Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования Республики Татарстан»

Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ

Коррекционно-развивающая программа

Создание и поддержка региональных инновационных площадок

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

Коррекционно-развивающая программа

«СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ»

Казань
2019

ББК 74.3
К 66

Печатается по решению Ученого совета ГАОУ ДПО ИРО РТ
Под общей редакцией Нугумановой Л.Н.,
ректора, доктора педагогических наук

Издается в рамках реализации гранта
«Создание и поддержка региональных инновационных площадок»

Научный руководитель инновационного продукта:
Шарифзянова К.Ш., кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой педагогики, психологии и андрагогики, ГАОУ ДПО ИРО РТ
Лушпаева И.И., кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики, психологии и андрагогики, ГАОУ ДПО ИРО РТ

Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ. Коррекц.-разв.прогр.: пособие — Казань: ГАОУ ДПО ИРО РТ, 2019. — 56 с.

В пособии анализируется состояние проблемы реализации ФГОС начального образования для обучающихся с ОВЗ, представлена коррекционно-развивающая программа «Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ» для детей дошкольного возраста 5–6 лет и детей 7–10 лет.

Формат пособия позволяет включить не только содержание программы, но и рассмотреть вопросы научно-методологических оснований подготовки детей с ОВЗ к обучению в школе, вопросы их социально-психологической адаптации непосредственно в процессе обучения, также вопросы пространственно-временной организации, системы оценки эффективности реализации программы, план поэтапного психолого- социального сопровождения детей с ОВЗ в образовательном процессе.

Коррекционно-развивающая программа «Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ» для детей дошкольного возраста 5–6 лет и детей 7–10 лет, разработана коллективом педагогов-психологов структурного подразделения МАОУ «СОШ № 3» г. Нурлат психолого-педагогической медико-социальной службы Ефремова О.М., Севастьянова Т.А., Саврандейкина И.Н., Зайкова Н.В., Каняфина Э. Г., Орехов А.П., МБОУ «Гимназия п.г.т. Богатые Сабы» Сабинского муниципального района РТ» Шигабиева Г.Р.

Пособие полезно, как практическое руководство по реализации программ социально-психологического сопровождения обучающихся с ОВЗ в рамках деятельности ППМС центров/служб, и адресовано, в первую очередь, тем, кто проявляет неподдельный интерес к «живой» творческой деятельности в вопросах социализации, развития и воспитания современных школьников.

© ГАОУ ДПО ИРО РТ, 2019

ВВЕДЕНИЕ

Проблема сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья (далее детей с ОВЗ) заботит многие образовательные учреждения. Анализ требований Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС), позволяет определить пути и средства организации образовательного процесса для детей с ОВЗ в принципиально новых условиях, когда результатом освоения основной образовательной программы детьми с ОВЗ должно стать введение в культуру ребёнка, по разным причинам выпадающего из её образовательного пространства. Необходимо отметить, что ФГОС позволяет организовать обучение детей с учётом их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их развития и оценить полученные результаты. Только удовлетворяя особые образовательные потребности такого ребёнка, можно открыть ему путь к общему образованию.

Под сопровождением понимается не просто сумма разнообразных методов коррекционно-развивающей, профилактической, защитно-правовой, реабилитационной и оздоровительной работы с детьми, а именно комплексная деятельность специалистов, направленная на решение задач коррекции, развития, обучения, воспитания, социализации детей с ОВЗ. Исходным положением для формирования теории и практики комплексного сопровождения стал системный подход. Ведущей идеей сопровождения является понимание специалистами необходимости самостоятельности ребенка в решении его проблем развития, создание социально-психологических условий для развития личности ребенка и его успешного обучения.

Данная программа психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся с ОВЗ составлена в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273, федеральным законом от 24.11.1995 № 181-ФЗ О социальной защите инвалидов в Российской Федерации (в редакции от 29.12.2015, действующий в 2016 г.), федеральным законом «Об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья (специальном образовании)» от 2 июня 1999 года.

Актуальность разработанной программы объясняется пониманием острой необходимости социализации детей с ограниченными возможностями здоровья в рамках государственной концепции помощи инвалидам, частью которой является и совместное обучение, досуговая деятельность и социализация в обществе. Важность внедрения программы с периода начальной школы и до конца обучения позволяет выявить возможности ребенка на первоначальном этапе обучения и оказать ему возможную помощь.

Особенности реализации программы

Обучение детей с ОВЗ затруднено в связи с низкой работоспособностью обучающихся, повышенной утомляемостью, стойким нарушением познавательной деятельности. Коррекционное воздействие направлено на усвоение социального опыта с учетом недостатков психического и физического развития ребенка. Программа направлена не только на ребенка с ОВЗ, но и на его социальное окружение.

Ожидаемые результаты:

В ходе проведенной работы у дошкольников и младших школьников сформируется:

1. Способность адекватно себя оценивать.
2. Навык регуляции и контроля своих действий.
3. Способность принимать социальную роль ученика.
4. Навык коммуникативного взаимодействия и сотрудничества .
5. Умение настойчиво достигать поставленные цели.

Методологическую основу программы составляют:

- философские и психологические идеи гуманистического воспитания, согласно которым в каждом ребенке с ограниченными возможностями необходимо признавать человеческое достоинство, ничем не отличающееся от человеческого достоинства здорового ребенка и взрослого;
- социально-психологические концепции, определяющие сущность, содержание психологического сопровождения детей с ограниченными возможностями;
- концепции личностно-ориентированной направленности реабилитационного и воспитательного процессов, основанные на трудах ученых Л.С. Выготского, А.В. Запорожец, В. П. Кащенко, А.Р. Лурия, Е.А. Стребелевой, Д.Б. Эльконин, В.Г. Щур, В.Д. Солдатов, Н.Г. Лусканова, Г.А. Цукерман, М. Куна, Ж. Пиаже и др.

Нормативная база:

- Конституция РФ;
- Конвенция о правах ребенка;
- Закон «Об образовании РФ», вступивший в силу 1 сентября 2013г.;
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 24.07.1998 года, с изм. от 17 декабря 2009г.;
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации (постановление Правительства Российской Федерации № 751 от 04.10.2000г);
- Семейный кодекс Российской Федерации (№ 223- ФЗ от 29.12.1995 г. в ред. от 30.06.2008 № 106-ФЗ);

— Федеральный закон «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений» от 28.06.1995 № 98-ФЗ (ред. от 22.08.2004);
— Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
— СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9;
— Типовое положение об общеобразовательном учреждении (утв. Постановлением;
— Правительства РФ от 19 марта 2001г. № 196) (с изменениями от 23 декабря 2002г., 1 февраля, 30 декабря 2005г., 20 июля 2007г., 18 августа 2008г., 10 марта 2009г).

Цель: Организация социально-психологического, психолого-педагогического и реабилитационного сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание помощи в социализации.

Задачи программы:

— создание условий для реабилитации и социальной интеграции детей с ОВЗ в образовательное пространство;
— реабилитация детей с ОВЗ социокультурными методами;
— оказание помощи детям с ОВЗ в преодолении социально-коммуникативного барьеров;
— создание системы постоянного мониторинга образовательных потребностей детей с ОВЗ.

Пространственно-временная организация:

Программа рассчитана на детей предшкольного и младшего школьного возраста.

Продолжительность занятий — 30-40 минут.

Количество занятий: 10 занятий.

Периодичность занятий: 1 занятие в неделю.

Оптимальное количество детей в группе: 6-8 детей.

Диагностический пакет оценки сформированности УУД

	Нормативный показатель	5-6 лет	7-8 лет	9-10 лет
Личностные УУД	Самооценка, мотивация	Оценка мотивационной готовности (тест Солдатов В.Д.); Лесенка (Щур В.Г.); Индивидуальная беседа; Методика выявления характера атрибутики успеха\неуспеха – опрос.	Лесенка (Щур В.Г.); Оценка школьной мотивации (Лусканова Н.Г.) Методика выявления характера атрибутики успеха\неуспеха – опрос.	Лесенка (Щур В.Г.); Оценка школьной мотивации (Лусканова Н.Г.); Незаконченные предложения (анкета)
Коммуникативные УУД	Навыки сотрудничества, способы взаимодействия, разрешение конфликтов.	Рукавички (Цукерман Г.А.) Кто прав? (Цукерман Г.А.)	Рукавички (Цукерман Г.А.) Правый, левый (Пиаже Ж.)	Социально-коммуникативный статус ребёнка в коллективе Рукавички (Цукерман Г.А.) Правый, левый (Пиаже Ж.)
Регулятивные УУД	Планирование, целеполагание, саморегуляция, самоконтроль.	Графический диктант (Эльконин Д.Б.)	Графический диктант (Эльконин Д.Б.)	Графический диктант (Эльконин Д.Б.); Кто Я?(в модификации М.Куна)

План поэтапного психолого-социального сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья

Направления деятельности	Планируемые результаты	Формы деятельности, мероприятия	Сроки (периодичность в течение года)	Ответственные
Стартовая диагностика	Создание банка данных обучающихся, нуждающихся в специализированной помощи, формирование характеристики образовательной ситуации в ОУ	Наблюдение, психологическое обследование; консультация родителей.	Сентябрь	Педагог-психолог

Коррекционно-развивающие занятия с детьми ОВЗ	Развитие регулятивных, коммуникативных и личностных УУД.	Групповые и индивидуальные занятия	В течение года	Педагог-психолог
Итоговая диагностика	Получение информации о результатах проведенной работы, тех изменениях, которые произошли в индивидуально-психологических, физических, поведенческих и других особенностях личности каждого участника группы. Написание диагностического заключения об изменениях изученных характеристик после проведения коррекционно-развивающих мероприятий и прогноз будущих изменений с рекомендациями возможных форм дальнейшей работы с детьми ОВЗ.	Психологическое обследование; консультация родителей.	Ноябрь-декабрь	Педагог-психолог

План реализации программы

№ п/п	Раздел	Количество часов	5-6 лет	7-8 лет	9-10 лет упражнения усложненные
1	Личностный	1	1.Правила тренинга 2.«Знакомство» 3.«Выяснение целей» 4.«Сиамские близнецы» 5.«Преодоление препятствий» 6.«Третий лишний»	1.Правила тренинга 2.«Знакомство» 3.«Выяснение целей» 4.«Сиамские близнецы» 5.«Преодоление препятствий» 6.«Третий лишний»	1.Правила тренинга 2.«Знакомство» 3.«Выяснение целей» 4.«Сиамские близнецы» 5.«Преодоление препятствий» 6.«Третий лишний»

			7. «Зеркало» 8.Рефлексия	7. «Зеркало» 8.Рефлексия	7. «Зеркало» 8.Рефлексия
	Личностный	1	1. Приветствие 2. «Меняемся местами» 3. Быть уверенным в себе – это значит: 4. «Мостик» 5. «Пожелание, комплимент» 6. Рефлексия	1.Приветствие 2.Упражнение «Путанка» 3.Упражнение «Неоконченное предложение» 4.Рисунок «Школа- фантазия» 5.Упражнение «Аплодисменты по кругу» 6.Рефлексия	1.Приветствие 2.Упражнение «Путанка» 3.Упражнение «Неоконченное предложение» 4.Рисунок «Школа- фантазия» 5.Упражнение «Аплодисменты по кругу» 6.Рефлексия
	Личностный	1	1. Приветствие 2. Упражнение «Кто Я» 3. «Хвастовство» 4. «Проекция» 5. «Постановка уверенной походки» 6. Рефлексия дня	1. Приветствие 2. Упражнение «Волшебная палочка» 3. Упражнение «Что делает ученик» 4. Упражнение «Кто Я» 5. Упражнение «Какой я есть и каким бы хотел» 6. Упражнение «Принц на цыпочках» 7. Упражнение «Что я чувствую в школе» 8. Рефлексия	1. Приветствие 2. Упражнение «Волшебная палочка» 3. Упражнение «Что делает ученик» 4. Упражнение «Кто Я» 5. Упражнение «Какой я есть и каким бы хотел» 6. Упражнение «Принц на цыпочках» 7. Упражнение «Что я чувствую в школе» 8. Рефлексия
	Личностный	1	1. Приветствие 2. «Клубок» 3. «Взгляд с другой стороны» 4. «Узнай предмет» 5. «За и против» 6. Рефлексия	1. Приветствие 2. Упражнение «Нарисуй свое имя» 3. Упражнение «Мой автопортрет» 4. Сказка «О ленивой звёздочке» 5. Упражнение «Я смогу» 6. Упражнение «Что будет если? Представьте себе что?» 7. Рефлексия	1. Приветствие 2. Упражнение «Нарисуй свое имя» 3. Упражнение «Мой автопортрет» 4. Сказка «О ленивой звёздочке» 5. Упражнение «Я смогу» 6. Упражнение «Что будет если? Представьте себе что?» 7. Рефлексия
2	Коммуникативный	1	1. Приветствие 2. «Атомы» 3. В эфире	1. Приветствие 2. «Передай привет по кругу».	1. Приветствие 2. «Передай привет по кругу».

