

Отдел образования Администрации Шегарского района
Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Утверждаю
Директор МКУ ДО ЦДТ
Денисенко О.Б.....
«.....».....2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая краткосрочная программа
коррекционной работы
«Летний досуг»**

Направленность: Социально – гуманитарная

Возраст детей: 6-12 лет
Срок реализации: 1 месяц
Автор: Сапёлкина М.Л.,
педагог-психолог
МКУ ДО «ЦДТ»

Пояснительная записка

Летние каникулы - это личное время ребенка, распорядиться которым он имеет право самостоятельно, но содержание и организация летнего досуга - актуальная жизненная проблема, в решении которой неопределима помощь взрослых, и прежде всего, педагогов.

В условиях, когда состояние здоровья детей вызывает серьезные опасения (уменьшается процент полностью здоровых детей, растет число детей с хроническими заболеваниями), организация сохранения здоровья детей (в том числе и психологического) приобретает первостепенное значение.

Организация досуга детей в летний период успешной адаптации детей к новым условиям пребывания в детском коллективе, обеспечивает полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка, в том числе и детей с индивидуальными особенностями развития и личностными характеристиками (тревожность, агрессивность, неуверенность, замкнутость и т.п.), способствует социально-психологической грамотности педагогов.

Цель: Психолого-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья, способствующее социальной адаптации и развитию личности ребенка.

Задачи программы психолого-педагогического сопровождения:

- 1) создание благоприятного климата в детском коллективе, помощь в адаптации к новому коллективу;
- 2) способствовать сохранению и укреплению психологического здоровья детей;
- 3) разработка и внедрение мероприятий, способствующих развитию индивидуальных способностей детей, позитивных личностных качеств, сплочению коллектива;
- 4) профилактика девиантного поведения детей;
- 5) ориентировка детей на здоровый образ жизни;
- 6) ознакомление детей со способами снятия эмоционального напряжения, тревожности, агрессивности;
- 7) изучение психофизиологического состояния детей;
- 8) повышение психологической компетентности педагогов и родителей.

Данная программа направлена непосредственно на детей в возрасте от 6 до 12 лет, посещающих ЦДТ.

Программа рассчитана на период – 1 месяц, с 1 июня по 25 июня и составляет 8 часов в неделю на групповую работу.

Для реализации обозначенных выше целей и задач работа педагога-психолога проводится по четырем основным направлениям:

- диагностическое;
- коррекционно-развивающее;
- консультативное;
- профилактическое.

Характеристика деятельности по каждому из направлений:

1. Диагностическая работа проводится в **организационный период, основной и заключительный**. Первичное анкетирование с целью выявления интересов детей, их эмоционального состояния, ожиданий от летних занятий проводится в достаточно короткий срок (2-3 день от начала занятий) – время адаптации. Задача педагога – помочь ребенку раскрыться, показать свои лучшие качества, установить адекватные для лагеря отношения, спланировать деятельность, наладить отношения. Этот период характеризуется:

- неустойчивым общественным мнением;
- адаптацией детей к специфике временного детского коллектива;
- демонстрацией взрослыми стандартных норм поведения;
- оказанием помощи ребенку в раскрытии потребностей и талантов.

Основной период (13 день) в целом – это время «созидательных» конфликтов, личностных самореализаций, многоплановой смены социальных позиций.

Мониторинговой диагностике в основной период подвергаются:

- степень деятельностной активности детей;
- дифференциация деятельностных потребностей детей;
- выявление формальных и неформальных лидеров;
- выявление сформировавшихся микрогрупп и наличие условий для реализации принципа объединения детей в микрогруппы (по интересам, «примыкание» к сильному лидеру и т.д.).

Последние дни занятий направлены на подведение итогов. Отслеживается степень реализации и задач за период летнего досуга. Этот период, как правило, характеризуется:

- выявленностью общих интересов;
- необходимостью усиления контроля за безопасностью детей;
- повышенным вниманием участников воспитательного процесса к эмоциональному фону.

2. Коррекционно-развивающая деятельность проводится в форме групповых занятий с детьми.

В работе с детьми психологом используются следующие **формы и методы**:

- игровые тренинги;
- сказкотерапия;
- игротерапия;
- арттерапия;
- релаксационные упражнения.

3. Консультативное направление деятельности психолога способствует повышению психолого-педагогической компетентности, как педагогического коллектива, так и родителей учащихся.

4. В рамках профилактического направления деятельности, педагогом-психологом ЦДТ проводятся разного рода игровые мероприятия, направленные на снятие психоэмоционального напряжения и профилактику эмоционального истощения с целью сохранения психологического здоровья.

Учебно-тематическое планирование рассчитано на возрастную группу детей в возрасте 6-12 лет.

Ожидаемые результаты

1. Укрепление психологического здоровья воспитанников.
2. Адаптированность к условиям дополнительного образования.

3. Стабилизация эмоционального состояния.

4. Сформированность навыков эффективного взаимодействия детей и педагогов.

5. Сформированность осознанного отношения к здоровью.

Учебно – тематический план на июнь 2021 г.

№ п/п	Тема	Формы организац и занятий	Количество часов	
			теория	практ ика
1	Знакомство и входящая диагностика.	Практичес кая работа	1	1
2	Адаптационные занятия Поговорим о наших именах. Деревья-Характеры в волшебном лесу (сказкотерапия)	Практичес кая работа	1	1
3	Экскурсия в парк. Экологическая викторина.	Практичес кая работа	-	2
4	Оригамотерапия. Подвижные игры на улице.	Практичес кая работа	-	2
5	Здоровье – главная ценность человека. Групповая работа.	Практичес кая работа	1	1
6	Лепка из соленого теста. Эстафеты здоровья.	Практичес кая работа	-	2
7	Арт-терапия. Прогулка на улицу.	Практичес кая работа	-	2
8	Оригамотерапия. Подвижные игры на улице.	Практичес кая работа	-	2
9	Экскурсия в парк. Литературная викторина.	Практичес кая работа	-	2
10	Аппликация. Групповая работа.	Практичес кая работа	-	2
11	Экскурсия в парк. Эстафеты здоровья.	Практичес кая работа	-	2
12	Сказкотерапия «Ёжик»	Практичес кая работа	1	1
13	Оригамотерапия Подвижные игры на улице.	Практичес кая работа	-	2
14	Плетение из веревок. Игры на сплочение коллектива.	Практичес кая работа	-	2
15	Взаимодействие и общение с окружающими людьми. Как избежать конфликта. Групповая работа.	Практичес кая работа	1	1
16	Заключительное занятие (диагностика). Рефлексия.	Практичес кая работа	-	2
Всего часов в месяц:			5	27
			32	

Содержание изучаемого курса

Июнь

1. Вводное занятие, инструктаж по ТБ: Знакомство и входящая диагностика. Диагностическое обследование. (1 ч. теории, 1 ч. практики).
2. Адаптационные занятия. Поговорим о наших именах. Деревья-Характеры в волшебном лесу (сказкотерапия). (1 ч. теории, 1 ч. практики).
3. Экскурсия в парк. Экологическая викторина. (2 ч. практики).
4. Оригамотерапия. Подвижные игры на улице. (2 ч. практики).
5. Здоровье – главная ценность человека. Групповая работа. (2 ч. практики).
6. Лепка из соленого теста. Эстафеты здоровья. (2 ч. практики).
7. Арт-терапия. Прогулка на улицу. (2 ч. практики).
8. Оригамотерапия. Подвижные игры на улице. (2 ч. практики).
9. Экскурсия в парк. Литературная викторина. (2 ч. практики).
10. Аппликация. Групповая работа. (2 ч. практики).
11. Экскурсия в парк. Эстафеты здоровья. (2 ч. практики).
12. Сказкотерапия «Ёжик» (1 ч. теории, 1 ч. практики).
13. Оригамотерапия. Подвижные игры на улице. (2 ч. практики).
14. Плетение из веревок. Игры на сплочение коллектива. (2 ч. практики).
15. Взаимодействие и общение с окружающими людьми. Как избежать конфликта. Групповая работа. (1 ч. теории, 1 ч. практики).
16. Заключительное занятие (диагностика). Рефлексия. (2 ч. практики).

