовать своего друга.

Занятие 34.

Что я узнал в Королевстве Внутреннего мира

Задачи:

- создание положительного эмоционального фона;
- развитие чувства принадлежности к группе детей;
- развитие коммуникативных навыков.

Материалы

Рабочие тетради, ватман, краски, карандаши, фломастеры

Ход занятия

1. Организационный момент

Упражнение «Вот я какой!» - показать, что ты узнал о себе, как изменился. Вспомнить свои визитки, что ты изменил бы в ней теперь?

2. Коллективный рисунок. «Дерево характеров». Изобразить себя символически на общем дереве.

3. Подведение итогов. «Я желаю всем...»