			4. «Построиться в шеренгу» 5. Вырвись из круга 6. «Договориться молча» 7. Маечка 8. Рефлексия	3. «Назови соседа ласково» 4. «Самопрезентация» 5. «Ветер дует на …» 6. «Купаемся в хорошем настроении» 7. Рефлексия	3. «Назови соседа ласково» 4. «Самопрезентация» 5. «Ветер дует на …» 6. «Купаемся в хорошем настроении» 7. Рефлексия
	Коммуникативный	1	1. Приветствие 2. «Апельсин» 3. «Разговор» 4. «Пианино» 5. «Убеди» 6. «Ящерица» 7. «Лирика» 8. Рефлексия	1. Приветствие 2. «Встаньте только те, у кого…». 3. Упражнение «Добрые волшебники» 4. «Похвались соседом», «Комплимент». 5. «Лирика» 6. Рефлексия	1. Приветствие 2. «Встаньте только те, у кого…». 3. Упражнение «Добрые волшебники» 4. «Похвались соседом», «Комплимент». 5. «Лирика» 6. Рефлексия
	Коммуникативный	1	1. Приветствие 2. «Круг доверия» 3. «Кораблекрушение» 4. «Кошка-Собака» 5. Рефлексия	1. Приветствие 2. «Волшебные очки». 3. «Мы одно большое животное» 4. «Подарки». 5. Рефлексия	1. Приветствие 2. «Волшебные очки». 3. «Мы одно большое животное» 4. «Подарки». 5. Рефлексия
3	Регулятивный	1	1. Приветствие 2. Игра «Изобрази явление» 3. Игра «Самолеты» 4. Упражнение «Черепаха» 5. Упражнение «Раз, два, три - говори!» 6. Рефлексия	1. Приветствие 2. Игра «Давайте поздороваемся» 3. Игра «Передай мяч 4. Упражнение «Черепаха»; 5. Игра «Вам барыня прислала туалет…» 6. Игра «Замри» 7. Рефлексия	1. Приветствие 2. Игра «Давайте поздороваемся» 3. Игра «Передай мяч» 4. Упражнение «Черепаха»; 5. Игра «Вам барыня прислала туалет…» 6. Игра «Замри» 7. Рефлексия
	Регулятивный	1	1. Приветствие 2. Игра «Прогулка в лес» 3. Игра: «Руки-ноги» 4. Игра «Зоопарк» 5. Игра «Светофор» 6. Игра: «Да» и «нет» не гово-	1. Приветствие 2. Игра «Давайте поздороваемся» 3. Игра «Кричалки-шепталки-молчалки» 4. Игра «Оловянный солдатик» 5. Игра «Запрещенное движение»	1. Приветствие 2. Игра «Давайте поздороваемся» 3. Игра «Кричалки-шепталки-молчалки» 4. Игра «Оловянный солдатик» 5. Игра «Запрещенное движение»

			ри» 7. Рефлексия	6. Рефлексия	6. Рефлексия
	Регулятивный	1	1. Приветствие 2. Игра «Знаете ли вы цифры?» 3. Игра «Знаете ли вы буквы?» 4. Игра «Летает - не летает» 5. Игра: «Прошепчи ответ» 6. Игра: «Флажок» 7. Рефлексия	1. Приветствие 2. Игра «Что нового» 3. Игра Гвалт 4. Игра Говори 5. Игра «Расставь посты» 6. Игра «Морские волны» 7. Рефлексия	1. Приветствие 2. Игра «Что нового» 3. Игра Гвалт 4. Игра Говори 5. Игра «Расставь посты» 6. Игра «Морские волны» 7. Рефлексия
	Регулятивный	1	1. Приветствие 2. Игра: «Буратино» 3. Игра «Море волнуется» 4. Игра «Расскажем и покажем» 5. Игра «Съедобное – несъедобное» 6. Игра: «Минута тишины» 7. Игра: «Костер» 8. Рефлексия	1. Приветствие 2. Игра «Колпак мой треугольный» 3. Игра «Коршун» 4. Игра «Сделай так» 5. Игра «Пуговицы» 6. Игра «Слушай хлопки». 7. Рефлексия	1. Приветствие 2. Игра «Колпак мой треугольный» 3. Игра «Коршун» 4. Игра «Сделай так» 5. Игра «Пуговицы» 6. Игра «Слушай хлопки». 7. Рефлексия

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ «Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ» 5-6 лет

Занятие №1

1. Правила тренинга.

В каждом тренинге есть правила. Давайте и мы с вами выработаем свои правила...

— *Здесь и теперь (во время тренинга мы говорим только о том, что волнует каждого именно сейчас, и обсуждаем то, что происходит с нами именно здесь).*

— *Говорю за себя (от своего имени).*

— *Внимательно слушать друг друга.*

— *Не перебивать говорящего.*

— *Уважать мнение друг друга.*

— *Активность.*

— *Конфиденциальность (все, что происходит здесь, ни под каким предлогом не выносится за пределы группы).*

2. «Знакомство».

Участники тренинга садятся по кругу. Любому участнику предлагается начать: назвать своё имя и растение, с которым он себя ассоциирует. Затем следующий называет своё имя и растение. А потом повторяет имя и растение предыдущего выступающего. И так далее.

3. «Выяснение целей».

Каждый из участников отвечает на два вопроса:

1. Что вы ожидаете от посещения тренинга?

2. Что вы хотите добить в тренинге? В конце упражнения каждый должен сформулировать утвердительное высказывание: «В этом тренинге я добьюсь (приобрету, научусь) ...»

4. «Сиамские близнецы».

Участники тренинга делятся по парам. После чего тренер сообщает инструкцию: «Представьте себе, что вы и ваш партнер – это одно целое, что вы, как сиамские близнецы, приросли бок к боку. Крепко обнимите партнера за талию одной рукой и считайте, что этой руки у вас нет. Есть только по одной руке на каждого. Ноги тоже частично срослись, так что приходится шагать как одному существу – сначала шаг двумя сросшимися ногами, потом единый шаг двумя «боковыми» ногами. Пройдитесь по комнате, привыкайте друг к другу.»

Затем парам предлагается позавтракать (тарелка сосисок с капустой, стакан кофе, булочка), садится за стол.

Помните, что нужно быть внимательным к действиям партнера!

5. «Преодоление препятствий».

Участники делятся по парам. Первой половине дается задание: «твой друг сегодня грустный, не разговорчивый. Твоё задание поговорить с ним и выяснить почему он сегодня такой.»

Второй половине: «Твой друг сошёл с ума и может нести всякую чушь. Твоё задание не разговаривать с ним и даже не слушать.»

В конце занятия проводиться рефлексия чувств.

6. «Третий лишний».

Участники делятся по парам, встают в круг. Один человек галет, а другой убегает. Как только убегающий станет третьим к другой паре, то первый из этой пары начинает убегать. Задача галящего: заляпать убегающего.

7. «Зеркало».

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, преодоление неуверенности, произвольный контроль.

Участники становятся в две шеренги лицом друг к другу, разбиваясь на пары, один – водящий, другой – «зеркало». Водящий смотрится в «зеркало», а оно отражает все его движения. После участники меняются ролями, а затем и напарниками.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №2

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Меняемся местами».

Один стул убирают из круга. Выбирают ведущего, задача которого назвать какой-нибудь признак, свойство, качество внешнее или внутреннее (например: все блондины поменяйтесь местами или кто любит апельсины поменяйтесь местами) и участники группы, обладающие этим качеством должны быстро поменяться местами, кто остался без стула становиться ведущим.

3. Быть уверенным в себе – это значит...

Участники по очереди высказывают свои предположения о том, каким должен быть уверенный человек. Затем тренер приводит сведения из научной литературы:

— Делать то, что хочешь, как хочешь и когда хочешь.

— При сравнении себя с другими не допускать большого разрыва.

— Не волноваться сверх меры о том, что о тебе подумают другие.
— Знать свои права и уметь их отстаивать.
— Быть настойчивым, добиваясь того, чего хочешь
— Уметь сказать «Нет», если нет желания что-либо делать.
— Позволять себе ошибаться, проигрывать с достоинством.
— Верить в себя и свои возможности.
— Действовать уверенно, даже если на самом деле волнуешься.
— Не компенсировать неуверенность агрессией.
— Не компенсировать неуверенность агрессией.
— Делать комплименты и с благодарностью их принимать.
— Радоваться новым контактам и уметь поддерживать старые.

4. «Мостик».

Сейчас мы все построимся в ряд, друг за другом. Первый участник перейдёт на другую сторону воображаемого мостика, а следующий за ним участник будет пытаться пройти на другую сторону, используя при этом только вербальные средства. Задача пропускающего: выслушивать аргументы другого и решить, пропустить его или нет. Задача проходящего: уговорить пропустить его, используя при этом любые вербальные средства.

5. «Пожелание, комплимент».

Каждый участник группы по очереди делает комплемент соседу справа и пожелание на оставшийся день соседу слева. При этом необходимо обратить внимание на то, как участник, к которому обращаются, проявил себя на тренинге.

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №3

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Кто Я?».

Участники группы стоят по кругу. У тренера в руках карточки, на которых написаны названия; предметов, состояний, любые понятия, например, сон, веселье, ночь, весна, фараон, бухгалтерия, организм и т. п. «Сейчас я приколю карточку с написанным на ней словом на спину одному из нас, допустим Светлане, и сделаю это так, чтобы она не видела, что на ней написано. Мы все сможем прочитать написанное слово, но при этом ничего не будем говорить Светлане. Ее задача — узнать, что написано на карточке. Для выполнения этой

задачи она может называть любого из нас, по своему выбору, и тот, кого она назовет, постарается, пользуясь только невербальными средствами, „сообщить» Светлане, что написано на карточке». Те, кто окажется в центре круга и будет отгадывать слово, постарайтесь обратить внимание на то, как возникает ответ, а также на то, какие состояния у вас будут в ходе выполнения задания и как они будут изменяться. По ходу выполнения задания отгадывающий может высказывать возникающие у него гипотезы и, как только называется правильное слово, тренер сообщает ему об этом. Упражнение вовлекает в работу всех участников тренинга. По завершению данного упражнения проводится рефлексия. Участники по кругу высказывают свои чувства, мысли, ощущения. Говорят о том, какие трудности у них возникали в процессе выполнения данных заданий.

3. «Хвастовство».

Участники садятся в большой круг и получают задание (время для подготовки 2-3 минуты). «Каждый должен похвастаться перед группой каким-либо своим качеством, умением, способностью, рассказать о своих сильных сторонах – о том, что он любит и ценит в себе». На выступление отводится – 1 минута. По окончании всех выступлений группа обсуждает ощущения, возникшие в процессе выполнения упражнения.

4. «Проекция».

Участникам тренинга даётся задание: выберите в этой комнате любой предмет. Они выбирают и получают новое задание: расскажите об этом предмете от первого лица.

5. «Постановка уверенной походки».

Участники образуют полукруг в форме подковы. тренер начинает показ упражнения на одном из участников. Участник встает у основания воображаемого подиума, по которому должен будет пройтись. Тренер просит участника пройтись. Затем спрашивает у наблюдающих, какая должна быть уверенная походка и чего не хватает участнику. Выслушивает предложения. Например: не хватает улыбки. Тренер просит участника максимально улыбнуться и пройтись, а затем максимально расслабить улыбку и снова пройтись. После этого прости выбрать максимально комфортную улыбку и снова пройтись. У наблюдающих спрашивает: На сколько улыбка соответствует предполагаемой? И так проделывают с каждой рекомендацией от наблюдающих. В конце поставленной походки просят испытуемого объединить всё приобретенное и пройтись походкой уверенного человека. Затем зафиксировать это состояние на телесном уровне (например, нажимая на большой палец руки). Далее участники делятся по трое и ставят друг другу походку.

