

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ И ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ АДМИНИСТРАЦИИ
МЕДВЕДЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
« СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА п.СИЛИКАТНЫЙ»

ПРИНЯТО

педагогическим/методическим советом
МОБУ «Средняя общеобразовательная
школа п. Силикатный»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Средняя общеобразовательная
школа п. Силикатный»

_____ Т. А. Аверина

Протокол от « ____ » _____ 2023 г. № ____

« ____ » _____ 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Психология для пятиклассника»

ID номер: 5397

Направленность программы: социально-гуманитарная

Уровень программы: ознакомительный

Категория и возраст обучающихся: 11-12 лет

Срок освоения программы: 1 год

Объем часов: 34 часа

Разработчик программы: Евсеева Татьяна Ивановна, педагог-психолог
МОБУ «СОШ п. Силикатный»

п. Силикатный
2023 год

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психология для пятиклассника» разработана с учетом действующих федеральных, региональных нормативно-правовых документов и локальных актов, имеет **социально-гуманитарная** направленность.

Содержание данной Программы направлено на обучение обучающихся историческим знаниям – одного из видов интеллектуального развития.

Актуальность программы. Формирование интеллектуальной личности – одна из важнейших задач на современном этапе.

Используются такие виды интеллектуального развития как сообщение, презентация, диспут.

Данный вид деятельности представляет безграничные возможности для развития интеллектуального потенциала детей. Благодаря такой работе ребенок чувствует себя создателем, испытывает удовлетворение, гордость и массу положительных эмоций за свои достижения.

Поскольку данные виды деятельности связаны с самостоятельной, практической и творческой деятельностью ребенка, то она является одним из важнейших средств познания мира и развития знаний духовного восприятия.

Отличительные особенности программы. Изучена и проанализирована методическая литература, имеющая отношение к этому виду деятельности.

Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей. М., 1991.

2. *Дубровина И.В.* Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. М., 1995.

3. *Дубинская В.В., Баскакова З.Л.* Мой мир. Курс социальной поддержки учащихся старших классов. М., 1997.

4. *Ефремцева С.А.* Тренинг общения для старшеклассников. Киев, 1997.

5. *Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А.* Тренинг. Навыки

Характерной особенностью данной программы является её нацеленность на общее интеллектуальное развитие ребёнка, использование методик, связанных с включением в каждую тему разнообразных зрелищно-игровых приемов, способствующих формированию и поддержанию у школьников среднего звена мотивации к творчеству; отсутствие слова «нельзя»: дети могут придумывать свою необычную технику создания

презентаций. Это позволяет детям чувствовать себя раскованнее, смелее, независимо от своих способностей ощущать себя волшебником, творцом.

Адресат программы: Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 12 лет, независимо от уровня подготовки. Содержание программы

Пояснительная записка

Программа «Психология для пятиклассника» относится к социально – педагогической направленности. Данная программа является адаптированной и разработана на основе программы О.Н. Рудяковой «Развитие позитивного творческого общения». По данным Всемирной организации здравоохранения, современная школа признана общественно неблагоприятным фактором, нередко наносящим урон психическому здоровью учащихся. Основные причины этого: несформированность ребенка как субъекта учебной деятельности; заниженная самооценка, неприятие собственного "я".

Тревожность – весьма распространенное психологическое явление, частый симптом неврозов, а также других заболеваний, пусковой механизм расстройств эмоциональной сферы личности. Высокий уровень тревожности в основном проявляется в периоды того или иного кризиса, например при поступлении в школу – 1 класс, при переходе на многопредметное обучение – 5 класс, кризис 13 лет (переходный возраст) – 8 класс, профессиональное самоопределение - 9 и 11 классы. Поэтому стало **актуальным** создание данной программы в 5 классе. Занятия с элементами тренинга проводятся в групповой форме.

По данной программе могут обучаться младшие подростки в возрасте от 10 до 13 лет.

Программа занятий рассчитана на 1 год обучения (38 часов).

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: проведение целенаправленной работы по снижению уровня школьной тревожности, а так же по формированию активной, социально - устойчивой личности.

Поставленная цель обусловила необходимость решить **ряд задач:**

Задачи:

- **обучающие:** изучение и установление правил группы; обучить пятиклассников методам уверенного поведения;
- **воспитательные:** воспитание социально - активной позиции обучающихся, повышение мотивации к обучению;
- развивающие:** развитие личностных качеств школьников, снятие эмоционального напряжения, тревожности обучающихся.