Календарно-учебный график на июнь 2021 г.

№	Дата занятия	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Знакомство и входящая диагностика.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
2	2.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Адаптацион-ные занятия. Поговорим о наших именах. Деревья-Характеры в волшебном лесу.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
3	3.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Экскурсия в парк. Экологическая викторина.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
4	4.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Оригамотерапия. Подвижные игры на улице.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
5	8.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Здоровье – главная ценность человека. Групповая работа.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
6	9.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Лепка из соленого теста. Эстафеты здоровья.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
7	10.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Арт-терапия. Прогулка на улицу.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
8	11.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Оригамотерапия. Подвижные игры на улице.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
9	15.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Экскурсия в парк. Литературная викторина.	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.
10	16.06.2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическая работа	2	Аппликация. Групповая	ЦДТ, каб.№11	Наблюдение.

					работа.		
11	17.06. 2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическ ая работа	2	Экскурсия в парк. Эстафеты здоровья.	ЦДТ, каб.№11	Наблюде ние.
12	18.06. 2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическ ая работа	2	Сказкотерапия «Ёжик».	ЦДТ, каб.№11	Наблюде ние.
13	22.06. 2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическ ая работа	2	Оригамотерапия. Подвижные игры на улице.	ЦДТ, каб.№11	Наблюде ние.
14	23.06. 2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическ ая работа	2	Плетение из веревки. Игры на сплочение коллектива.	ЦДТ, каб.№11	Наблюде ние.
15	24.06. 2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическ ая работа	2	Взаимодействие и общение с окружающими людьми. Как избежать конфликта. Групповая работа.	ЦДТ, каб.№11	Наблюде ние.
16	25.06. 2021	15.00-15.45 15.55-16.40	Практическ ая работа	2	Заключительное занятие (диагностика). Рефлексия.	ЦДТ, каб.№11	Наблюде ние.

Список литературы

1. И.Л. Арцишевская Учуся дружить! Тренинг коммуникативных навыков у дошкольников. Москва: ООО «Национальный книжный центр», 2016.
2. Т.Г. Богданова О.И. Варламова Диагностика и коррекция познавательной сферы младших дошкольников с отклонениями в развитии. Москва 2016.
3. И.Ю. Левченко, Н.А. Киселева Психологическое изучение детей с нарушениями в развитии. Москва, 2016.
4. С.Ю. Бенилова Доброжелательные взгляды на общение с детьми. Москва, 2016.
5. ФГОС НОДА 27.09.2014 г
6. Ю.Б. Гиппенрейтер Общаться с ребенком. Как? Москва, АСТ Астрель, 2008.
7. Методическое пособие «Коррекционная работа». Под ред. Роготневой А.В. – Томск: «Лито-Принт», 2007.
8. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. – Москва, ТЦ Сфера, 2002.
9. Н.В. Ключева, Ю.В. Касаткина Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль «Академия развития» 1997.
10. Я – ты - мы. Программа социально-эмоционального развития дошкольников / Сост.: О.Л. Князева.- Москва: Мозаика-Синтез, 2005.
11. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическое здоровье дошкольника.- Москва: Апрель Пресс, Изд-во Эксмо-Пресс, 2001.
12. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: ООО Издательство «Речь», 2000.
13. Как учить и развивать детей с нарушениями развития: Курс лекций лекций и практических занятий для персонала мед. Учреждений; сост. К. Грюневальд и др/ Пер. с англ. Е.М. Видре; Ред. Е.В. Кожевникова. СПб.: 2000.

Методическое обеспечение

Игры и упражнения на знакомство

«Паутина»

Дети становятся в круг. Ведущий начинает игру словами: «Ты скорее поспеши, как зовут тебя, скажи...», бросая при этом клубок ниток одному из игроков. Тот ловит клубок, называет свое имя, потом он бросает клубок другому игроку, при этом снова произносятся слова: «Как зовут тебя, скажи...» и оставляя у себя ниточку. И так далее, пока не образуется паутина.

«Здравствуйтесь!»

Игроки становятся в круг, плечом к плечу. Водящий идет по внешней стороне круга и задевает одного из игроков. Водящий и игрок, которого задела, бегут в разные стороны по внешней стороне круга. Встретившись, они пожимают друг другу руки, говорят: «Здравствуйтесь!», и называют свои имена, потом бегут дальше. Пытаясь занять свободное место в кругу. Тот, кто остался без места, становится водящим.

«Это — Я»

Игроки становятся в круг. Ведущий, стоящий в центре, называет два имени (одно — женское, другое — мужское). Игроки, чьи имена назвали, кричат: «Это — Я!», и меняются местами. Задача ведущего — занять освободившееся место. Тот, кто не успел занять свободное место, становится ведущим. Если среди играющих есть только один человек с одним из двух названных имен, то он кричит: «Это — Я», и остается на месте.

«Построение»

Игроки становятся в круг. По сигналу ведущего дети перестраиваются так, чтобы они располагались: в алфавитном порядке; по месяцам рождения; по цвету волос; по цвету глаз; по теплоте рук.

«Снежный ком»

Все дети становятся в круг. Первый называет свое имя, второй — имя первого и свое, третий — первые 2 имени, затем свое. Таким образом, «снежный ком» становится все больше, и дети запоминают имена всех участников.

«Имя и фрукт»

Игра на знакомство, но в любом случае забавная. Все сидят в кругу. Первый игрок представляется (например, Миша) и называет свой любимый фрукт на первую букву своего имени ("Меня зовут Миша, я люблю мандарины"). Его сосед повторяет—"Миша любит мандарины" и также представляется и говорит свой любимый фрукт, и т.д. по кругу, пока все друг друга не запомнят.

«Хоровод знакомства»

Все дети взявшись за руки водят хоровод со словами:

«Мы по кругу ходим, ходим,
Познакомиться хотим,
Стоят лишь те, кого зовут... (Сережи),
Ну, а мы с вами - сидим».

После этих слов дети, чье имя было названо, остаются стоять, а остальные приседают. Далее игра продолжается.