6. Рефлексия дня.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №4

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Клубок».

Участники становятся в круг «Давайте встанем поближе друг к другу, образуем более тесный круг и все протянем руки к его середине. По моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого их нас оказалась чья-то одна рука. При этом постараемся не браться за руки с теми, кто стоит рядом с вами. Итак, давайте начнем. Раз, два, три». После того как тренер убедится, что все руки соединены попарно, он предлагает участникам группы «распутаться», не разнимая рук. Тренер тоже принимает участие в упражнении, но при этом активного влияния на «распутывание» не оказывает. Во время выполнения упражнения достаточно часто возникает идея невозможности решения поставленной задачи. В этом случае тренер должен спокойно сказать: « Эта задача решаемая, распутаться можно всегда». Упражнение может завершиться одним из трех вариантов:1. Все участники группы окажутся в одном кругу (при этом кто-то может стоять лицом в круг, кто-то спиной, это неважно, главное, чтобы все последовательно образовали круг). 2. Участники группы образуют два или больше независимых круга. 3. Участники группы образуют круги, которые соединены друг с другом, как звенья в цепочке. В конце упражнения участники отвечают на вопросы: Что им помогало и что мешало в выполнении поставленной задачи.

3. «Взгляд с другой стороны».

Участникам предлагает ситуация:

«Ваша хорошая подруга уже давно потеряла работу, денег ее семье явно не хватает. И вот в организации, где вы работаете, появилась вакансия. Очень неплохие деньги платят за элементарную работу, с которой подруга бы легко справилась. Вы переговорили с начальником, рекомендовали подругу как добросовестную, исполнительную женщину. Начальник пригласил вас на собеседование в 12 часов. В 12 часов у дверей кабинета начальника подруги не было. Она не пришла и в 15 минут первого. В половине первого появляется подруга, и вы ей говорите:...»

Участникам предлагается проиграть данную ситуацию. Далее идет обсуждение упражнения и обсуждаются получившиеся резуль-

таты. Затем тренер дает рекомендации об оптимальном разрешении сложившейся ситуации:

«Вчера мы договорились встретиться с тобой в 12 часов. Сейчас мои часы показывают половину первого. Договорившись об этой работе для тебя, я был очень горд и думал, что смогу тебе помочь. Когда я понял, что ты опаздываешь, я, конечно, сначала очень разозлился, потом начал волноваться и думал, что случилось какое-то несчастье. Сейчас единственное, что я чувствую - это усталость и очень переживаю по поводу того, что обо мне подумает мой начальник в связи с такой моей рекомендацией. Поэтому я хотел бы, чтобы ты сама объяснила начальнику причину опоздания, и, если он тебя все же возьмет, впредь была очень пунктуальна у нас на работе». То есть необходимо высказывать своё мнение, указывая на переживаемое чувство.

Далее предлагается проиграть ситуацию снова, используя рекомендации тренера.

4. «Узнай предмет».

Участники сидят по кругу. Тренер начинает: показывает невербально какой-либо предмет и совершает с ним действие. Затем этот предмет передается по кругу и каждый совершает с ним определенные действия. И когда предмет вернется к тренеру, участники высказывают предположения о том, что это было. Каждому участнику предполагается запустить свой предмет.

5. «За и против».

Участники делятся по парам так, чтобы была максимальная разница в возрасте. Затем выбирают, волнующую обоих участников, тему и приступают к её обсуждению, но с условием: один из участников является защитником данной темы, а другой – противником.

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №5

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Атомы».

«Представим себе, что все мы – атомы. Атомы выглядят так (тренер показывает, согнув руки в локтях и прижав кисти к плечам). Атомы постоянно двигаются и время от времени объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное, оно будет определяться тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быст-

ро двигаться по этой комнате, и время от времени я буду говорить какое-то число, например 3. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по 3 атома в каждой. Молекулы выглядят так (тренер вместе с двумя участниками группы показывает, как выглядит молекула: они стоят лицом друг к другу в кругу, касаясь друг друга предплечьями) «.

Во время выполнения упражнения, в котором тренер участвует вместе с группой, он не называет таких чисел, когда один участник группы может остаться вне молекулы, например 3 при общей (вместе с тренером) численности 10 человек. В конце упражнения тренер называет число, равное количеству всех участвующих в упражнении.

Когда упражнение завершено и все заняли свои места, тренер может обратиться к группе с вопросом: «Как вы себя чувствуете?» или «Можем ли мы приступить к работе? « и т. д.

3. «Построиться в шеренгу».

Участники группы становятся в одну шеренгу, повернувшись лицом в одну сторону.

«Я буду считать и на каждый счет вы должны прыгнуть, повернувшись при этом на 90 градусов. Выполнять задание будем молча, не переговариваясь друг с другом. Задача – всем повернуться лицом в одну сторону и постараться сделать это как можно быстрее».

Тренер прекращает счет, когда все участники группы будут стоять лицом в одну сторону.

Упражнение сплачивает группу, повышает настроение, снижает напряженность, скованность. Кроме того, оно дает каждому опыт участия в совместной деятельности, в ходе которой члены группы должны «договориться», прийти к общему решению. Вопросы «Что помогало группе справиться с поставленной задачей?», «Что помешало выполнить задачу быстрее?» («Что могло бы помочь выполнить задачу быстрее? «) и т. п. – дают возможность выявить моменты в поведении, имеющие значение в ситуации, когда группа вырабатывает совместное решение, должна о чем-то договориться и т. д. Обычно при этом выявляется необходимость ориентироваться друг на друга, согласовывать свои действия с действиями других, вникать в логику, позицию других; обнаруживается, что не стоит оказывать давления в ситуациях, которые предполагают сотрудничество как наиболее эффективный способ поведения.

4. «Вырвись из круга».

Участники тренинга делятся на две группы, в каждой группе выбирается доброволец. Добровольцы выходят за дверь, и им даётся инструкция: любым способом вырваться из круга. Группам, оставшимся, а аудитории: выпустить вырывающегося, только в том случае, если он вежливо попросит его выпустить, сказав при этом «пожалуйста».

5. «Договориться молча».

Все участники садятся по кругу,

«Я буду называть числа. Сразу же после того, как число будет названо, должны встать именно столько человек, какое число прозвучало (не больше и не меньше). Например, если я говорю „четыре», то как можно быстрее должны встать четверо из вас. Сесть они смогут только после того, как я скажу „спасибо». Выполнять задание надо молча. Тактику выполнения задания следует вырабатывать в процессе работы, ориентируясь, на действия друг друга».

Тренер несколько раз называет группе разные числа. Вначале лучше назвать 5–7, в середине –1–2. В ходе выполнения упражнения тренер блокирует попытки участников группы обсудить и принять какую-либо форму алгоритмизации работы.

При обсуждении тренер может задать группе несколько вопросов: «Что помогало нам справляться с поставленной задачей и что затрудняло ее выполнение?», «На что вы ориентировались, когда принимали решение вставать?», «Какая у вас была тактика?», «Как можно было организовать нашу работу, если бы у нас была возможность заранее обсудить способ решения этой задачи?»

Обсуждение позволяет участникам группы осознать, что для выполнения общей задачи необходимо быстро ориентироваться в намерениях, тактике, состоянии других людей, согласовывать свои действия с действиями других. В ходе более детализированного обсуждения можно говорить о проявлении инициативы и проблемы принятия на себя ответственности за то, что происходит в группе.

6. «Маечка».

Каждый из участников по очереди рассказывает о том, в какой маечке он себя представляет, какого она цвета, что на ней нарисовано.

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №6

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Апельсин».

Группа встает в круг. Необходимо передать по кругу апельсин без помощи рук, удерживая его только подбородком.

3. «Разговор».

Группа садится по кругу.

»Для выполнения этого упражнения мы создадим пары. Тренер может предложить группе объединиться в пары по желанию или же сам составит пары. Если в группе нечетное количество участников, тренер может сам принять участие в упражнении. Пусть каждая пара займет удобное для нее место так, чтобы никому при этом не мешать. Вам дается 6 минут для беседы (тренер может предложить для обсуждения связанные с контекстом группы или нейтральные темы). По моему указанию в ходе беседы мы будем менять положение, не прекращая разговора. Сейчас давайте повернемся, друг к другу спиной и начнем беседу».

Участники 1,5 минуты беседуют, сидя спиной друг к другу, по 1,5 минуты – один сидя, другой стоя и наоборот (лицом друг к другу), 1,5 минуты – сидя лицом друг к другу.

При обсуждении упражнения тренер может задать вопросы о том, в каком положении ведение беседы было наиболее трудным, сложным, а в каком наиболее комфортным. Участники достаточно аргументировано проговаривают идеи о наибольшей комфортности равных положений (например, оба сидят). Это позволяет высказать мысль о важности для эффективного установления контакта равенства позиций участников, отсутствия между ними барьеров, о нахождении глаз на одном уровне.

4. «Пианино».

Участники садятся по кругу и кладут ладони на колени соседей. Тренер запускает движение, один хлопок – вправо, два хлопка – влево.

5. «Убеди».

Группа делится на две подгруппы. В каждой подгруппе выбирается один «воспитатель», а остальные «родительский комитет». Задача воспитателя: убедить родительский комитет в том, что они смогут собрать средства с родителей на покупку игрушек в группу, а задача родительского комитета: «отрицать и возмущаться». В конце упражнения обсуждаются впечатления, и что получилось и не получилось, какие доводы были более убедительными.

6. «Ящерица».

Группа делится на 2 команды, каждая из которых выбирает «голову» и «хвост». Участники встают друг за другом, обхватывая за талию впереди стоящего человека. Задача «головы» – заляпать «хвост» другой команды, в то же время защитить свой «хвост». То есть кого задела «голова» противоположной команды, выходят из игры.

7. «Лирика».

По кругу каждый дарит своему соседу стихотворение

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №7

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Круг доверия».

Участники тренинга садятся или встают в круг и берутся за руки с партнерами слева и справа, закрывают глаза, расслабляются и начинают медленно раскачиваться. При этом руководитель делает внушение путем создания образа шара в области солнечного сплетения каждого участника, исходящих от шара теплых лучей и передачи этого тепла партнерам слева и справа путем пожатия рук.

3. «Кораблекрушение».

Каждый записывает себе текст:

Вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара, большая часть яхты и ее груза уничтожены. Яхта медленно тонет. Ваше местонахождение неизвестно из-за поломки основных навигаторских приборов. Но примерно вы находитесь на расстоянии 1000 км от ближайшего берега. У вас есть прочный надувной плот с веслами, а также пачка сигарет и несколько коробочек спичек. Помимо этого осталось еще 15 предметов, которые вам необходимо классифицировать по степени их важности. Вот эти предметы:

1. секстант 15
2. зеркало для бритья (для сигналов) 1
3. канистра с 20 литрами воды 3
4. противомоскитная сетка (нет москитов) 14
5. одна коробка армейского рациона 4
6. карта тихого океана (тактика – сообщить о своем местонахождении) 13
7. спасательная подушка, связанная с береговой охраной 9
8. канистра с 8 литрами бензина 2
9. маленький транзисторный радиоприемник 12
10. репелленты (средство для отпугивания акул) 10
11. 20 квадратных метров непрозрачного пластика (сбор дождевой воды как питьевой) 5
12. 1 литр 80-градустного рома 11
13. 2м. нейлонового каната (удерживать другие предметы) 8
14. 2 коробки шоколада 6
15. рыболовная снасть 7

1 этап: каждый ранжирует индивидуально

2 этап: проранжировать в малой группе и вынести одно решение от группы

3 этап: идет обсуждение во всей группе

Обсуждение: Когда легче было работать: одному, в малой группе, всем вместе? Учли ли ваши интересы в ходе общей дискуссии?

4. «Кошка-Собака».