Основные методы и формы обучения

Методы и формы обучения и воспитания используются в различных сочетаниях:

- устное изложение материала;
- практические занятия с элементами тренинга;
- самостоятельная работа;

Формы обучения:

- учебно – плановые – теоретические, практические;
- индивидуальные и групповые, работа в парах и подгруппах;
- игровые формы;
- круглые столы;
- мозговой штурм;

Формы воспитательной работы:

- праздники;
- социально – значимые дела;
- творческие конкурсы.

Форма контроля – отчетные занятия, конкурсы.

Ожидаемые результаты:

Стабильность показателей психологического здоровья детей, повышение мотивации к обучению;

Снижение уровня тревожности обучающихся;

Повышение самооценки, придание уверенности в себе;

Формирование активной, социально – устойчивой личности.

Обеспечение программы

Внутренние ресурсы:

- Все участники образовательного процесса;
- МОБУ «СОШ п. Силикатный».

Технические ресурсы:

- Персональный компьютер;
- Цифровой фотоаппарат;
- Проектор;
- Музыкальный центр.

Информационные ресурсы:

- Учебная, методическая, научная литература по психологии

программы «Психология для пятиклассника»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие «Я пятиклассник»	1		1
2-3	Установление правил группы	1	1	2
4	Первичная диагностика (Изучение тревожности Спилберг-Ханин)		1	1
5-6	Сплочение группы		2	2
7-8	Школьная тревожность	1	1	2
9	Снятие школьной тревожности		1	1
10-11	Школьные страхи		2	2
12	Изгоняем страхи.		1	1
13	Снятие напряженности		1	1
14	Формирование позитивного отношения к школе		1	1
15	Закрепление позитивного отношения к школе		1	1
16-17	Уверенное поведение		2	2
18-19	Формирование уверенного поведения		2	2
20-21	Принятие себя		2	2
22-23	Самооценка	1	1	2
24-25	Формирование		2	2

	адекватной самооценки			
26-27	Похвали меня		2	2
28	Промежуточная диагностика (методика САН)		1	1
29	Рисование под музыку. Зачем нужно знать себя.		1	1
30	Аппликация "Имя – Ромашка. Разыщи радость		1	1
31	Рисование самого себя		1	1
32	Повторное тестирование (Изучение тревожности Спилберг-Ханин)		1	1
33-34	Итоговое занятие: тренинг активности		2	2
	Итого:	4	30	34

Срок освоения программы: Программа рассчитана на 1 год обучения. Обучение по программе начинается 15 сентября и заканчивается 31 мая.

Форма обучения – очная.

Уровень реализации программы – ознакомительный.(1 год)

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия проводятся по группам. Состав группы – постоянный. Каждое занятие по темам программы, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Основная часть программы отводится практическим занятиям, которые включают в себя выполнение сообщений или показа презентации.

Программа предполагает возможность вариативного содержания.

Режим занятий: Занятия проводятся – 1 раз в неделю по 1 часу; продолжительность одного занятия составляет 30 минут с обучающимися 5 класса.

1.3.Объём программы - Для освоения программы запланировано 34 часа в год.

1.4.Содержание программы

Раздел 2

Тема 1. Вводное занятие «Я пятиклассник»

Теория. **Беседа на установление психологического контакта, правил работы, сплочение группы.**

Практика. Сообщение, презентации.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2-3 Установление правил группы.

Теория. Убеседа на становление психологического контакта, правил работы, сплочение группы.

Практика. Составление плана, игра путаница, хоровод.

Форма контроля: устный опрос

Тема 4 Первичная диагностика (Изучение тревожности Спилберг-Ханин)

Теория. **Рлекция по работе с опросным листом.**

Практика. Работа с опросным листом.

Форма контроля опрос

Тема 5-6 Сплочение группы.

Теория. Закрепление правил работы, сплочение группы, развитие эмпатических способностей и внимания к окружающим

Практика. Занятие с элементами тренинга.

Форма контроля Рефлексия.

Тема 7-8 Школьная тревожность.

Теория. **Беседа на закрепление мотивации групповой работы; осознание ребятами личностного смысла понятия "тревожность"; развитие уверенности в себе**

Практика. 1. Гимнастика "Зоопарк"

2. Идентификация с именем ина к каждому портрету.

3. Игра "Один стул"

4. Обсуждение понятия "тревожность"

5. Круг "Какие ситуации в школе вызывают у меня тревогу и страх?"

6. Упражнение "Я справлюсь!"

7. "Дерево настроения"

Форма контроля Рефлексия результатов занятия

Тема 2.5. Технические открытия и выход к Мировому океану

Теория. Работа с документами, географической картой.