«Воробей»

Все дети становятся в круг. Внутри круга стоит ведущий. Дети скачут на одной ноге по кругу в одном направлении, а ведущий внутри круга в другом направлении, и при этом приговаривает: «Скачет, скачет воробей-бей-бей,

Собирает всех друзей – зей - зей,
Много, много разных нас-нас-нас,
Выйдут...(Леночки) сейчас-час-час».

Названные дети входят в круг, берут ведущего за руку и игра повторяется пока не будут названы имена всех детей.

«Мячик»

Ведущий держит в руках мяч и говорит:

«Разноцветный мячик
По дорожке скачет
По дорожке по тропинке
От березки до осинки
От осинки-поворот,
Прямо к ...(Ире) в огород!»

С последними словами вожатый бросает мяч вверх. Дети чье имя было названо, должны поймать мячик. Тот, кто поймал мяч, делает следующий бросок. Если названо имя, ребенка с которым нет, то мяч ловит ведущий и он делает следующий бросок.

«Веселые задания»

«Слушай, смейся выполняй,
Имена запоминай»

с этими словами ведущий дает задание детям.

Саши взяли Марин за руки и станцевали.

Лены спели песню «В лесу родилась елочка».

Леши взяли Тань за левую руку и попрыгали.

Светы - наперегонки бегут к корпусу и т.д.

Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (автор В.Я. Иванова)

Цель: снятие тревоги первых дней занятий, смягчение адаптации к новому коллективу.

Материалы: клей, маленькие сердечки, вырезанные из белой бумаги, большое сердце красного цвета из бумаги, мягкое сердечко из ткани с ватой внутри, карандаши, фломастеры.

Ход тренинга:

Ведущий: Мы – отряд. Нам предстоит заниматься вместе в течение всей лагерной смены, поэтому очень важно познакомиться, узнать имя друг друга. (Выделенные ниже слова – ключевые, они эмоционально выделяются в речи ведущего).

Приятно, когда тебя называют по имени. Значит, тебя ценят, уважают, любят. У меня в руках сердце. В сердце человека заключено тепло, любовь, дружба. Я предлагаю его вам...*(ведущий передает мягкое сердечко самому близкому ребенку, который называет свое имя и передает сердечко другому)*.

Ребята, а кто знает, как называют доброго человека? Какими словами?

Дети отвечают: ласковый, нежный, умный и т.д.

Ведущий: Молодцы. А еще такого человека называют «сердечный». Почему, как вы думаете? *(Ответы детей)*. Да, верно. У него доброе сердце. Тепло и любовь к другим исходит из его сердца.

Положите руку на сердце. Послушайте, как бьется ваше сердце... Оно полно жизни, добра, любви...

Посмотрите, что я вам принесла (ведущий медленно раскрывает большое сердце и держит его в руках). О, какое оно большое! Мы все, наверно, поместимся в нем. Мы с вами – теперь одно целое, один коллектив. Одно вот такое большое сердце. (Большое сердце прикрепляется в центре доски). Каждому из вас в нем есть место. Вы это сейчас увидите. Возьмите цветные карандаши и фломастеры. Сейчас каждому из вас раздам маленькое сердечко.

Это маленькое сердечко ваше. Разукрасьте его. Это могут быть цветы, узоры, красивая природа, можете просто раскрасить его. Напишите на нем свое имя. *(Раскраска сердечек)*.

Кто нарисовал, поднимите руку, я подойду (ведущий подходит к ребенку и затем с ним приклеивает его сердечко на большое сердце).

Ребята, посмотрите, что у нас получилось. В большом сердце нашлось место каждому из вас. Найдите глазами ваше сердечко, посмотрите какие красивые сердечки.

Когда-нибудь, когда вам станет одиноко и грустно, вспомните, что где-то есть большое сердце, в котором есть место для вас.

Постараемся сохранить это сердце. Пройдет много лет, вы станете большими. И может быть вы соберетесь вместе, посмотрите на это сердце и вспомните этот день.

А сейчас возьмите эти сердечки (раздача маленьких бумажных сердечек), нарисуйте и раскрасьте эти сердечки. И подарите их маме, папе, бабушке, сестре, другу.

Спасибо вам!

Большое сердце прикрепляется в кабинете на видном месте и висит в течение всей смены.

«Дом-дерево-собака»

Материал: бумага, фломастеры или кисточки с красками, повязки для глаз.

Продолжительность игры: 10 минут.

Каждая пара получает один фломастер или одну кисточку с красками, один ватман. Обоим участникам завязывают глаза. Каждая пара, работая только одним инструментом, должна нарисовать дом - дерево - собаку. При этом игроки не должны разговаривать друг с другом.

«Художественная эстафета»

Материал: 2 ватмана, 2 маркера.

Оборудование: 2 стенда, секундомер.

Продолжительность игры: 10 минут.

Предполагаемое количество игроков: любое.

Играющие делятся на две группы. Задача групп - быстрее соперника нарисовать животное (предмет и пр.) за определенный отрезок времени.

Правило игры - каждый человек имеет право нарисовать лишь одну линию.

Вариант А: каждый человек может нарисовать только одну линию.

Вариант Б: каждая группа рисует животное (предмет и пр.) на скорость без временных границ.

«Звериное семейство»

Материал: записки с названиями животных.

Продолжительность игры: 10 минут.

Предполагаемое количество игроков: любое.

Ведущий подготавливает записочки, на которых, в зависимости от количества игроков, написаны члены звериных семейств (например: дедушка обезьяна, бабушка обезьяна, папа обезьяна, мама обезьяна, сын обезьяна, дочка обезьяна). Можно образовывать семейства лягушек, свиней и т. д.. В начале игры каждый игрок вытаскивает себе карточку, но сразу не смотрит, что на ней написано. Только тогда, когда все игроки втянули карточки, их можно прочитать. Ведущий может сделать сигнал звуковой, обозначающий начало игры. Каждый игрок пытается как можно быстрее найти свою семью через звуковые подражания и движения того зверя, который написан на его карточке. Так делает каждый участник игры.

Когда звериная семейка нашла всех своих членов семьи, то она должна в правильной последовательности (по старшинству - дедушка, бабушка, папа, мама, сын, дочка, ведущий игры должен заранее объяснить эти правила) сесть на один стул. Та звериная семейка, которая сделала это правильно, побеждает.

«Мишки-обнимашки»

Дети стоят в кругу.

Ведущий задает определенное условие или вопрос, например: «Кто любит есть манную кашу?», дети, которые утвердительно отвечают на вопрос, должны выйти в круг и дружно обняться.

«Испорченный телефон»

Выбирается водящий, который на ухо шёпотом говорит одному из игроков слово или фразу, а тот старается точно также передает другому игроку и так по цепочке.

Последний игрок говорит в слух то, что у него получилось и сравнивают с оригиналом.

Зачастую получается очень неожиданный и смешной результат.

Модификация «Испорченный телевизор».

Правила игры такие же, как и в игре «Испорченный телефон», только передавать надо гримасу.

«Рисование на спине»

Дети стоят в кругу. Ведущий придумывает картинку и рисует её соседу, тот – следующему участнику и т.д., пока картинка не вернется обратно к ведущему.

«Дракон»

Отряд строится в колонну по одному, дети крепко держаться друг за друга, тот, кто стоит в начале колонны – голова дракона, тот, кто в конце – хвост, остальные – туловище дракона. Задача головы поймать хвост, задача хвоста – убежать от головы, задача туловища – не расцепиться.