Группа садится по кругу. Тренер берёт две ручки разных цветов. Одна – кошка, другая – собака. И пускает их в разных направлениях. Дает красную ручку первому участнику, а тот спрашивает «Кто это?», тренер отвечает – Кошка. Так же в обратном направлении синюю ручку: Кто это? – Собака. Участники должны передавать ручку друг другу, при этом вопрос от каждого участника «Кто это?» должен доходить до тренера, а тренер даёт ответ: Кошка и ответ также должен передаваться до участников, которые задали вопрос. Задача: сделать так, чтобы обе ручки дошли до тренера, пройдя круг. В конце, когда ручки передаются тренеру от участников, тренер спрашивает: Кто это? Вопрос передается по кругу и доходит до тренера и тренер отвечает: Вправо – кошка, влево – собака. И ответы опять идут по кругу, и доходят до тренера и только тогда тренер берёт ручки и на этом упражнение заканчивается. Тем самым снимается эмоциональное напряжение и развивается внимательное отношение друг к другу.

5. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие № 8

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Прогулка в лес».

Цель: развитие произвольности, самоконтроля, согласованности движений, внимания и воображения.

Ход игр:

Детей приглашают прогуляться в воображаемый лес. Дети повторяют движения воспитателя: идут тихо, на цыпочках, чтобы не разбудить медведя, перешагивают через валежник, боком движутся по узкой дорожке, вокруг которой растет крапива, осторожно ступают по шаткому мостику, перекинутому через ручеек, прыгают по кочкам в болоте, наклоняются, собирая грибы и цветы, тянутся вверх за орехами и пр.

Можно спросить детей, какие они знают грибы, цветы, деревья и т.д.

3. Игра: «Руки-ноги».

Цель: развитие внимания и координации движений, снятие мышечного напряжения.

Ход игры:

Дети прыгают на месте с одновременными движениями руками и ногами.

Ноги вместе – руки врозь.

Ноги врозь – руки вместе.

Ноги вместе – руки вместе.

Ноги врозь – руки врозь.

4. Игра «Зоопарк».

Цель: развитие произвольности, самоконтроля, внимания и эмоционально-выразительных движений.

Ход игры:

Педагог говорит:

А теперь попробуйте изобразить движения различных животных. Если я хлопну в ладоши один раз – прыгайте, как зайчики, хлопну два раза – ходите вразвалочку, как медведи, хлопну три раза – «превращайтесь» в аистов, которые умеют долго стоять на одной ноге. Начинаем игру.

5. Игра «Светофор».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, согласованности движений и внимания.

Ход игры:

Дети кладут руки на плечи друг другу, ходят по залу и гудят, изображая автобус. Педагог, изображая светофор, показывает «автобусу» круги разного цвета. При показе красного круга дети должны остановиться, желтого – «гудеть» и маршировать на месте, зеленого – продолжать движение.

По окончании упражнения педагог говорит:

– А теперь каждый из вас будет водителем собственного автомобиля. Внимательно следите за сигналами светофора и выполняйте правила дорожного движения.

Дети, изображая автомобилистов, движутся по залу и следят за сигналами «светофора».

За нарушение правил дорожного движения можно «ставить автомобиль на стоянку» – сажать ребенка на стульчик.

6. Игра: «Да» и «нет» не говори».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Ход игры:

Дети движутся по залу под музыку. Внезапно музыка прерывается. Педагог шепотом произносит команду (поднять правую руку, присесть, подпрыгнуть, сесть на стульчик и т.п.).

Дети выполняют команду, включается музыка, игра продолжается.

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие № 9

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Знаете ли вы цифры?».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Ход игры:

Педагог говорит:

– Давайте посмотрим, знаете ли вы цифры. Отвечать нужно хором, но только после моей команды.

Воспитатель рисует в воздухе какую-нибудь цифру, а через некоторое время дает команду: «Говори!». Дети хором отвечают.

3. Игра «Знаете ли вы буквы?».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Ход игры:

Педагог говорит:

– Давайте посмотрим, знаете ли вы буквы. Отвечать нужно хором, но только после моей команды.

Педагог рисует в воздухе какую-нибудь букву, а через некоторое время дает команду: «Говори!». Дети хором отвечают.

4. Игра «Летает – не летает».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, внимания и умения выделять главные признаки предметов.

Ход игры:

Все встают в круг. Педагог называет разные слова. Если названное что-нибудь или кто-нибудь способно летать, то дети поднимают руки вверх, если не летает, то не совершают никаких движений. Список: орел, змея, диван, бабочка, стул, баран, ласточка, самолет, дерево, чайка, дом, воробей, муравей, комар, лодка, утюг, муха, стул, собака, вертолет, ковер, поросенок, стрекоза.

Педагог может провоцировать детей, поднимая руки вверх при произнесении каждого слова.

5. Игра: «Прошепчи ответ».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, внимания и мышления.

Ход игры:

Дети садятся на стульчики. Педагог говорит:

– Я буду задавать вам вопросы. Каждый, кто знает ответ, протягивает вперед руку, сжимает пальцы в кулак, а большой палец поднимает вверх. Покажите эти движения.

Дети выполняют задание.

– Когда я увижу много поднятых вверх пальцев, то начну считать: «Раз, два, три». На счет «три» вы все вместе должны будете прошептать ответ.

Педагог задает следующие вопросы:

– Какое сейчас время года?

– Какой сегодня день недели?

– Как называется город, в котором вы живете?

– Какое число следует за числом пять?

– Как называется детеныш коровы?

– Сколько лап у собаки?

– Сколько лап у двух собак? и т.п.

6. Игра: «Флажок».

Цель: развитие произвольности, самоконтроля и внимания.

Ход игры:

Звучит музыка. Дети маршируют по залу. По сигналу педагога (поднятый флажок) они должны прекратить движение и зафиксировать позу, в которой их застал сигнал, на 5-7 секунд. По повторному сигналу движение возобновляется.

7. Рефлексия

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие № 10

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра: «Буратино».

Цель: развитие внимания, координации движений, пространственного восприятия, снятие мышечного напряжения.

Ход игры:

Цикл прыжков повторить несколько раз.

Правая рука вверх + прыжок на левой ноге.

Левая рука вверх + прыжок на правой ноге.

Правая рука вверх + прыжок на правой ноге.

Левая рука вверх + прыжок на левой ноге.

3. Игра «Море волнуется».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, внимания и эмоциональной выразительности, снятие психоэмоционального напряжения.

Ход игры:

Дети бегают по залу, изображая руками движения волн. Педагог говорит:

– Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура – замри!

Дети должны остановиться и удерживать позу, в которой они находились до того, как прозвучала команда «Замри».

Педагог ходит по залу, рассматривает «морские фигуры», хвалит каждого ребенка за необычность или красоту фигуры, за неподвижность и т.д.

4. Игра «Расскажем и покажем».

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, слухового внимания и пространственного восприятия.

Ход игры:

Дети встают полукругом напротив педагога и выполняют движения, которые упоминаются в рифмовке.

Руку правую – на плечо,
Руку левую – на бочок.
Руки в стороны, руки вниз,
И направо повернись.
Руку левую – на плечо,
Руку правую – на бочок.
Руки вверх, руки вниз,
И налево повернись.

Упражнение повторяется несколько раз.

5. Игра «Съедобное – несъедобное».

Цель: развитие произвольности, самоконтроля и слухового внимания.

Ход игры:

Дети строятся в ряд. Педагог берет мяч и встает напротив детей. (Расстояние между воспитателем и детьми – 5 шагов.)

Педагог, называя какой-либо предмет, поочередно бросает мяч детям. Если прозвучало название съедобного предмета, ребенок ловит мяч, несъедобного – отталкивает. При правильном выполнении задания ребенок делает шаг вперед. Тот, кто первым дойдет до педагога, становится ведущим.

Игра повторяется.

6. Игра: «Минута тишины».

Цель: развитие самоконтроля, временного восприятия.

Ход игры:

Детям предлагается точно одну минуту посидеть в тишине, при этом никто не должен разговаривать, ходить по группе тоже запре-

щается. Секундомер можно дать одному ребенку и показать, когда он должен будет сказать, что минута прошла.

7. Игра: «Костер».

Цель: формирование внимания и произвольной регуляции собственной деятельности.

Ход игры:

Дети садятся на ковер вокруг «костра» и выполняют соответствующую команду педагога. По команде «жарко» дети должны отодвинуться от костра, по команде «руки замерзли» – протянуть руки к «костру», по команде «ой, какой большой костер» – встать и махать руками, по команде «искры полетели» – хлопать в ладоши.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ «Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ» 7-8 лет

Занятие №1

1. Правила тренинга.

2. «Знакомство».

Участники тренинга садятся по кругу. Любому участнику предлагается начать: назвать своё имя и растение, с которым он себя ассоциирует. Затем следующий называет своё имя и растение. А потом повторяет имя и растение предыдущего выступающего. И так далее.

3. «Выяснение целей».

Каждый из участников отвечает на два вопроса: 1. Что вы ожидаете от посещения тренинга? 2. Что вы хотите добить в тренинге? В конце упражнения каждый должен сформулировать утвердительное высказывание: «В этом тренинге я добьюсь (приобрету, научусь) ...»

4. «Сиамские близнецы».

Участники тренинга делятся по парам. После чего тренер сообщает инструкцию: «Представьте себе, что вы и ваш партнер – это одно целое, что вы, как сиамские близнецы, приросли бок к боку. Крепко обнимите партнера за талию одной рукой и считайте, что этой руки у вас нет. Есть только по одной руке на каждого. Ноги тоже частично срослись, так что приходится шагать как одному существу – сначала шаг двумя сросшимися ногами, потом единый шаг двумя «боковыми» ногами. Пройдитесь по комнате, привыкайте друг к другу.»

Затем парам предлагается позавтракать (тарелка сосисок с капустой, стакан кофе, булочка), садится за стол.

Помните, что нужно быть внимательным к действиям партнера!

5.»Преодоление препятствий».

Участники делятся по парам. Первой половине дается задание: «твой друг сегодня грустный, не разговорчивый. Твоё задание поговорить с ним и выяснить почему он сегодня такой.»

Второй половине: «Твой друг сошёл с ума и может нести всякую чушь. Твоё задание не разговаривать с ним и даже не слушать.»

В конце занятия проводиться рефлексия чувств.

6. «Третий лишний».

Участники делятся по парам, встают в круг. Один человек галет, а другой убегает. Как только убегающий станет третьим к другой паре, то первый из этой пары начинает убегать. Задача галящего: заляпать убегающего.

7. «Зеркало».

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, преодоление неуверенности, произвольный контроль.

Участники становятся в две шеренги лицом друг к другу, разбиваясь на пары, один – водящий, другой – «зеркало». Водящий смотрится в «зеркало», а оно отражает все его движения. После участники меняются ролями, а затем и напарниками.

8. Рефлексия

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №2

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Путанка».

Водящий отворачивается. Участники, стоя в кругу и взявшись за руки, начинают путаться между собой, образуя живой клубок. Задача водящего – распутать этот клубок не разрывая рук.

3. Упражнение «Неоконченное предложение».

Подросткам предлагается по кругу продолжить неоконченные предложения

– Я терпеть не могу, когда...

– Я агрессивный в школе, когда...

– Когда я злюсь...

– Успокоиться мне помогает...

4. Рисунок «Школа фантазия».

5. «Аплодисменты по кругу».

Цель: переживание чувства радости, волнения, ожидания, сплочение группы, создание атмосферы принятия.

Все становятся в круг. Психолог подходит к одному из участников, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего участника, который также получает свою порцию аплодисментов – они оба подходят к нему и аплодируют и т. д.

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №3

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Волшебная палочка».

Цели: Этим упражнением можно регулярно начинать неделю, так как она дает каждому ребенку возможность задуматься и подвести итог прошедшей недели. Игра развивает навыки общения и групповую сплоченность. Дети учатся попеременно говорить и слушать других. Для регулирования потока детских монологов вы можете использовать «волшебную палочку».

Эту «волшебную палочку» можно применять и в других случаях, например, во время дискуссии в группе, или когда дети по кругу придумывают вместе историю, или же в конце дня, когда дети по очереди рассказывают, что они за этот день сделали или чему научились.

Материалы: Возьмите палочку или прутик длиной примерно 40 см и покрасьте его серебряной или золотой краской. Когда краска высохнет, вы можете дополнительно украсить палочку блестящей бумагой или цветными ленточками.