Практика. Сообщение.

Форма контроля устный опрос

Тема 9. Снятие школьной тревожности"

Теория. Беседа на снятие тревожности, напряжения, развитие уверенности в себе, формирование навыков расслабления, саморегуляции.

Практика 1. Гимнастика "Гномики"

2. Игра "Мальчик (девочка) по имени Наоборот"

3. Упражнение "Страшилка"

4. Упражнение "Мысли и настроение"

Форма контроля. Рефлексия результатов занятия

Тема 10-11 Школьные страхи.

Теория. Беседа на осознание понятия "страх", повышение мотивации в работе с собственными чувствами, страхами, обучение навыкам расслабления и саморегуляции.

Практика.

1. Обсуждение ситуации "В магазине зеркал"

2. Обсуждение понятия "Страх"

4. Рассказ о школьном страхе

5. Рисование школьных страхов

6. Игра "Паровозик"

7. Упражнение "Рисуем картинку в уме"

Форма контроля Рефлексия результатов занятия

Тема 12 Изгоняем страхи.

Теория. Беседа на снятие напряжения, тревожности; развитие умения выражать свои чувства невербальным методом; формирование навыков расслабления, саморегуляции.

Практика.

1. Игра "Угадай, где я"

2. Игра "Школа для животных"

3. Упражнение "Полет на ковре-самолете"

Форма контроля. Рефлексия результатов занятия

Тема 13 Снятие напряженности.

Теория. Беседа на снятие напряженности, тревожности; развитие умения выражать свои чувства невербальным методом; формирование навыков расслабления, саморегуляции.

Практика.

1. Упражнение "Подари улыбку другу"

2. Игра "Передай по кругу"

3. Написание "страшилок"

4. Чтение школьных страшилок

5. Упражнение "Насос и мяч"

Форма контроля рефлексия результатов занятия

Тема 14-15 Беседа на формирование позитивного отношения к школе.

Теория. формирование положительного отношения к школе; снятие тревожности; создание атмосферы сплоченности в группе, овладение невербальными средствами общения.

Практика.

1. Игра-разминка "Ласковое имя"
2. Игра "Прогулка по сказочному лесу"
3. Упражнение «"Кошмарный" учитель»
4. Игра "Школа для людей"
5. Упражнение "Урок и перемена"

Форма контроля устный опрос Рефлексия результатов занятия

Тема 16-17 Уверенное поведение.

Теория. Беседа на снятие напряженности, тревожности; развитие уверенности в себе; формирование умения поддерживать другого в трудной ситуации.

Практика.

1. Игра "Кораблик"
2. Упражнение "Я сильный – я слабый"
3. Упражнение-тренинг "Я смогу"

Форма контроля Рефлексия результатов занятия

Тема 18-19 Формирование уверенного поведения

Теория. Беседа на способствование повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

Практика.

"Волшебный стул"

"Это я, узнай меня"

Форма контроля устный опрос

Тема 20-21 Принятие себя

Теория Беседа на знакомство с понятием "самооценка"; формирование позитивного отношения к самому себе.

Практика

1. Упражнение "Новое, хорошее"
2. Игра "Изобрази чувство"
3. Игра "Передача чувств прикосновением"
5. Упражнение "Что мне нравится в себе?"

Форма контроля. Рефлексия результатов занятия

Тема 22-23 Самооценка

Теория. Беседа на повышение самооценки; формирование позитивного отношения к самому себе; развитие уверенности в себе.

Практика.

1. Игра "Открытые вопросы"
2. Повторение теории
3. Упражнение "Похвальное слово самому себе"
4. Упражнение "Комплименты"
5. Упражнение "Маяк"

Форма контроля Рефлексия результатов занятия

Тема 24-25. "Формирование адекватной самооценки"

Теория Беседа на тему повышение самооценки; формирование позитивного отношения к самому себе; развитие уверенности в себе.

Практика

1. Игра "Хвалилки"
2. Круг "Что я могу делать хорошо?"
3. Круг "Что я люблю делать?"
4. Круг "Что мне нравится, что я люблю в самом себе?"
5. Упражнение "Золотой шар"

Форма контроля Рефлексия результатов занятия

практическая работа

Тема 26-27 Похвали меня

Теория. Беседа на тему У каждого есть свои достоинства.

Практика.

1. Игра «Похвалилки»

2. Игра «За что меня любит мама»

3. Игра «Подари карточку»

Форма контроля: Рефлексия результатов занятия

Тема 28 Промежуточная диагностика

Теория. Работа с методикой

Практика. Выполнение диагностики

Форма контроля: практическая работа

Тема 29 Рисование под музыку. Зачем нужно знать себя.