Занятие на тему: «Поговорим о наших именах»

Задачи:

- познакомить детей со значением своих имен, формировать положительное отношение к себе через имя;
- побуждать любить свое имя и уважать имена окружающих;
- развивать память, речь, фантазию;
- способствовать сплочению детского коллектива

Отгадайте загадку: «Тебе дано, а люди пользуются». (*Имя*)

Сегодня мы поговорим об именах. Вы получили домашнее задание – выяснить значение своего имени. (*Дети рассказывают о своих именах*).

Нравятся ли вам ваши имена?

Тебе нравится твоё имя? Почему? Хотел бы, чтобы тебя назвали по-другому? Как?

Почему тебя так назвали? В честь кого? (ребята высказывают своё мнение)

Зачем человеку имя?

Имена бывают полные и краткие. Давайте поиграем, я буду называть краткое имя, а вы называйте полное. *Лёша (Алексей), Леня (Леонид), Вова (Владимир), Оля (Ольга), Вика (Виктория), Надя (Надежда)*.

Наверное у каждого из нас есть любимое, уменьшительное, ласковое, домашнее имя. Продолжите, пожалуйста фразу

Упражнение «Мое имя»

Цель: осознание собственной значимости, способствование более глубокому самопознанию.

Понадобятся кисти, краски, гуашь, карандаши и т.п., все, что позволяет рисовать.

1. Участникам предлагается задание нарисовать свое имя, как они себе его представляют, рисунок может быть насыщен любыми изображениями, с которыми ассоциируются собственное имя.
2. После того. Как все дети закончили свои рисунки, они собираются вокруг на обсуждение.
3. Каждый ребенок (по желанию) демонстрирует свой рисунок и рассказывает о своем имени, о том, что он хотел нарисовать.
4. Ведущий должен активизировать работу участников группы, создавать условия для того, чтобы дети активно задавали вопросы по рисункам. Давали свои ассоциации на рисунок участника.
5. Ведущий предупреждает, что участник может принимать, а может не принимать высказывания группы.

Упражнение «Королевство внутреннего мира»

Понадобится средство для воспроизведения музыки. Релаксационная композиция, краски, кисти, листы для рисования.

1. Ведущий сообщает участникам, что на сегодняшнем занятии им предстоит работать с фантастическими образами, и просит сесть поудобней. При желании можно закрыть глаза. Требуется закрывать глаза при проведении медитаций-визуализаций, совсем не обязательно. Многие люди могут прекрасно вызывать яркие зрительные образы, не делая этого. В кроме того, у некоторых участников закрывание глаз вызывает повышение тревоги.

2. Ведущий: «В каждом из нас есть особый мир – уникальный, непохожий на другие миры. Его можно представить как волшебное Королевство, раскинувшееся на огромной и разнообразной по ландшафту территории. В этом Королевстве есть высокие неприступные горы, зеленые долины и густые леса, есть глубокие моря, наполненные скрытой от глаз жизнью, и луга, изобильно усеянные необычайными цветами, есть степи и пустыни, есть бурные реки и чистые озера. И, конечно, на территории каждого из наших Королевств внутреннего мира есть города и поселки. В которых живут удивительные создания – не только люди, но и другие существа, умные и глупые, злые и добрые. Среди жителей Королевства внутреннего мира можно встретить ремесленников и ученых, волшебников и шутов, воинов и земледельцев. Есть и властитель этого Королевства, управляющий разношерстным населением и живущий в великолепном дворце. Есть преданные слуги властителя и существа, спрятавшиеся далеко от его зоркого ока и не желающие ему подчиняться.

Разные события происходят в нашем Королевстве внутреннего мира – радостные и грустные. Порой веселые, порой трагичные. Ни на минуту не утихает жизнь на территории Королевства. Даже когда властитель отдыхает, его вечный оппонент и претендент на трон пытается оказать влияние на жизнь Королевства.

Границы нашего Королевства внутреннего мира не являются четко обозначенными, они могут сужаться и расширяться. Иногда наше Королевство начинает враждовать с соседними королевствами и даже вступать в вооруженные конфликты. И как всякие войны, такие конфликты приносят только бедствия и трудности жителям Королевства.

Каждый из нас – задумывается он об этом или нет – хочет, чтобы его Королевство внутреннего мира процветало и развивалось, чтобы поменьше ссор и конфликтов было на границах Королевства и внутри него. Каждый из нас желает своему Королевству гармонии и радости. Нам надо помнить, что во многом это зависит от нас самих...»

Затем происходит рисование участниками своего Королевства внутреннего мира и обсуждение рисунков. Однако упражнение не завершается обсуждением, а имеет продолжение.

Ведущий: «На некоторых ваших рисунках присутствуют различные существа, на других изображений живых существ нет. Я прошу вас подумать, кто из таких созданий мог бы оказаться среди жителей вашего Королевства внутреннего мира. Пожалуйста, нарисуйте (или найдите среди уже нарисованных) одно существо, которое отражало бы какой-либо положительный аспект, какую-либо позитивную сторону вашего внутреннего мира. Придумайте названия каждому из этих существ».

После того как задание выполнено, ведущий просит всех участников назвать тех позитивных и негативных существ, изображения которых появились на рисунках Королевств.

Дальнейшую работу можно организовать по-разному. В зависимости от количества участников. Если число участников невелико (до 6 человек), то предлагается сочинить общую сказку, которой действовали бы только что придуманные персонажи. При этом не обязательно включать в сказку двух персонажей от каждого. Участник может предложить одного – либо позитивного, либо негативного. Если группа многочисленна, то можно разбить ее на подгруппы по 5-6 человек и предложить не просто сочинить сказку, но инсценировать ее. Время на работу не менее 30 минут.

После того как участники расскажут сочиненную сказку или представят свои мини-спектакли, организуется обсуждение. Во всех случаях стоит обсудить следующие вопросы:

- какие образы родились у вас во время фантазирования на тему «Королевство внутреннего мира»?

- что неожиданного вы увидели в своем Королевстве?

- можете ли вы сказать, что символизировали придуманные вами существа, которые отражали негативные и позитивные аспекты вашего внутреннего мира?

- как проявили себя эти существа в созданных вами сказках?

- трудно ли вам было объединить своих существ из Королевства внутреннего мира в едином сюжете сказки?

- как вы справились с этими трудностями?

- какие чувства вы сейчас переживаете?

- что бы вы хотели сделать с этими существами? Если желание явное и сильное – сделайте это!

- какие ощущения испытываете сейчас?

Диагностика «Человечки на дереве» (автор Л.П.Пономаренко).

Занятие на тему: «Мир эмоций»

Задачи:

- воспитание культуры чувств учащихся;
- развитие способностей учащихся к осознанию и различению их собственных эмоциональных состояний, чувств;
- расширение словарного запаса учащихся в области чувств, эмоций.

Приветствие.

Упражнение «Сегодня я рад видеть...».