Инструкция: Сядьте, образуя круг, и посмотрите на волшебную палочку, которую я вам принесла. Сейчас право говорить получит только тот ребенок, у которого в руках находится волшебная палочка. Все остальные должны будут внимательно слушать до тех пор, пока палочка не перейдет к ним. Я хочу, чтобы каждый, кто держит волшебную палочку, рассказал нам, что хорошего случилось с ним на прошлой неделе. Когда рассказчик закончит, он сам решит, кому передать палочку дальше.

Другие возможные вопросы:

– Что было для тебя на прошлой неделе самым трудным?

– Хотел ли ты на прошлой неделе что-нибудь сделать, что пришлось отложить на будущее?

– Было ли на прошлой неделе что-нибудь, что ты делал действительно с удовольствием?

Следите, пожалуйста, за тем, чтобы каждый ребенок получил слово.

3. Упражнение «Что делает ученик».

Ведущий: - Ребята, скажите, что обычно делает ученик, чем он занят. (Он читает учебники, пишет в тетради, отвечает у доски, делает уроки и т.д.).

Ведущий: – Знаете игру «Крокодил?». В этой игре нужно без слов показать что-то. Сейчас каждый по очереди выйдет к доске и покажет без слов и без жестовой речи что-то, что делает ученик. А

мы попробуем отгадать, что загадал ведущий. Старайтесь, чтобы действия не повторялись!

Анализ упражнения:

- Как вы думаете, делает ли ученик в школе что-то бесполезное и ненужное?
- Что интереснее всего делать в школе? Что вам в школе больше всего нравится?
- На летних каникулах вам хочется в школу?

4. Упражнение «Кто Я?».

Психолог предлагает каждому из участников выбрать любой предмет в комнате. Затем представить себя этим предметом и написать небольшой рассказ о себе от имени выбранного предмета. Обязательно укажите состояние этого предмета, расскажите о его жизни, о его чувствах, о его деятельности.

Когда рассказы будут написаны, психолог рассказывает о механизме проекции и сообщает, что всё что было сказано от имени выбранного предмета относится непосредственно к самому автору.

5. Упражнение «Какой я есть и каким бы хотел быть».

Игра выполняется пантомимически. Участники делятся на пары и последовательно «лепят» друг из друга скульптуру своего состояния – реальную и желаемую, а затем сами принимают вылепленные позы, на некоторое время замирая в них. Возможно озвучивание своего состояния неартикулярными звуками. После того как все участники выполнили задание, начинается обсуждение. Сначала высказываются участники тренинга, затем – ведущий. Он стимулирует обсуждение следующих вопросов:

- Что вы почувствовали, когда входили в образ скульптуры – реальной и желаемой?
- Были ли моменты, которые вас удивили?
- Какие различия вы заметили между «я» – реальным и «я» – желаемым у себя и у другого?
- Есть ли в вашей жизни человек, на которого вы хотели бы быть похожи? Чем он вас привлекает?
- Совпадает ли желаемое для вас состояние с состоянием, демонстрируемым этим человеком?

6. Упражнение «Принц на цыпочках».

Цель: создать в группе атмосферу сосредоточенности и спокойствия.

Инструкция: Встаньте и как следует потянитесь. Я хочу, чтобы вы показали мне, как вы можете таинственным образом превратить шумную классную комнату в учебную мастерскую, где царит спокойствие и сосредоточенность. Пусть кто-нибудь из вас начнет игру. Это будет Принц(цесса) – на – цыпочках). Такими неслышными шагами Принц подойдет к кому-нибудь из вас, легко дотронется до кончика вашего носа, а затем направится к кому-то следующему.

Тот, до чьего носа дотронулся Принц, будет так же бесшумно следовать за ним. Каждый, кто таким образом станет членом королевской свиты, должен будет держаться с королевским достоинством, т.е. спокойно и элегантно. Королевская свита будет увеличиваться до тех пор, пока вы все в нее не войдете. В этот момент принц – на – цыпочках должен будет обернуться к своей свите, раскрыть руки, как бы обнимая всех, и сказать: «Благодарю вас, господа». После чего все возвращаются на свои места.

7. Упражнение «Что я чувствую в школе».

Ход игры: ведущий предлагает каждому из детей вытянуть по одной карточке с названием чувства (радость, скука, удивление, отвращение…), а затем назвать школьное занятие, которое порождает в нем это чувство.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие № 4

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Нарисуй свое имя».

Цель: расширить представление о себе.

Взяв карандаши и бумагу, участники располагаются в любом удобном месте аудитории. На листе бумаги им предстоит нарисовать образ собственного имени в аллегорической форме так, как они себе его представляют. После того, как все закончили рисовать, каждый участник презентует свой рисунок. Ведущие в ходе презентаций зачитывают значения некоторых имён.

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли вам было выполнять данное упражнение?
2. Согласны ли вы с определениями ваших имён, предоставленные ведущими?
3. Нравятся ли вам ваши имена?
4. Как вы считаете подходит вам именно ваше имя?
5. Хотели бы вы изменить своё имя?

3. Упражнение «Мой автопортрет»

Цель: обратить внимание участников на уникальность каждой личности.

Материалы: Бумага, мелки (фломастеры, ручки, карандаши), скотч или липучка.

Правила проведения: Каждый игрок рисует автопортрет. При этом самые яркие черты лица (длинные ресницы, курносый нос, пухлые губы) намеренно преувеличиваются. На выполнение этой части задания отводится 5 минут.

Игроки не должны подсматривать друг за другом. Картины не подписываются. В конце работы листы бумаги складываются вдвое. При выполнении задания многие участники будут испытывать затруднения. Объясните им, что рисунок не должен обладать фотографической точностью. Создавать живописный шедевр также не требуется.

Ведущий может сам принять участие в игре.

Соберите все рисунки в большую коробку. Предложите игрокам не глядя вынуть один лист. Каждый игрок должен угадать, чей автопортрет он достал.

Все по очереди показывают рисунки и высказывают предположения о том, кто является их автором, делятся личными впечатлениями.

Интерпретация результатов: Обсуждение почти всегда проходит оживленно. Большую симпатию обычно вызывают те «художники», кто изображал себя, не приукрашивая.

Рекомендации для тренера: Картины можно развесить по стенам. Это будет означать, что здесь каждого члена группы принимают во всей его самобытности.

4. Сказка «О ленивой звездочке».

Цель: формирование стремления к реализации своих способностей.

В далеком темно-фиолетовом небе жили две звездочки-подружки. Они жили совсем рядышком, в соседних созвездиях. Одна из них была очень старательной и светила ярко-ярко, изо всех сил. Другая звездочка, о которой я и хочу вам рассказать, была совсем другой. Она совсем не старалась ярко светить, была маленькой и тусклой и спала не только днем, но частенько даже и ночью.

– Зачем мне стараться? – говорила она. – Зачем тратить силы? Все звезды одинаковые, к тому же их так много. За меня посветят другие, этого будет достаточно, чтобы на Земле стало чуточку светлее. От меня одной все равно пользы немного. Пойду-ка я лучше посплю. – И Звездочка зевнула и задремала, сложив тонкие бледные лучики.

Вдруг ее разбудил сильный ветер. Она открыла глаза и увидела ослепительное сияние. Присев на облачке, служившем ей постелью, она свесила ножки и огляделась вокруг. По небу летела сияющая комета. Она была огромной и прекрасной. У Звездочки даже дух захватило:

– Ах, как ты красива! Я знаю, ты быстро сгораешь, твое сиянье недолговечно, но я бы все отдала, лишь бы хоть ненадолго стать такой же яркой, как ты.

Комета приостановилась, слушая Звездочку, и ответила:

– Милая Звездочка! У каждого существа Вселенной – свое предназначение. У меня короткая жизнь, и я должна успеть показать все, на что я способна, успеть отдать все свое тепло и свет. Но и ты не теряй время даром! А то можно проспать всю жизнь. Спать и лениться можно и днем. Отдыхай, набирайся сил, чтобы ночью работать. И тогда ты сможешь стать очень яркой, и кто-нибудь обязательно назовет тебя «своей звездой».

И с этими словами, взмахнув огненным хвостом, комета скрылась из виду, а звездочка так и сидела на облачке, задумчиво клонив головку набок.

«Да, не хотелось бы всю жизнь оставаться такой маленькой и тусклой. Время проходит, и надо успеть многому научиться!» – решила она.

Тем временем наступило утро, на небе появились первые проблески зари. Звезды укладывались спать.

«Что ж, и я высплюсь как следует, зато ночью буду сиять ярче всех» – решила Звездочка и накрылась облаком.

День прошел, и заходящее солнце подарило Звездочке один из своих золотых лучиков. А с наступлением ночи Звездочка тщательно начистила свои острые кончики и засияла изо всех сил. Ее подружки сначала даже не узнали ее. Она затмила всех! Мама Луна и папа Месяц гордились ею, а в родном Созвездии все ликовали.

На далекой Земле была прекрасная звездная ночь. В парке пахло жасмином. На скамейке сидели влюбленные и смотрели в небо.

– Смотри, какая красивая звезда! – воскликнула девушка.

– Эта звезда твоя! – ответил юноша. – Она будет освещать твою жизнь, как и моя любовь.

Звездочка нечаянно услышала этот разговор и засияла еще ярче. Теперь она точно знала: если очень стараться и не лениться, обязательно добьешься всего, чего хочешь. А что может быть для звезды желанней, чем стать звездой влюбленных!

Обсуждение:

- Почему сначала Звездочка не хотела стараться светить ярче?
- Как вы понимаете слово «у каждого есть свое предназначение?»
- Объясните слово «я должна успеть показать все, на что я способна».
- В чем твердо убедились папа и мама?
- Как вы поняли смысл сказки? (Чему учит нас эта сказка?).

(Чтобы добиться чего-то, нужно обязательно стараться, и тогда все получится).

5. Упражнение «Я смогу».

Инструкция: каждый игрок должен подойти по очереди ко всем участникам и обменяться фразой: «Привет, меня зовут … Я люблю (умею, могу) делать …»

Вопросы для обсуждения:

- Кто испытывал неловкость, затруднения?
- Кому показалось, кто-то хвастается?
- Узнали ли вы что-то новое о людях?
- А, если фраза в упражнении была построена наоборот, были бы затруднения? Почему?

Ведущий помогает участникам прийти к выводу о том, что нас так воспитывали (а мы так воспитываем своих детей), обращая внимание прежде всего на минусы, а не на плюсы, дети становятся подавленными. Подавленные дети – дети с низкой самооценкой. Дети с низкой самооценкой, как правило, дети, имеющие «плохое поведение».

6. Упражнение «Что будет если? Представьте себе что?».

«Давайте вместе подумаем, что мы будем делать, если к нам сейчас в дверь постучит и зайдет большой крокодил в синей шляпе…». Дети по очереди предлагают свои варианты. Затем для обсуждения можно предложить следующие ситуации:

- Прозвенел звонок и …;
- Вы открываете свой пенал и …;
- Вы получили «два» и …;
- Вы принесли незаметно в портфеле в класс котенка и …

7. Рефлексия

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №5

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Передай привет по кругу».

3. Каждый здоровается тем способом, который показал взрослый или придумывает свой способ, отличный от других.

4. «Назови соседа ласково».

Перекидывая мяч из рук в руки, надо посмотреть на соседа и назвать его ласково по имени.

5. «Самопрезентация».

Выходя в круг, игрок называет свое имя и показывает движение. Потом все остальные игроки называют имя ребенка «Ты Андрей» и повторяют его движение.

6. «Ветер дует на …»

Дети подбегают к тому игроку, которого назвали по имени.

7. «Купаемся в хорошем настроении».

Круг детей символизирует ванну. С помощью улыбок, смеха, наполняем ее хорошим настроением. Каждый желающий прыгает в круг, и окружающие купают его в хорошем настроении с помощью ласковых прикосновений.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №6

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Встаньте только те, у кого…».

По команде взрослого поднимаются только те, у кого, например есть сестра, кошка…

3. Упражнение «Добрые волшебники».

4. Все игроки заколдованы в злых и противных. Тот, кто вызвался быть волшебником, с помощью хороших и добрых слов должен расколдовать каждого.