Теория. Беседа на создание у учеников мотивацию на самопознание. Способствовать самопознанию и рефлексии учащихся.

Практика.

1. Упражнение «Я рад общаться с тобой»
2. Самоанализ «Кто я? Какой я?»
3. Упражнение «Горячий стул»

5. *Корректирующая гимнастика для глаз*

"Рисование под музыку"

Форма контроля: устный опрос

Тема. 30 Аппликация "Имя - Ромашка"

Теория. Беседа на идентификацию с именем, работа с самооценкой.

Практика. Упражнение. **"Разыщи радость"**

Упражнение «Комплименты»

Форма контроля. Рефлексия результатов занятия
практическая работа

- **Тема 31 Рисование самого себя.**

Теория. Беседа на раскрытие своего "Я", формирование стремления к самосовершенствованию.

Практика. Рисование самого себя

Форма контроля: практическая работа

Тема 32 «Повторное тестирование

Теория. Работа с методикой.

Практика. Выполнение диагностики

Форма контроля. Практическая работа.

Тема. 33-34 Итоговое занятие тренинг — я лидер.

Теория. Беседа на тему Развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Практика. Упражнение Узнай по голосу.

Рисование: "Симметричные рисунки"

Упражнение Изгоняем страхи.

Форма контроля. Практическая работа.

Форма контроля: практическая работа

Обучающиеся к концу обучения по программе должны:

знать:

- основные приёмы работы с методиками

- основные приёмы работы с эмоциями
- технику самоконтроля
- правила поведения в коллективе
- **уметь:**
- общаться со сверстниками
- контролировать свои эмоции
- создавать дружеские отношения
- организовывать свое рабочее место;

В конце учебного года прогнозируются следующие результаты:

1) личностные:

- обучающиеся научатся оценивать результаты своей деятельности, давать ей конкретные оценки;
- обучающиеся научатся понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать, помогать;

2) предметные:

- обучающиеся будут знать основные методики познания себя
- обучающиеся будут знать основные приёмы сглаживания конфликтов
- обучающиеся будут знать основные приемы налаживания отношений
- обучающиеся будут уметь организовывать свое рабочее место.

3) метапредметные:

- научатся понимать и принимать информацию из письменных и устных источников;
- научатся воспитать осознанное и бережное отношение к своим сверстникам
- будет развита речь, логическое мышление

2.2 Методическое обеспечение образовательной программы «Психология для пятиклассника первый год обучения

№	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие «Я пятиклассник»	лекция	объяснительно-иллюстративный	презентации	компьютер, проектор	опрос

2-3	Установление правил группы	лекция	объяснительно-иллюстративный, наглядный	презентации	компьютер, проектор	опрос
4	Первичная диагностика (Изучение тревожности Спилберг-Ханин)	диагностика	диагностический	Опросный лист		Анализ результатов
5-6	Сплочение группы	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры	компьютер, проектор, магнитофон	рефлексия
7-8	Школьная тревожность	Лекция	Объяснительно-иллюстративный	презентации	компьютер, проектор	опрос
9	Снятие школьной тревожности	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, карандаши, наглядный материал	компьютер, проектор	рефлексия
10-11	Школьные страхи	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши		рефлексия
12	Изгоняем страхи.	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши		рефлексия
13	Снятие напряженности	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Карточки с заданиями,	компьютер, проектор	рефлексия
14	Формирование позитивного отношения к школе	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши		рефлексия
15	Закрепление позитивного отношения к школе	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши		рефлексия
16-	Уверенное	лекция	Объяснительный	презентации	компьютер	опрос

17	поведение		о-иллюстративный	и	, проектор	
18-19	Формирование уверенного поведения	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Спокойная музыка, краски, кисточки	компьютер, проектор, магнитофон	рефлексия
20-21	Принятие себя	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши		рефлексия
22-23	Самооценка	лекция	Объяснительно-иллюстративный	презентации	компьютер, проектор	опрос
24-25	Формирование адекватной самооценки	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, ручки		рефлексия
26-27	Похвали меня	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши.		рефлексия
28	Промежуточная диагностика (методика САН)	диагностика	диагностический	Бланки диагностики		Анализ результатов
29	Рисование под музыку. Зачем нужно знать себя	Занятие с элементами тренинга. лекция	Наглядно-практический. Объяснительно-иллюстративный	Бумага, фломастеры, карандаши, кисточки, краски, спокойная музыка, презентации	компьютер, проектор, магнитофон. компьютер, проектор	Рефлексия. опрос
30	Аппликация "Имя – Ромашка. Разыщи радость	Занятие с элементами тренинга.	Наглядно-практический. Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши, кисточки, краски, клей, ножницы. Бумага, фломастеры, ручки		рефлексия