Участники занятия садятся в круг лицом друг к другу так, чтобы количество стульев соответствовало числу сидящих в кругу детей. В середине образовавшегося круга встает психолог и произносит фразу, которая начинается словами: «Сегодня я рад видеть...». Например: «Сегодня я рад видеть тех, кто утром успел позавтракать», «Сегодня я рад видеть тех, кто хотя бы один раз сегодня улыбнулся», «Сегодня я рад видеть тех, у кого темные волосы», «Сегодня я рад видеть тех, кто пришел на занятие». Тот, кто может отнести содержание фразы к себе, должен быстро встать со своего места и пересесть на другой стул.

«Чувства есть у всех людей. Они, как компас, помогают ориентироваться нам в нашем собственном Внутреннем Мире и в Мире общения. Важно быть внимательным к собственным чувствам и чувствам других людей. Если человек узнает свои чувства и умеет описывать их словами, он может лучше общаться и принимать более правильные решения».

Упражнение «Имена чувств».

Познакомься с названиями разных чувств, эмоциональных состояний. Те из них, которые знакомы тебе, которые ты испытывал хотя бы однажды, обведи кругом или овалом. Теперь раскрась получившиеся круги так:

- Если в круг заключено название чувства, которое тебе приятно испытывать, раскрась его желтым цветом;

- Если в круг заключено название чувства, которое тебе неприятно, некомфортно испытывать, раскрась его коричневым цветом

Одни чувства доставляют нам удовольствие, другие неприятны и от них хочется побыстрее избавиться. Главное, надо помнить, что нет плохих или хороших чувств. Все чувства – твои помощники. Если будешь замечать их, то сможешь лучше позаботиться о себе, и лучше общаться с людьми, которые тебя окружают. Внимательное отношение к чувствам других людей очень помогает в общении.

Упражнение «Угадай эмоцию».

Внимательно рассмотри рисунки предположи, какие чувства испытывают изображенные на них люди.

Упражнение «Закончи предложение». Подумай, в каких ситуациях возникают у тебя те или иные чувства и закончи предложения.

1. Я радуюсь, когда....
2. Я злюсь, когда...
3. Я чувствую смущение, когда...
4. Я боюсь, когда...
5. Я доволен, когда...
6. Я спокоен, когда...

Рефлексия занятия.

Занятие на тему: «Моя воля».

Задачи:

- развитие чувства уверенности учащихся в своих силах, себе;
- развитие ответственности, осознанной самостоятельности у учащихся, их способностей к самоорганизации;
- знакомство с понятием воли, способами развития волевых качеств.

Материалы.

1. Мяч (желательно мягкий, тканевый).

Приветствие. Стоя в кругу, ребята бросают мяч друг другу, психолог тоже принимает участие в упражнении и старается бросить мяч тем, кто еще его не получал. Тот, кому попадает мяч, говорит следующую фразу: «Я умею...», после чего бросает мяч кому-нибудь из ребят. Через несколько минут ведущий вносит изменение в инструкцию. Теперь надо бросить мяч кому-нибудь из ребят и сказать: «Ты умеешь...» В течение нескольких минут ребята таким образом поддерживают друг друга.

Основная часть.

Упражнение «Преодолеваю трудности».

Вспомни ситуацию, связанную с учебой, домашней работой или какую-нибудь ситуацию из своей жизни, когда что-то у тебя не получалось, казалось трудным или очень трудным делом, но ты смог справиться с ним и научился делать его хорошо. Что это было за дело? Напиши (расскажи).

Психолог предлагает желающим сказать о том, с каким трудным делом им удалось справиться и что им в этом помогло, то есть поделиться с одноклассниками своими победами над трудностями.

Мне было трудно _____, но я смог это сделать и научился делать хорошо.

Что тебе помогло справиться с трудностями? Раскрась овалы с подходящими тебе ответами.

Перед введением понятия «воля» нужно спросить ребят, знакомо ли им это слово и как они его понимают, а также зачем нужна человеку воля?

Воля – это способность человека управлять своим поведением, преодолевать трудности.

Зачем нужна человеку воля? *Твоя сила воли может помочь справляться с делами, которые не очень хочется делать, которые не нравятся, но делать их все равно надо. Такие дела есть у всех, даже у взрослых.*

Твоя сила воли может помочь в ситуациях, когда что-то очень хочется сделать, а нельзя. Например, сдержаться и не съесть конфету перед обедом.

Обсуждение ситуаций. *Выбери те ситуации, в которых ребята проявили силу воли.*

Ситуация 1. К вечеру Маша очень устала и больше всего на свете хотела спать. Она посмотрела на портфель и подумала: «Соберу-ка я его завтра утром...» Учебники и тетрадки лежали на столе, карандаши ручки были разбросаны. Маша посмотрела на них и что-то в этой картине ей не понравилось. «Мои вещи тоже хотят спокойно отдохнуть перед школьным днем», - сказала себе Маша, вздохнула и принялась собирать портфель.

Ситуация 2. «Маша, скоро будем обедать», - раздался с кухни голос мамы. «Угу», - сказала девочка, углубившись в книжку. Ее рука потянулась к вазочке с конфетами. «Ой», - вдруг вспомнила она, - перед едой нельзя есть сладкое, мама говорит, что аппетита не будет!». Но конфеты притягивали ее к себе как магнитом. «Ладно, я только две или три съем, а это совсем немного», - успокоила себя Маша и принялась за сладкое.

Ситуация 3. Петя очень хотел поиграть с ребятами в футбол, и как только ребята позвали его, он стремглав, понесся на улицу.

Полезные советы для тех, кто хочет тренировать свою силу воли:

- Продолжай делать то, что делал, еще пять минут, даже если ты устал.
- Попробуй сделать очень медленно то, что ты обычно делаешь быстро.
- Воздержись говорить то, что подмывает сказать сразу и медленно, молча сосчитай до десяти.
- Сразу же приступай к тому, что тебе хочется отложить на потом.
- В деле, которое тебе не нравится, но которое все равно надо делать найди не меньше трех привлекательных сторон.
- Если что-то не получается сразу, говори себе волшебные слова «Я могу!», они придадут тебе силы и уверенность.

Рефлексия.

Занятие на тему: «Привычки человека».

Задачи:

- выяснить представления участников группы о том, что является полезным и вредным для человека;
- познакомить учащихся с понятием «вредные привычки» и дать представление о неблагоприятных для человека последствиях;
- способствовать формированию у детей стремления приобретать полезные привычки и избегать вредных.

Материалы для занятия:

1. Бумага для рисования и цветные карандаши или фломастеры;
2. Раздаточный материал - карточки «Привычки и последствия»;
3. Доска или лист ватмана;
4. Средства для письма на доске или листе ватмана.

Упражнение «Близкие знакомые».

Водящий, отвернувшись, должен описать внешний вид одноклассников (во что одет, какого цвета глаза...; усложнение – задаются вопросы, например, кто одет в зеленую рубашку и др.)

Основная часть.