5. «Похвались соседом», «Комплимент».

Каждый участник группы по очереди делает комплемент соседу справа и пожелание на оставшийся день соседу слева. При этом необходимо обратить внимание на то, как участник, к которому обращаются, проявил себя на тренинге.

6. Лирика.

По кругу каждый дарит своему соседу стихотворение

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие № 7

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение

проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Волшебные очки».

Каждый игрок, который надевает волшебные очки, все и всех видит только с хорошей стороны, о чем и рассказывает всем.

3. «Мы одно большое животное».

Все игроки берутся за руки, образуя тело большого животного, и двигаются в едином ритме: так дышит животное, так оно перемещается и т.д.

4. «Подарки».

Взрослый предлагает выбрать детям из шкатулки с мелкими игрушками одну, которая больше понравилась, и подарить тому, кому захочется. Следить, чтобы каждому достались подарки.

5. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №8

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Давайте поздороваемся».

Играя в эту игру, дети снимут мышечное напряжение и смогут переключить внимание на другой вид деятельности. По команде взрослого дети начинают бегать по комнате и здороваться со всеми подряд. Один хлопок – здороваются за руку, два – плечиками, три – спинками. Разнообразные тактильные ощущения позволят детям снять мышечное напряжение, прочувствовать своё тело, снять ощущение отчуждённости. Для того, чтобы тактильные ощущения были более полными, детям запрещается разговаривать во время игры.

3. Игра «Кричалки – шепталки – молчалки».

Эта игра помогает развивать наблюдательность, волевую регуляцию и умения действовать по заданному правилу. Вырежьте 3 силуэта ладони из разноцветного картона (красный, жёлтый, зелёный или другие). Красная ладонь – кричалка. Когда она поднимается дети могут шуметь, бегать, кричать. Жёлтая – шепталка – можно тихонько шептаться и медленно двигаться. Зелёная –молчалка – все дети замирают на месте и молчат.

4. Игра «Оловянный солдатик».

Игра направлена на развитие саморегуляции. Ведущий объясняет детям: «Когда вы сильно возбуждены и не можете остановиться, взять себя в руки, встаньте на одну ногу, а другую подогните в

колене, руки опустите по швам. Вы – стойкие солдатики на посту, честно несете свою службу. Оглянитесь по сторонам, заметьте, что вокруг вас делается, кто чем занят, кому надо помочь. А теперь поменяйте ногу и посмотрите еще пристальней. Молодцы!»

5. Игра «Запрещенное движение».

Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хорошо все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопать в ладоши (или покружиться на месте).

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №9

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Что нового».

3. Направлено на развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Взрослый рисует мелом на доске любую геометрическую фигуру. К доске по очереди подходят дети и пририсовывают какие-либо детали, создавая картинку. Пока один ребенок находится у доски, остальные закрывают глаза и, открывая их по команде взрослого, говорят, что изменилось. По мере усложнения рисунка искать новые детали становится труднее и интереснее.

4. Игра Гвалт.

Игра помогает развивать концентрацию внимания. Один из участников выходит за дверь. Остальные дети выбирают строку из известной песни, которую распределяют между детьми: каждому частнику игры достаётся одно слово. Когда водящий входит, остальные участники начинают громко кричать каждый своё слово. Задача водящего ребёнка – угадать, что из какой песни взята строчка. Перед тем, как водящий войдёт в комнату, дети должны повторить каждый своё слово, чтобы не путаться и правильно его произнести.

Игра «Говори!»

Данная игра научит гиперактивного ребёнка контролировать импульсивные действия. Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

Взрослый говорит условия игры: я задаю вам вопрос, на который можно отвечать только после команды «Говори!» Каждый раз, когда вы задаёте вопрос, необходимо сделать небольшую паузу и только потом произносить «Говори!»

5. Игра «Расставь посты».

Цель игры: развитие способности концентрировать внимание на определённом сигнале, навыков волевой регуляции. Включите ритмическую музыку. Под эту музыку дети должны маршировать один за другим. Впереди идёт командир, который даёт команды. По команде (слово, хлопок в ладоши) ребёнок, который идёт последним останавливается. Остальные дети продолжают движение до тех пор, пока вся группа не будет расставлена «на постах». Посты могут располагаться как в хаотичном порядке, так и в задуманном (по углам, по кругу, в линейку). Для того, чтобы слышать команды, все дети должны двигаться тихо.

6. Игра «Морские волны».

Направлено на развитие способности переключать внимание с одного вида деятельности на другой, снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Это упражнение особенно рекомендуется для снятия напряжения в классе.

По команде «Штиль!» все дети замирают. По команде «Волны» дети по очереди встают – сначала те, кто сидит за первыми партами, через 2–3 секунды поднимаются сидящие за вторыми и т. д. Когда очередь доходит до последних парт, все дети вместе хлопают в ладоши, после чего садятся в той же последовательности, начиная с первых парт. По команде «Шторм» упражнение выполняется в быстром темпе – дети не ждут 2–3 секунды, а быстро встают друг за другом и так же быстро садятся. Закончить игру надо командой «Штиль».

При занятиях в группе дети сидят на стульях, выстроенных в колонну, один за другим.

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №10

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение

проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Колпак мой треугольный».

Игра учит малышей концентрировать внимание, способствует осознанию своего тела, учит управлять движениями и контролировать своё поведение. Группа по очереди произносит по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». Затем фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает слово «колпак», заменяют его жестами, символизирующими колпак. В следующий раз жестами заменяется два слова, потом три и так далее, пока вся фраза не будет заменена.

3. Игра «Коршун».

Цель: развить внимание, быстроту реакции, умение следовать инструкции взрослого, обучить навыкам взаимодействия с детьми.

Воспитатель надевает шапочку курочки и говорит, что все дети – «цыплята» – живут вместе с мамой-курочкой в курятнике. Курятник можно обозначить мягкими блоками или стульчиками. Затем «курочка» с «цыплятами» гуляют (ходят по комнате). Как только воспитатель говорит: «Коршун» (предварительно с детьми проводится беседа, во время которой им объясняется, кто такой коршун и почему цыплятам следует его избегать), все дети бегут обратно в «курятник». После этого воспитатель выбирает другую «курочку» из числа играющих детей. Игра повторяется.

В заключение воспитатель предлагает всем детям выйти из «курятника» и погулять, тихонько помахивая руками, как крыльями, потанцевать вместе, попрыгать. Можно предложить детям поискать «цыпленка», который потерялся. Дети вместе с воспитателем ищут заранее спрятанную игрушку – пушистого цыпленка. Малыши вместе с воспитателем рассматривают игрушку, гладят ее, жалеют и относят на место.

С целью развития двигательных навыков можно усложнить игру следующим образом. Для того чтобы попасть в домик-курятник, дети должны не просто вбежать в него, а подползти под реечку, которая лежит на высоте 60-70 сантиметров.

4. Игра «Сделай так».

5. Направлено на развитие мышечного контроля, умения владеть собой.

На столе у взрослого разложены карточки с изображением человечков, выполняющих различные движения. Взрослый показывает детям карточки и объясняет, какие действия изображены на каждой из них. Затем взрослый говорит: «По моему сигналу все подойдут к столу и возьмут по одной карточке. Я буду считать до десяти, а вы в это время будете выполнять то, что изображает человечек на выбранной вами картинке. Тот, кто возьмет карточку с сидящей на

стуле фигуркой, должен сесть на стул, кому достанется карточка с танцующей фигуркой, должен танцевать, и т. д.». На счет «10» все замирают на несколько секунд до сигнала взрослого, после чего меняются карточками и повторяют упражнение.

6. Игра «Пуговицы».

Играют по двое. Перед каждым игроком лежит набор пуговиц (наборы у обоих игроков абсолютно одинаковые, внутри одного набора ни одна пуговица не повторяется). От количества пуговиц в наборе зависит уровень сложности: чем сложнее игра, тем больше используется пуговиц. Для начала можно взять три пуговицы. У каждого игрока есть игровое поле, представляющее собой квадрат, разделенный на клетки. Чем больше клеток в квадрате, тем сложнее игра. Для начала берется игровое поле две на две клетки. Начинающий игру выставляет на своем поле три пуговицы. Второй участник должен посмотреть на расположение пуговиц и запомнить, где какая лежит, после чего первый игрок накрывает свое игровое поле листком бумаги, а второй должен выбрать из своего набора пуговиц необходимые и расставить их соответствующим образом на своем игровом поле. Затем первый игрок открывает свое игровое поле, и оба проверяют правильность выполнения задания. Время запоминания – 30 секунд.

7. Игра «Слушай хлопки».

Эта игра помогает в тренировке контроля двигательной активности ребенка. Выбирается ведущий, остальные дети идут друг за другом по кругу или же двигаются в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, все дети останавливаются и принимают позу аиста, два раза – позу лягушки, три раза – возобновляется свободная ходьба. Животные также могут меняться.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ «Социально-психологическое сопровождение детей в условиях реализации ФГОС НОО для детей с ОВЗ» 9–10 лет

Занятие №1

1. Правила тренинга.

2. «Знакомство».

Участники тренинга садятся по кругу. Любому участнику предлагается начать: назвать своё имя и растение, с которым он себя ассоциирует. Затем следующий называет своё имя и растение. А потом повторяет имя и растение предыдущего выступающего. И так далее.

3. «Выяснение целей».

Каждый из участников отвечает на два вопроса: 1. Что вы ожидаете от посещения тренинга? 2. Что вы хотите добить в тренинге? В конце упражнения каждый должен сформулировать утвердительное высказывание: «В этом тренинге я добьюсь (приобрету, научусь) ...»

4. «Сиамские близнецы».

Участники тренинга делятся по парам. После чего тренер сообщает инструкцию: «Представьте себе, что вы и ваш партнер – это одно целое, что вы, как сиамские близнецы, приросли бок к боку. Крепко обнимите партнера за талию одной рукой и считайте, что этой руки у вас нет. Есть только по одной руке на каждого. Ноги тоже частично срослись, так что приходится шагать как одному существу – сначала шаг двумя сросшимися ногами, потом единый шаг двумя «боковыми» ногами. Пройдитесь по комнате, привыкайте друг к другу»

Затем парам предлагается позавтракать (тарелка сосисок с капустой, стакан кофе, булочка), садится за стол.

Помните, что нужно быть внимательным к действиям партнера!

5. «Преодоление препятствий».

Участники делятся по парам. Первой половине дается задание: «твой друг сегодня грустный, не разговорчивый. Твоё задание поговорить с ним и выяснить почему он сегодня такой.»

Второй половине: «Твой друг сошёл с ума и может нести всякую чушь. Твоё задание не разговаривать с ним и даже не слушать.»

В конце занятия проводиться рефлексия чувств.

6. «Третий лишний».

Участники делятся по парам, встают в круг. Один человек галет, а другой убегает. Как только убегающий станет третьим к другой паре, то первый из этой пары начинает убегать. Задача галящего: заляпать убегающего.

7. «Зеркало».

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, преодоление неуверенности, произвольный контроль.

Участники становятся в две шеренги лицом друг к другу, разбиваясь на пары, один – водящий, другой – «зеркало». Водящий смотрится в «зеркало», а оно отражает все его движения. После участники меняются ролями, а затем и напарниками.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №2

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Путанка».

Водящий отворачивается. Участники, стоя в кругу и взявшись за руки, начинают путаться между собой, образуя живой клубок. Задача водящего – распутать этот клубок не разрывая рук.

3. Упражнение «Неоконченное предложение».

Подросткам предлагается по кругу продолжить неоконченные предложения

- Я терпеть не могу, когда...
- Я агрессивный в школе, когда...
- Когда я злюсь...
- Успокоиться мне помогает...

4. Рисунок «Школа фантазия».

5. «Аплодисменты по кругу».

Цель: переживание чувства радости, волнения, ожидания, сплочение группы, создание атмосферы принятия.

Все становятся в круг. Психолог подходит к одному из участников, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего участника, который также получает свою порцию аплодисментов – они оба подходят к нему и аплодируют и т. д.

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №3

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Волшебная палочка».