31	Рисование самого себя	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры, карандаши, кисточки, краски		рефлексия
32	Повторное тестирование (Изучение тревожности Спилберг-Ханин)	диагностик а	диагностиче ский	Бланк теста		Анализ результатов
33-34	Итоговое занятие: тренинг «Я- лидер»	Занятие с элементами тренинга	Наглядно-практический	Бумага, фломастеры,		рефлексия

2.3 Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время провед. занятия	Форма занятия	Кол. часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	5	13.40-14.00	теоретико/практическое	1	Вводное занятие «Я-пятиклассник»	Школа каб. 229	опрос
2.		12	13.40-14.00	беседа	1	Установление правил группы	Школа каб. 229	Устный опрос
3.		19	13.40-14.00	беседа	1	Установление правил группы	Школа каб. 229	Устный опрос
4.		26	13.40-14.00	беседа	1	Первичная диагностика	Школа каб. 229	Выполнение практической работы
5.	октябрь	3	13.40-14.00	беседа	1	Сплочение группы	Школа каб.	Устный опрос

							229	
6.		10	13.40-14.00	беседа	1	Сплочение группы	Школа каб 229	Устный опрос
7.		17	13.40-14.00	беседа	1	Школьная тревожность	Школа каб. 229	Устный опрос
8.		24	13.40-14.00	беседа	1	Школьная тревожность	Школа каб 229	Презентация
9.		31	13.40-14.00	беседа	1	Снятие школьной тревожности	Школа каб 229	Устный опрос
10.	ноябрь	14	13.40-14.00	беседа	1	Школьные страхи	Школа каб 229	Устный опрос
11.		21	13.40-14.00	беседа	1	Школьные страхи	Школа каб 229	Устный опрос
12.		28	13.40-14.00	беседа	1	Згоняем страхи	Школа каб 229	Выполн. практич. работы
13.	декабрь	5	13.40-14.00	беседа	1	Снятие напряженности	Школа кааб 229	Устный опрос
14.		12	13.40-14.00	беседа	1	Формирование позитивного отношения к школе	Школа каб 229	Устный опрос
15.		19	13.40-14.00	беседа	1	Закрепление позитивного отношения к школе	Школа каб 229	Выполн. практич. работы
16.		26	13.40-14.00	беседа	1	Уверенное поведение	Школа каб	Устный опрос

							229	
17.	январь	16	13.40-14.00	бесед а	1	Уверенное поведение	Шко ла каб 229	Устный опрос
18.		23	13.40-14.00	бесед а	1	Формирование уверенного поведения	Шко ла каб 229	Практиче ская работа
19.		30	13.40-14.00	бесед а	1	Формирование уверенного поведения	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы
20.	февраль	6	13.40-14.00	бесед а	1	Принятие себя	Шко ла каб 229	Устный опрос
21.		13	13.40-14.00	бесед а	1	Принятие себя	Шко ла каб 229	Устный опрос
22.		20	13.40-14.00	бесед а	1	Самооценка	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы
23.		27	13.40-14.00	бесед а	1	Самооценка	Шко ла каб 229	Устный опрос
24.	март	6	13.40-14.00	бесед а	1	Формирование адекватной самооценки	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы
25.		13	13.40-14.00	бесед а	1	Формирование адекватной самооценки	Шко ла каб 229	Устный опрос
26.		20	13.40-14.00	бесед а	1	Похвали меня	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы

27.	апрель	3	13.40-14.00	бесед а	1	Похвали меня	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы
28.		10	13.40-14.00	бесед а	1	Промежуточная диагностика	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы
29.		17	13.40-14.00	бесед а	1	Рисование под музыку	Шко ла каб 229	Устный опрос
30.		24	13.40-14.00	бесед а	1	Аппликация	Шко ла каб 229	Устный опрос
31.		28	13.40-14.00	бесед а	1	Рисование самого себя	Шко ла каб 229	Устный опрос
32.	май	8	13.40-14.00	бесед а	1	Повторное тестирование	Шко ла каб 229	Устный ответ
33.		17	13.40-14.00	бесед а	1	Итоговое занятие	Шко ла каб 229	Выполн. практич. работы
34.		23	13.40-14.00	бесед а	1	Итоговое занятие	Шко ла каб 229	Устный опрос

2.4. Методические материалы

Образовательный процесс проводится в виде очной формы обучения.