Что полезно, а что вредно для человека. Психолог: «Мы любим многое в нашей жизни: любим своих родных и близких и хотим, чтобы они поменьше в жизни тревожились и огорчались; любим своих друзей, стремимся, как можно больше времени проводить с ними и делать так, чтобы им тоже было интересно общаться с нами. Человек - существо социальное. Социум - это люди, которые нас окружают. Человеку необходимо быть среди людей, уметь общаться, быть интересным собеседником, получать удовольствие от общения с людьми. Мы любим занятия спортом и веселые игры, любим много путешествовать и каждый день узнавать что-то новое, любим успешно решать трудные задачи и получать отличные оценки. Однако существует одно условие, при котором все перечисленное возможно, - это здоровье. Если человек здоров, он всегда будет энергичен и активен, всегда сможет преодолеть трудности на своем пути, им будут гордиться родители,

любить и уважать друзья, он сможет достичь в жизни много и стать замечательным специалистом, нужным и полезным людям. На свете есть много того, что помогает сохранить и укрепить здоровье человека, сделать его жизнь интересной, насыщенной, а есть то, что идет во вред здоровью и разрушает его. Знаете ли вы, что полезно, а что вредно для здоровья человека?»

Задание группе. Нарисовать то, что, по мнению каждого, полезно или вредно для здоровья человека. После выполнения рисунков участниками группы целесообразно провести их обсуждение в группе и обобщить материал, выписав основные полезные и вредные для здоровья человека вещи на доске или листе ватмана (путем последовательного опроса учащихся). Примерно подобный список можно представить следующим образом.

Полезно для человека:

- соблюдать режим дня;
- соблюдать гигиену;
- правильно и регулярно питаться;
- заниматься спортом;
- вовремя и самостоятельно делать уроки;
- обязательно бывать на свежем воздухе;
- делать утреннюю зарядку;
- следить за чистотой своей одежды и своего жилища;
- слушаться родителей и близких людей;
- закаляться;
- посещать кружки;
- читать книги;
- уметь вести себя в коллективе.

Вредно для человека:

- прогуливать занятия в школе;
- грубить и не уважать старших;
- сидеть много у телевизора или за компьютером;

- гулять в неположенных местах, где есть опасность для жизни;
- пробовать незнакомые вещества;
- есть чересчур много сладкого;
- грызть ногти;
- курить;
- драться.

Что такое привычки. Психолог: «Многие считают: если человек еще в детстве привыкнет делать что-то, он будет это делать постоянно и во многом предопределит свою жизнь. Недаром есть такая пословица: «Посеешь привычку - пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу». Давайте разберемся, что такое привычки и как они формируются».

Информация психолога может быть сведена к следующему. Привычка - это то, что мы совершаем, почти не задумываясь, действуя как бы автоматически. Например, привычка одеваться, или чистить зубы, или заправлять свою постель.

Чтобы сформировалась привычка, необходимо повторять какое-то действие многократно, изо дня в день, и тогда человек начнет его выполнять не задумываясь. Проиллюстрировать процесс формирования привычки нам поможет игра «Привычка».

Упражнение «Привычка».

Учащиеся встают в круг и, если команда ведущего начинается со слова «Прошу», выполняют различные действия («Прошу присесть», «Прошу повернуться», «Прошу поднять руку» и т. п.). Таких команд должно быть достаточно много, чтобы участники группы привыкли выполнять их. В определенный момент, ведущий перед командой, не произносит слово «Прошу», и тогда группа не должна выполнять его указание.

После проведения игры необходимо провести ее обсуждение и сказать о том, что, привыкнув выполнять команды, многие не сразу смогли переключиться и выполнили команду тогда, когда не должны были ее выполнять. По такому же принципу формируются у нас и привычки: стоит

только начать многократно повторять то или иное действие, как оно закрепляется в сознании в виде привычки.

Полезные и вредные привычки. Психолог: «Как правило, у человека бывает много различных привычек. Привычки могут приносить человеку пользу, например, помогают удобно и комфортно организовывать свою жизнь или сохраняют его здоровье, поэтому их называют **полезными**. Человек может улучшить свое здоровье, стать более сильным, красивым, если будет стремиться к тому, что полезно.

Но бывают и такие привычки, которые наносят вред здоровью людей, - это **вредные** привычки. Если они появились у человека, отказаться от них бывает порой очень непросто. Таких привычек бывает так же много».

Учащиеся разбиваются на 2-3 подгруппы. Каждой подгруппе раздаются карточки, на которых написаны вредные и полезные привычки и их последствия.

Привычки:

- мальчик чистит зубы;
- мальчик не хочет мыться и умываться;
- группа ребят делает зарядку;
- девочка и ее отец убираются в квартире и чистят свою одежду;
- ученик грызет ногти на уроке;
- ученик опаздывает на урок;
- группа ребят курит;
- двое взрослых выпивают.

Последствия:

- здоровая красивая улыбка;
- с грязным подростком никто не хочет общаться;
- на спортивных состязаниях ребята легко и свободно преодолевают дистанцию;
- членам семьи приятно находиться в чисто убранной комнате;
- врач лечит мальчику воспаленные пальцы;

- мама ругает сына, увидев двойку в дневнике;
- на соревнованиях ребята, задыхаясь, с трудом прибежали к финишу;
- алкоголик дремлет на лавке под дождем.

Задание подгруппам. К каждой карточке, на которой написана привычка, нужно подобрать карточку с последствием этой привычки. Необходимо подготовить ответ с объяснением последствий, к которым приводит та или иная привычка. Форма ответа должна быть следующей: «Если..., то...»

Например, «Если будешь каждый день чистить зубы, то они будут крепкими и красивыми, не надо будет лечить их у зубного врача».

После выполнения участниками подгрупп задания психологу следует проверить его, вызывая для ответа представителей из каждой подгруппы и следя за соблюдением формы ответа, содержащего оборот «Если..., то...».

Рефлексия. Кроме множества полезных, укрепляющих здоровье человека и помогающих ему жить привычек, есть те, которые мы считаем вредными, так как они приносят вред организму и нарушают правильный ритм жизни. Одними из таких привычек является курение и употребление алкогольных напитков.

Занятие на тему: «Здоровье – главная ценность в жизни человека»

Задачи:

- помочь ученикам осознать важность разумного отношения к своему здоровью;
- способствовать укреплению здоровья детей;
- развивать навыки работы в группах, коммуникативные способности.

На доске запись: «Здоровый образ жизни – это».

Над решением проблемы мы будем работать соревнуясь. Группа разбивается на две команды. Выбираем название для команд, девиз, капитана.

Основная часть занятия.

В век технического прогресса и развития как вы думаете, что всего дороже? Конечно же, здоровье! Здоровье человека – это главная ценность в

жизни. Здоровье не купишь за деньги. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете решать жизненно важные задачи. Все мы хотим вырасти крепкими и здоровыми. Быть здоровым – естественное желание человека, рано или поздно все задумываются о своем здоровье. Каждый из нас должен осознавать, какой это бесценный клад. Давайте вместе подумаем, что такое здоровье, здоровый образ жизни.

Упражнение “Мозговой штурм”.

К слову "здоровье" нужно подобрать слова, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни.

Упражнение «Анаграммы».

Составление слов, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни.

Анаграмма	Ответ	Анаграмма	Ответ
ивендиже	движение	нессайб	бассейн
таипени	питание	кулагопр	прогулка
нос	сон	дотых	отдых
соливедеп	велосипед	жемир	режим
дязазак	зарядка	акчивыпр	привычка
тракваз	завтрак	саротак	красота
ситотач	чистота	былука	улыбка

Составление слова из разрезных букв СПОРТ.