Цели: Этим упражнением можно регулярно начинать неделю, так как она дает каждому ребенку возможность задуматься и подвести итог прошедшей недели. Игра развивает навыки общения и групповую сплоченность. Дети учатся попеременно говорить и слушать других. Для регулирования потока детских монологов Вы можете использовать «волшебную палочку».

Эту «волшебную палочку» можно применять и в других случаях, например, во время дискуссии в группе, или когда дети по кругу придумывают вместе историю, или же в конце дня, когда дети по очереди рассказывают, что они за этот день сделали или чему научились.

Материалы: Возьмите палочку или прутик длиной примерно 40 см и покрасьте его серебряной или золотой краской. Когда краска высохнет, Вы можете дополнительно украсить палочку блестящей бумагой или цветными ленточками.

Инструкция: Сядьте, образуя круг, и посмотрите на волшебную палочку, которую я вам принесла. Сейчас право говорить получит только тот ребенок, у которого в руках находится волшебная палочка. Все остальные должны будут внимательно слушать до тех пор, пока палочка не перейдет к ним. Я хочу, чтобы каждый, кто держит волшебную палочку, рассказал нам, что хорошего случилось с ним на прошлой неделе. Когда рассказчик закончит, он сам решит, кому передать палочку дальше.

Другие возможные вопросы:

– Что было для тебя на прошлой неделе самым трудным?

– Хотел ли ты на прошлой неделе что-нибудь сделать, что пришлось отложить на будущее?

– Было ли на прошлой неделе что-нибудь, что ты делал действительно с удовольствием?

Следите, пожалуйста, за тем, чтобы каждый ребенок получил слово.

3. Упражнение «Что делает ученик».

Ведущий: – Ребята, скажите, что обычно делает ученик, чем он занят. (Он читает учебники, пишет в тетради, отвечает у доски, делает уроки и т.д.).

Ведущий: – Знаете игру «Крокодил?». В этой игре нужно без слов показать что-то. Сейчас каждый по очереди выйдет к доске и покажет без слов и без жестовой речи что-то, что делает ученик. А

мы попробуем отгадать, что загадал ведущий. Старайтесь, чтобы действия не повторялись!

Анализ упражнения:

Как вы думаете, делает ли ученик в школе что-то бесполезное и ненужное?

Что интереснее всего делать в школе? Что вам в школе больше всего нравится?

На летних каникулах вам хочется в школу?

4. Упражнение «Кто Я ?»

Психолог предлагает каждому из участников выбрать любой предмет в комнате. Затем представить себя этим предметом и написать небольшой рассказ о себе от имени выбранного предмета. Обязательно укажите состояние этого предмета, расскажите о его жизни, о его чувствах, о его деятельности.

Когда рассказы будут написаны, психолог рассказывает о механизме проекции и сообщает, что всё что было сказано от имени выбранного предмета относится непосредственно к самому автору.

5. Упражнение «Какой я есть и каким бы хотел быть».

Игра выполняется пантомимически. Участники делятся на пары и последовательно «лепят» друг из друга скульптуру своего состояния – реальную и желаемую, а затем сами принимают вылепленные позы, на некоторое время замирая в них. Возможно озвучивание своего состояния неартикулярными звуками. После того как все участники выполнили задание, начинается обсуждение. Сначала высказываются участники тренинга, затем – ведущий. Он стимулирует обсуждение следующих вопросов:

- Что вы почувствовали, когда входили в образ скульптуры – реальной и желаемой?
- Были ли моменты, которые вас удивили?
- Какие различия вы заметили между «я» – реальным и «я» – желаемым у себя и у другого?
- Есть ли в вашей жизни человек, на которого вы хотели бы быть похожи? Чем он вас привлекает?
- Совпадает ли желаемое для вас состояние с состоянием, демонстрируемым этим человеком?

6. Упражнение «Принц на цыпочках».

Цель: создать в группе атмосферу сосредоточенности и спокойствия.

Инструкция: Встаньте и как следует потянитесь. Я хочу, чтобы вы показали мне, как вы можете таинственным образом превратить шумную классную комнату в учебную мастерскую, где царит спокойствие и сосредоточенность. Пусть кто-нибудь из вас начнет игру. Это будет Принц(цесса) – на – цыпочках). Такими неслышными шагами Принц подойдет к кому-нибудь из вас, легко дотронется до кончика вашего носа, а затем направится к кому-то следующему.

Тот, до чьего носа дотронулся Принц, будет так же бесшумно следовать за ним. Каждый, кто таким образом станет членом королевской свиты, должен будет держаться с королевским достоинством, т.е. спокойно и элегантно. Королевская свита будет увеличиваться до тех пор, пока вы все в нее не войдете, В этот момент принц – на – цыпочках должен будет обернуться к своей свите, раскрыть руки, как бы обнимая всех, и сказать «Благодарю вас, господа». После чего все возвращаются на свои места.

7. Упражнение «Что я чувствую в школе».

Ход игры: ведущий предлагает каждому из детей вытянуть по одной карточке с названием чувства (радость, скука, удивление, отвращение…), а затем назвать школьное занятие, которое порождает в нем это чувство.

8. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №4

1. Приветствие

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Упражнение «Нарисуй свое имя».

Цель: расширить представление о себе.

Взяв карандаши и бумагу, участники располагаются в любом удобном месте аудитории. На листе бумаги им предстоит нарисовать образ собственного имени в аллегорической форме так, как они себе его представляют. После того, как все закончили рисовать, каждый участник презентует свой рисунок. Ведущие в ходе презентаций зачитывают значения некоторых имён.

Вопросы для обсуждения:

6. Легко ли вам было выполнять данное упражнение?

7. Согласны ли вы с определениями ваших имён, предоставленные ведущими?

8. Нравятся ли вам ваши имена?

9. Как вы считаете подходит вам именно ваше имя?

10. Хотели бы вы изменить своё имя?

3. Упражнение «Мой автопортрет».

Цель: обратить внимание участников на уникальность каждой личности.

Материалы: Бумага, мелки (фломастеры, ручки, карандаши), скотч или липучка.

Правила проведения: Каждый игрок рисует автопортрет. При этом самые яркие черты лица (длинные ресницы, курносый нос, пух-

лые губы) намеренно преувеличиваются. На выполнение этой части задания отводится 5 минут.

Игроки не должны подсматривать друг за другом. Картины не подписываются. В конце работы листы бумаги складываются вдвое. При выполнении задания многие участники будут испытывать затруднения. Объясните им, что рисунок не должен обладать фотографической точностью. Создавать живописный шедевр также не требуется.

Ведущий может сам принять участие в игре.

Соберите все рисунки в большую коробку. Предложите игрокам не глядя вынуть один лист. Каждый игрок должен угадать, чей автопортрет он достал.

Все по очереди показывают рисунки и высказывают предположения о том, кто является их автором, делятся личными впечатлениями.

Интерпретация результатов: Обсуждение почти всегда проходит оживленно. Большую симпатию обычно вызывают те «художники», кто изображал себя, не приукрашивая.

Рекомендации для тренера: Картины можно развесить по стенам. Это будет означать, что здесь каждого члена группы принимают во всей его самобытности.

4. Сказка «О ленивой звездочке».

Цель: формирование стремления к реализации своих способностей.

В далеком темно-фиолетовом небе жили две звездочки-подружки. Они жили совсем рядышком, в соседних созвездиях. Одна из них была очень старательной и светила ярко-ярко, изо всех сил. Другая звездочка, о которой я и хочу вам рассказать, была сосем другой. Она совсем не старалась ярко светить, была маленькой и тусклой и спала не только днем, но частенько даже и ночью.

– Зачем мне стараться? – говорила она. – Зачем тратить силы? Все звезды одинаковые, к тому же их так много. За меня посветят другие, этого будет достаточно, чтобы на Земле стало чуточку светлее. От меня одной все равно пользы немного. Пойду-ка я лучше посплю. – И Звездочка зевнула и задремала, сложив тонкие бледные лучики.

Вдруг ее разбудил сильный ветер. Она открыла глаза и увидела ослепительное сияние. Присев на облачке, служившем ей постелью, она свесила ножки и огляделась вокруг. По небу летела сияющая комета. Она была огромной и прекрасной. У Звездочки даже дух захватило:

– Ах, как ты красива! Я знаю, ты быстро сгораешь, твое сиянье недолговечно, но я бы все отдала, лишь бы хоть ненадолго стать такой же яркой, как ты.

Комета приостановилась, слушая Звездочку, и ответила:

– Милая Звездочка! У каждого существа Вселенной – свое предназначение. У меня короткая жизнь, и я должна успеть показать все, на что я способна, успеть отдать все свое тепло и свет. Но и ты не теряй время даром! А то можно проспать всю жизнь. Спать и лениться можно и днем. Отдыхай, набирайся сил, чтобы ночью работать. И тогда ты сможешь стать очень яркой, и кто-нибудь обязательно назовет тебя «своей звездой».

И с этими словами, взмахнув огненным хвостом, комета скрылась из виду, а звездочка так и сидела на облачке, задумчиво клонив головку набок.

«Да, не хотелось бы всю жизнь оставаться такой маленькой и тусклой. Время проходит, и надо успеть многому научиться!» – решила она.

Тем временем наступило утро, на небе появились первые проблески зари. Звезды укладывались спать.

«Что ж, и я высплюсь как следует, зато ночью буду сиять ярче всех» – решила Звездочка и накрылась облаком.

День прошел, и заходящее солнце подарило Звездочке один из своих золотых лучиков. А с наступлением ночи Звездочка тщательно начистила свои острые кончики и засияла изо всех сил. Ее подружки сначала даже не узнали ее. Она затмила всех! Мама Луна и папа Месяц гордились ею, а в родном Созвездии все ликовали.

На далекой Земле была прекрасная звездная ночь. В парке пахло жасмином. На скамейке сидели влюбленные и смотрели в небо.

– Смотри, какая красивая звезда! – воскликнула девушка.

– Эта звезда твоя! – ответил юноша. – Она будет освещать твою жизнь, как и моя любовь.

Звездочка нечаянно услышала этот разговор и засияла еще ярче. Теперь она точно знала: если очень стараться и не лениться, обязательно добьешься всего, чего хочешь. А что может быть для звезды желанней, чем стать звездой влюбленных!

Обсуждение:

- Почему сначала Звездочка не хотела стараться светить ярче?
- Как вы понимаете слово «у каждого есть свое предназначение?»
- Объясните слово «я должна успеть показать все, на что я способна».
- В чем твердо убедились папа и мама?
- Как вы поняли смысл сказки? (Чему учит нас эта сказка?).

(Чтобы добиться чего-то, нужно обязательно стараться, и тогда все получится).

5. Упражнение «Я смогу».

Инструкция: каждый игрок должен подойти по очереди ко всем участникам и обменяться фразой: «Привет, меня зовут … Я люблю (умею, могу) делать …»

Вопросы для обсуждения:

- Кто испытывал неловкость, затруднения?
- Кому показалось, кто-то хвастается?
- Узнали ли вы что-то новое о людях?
- А, если фраза в упражнении была построена наоборот, были бы затруднения? Почему?

Ведущий помогает участникам прийти к выводу о том, что нас так воспитывали (а мы так воспитываем своих детей), обращая внимание прежде всего на минусы, а не на плюсы, дети становятся подавленными. Подавленные дети – дети с низкой самооценкой. Дети с низкой самооценкой, как правило, дети, имеющие «плохое поведение».

6. Упражнение «Что будет если? Представьте себе что?»

«Давайте вместе подумаем, что мы будем делать, если к нам сейчас в дверь постучит и зайдет большой крокодил в синей шляпе…». Дети по очереди предлагают свои варианты. Затем для обсуждения можно предложить следующие ситуации:

- Прозвенел звонок и …;
- Вы открываете свой пенал и …;
- Вы получили «два» и …;
- Вы принесли незаметно в портфеле в класс котенка и …

7. Рефлексия

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №5

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Передай привет по кругу».

Каждый здоровается тем способом, который показал взрослый или придумывает свой способ, отличный от других.

3. «Назови соседа ласково».

Перекидывая мяч из рук в руки, надо посмотреть на соседа и назвать его ласково по имени.

4. «Самопрезентация».

Выходя в круг, игрок называет свое имя и показывает движение. Потом все остальные игроки называют имя ребенка «Ты Андрей» и повторяют его движение.