Методы обучения:

- словесные;
- наглядные;
- практические.

Формы организации образовательного процесса: групповая, индивидуальная.

Формы организации учебного занятия:

- теоретические и практические занятия,
- соревнования,

Планируемые результаты

- После вовлечения в кружковую деятельность у учащихся предполагается: развить психологическое мышление, достичь психологического комфорта, ознакомится с методами выхода из трудных жизненных ситуаций, саморазвитие путем познания себя, детерминация психологических знаний.
- Развить самовоспитание - воспитание себя, работа над своей личностью.

2.5. Условия реализации программы

Для реализации программы «Психология для пятиклассника» необходимы следующие условия:

1. Материально-техническое обеспечение:

- Кабинет;
- Учебная мебель: столы и стулья;
- Подсобное помещение, оснащенное шкафами для хранения оборудования;
- ноутбук

Дидактические материалы: библиотека уроков.

2. Информационное обеспечение.

1. <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2013/12/09/rabochaya-programma-psikhologicheskogo-kruzhka-dlya>

Кадровое обеспечение

Программу разработал и реализует Евсеева Татьяна Ивановна, педагог-психолог.

2.6. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

Результативность освоения программного материала отслеживается систематически в течение года с учетом уровня знаний и умений учащихся на этапах обучения. С этой целью используются разнообразные виды контроля:

- *предварительный контроль* проводится в начале учебного года в форме устного опроса, для определения уровня знаний и умений учащихся на начало обучения по программе;
- *текущий контроль* проводится на каждом занятии в виде выполнения практических работ за правильностью выполнения сборки роботов, правильности составления программы; успешность освоения материала проверяется работоспособностью модели робота;
- *промежуточный контроль* проводится на занятиях, где выполняются проектные работы в форме анализа выполненных работ, выполнения проектов;

- *итоговый контроль* проводится в конце учебного года на проектном занятии в форме защиты проектов.

Для мониторинга обучения по Программе используются разнообразные формы и средства контроля:

- соревнования;
- конкурсы команд;
- конкурсы , проводимые сторонними организациями.

Способы фиксирования результатов

- Отметка уровня достижений детей фиксируется в диагностической таблице .
- Записи в журнале учета о результативности участия детей в конкурсах разного вида и уровня (диплом, грамота, благодарность).
- Фотофиксация, видеозаписи занятий, проектных занятий, конкурсов.

2.7. Оценочные материалы

Критерии оценки учебных результатов Программы указываются в диагностической таблице (Приложение № 2). При необходимости (выявлении нецелесообразности какого-либо критерия), количество и содержательная составляющая критериев может корректироваться педагогом в рабочем порядке.

Каждый обучающийся выполняет одну творческую работу/проект в течение всего учебного года.

Работа, представленная для аттестации, оценивается по следующим критериям:

- знание и грамотное использование материала;
- эстетика выполнения;
- сложность работы;
- аккуратность и качество изготовления;
- уровень самостоятельности при создании проекта/творческой работы.

2.8. Методические материалы

Образовательный процесс проводится в виде очной формы обучения.

Методы обучения:

- словесные;
- наглядные;
- практические.

Формы организации образовательного процесса: групповая, индивидуальная.

Формы организации учебного занятия:

- теоретические и практические занятия,

• соревнования,

Педагогические технологии.

Педагогические технологии	Целевое назначение Результативность обучения
Проблемное обучение	Создание в учебной деятельности проблемных ситуаций и организация активной самостоятельной деятельности обучающихся по их разрешению, в результате чего происходит творческое овладения знаниями, умениями, навыками.
Игровые методы: ролевые, деловые и другие виды обучающих игр	Расширение кругозора обучающихся об окружающем мире, при моделирование игровых ситуаций. Формирование определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности.
Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа)	Сотрудничество - это совместная, развивающая работа детей и взрослых. Правильное распределение ответственности и четкое выполнение своей роли, для достижение высокого результата работы в команде
Информационно-коммуникационные технологии	использование интегрированных курсов, доступ в интернет для решения проблемных задач
Здоровье сберегающие технологии	Повышение результативности обучения при равномерном распределении различных видов занятий. Чередовать во время урока различных видов учебной деятельности, дает положительные результаты обучения.

Алгоритм учебного занятия:

1. Организационный момент.
2. Сообщение темы.
3. Повторение полученных знаний.
4. Объяснение нового материала.
5. Практическая работа.
6. Подведение итогов.