- Для того чтобы стать физически сильным человеком необходима регулярная физическая нагрузка. В этом нам поможет спорт.

Для начала вопрос-ответ по теме «Виды спорта»

1. Командная спортивная игра, которая проводится на поле размером 61х 50 м, площадка ограждена бортиками высотой 100-122 см, Одновременно

на площадке в составе каждой команды может находиться 6 игроков. Смена игроков проводится в любое время неограниченное количество раз. **(Хоккей)**

2. Одно из толкований названия этого вида спорта – «пустая рука». **(Карате)**

3. Современное зимнее двоеборье, название которого в переводе с греч. звучит как «двойное состязание» **(Биатлон)**

4. Спортивная игра с мячом, напоминающая русскую лапту. В игре принимают участие 2 команды по 9 человек. **(Бейсбол)**

5. В переводе с греч. название этого вида спорта означает «хожу на цыпочках, лезу вверх» **(Акробатика)**

6. Старое название настольного тенниса **(Пин-понг)**

Давайте составим «Рецепт долголетия». Каждый из вас на лепестке ромашки запишет одну из заповедей, чтобы быть здоровым и сильным (занятие спортом, правильное питание, гулять на свежем воздухе, соблюдение правил личной гигиены, хорошее настроение, проветривание комнаты, закаливание).

Рефлексия «Острова».

Вот и подошло к концу наше занятие. Мы с пользой и толком провели время, стали чуть ближе друг к другу и чуть-чуть умнее. А ведь всегда большое складывается из малого, собирается из зернышек. Хорошее здоровье — один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять. Одно из таких зернышек мы сегодня посадили в землю и скоро оно даст всходы.

Накапливайте и берегите свое здоровье, учитесь этому у окружающих, занимайтесь любимым делом, проводите каждую минуту жизни с толком, с пользой для себя и других!

Надеюсь, что знания, полученные на этом занятии, найдут свое продолжение в вашей жизни.

Будьте здоровы и счастливы!

Занятие на тему: «Волшебный цветок здоровья».

Цель: обобщение вместе с учащимися полученных в ходе занятий знаний, умений;

Материалы:

- яркий цветок с лепестками;
- плакат (карточки) с изображением эмоций;
- записи весёлых детских песен для подвижных игр;
- цветные карандаши;
- альбомные листы.

Основная часть.

Педагог-психолог: «На лугу у той дорожки, что бежит к нам прямо в дом, Рос цветок на длинной ножке, яркий с маленьким глазком».

- Дорогие ребята! Обратите внимание на этот цветок. Что в нём особенного? – спросите вы. Сейчас мы вместе попробуем в этом разобраться. Наш цветок необычный, он у нас волшебный. Видите, у этого цветка все лепестки разные. Первый лепесток давайте назовём - «Я и мой разум».

Игра «Это я!».

Дети становятся по кругу, ведущий в центре. Дети повторяют за ведущим верные движения, например:

«Рука» - подняли руку (верно);

«Нога» - согнули ногу (верно);

«Живот» - взялся ведущий за плечо (не верно);

«Сердце» - ведущий взялся за живот (не верно);

«Спина» - держится руками за спину (верно).

Всякое случается: вдруг поднялась температура, или заболела голова, а может, просто себя плохо чувствуешь, очень важно выбрать правильное решение: может нужно отдохнуть или обратиться к старшим за помощью.

Игра «Правильно - неправильно».

Дети стоят по кругу. Психолог задаёт интересные задания на внимание, которые нужно показать в движении, если оно правильное, то нужно хлопать в ладоши, а если задание неправильное, то нужно присесть.

Задание:

- Играем, если болит голова – неправильно (приседаем);
- В классе дети дружные – правильно (хлопаем в ладоши);
- Если болит живот, прыгаем – неправильно (приседаем);
- Зимой выходим на улицу без шапки – неправильно (приседаем);
- Моем руки и садимся завтракать – правильно (хлопаем в ладоши).

- Второй лепесток – «Я и моё настроение». Оказывается, что наше настроение и наши чувства могут принести вред нам и нашим близким. Давайте попробуем чаще улыбаться и радоваться жизни. Ну, а если вдруг случится какая-либо неприятность, помните, что через некоторое время она забудется, и будет казаться даже смешной. Вот и не стоит сегодня из-за неё расстраиваться и огорчать близких людей, которые нас любят.

Игра «Комплименты».

Дети выстраиваются в две шеренги по парам и говорят друг другу комплименты. На каждый комплимент игрок делает один шаг вперёд. Побеждает та пара, которая ближе всех сошлась по количеству шагов (названных комплиментов).

- Третий лепесток – «Я и окружающий мир». Мы каждый день играем, дружим или ссоримся, разговариваем, просто встречаемся со знакомыми или незнакомыми людьми. Постарайтесь запомнить замечательное правило жизни: «Относитесь к окружающим так, как хочешь, чтобы относились к тебе!».

Игра «Конфликт».

Ученики становятся по два лицом в круг, повторяют за педагогом-психологом:

Жили-были я ли, ты ли

Между нами вышел спор,

Кто затеял, позабыли

*И не дружим до сих пор
Вдруг игра на этот раз
Помирить сумеет нас?*

По выбору ведущего одна из пар делится на убегающего и догоняющего. Убегающий может взять замену, став к любой паре спереди, а сзади стоящий убегает вместо него.

Педагог-психолог читает стихотворение, которое содержит вопрос, дети отвечают на заданный вопрос, делятся своими выводами.

*Как поступить,
если хочется драться,
плакать, кричать,
и щипать, и бодаться?
Хочется очень толкать и брыкаться,
прыгать, скакать
и юлой извиваться.
Вверх дном в один миг
всё вокруг вдруг поднять.
Как сделать,
чтоб стали меня понимать?*

- Четвертый лепесток – «Я и моя семья». Все мы живём с близкими и родными людьми. Это наши родители – мамы и папы, бабушки и дедушки, братики и сестрички. Нужно помнить о том, что наша забота нужна дорогим людям.

Упражнение «Волшебный дар».

Детям предлагается вспомнить, какие «волшебные» дары они получили от своих родителей (например: жизнь, любовь, добро и т.д.). Выясняется, что дети получают много даров от родителей. А какой волшебный дар могут подарить дети своим родителям? Обсуждение.

- Пятый лепесток – «Это я сам». Этот лепесток напоминает нам, что мы сами играем важную роль в том, что с нами случается. Задумайтесь, какими

мы хотим быть, кем мы хотим стать, - ведь всё зависит только от нас самих. Очень важно помнить о том, чтобы наши поступки не обижали тех людей, которые живут с нами рядом.

Учащиеся становятся в круг, в центре педагог-психолог с мячом.

Добрые слова не лень

Повторять мне трижды в день

Кузнецу, ткачу, врачу

С добрым утром! - я кричу

Добрый день! – кричу я вслед

Всем идущим на обед.

Добрый вечер! – так встречаю

Всех, домой спешащих к чаю!

Ведущий бросает мяч любому из игроков, который говорит одно из добрых слов и возвращает мяч ведущему. И так далее.