5. «Ветер дует на …».

Дети подбегают к тому игроку, которого назвали по имени.

6. «Купаемся в хорошем настроении».

Круг детей символизирует ванну. С помощью улыбок, смеха, наполняем ее хорошим настроением. Каждый желающий прыгает в круг, и окружающие купают его в хорошем настроении с помощью ласковых прикосновений.

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №6

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Встаньте только те, у кого…».

По команде взрослого поднимаются только те, у кого, например есть сестра, кошка…

3. Упражнение «Добрые волшебники».

Все игроки заколдованы в злых и противных. Тот, кто вызвался быть волшебником, с помощью хороших и добрых слов должен расколдовать каждого.

4. «Похвались соседом», «Комплимент».

Каждый участник группы по очереди делает комплемент соседу справа и пожелание на оставшийся день соседу слева. При этом необходимо обратить внимание на то, как участник, к которому обращаются, проявил себя на тренинге.

5. Лирика.

По кругу каждый дарит своему соседу стихотворение

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие № 7

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. «Волшебные очки».

Каждый игрок, который надевает волшебные очки, все и всех видит только с хорошей стороны, о чем и рассказывает всем.

3. «Мы одно большое животное».

Все игроки берутся за руки, образуя тело большого животного, и двигаются в едином ритме: так дышит животное, так оно перемещается и т.д.

4. «Подарки».

Взрослый предлагает выбрать детям из шкатулки с мелкими игрушками одну, которая больше понравилась, и подарить тому, кому захочется. Следить, чтобы каждому достались подарки.

5. Рефлексия

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №8

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Давайте поздороваемся».

Играя в эту игру, дети снимут мышечное напряжение и смогут переключить внимание на другой вид деятельности. По команде взрослого дети начинают бегать по комнате и здороваться со всеми подряд. Один хлопок – здороваются за руку, два – плечиками, три – спинками. Разнообразные тактильные ощущения позволят детям снять мышечное напряжение, прочувствовать своё тело, снять ощущение отчуждённости. Для того, чтобы тактильные ощущения были более полными, детям запрещается разговаривать во время игры.

3. Игра «Кричалки – шепталки – молчалки».

Эта игра помогает развивать наблюдательность, волевую регуляцию и умения действовать по заданному правилу. Вырежьте 3 силуэта ладони из разноцветного картона (красный, жёлтый, зелёный или другие). Красная ладонь – кричалка. Когда она поднимается дети могут шуметь, бегать, кричать. Жёлтая – шепталка – можно тихонько шептаться и медленно двигаться. Зелёная – молчалка – все дети замирают на месте и молчат.

4. Игра «Оловянный солдатик».

Игра направлена на развитие саморегуляции.

Ведущий объясняет детям: «Когда вы сильно возбуждены и не можете остановиться, взять себя в руки, встаньте на одну ногу, а другую подогните в колене, руки опустите по швам. Вы – стойкие солдатики на посту, честно несете свою службу. Оглянитесь по сторонам, заметьте, что вокруг вас делается, кто чем занят, кому надо

помочь. А теперь поменяйте ногу и посмотрите еще пристальней. Молодцы!»

5. Игра «Запрещенное движение»

Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хорошо все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопать в ладоши (или покружиться на месте).

6. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №9

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Что нового».

Направлено на развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Взрослый рисует мелом на доске любую геометрическую фигуру. К доске по очереди подходят дети и пририсовывают какие-либо детали, создавая картинку. Пока один ребенок находится у доски, остальные закрывают глаза и, открывая их по команде взрослого, говорят, что изменилось. По мере усложнения рисунка искать новые детали становится труднее и интереснее.

3. Игра «Гвалт».

Игра помогает развивать концентрацию внимания. Один из участников выходит за дверь. Остальные дети выбирают строку из известной песни, которую распределяют между детьми: каждому частнику игры достаётся одно слово. Когда водящий входит, остальные участники начинают громко кричать каждый своё слово. Задача водящего ребёнка – угадать, что из какой песни взята строчка. Перед тем, как водящий войдёт в комнату, дети должны повторить каждый своё слово, чтобы не путаться и правильно его произнести.

4. Игра «Говори!»

Данная игра научит гиперактивного ребёнка контролировать импульсивные действия. Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

Взрослый говорит условия игры: я задаю вам вопрос, на который можно отвечать только после команды «Говори!» Каждый раз, когда вы задаёте вопрос, необходимо сделать небольшую паузу и только потом произносить «Говори!»

5. Игра «Расставь посты».

Цель игры: развитие способности концентрировать внимание на определённом сигнале, навыков волевой регуляции. Включите ритмическую музыку. Под эту музыку дети должны маршировать один за другим. Впереди идёт командир, который даёт команды. По команде (слово, хлопок в ладоши) ребёнок, который идёт последним останавливается. Остальные дети продолжают движение до тех пор, пока вся группа не будет расставлена «на постах». Посты могут располагаться как в хаотичном порядке, так и в задуманном (по углам, по кругу, в линейку). Для того, чтобы слышать команды, все дети должны двигаться тихо.

6. Игра «Морские волны».

Направлено на развитие способности переключать внимание с одного вида деятельности на другой, снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Это упражнение особенно рекомендуется для снятия напряжения в классе.

По команде «Штиль!» все дети замирают. По команде «Волны» дети по очереди встают – сначала те, кто сидит за первыми партами, через 2–3 секунды поднимаются сидящие за вторыми и т. д. Когда очередь доходит до последних парт, все дети вместе хлопают в ладоши, после чего садятся в той же последовательности, начиная с первых парт. По команде «Шторм» упражнение выполняется в быстром темпе – дети не ждут 2–3 секунды, а быстро встают друг за другом и так же быстро садятся. Закончить игру надо командой «Штиль».

При занятиях в группе дети сидят на стульях, выстроенных в колонну, один за другим.

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

Занятие №10

1. Приветствие.

Участники тренинга встают в круг. Один из участников здоровается с соседом, прикасаясь к любой части его тела. Это движение проходит по кругу. Выбывает тот, кто засмеялся. Затем следующий участник здоровается своим способом и т. д.

2. Игра «Колпак мой треугольный».

Игра учит малышей концентрировать внимание, способствует осознанию своего тела, учит управлять движениями и контролировать своё поведение. Группа по очереди произносит по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». Затем фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает слово «колпак», заменяют его жестами, символизирующими колпак. В следующий раз жестами заменяется два слова, потом три и так далее, пока вся фраза не будет заменена.

3. Игра «Коршун».

Цель: развить внимание, быстроту реакции, умение следовать инструкции взрослого, обучить навыкам взаимодействия с детьми.

Воспитатель надевает шапочку курочки и говорит, что все дети – «цыплята» – живут вместе с мамой-курочкой в курятнике. Курятник можно обозначить мягкими блоками или стульчиками. Затем «курочка» с «цыплятами» гуляют (ходят по комнате). Как только воспитатель говорит: «Коршун» (предварительно с детьми проводится беседа, во время которой им объясняется, кто такой коршун и почему цыплятам следует его избегать), все дети бегут обратно в «курятник». После этого воспитатель выбирает другую «курочку» из числа играющих детей. Игра повторяется.

В заключение воспитатель предлагает всем детям выйти из «курятника» и погулять, тихонько помахивая руками, как крыльями, потанцевать вместе, попрыгать. Можно предложить детям поискать «цыпленка», который потерялся. Дети вместе с воспитателем ищут заранее спрятанную игрушку - пушистого цыпленка. Малыши вместе с воспитателем рассматривают игрушку, гладят ее, жалеют и относят на место.

С целью развития двигательных навыков можно усложнить игру следующим образом. Для того чтобы попасть в домик-курятник, дети должны не просто вбежать в него, а подползти под реечку, которая лежит на высоте 60-70 сантиметров.

4. Игра «Сделай так».

Направлено на развитие мышечного контроля, умения владеть собой.

На столе у взрослого разложены карточки с изображением человечков, выполняющих различные движения. Взрослый показывает детям карточки и объясняет, какие действия изображены на каждой из них. Затем взрослый говорит: «По моему сигналу все подойдут к столу и возьмут по одной карточке. Я буду считать до десяти, а вы в это время будете выполнять то, что изображает человечек на выбранной вами картинке. Тот, кто возьмет карточку с сидящей на стуле фигуркой, должен сесть на стул, кому достанется карточка с танцующей фигуркой, должен танцевать, и т. д.». На счет «10» все

замирают на несколько секунд до сигнала взрослого, после чего меняются карточками и повторяют упражнение.

5. Игра «Пуговицы».

Играют по двое. Перед каждым игроком лежит набор пуговиц (наборы у обоих игроков абсолютно одинаковые, внутри одного набора ни одна пуговица не повторяется). От количества пуговиц в наборе зависит уровень сложности: чем сложнее игра, тем больше используется пуговиц. Для начала можно взять три пуговицы. У каждого игрока есть игровое поле, представляющее собой квадрат, разделенный на клетки. Чем больше клеток в квадрате, тем сложнее игра. Для начала берется игровое поле две на две клетки. Начинающий игру выставляет на своем поле три пуговицы. Второй участник должен посмотреть на расположение пуговиц и запомнить, где какая лежит, после чего первый игрок накрывает свое игровое поле листком бумаги, а второй должен выбрать из своего набора пуговиц необходимые и расставить их соответствующим образом на своем игровом поле. Затем первый игрок открывает свое игровое поле, и оба проверяют правильность выполнения задания. Время запоминания – 30 секунд.

6. Игра «Слушай хлопки».

Эта игра помогает в тренировке контроля двигательной активности ребенка. Выбирается ведущий, остальные дети идут друг за другом по кругу или же двигаются в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, все дети останавливаются и принимают позу аиста, два раза – позу лягушки, три раза – возобновляется свободная ходьба. Животные также могут меняться.

7. Рефлексия.

Участники группы сидят по кругу. По очереди каждый участник высказывает свои мысли, чувства, ощущения по поводу всего того, что происходило сегодня в группе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации»: Федер. закон: принят Гос. Думой 21 дек. 2012 г.: одобрен Советом Федерации 26 дек. 2012. М.: Ось 89 — 2013. — 207 с.
2. Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях: Методические рекомендации /отв. ред. С.В. Алехина. М.: МГПП, 2012. — 92 с.
3. Статья 15 Федерального закона от 24 ноября 1995 г. № 181)ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации), 1995, № 48, ст. 4563 // Российская газета. 1995. — № 234. — 37с.
4. Раздел I Государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» на 2011-2015 годы // Интернет-портал Правительства Российской федерации/Правительство России http://govern-ment.ru/gov/ results/14607/.
5. Зайцева Л.А., Кунцевич Т.П. Особенности образовательного процесса в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации. Мн., 2005. — 155 с.
6. Психолого-педагогическое консультирование и сопровождение развития ребенка: пособие для учителя-дефектолога / под ред. Л. М. Шипициной. М.: ВЛАДОС, 2003. — 528 с.
7. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. М.: Совершенство, 1998. — 352 с.
8. Шипицина, Л.В. «Необучаемый» ребёнок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта 2-е изд. перераб. и дополн. СПб.: Речь, 2005. — 477 с.
9. Лазарева, Л.В. Из опыта работы проекта «Будем вместе» — по профилактике отказов от детей // Социальные технологии исследования. — 2008. — №6. — С. 84—89.
10. Левченко, И. Ю. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии: метод. пособие. М.: Просвещение, 2008. — 239 с.
11. Концепция Специального Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ограниченными возможностями здоровья: проект / Н. Н. Малофеев [и др.]. М: Просвещение, 2013. — 42 с.
12. Психолого-педагогическое сопровождение детей с расстройством аутистического спектра: учебно-методическое пособие для учителей и специалистов образовательных организаций / сост. Л. М. Беткер. Ханты-Мансийск. РИО ИРО, 2013. — 82 с.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ 11

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ 27

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ 41

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 55

Коррекционно-развивающая программа
«СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ
РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ»

Форм.бум.60х84 1/16. Усл.п.л. 3 Гарнитура Times
Институт развития образования Республики Татарстан
420015 Казань, Б.Красная, 68
Тел.: (843)236-65-63 тел./факс (843)236-62-42
E-mail: irort2011@gmail.com