2.9. Список литературы и электронных источников

Интернет ресурсы:

Для педагога

1. http://vejdschool.my1.ru/soz-psih/vozh_osob_5-kl_adapt_rek.pdf
2. <https://infourok.ru/voznastnie-psihologicheskie-osobennosti-pyatiklassnikov-535548.html>
3. http://schola70.ucoz.net/_ld/1/175____.pdf
4. <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2017/10/18/voznastnye-osobennosti-pyatiklassnikov>

Для детей

1. <https://5psy.ru/obrazovanie/voznastnye-psihologicheskie-osobennosti-uchaschihsya-5-klassa.html>
2. <https://www.smitra.ru/magazine/stati/pervyy-raz-v-pyatyy-klass-osobennosti-adaptatsii-pyatiklassnikov/>

Приложение № 1

Календарный план воспитательной работы

Цель:

Создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого учащегося.

Задачи:

- Воспитывать у детей интерес к психологии подростков; содействовать профессиональному самоопределению учащихся;
- Формировать у учащихся ответственное отношение к созданию дружественных отношений;
- Выявление и развитие творческих способностей, обучающихся путем создания творческой атмосферы через дополнительные общеобразовательные, общеразвивающие программы, совместной творческой деятельности педагогов, учащихся и родителей.

Планируемые результаты:

- - развитие личностных качеств: честности, терпения, уважительного отношению к иному мнению, доброжелательности, ответственности и др.,
- -развитие представлений о собственных возможностях, о необходимом жизнеобеспечении;
- - организация занятий направлена на развитие эмпатии и позитивного отношения к школе, умение занять себя в свободное время;

- - учащиеся узнают традиции образовательного учреждения и будут бережно относиться к ним.

План воспитательных мероприятий

№ п/п	Название темы	Форма проведения	Время проведения
1.	Наш класс- наш школьный дом	Круглый стол	Сентябрь
2.	День Конституции РФ	Беседа	Декабрь
3.	Женщины героини	Занятие - семинар	Март
4.	«Помоги тому кто рядом»	Занятие - семинар	Май

Участие в массовых мероприятиях школы

№ п/п	Название темы	Форма проведения	Время проведения
1.	Вовлечение обучающихся на программы	Тестирование, выявление интересов учащихся	до 16.09.23 г.
2.	День открытых дверей.	Проведение открытого занятия кружка	октябрь
3.	Мероприятие «День матери».	Поздравление своих мам с праздником. Концерт	25.11.2023 г.
4.	Новогодние елки 1-4 классы.	Новогоднее представление	27.12.2023 г.
5.	Конкурс патриотической песни, 1-11 классы	Концерт	15.02.2024 г.
6.	«А ну-ка, мальчики» 1-4 классы	Конкурсная программа	20.02.2024 г.
7.	Игра «Зарница», 2-7 классы	Военно-патриотическая игра	22.02.2024 г.
8.	Всемирный день здоровья.	Спортивные соревнования	07.04.2024 г.
9.	Смотр строя и песни	Конкурсная программа	08.05.2024 г.

План работы с родителями

№ п/п	Название	Время проведения
1.	Проведение родительских собраний	Сентябрь, май
2.	День открытых дверей	9 сентября
3.	Индивидуальные встречи	В течение года

Диагностическая таблица

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Теоретическая подготовка обучающихся		Практическая подготовка обучающихся		Учебно-организационные умения и навыки	
		1 полуг.	2 полуг.	1 полуг.	2 полуг.	1 полуг.	2 полуг.
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

Занятие 1. Установочное
Вводное занятие «Я пятиклассник»

Занятие 2- 3. «Установление правил»

Цели: установление психологического контакта, правил работы, сплочение группы.

Материалы: картинки с изображением движущихся веселых человечков, планы для упражнения «Представление», бумага, цветные карандаши, фломастеры, ножницы, скотч, игрушка – талисман группы, ватман, маркер.

Ход занятия

Вводная часть

Ведущий (преподаватель) с целью информирования участников группы рассказывает о целях и форме проведения занятий.

Гимнастика

Детям показывают картинки с изображением веселых человечков. Нужно повторять их движения.

Представление

Участники разбиваются на пары с помощью приема «Глаза в глаза».

Необходимо без слов, взглядом договориться с кем-нибудь о том, чтобы работать в паре (в случае нечетного числа участников возникает одна тройка). Каждая пара получает план «интервью», и через 6–7 минут работы каждый представляет своего напарника.

План представления:

Имя, фамилия, класс.