- А вот и шестой лепесток – «Я и моя жизнь». Если прикоснуться к этому лепестку, то нам станет понятным то, что каждый лепесток учит нас по-своему, но важно суметь прислушаться ко всем лепесткам вместе, одновременно.

Игра «Пишущая машинка».

Каждый игрок получает название буквы алфавита. Все дети двигаются по залу под музыку. Когда музыка заканчивается, ведущий называет фразу «В здоровом теле – здоровый дух». Дети начинают «печатать»: первая буква называет себя, начиная хлопать в ладоши, к ней присоединяется следующая и т.д. Когда фраза составлена все дети прочитывают её хором и три раза хлопают в ладоши.

Наш цветок не был бы таким замечательным, если бы мы прикасались и прислушивались только к одному из лепестков. Цветок красив только тогда, когда все его лепестки живы и полны радости оттого, что могут подсказать девочкам и мальчикам, что в жизни хорошо, а что плохо. Когда мы веселы и здоровы, то хорошо и радостно всем тем людям, которые видят нас.

Давайте закроем глаза и увидим свой волшебный цветок, который поможет нам быть счастливыми и здоровыми. Каждый из вас попробует сейчас нарисовать такой цветок для себя. Возьмите в руки цветные карандаши и нарисуйте свой Цветок Здоровья и Счастья.

Рефлексия:

- Какой замечательный цветок здоровья и счастья у вас получился!

И, конечно же, помогли вам, дорогие мальчики и девочки, те игры и упражнения, которые мы выполняли вместе. Желаю вам расти крепкими, здоровыми, умными и добрыми! Успехов!

Сказкотерапия «Ёжик»

Прочтение сказки Анны Смирновой «Ёжик», обсуждение с детьми сказки. Главный итог занятия связь с реальным миром: «Такие Ёжики, Белочки, Медвежата и пр. живут среди нас, и мы сами можем оказаться на ИХ месте. Итак, что же мы будем делать, если...»

После обсуждения ребятам предлагается дорисовать рисунок, в центре которого нарисован ёжик, а на лучиках от него дети дорисовывают свои пожелания и советы. Как не обижаться и что надо делать, если тебя обижают.

Занятие на тему: «Хоровод Дружбы»

(модифицированное занятие Рудяковой О.Н.).

Ребята, а что для вас дружба? В чем она проявляется? (Ведущий фиксирует ответы детей на листе бумаги, а затем резюмирует их). Хорошо, а теперь я предлагаю вам объединиться в подгруппы. (Деление условное по 5 человек, но в каждой подгруппе должен быть либо вожатый, либо воспитатель.) Ведущий предлагает в каждой группе обсудить кто такой «друг», а также, какими качествами он должен обладать. (Варианты фиксируются в группе и представляются вкруг. Время на обсуждение – 10 минут.)

Ведущий: « Я хочу рассказать вам одну историю из жизни наших далеких предков. Это было давным-давно, когда ещё не было городов, кирпичных

домов, машин, светофоров, было много нехоженных дорог, а стояли деревянные избы. Однако уже тогда люди знали, что жить надо в мире с собой и другими, то есть соседями. Они много общались между собой, ходили друг к другу в гости, помогали убирать урожай, делать заготовки на зиму. Но самым важным событием для них был день Дружбы. Он появился после одного неприятного случая. Как-то соседи перестали помогать друг другу, понадеялись лишь на свои силы, что произошло уже и не упомнить. Но справиться со всеми делами им не удавалось. В тот год, когда это произошло, урожай был мал, поэтому зиму люди переносили тяжело. Вот тогда старейшины созвали на поляну всех жителей, чтобы узнать причину раздора между людьми, но оказалось, что о ней никто уже и не помнил, однако все помнили, к чему привела ссора. Тогда люди дали слово, что больше никогда не будут ссориться, и каждый год будут праздновать день Дружбы. Праздник этот проходил после совместного сбора урожая, он продолжался весь день, а вечером разжигали костры, пели песни и водили хоровод Дружбы. Я предлагаю нам с вами воссоздать этот хоровод Дружбы, но не совсем обычным способом».

Изготовление «Хоровода Дружбы».

Ведущий: «Каждый из вас возьмет по одной фигурке, которая должна быть того же пола, к которому вы относитесь (мальчик – мальчика, а девочка – девочку). Эту фигурку надо оживить с помощью карандашей, раскрасив ее. Оденьте своего Волгара по погоде. Сегодня у нас на улице жарко или холодно? Посмотрите на свою одежду, она удобная? Можно одеть его также как и вы». (Данная часть задания выполняется под музыкальное сопровождение, ориентировочно 10 минут.)

Ведущий: «Вот у нас и готовы фигурки мальчиков и девочек, которые хотели бы найти себе новых друзей, но для этого им необходимо стать в хоровод. Сейчас мы объединим их в хоровод дружбы, для этого необходимо наклеить свои фигурки на лист ватмана так, чтобы получился круг, и каждой фигурке дать имя, чтобы они, как и мы могли общаться». (Выполняется предпоследняя часть задания.)

Ведущий предлагает ребятам определить урок жизни, который они получили на занятии он фиксирует и резюмирует мысли детей, а затем записывает их в центре коллективной работы «Хоровод Дружбы»).

Рефлексия «Говорящий хоровод».

Все участники становятся в круг, держа друг друга за руки. Ведущий предлагает им выразить свои чувства с помощью ритма, в котором будет двигаться хоровод: «Если вам было приятно работать вместе, то мы двигаемся быстро, если нет, то медленно. Если вам понравилось наше занятие, то мы поднимаем руки вверх и становимся на носочки, а если нет – присаживаемся на корточки. Если вам помогло наше занятие подружиться еще больше, то мы идем в центр круга, если нет – делаем круг шире».

Заключительное занятие

Подведение итогов лагерной смены.

Беседа с детьми, обсуждение негативных моментов отдыха, составление рейтинга наиболее понравившихся мероприятий и запомнившихся дней, анализ индивидуальных карт настроения, заполнение анкет.

Список литературы.

1. Вачков, И.В. Психология тренинговой работы / И.В. Вачков – М.: Эксмо, 2008. – 416 с.
2. Мищенко, Л.В. 25 развивающих занятий с первоклассниками. / Л.В. Мищенко – Ярославль: Академия развития, 2007г. – 160с.
3. Никитин, Б.П. Ступеньки творчества, или Развивающие игры. / Б.П. Никитин – М.: Просвещение, 1991г. – 160с.
4. Психокоррекционная работа со старшеклассниками: тренинги / авт.-сост. О.Н. Рудякова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 99с.
5. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы) / авт.-сост. Е.Д. Шваб – Волгоград: Учитель, 2007. – 154с.
6. Узарова, О.В. Пальчиковая гимнастика. / О.В. Узарова – М.: АСТ: Астрель, 2006г. –
7. Широкова, Г.А. Практикум для детского психолога. / Г.А. Широкова, Е.Г. Жадько – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005г. – 314с.
8. <http://kopilkaurokov.ru/psihologu/prochee/167575>
9. <http://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2013/10/13/programma-psikhologicheskogo-soprovozhdeniya-lagerya-s-dnevnyum>
10. <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200401711>