Как давно учится в нашей школе.

Нравится ли наш класс, почему.

Любимые и нелюбимые школьные занятия.

Любимые дела вне школы.

Все, что хочется рассказать помимо перечисленных вопросов.

После этого каждый участник получает возможность выбрать себе тренинговое имя, оформить визитку, вырезав из бумаги нужную основу и используя фломастеры и цветные карандаши.

4. Игра «Путаница»

Данная игра развивает сплоченность группы через физический контакт.

Играющие становятся в круг и вытягивают вперед правые руки. По сигналу ведущего они соединяют руки попарно. Второй сигнал – теперь нужно соединить левые руки, но уже с каким-то другим человеком (не с тем, с кем соединены правые руки). Задача – не отпуская рук, постараться распутаться и оказаться стоящими в кругу. Если играющие оказались в неразрешимой ситуации, можно предложить одному из них взять на себя ответственность за всю группу и указать ту пару рук, которую можно разъединить, чтобы распутать «мертвый узел».

1. Установление правил работы группы

Обсуждаются трудности, возникшие при выполнении предыдущих заданий.

На основе этого вырабатываются правила работы группы:

говорить по одному;

не перебивать того, кто говорит;

не применять физическую силу по отношению к другим;

никого не оскорблять, не дразнить;

Кроме того, оговаривается, что в некоторых упражнениях будет действовать правило «стоп!»

(т. Е. «в этой игре я не участвую!»). Правила записываются на листе ватмана, который вывешивается во время всех последующих занятий группы.

2. Хоровод

Дети встают в круг, берутся за руки, ведут хоровод, смотрят друг на друга, улыбаются.

3. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 4. Первичная диагностика. (диагностика и обработка т. САН)

Занятие 5-6. "Сплочение группы. Закрепление правил"

Цели: закрепление правил работы, сплочение группы, развитие эмпатических способностей и внимания к окружающим.

Материалы: плакат с правилами, различные музыкальные фрагменты.

Ход занятия

1. Упражнение "Шалтай-Болтай"

Ведущий говорит детям следующую фразу: "Шалтай-Болтай сидел на стене, Шалтай-Болтай свалился во сне", а дети поворачивают туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. При словах "свалился во сне" дети резко наклоняются вниз.

2. Музыкальная мозаика

К игре подбираются различные по настроению музыкальные фрагменты. Дети слушают музыку и выполняют соответствующие ей пантомимические движения, изображая то или иное настроение.

3. Упражнение "Перечисли правила"

Это, по сути, вариант игры "Снежный ком", направленной на воспроизведение правил работы группы. Первый участник называет одно правило, следующий повторяет первое и называет второе, и т. д. В завершение плакат с правилами вывешивается на стену. В дальнейшем строго отслеживается соблюдение правил работы группы.

4. Игра "Геометрические фигуры"

Участники с закрытыми глазами и жужжанием свободно перемещаются в помещении. По хлопку ведущего они должны выстроиться в круг (глаза

нельзя открывать ни в коем случае). Игра завершается, когда все участники оказываются в кругу. На это отводится не более 7–10 попыток. Ведущий на доске фиксирует получившиеся фигуры. По окончании игры проводится обсуждение, в ходе которого подчеркивается важность групповой работы: если круг не получился, значит, участники не выполнили задание.

5. Игра "Коллективный счет"

Необходимо выполнить задание ведущего: группа с закрытыми глазами должна досчитать до десяти. При этом ведущий выдвигает важное условие: каждое число должен произнести только один участник. Договариваться, кто какое число называет, нельзя. В случае ошибки игра начинается заново.

6. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 7-8. "Школьная тревожность"

Цели: закрепление мотивации групповой работы; осознание ребятами личностного смысла понятия "тревожность"; развитие уверенности в себе.

Материалы: бумага, фломастеры, карандаши, плакат с правилами, фишки и коробочка с названием "Я справился", "дерево настроения" с яблоками различного цвета.

Ход занятия

1. Гимнастика "Зоопарк"

Детям предлагается изобразить характерные позы и движения животного (хитрой лисы, сильного медведя, грозного льва, трусливого зайца и др.).

2. Идентификация с именем

Ведущий просит: "Нарисуйте себя в прошлом, настоящем и будущем. Подпишите портреты". Затем называет три варианта имени. Дети подбирают имена к каждому портрету.

3. Игра "Один стул"

Участники свободно перемещаются. По сигналу ведущего они должны сесть на стулья. После каждого тура один стул убирается. Тем не менее все участники должны оказаться сидящими. Игра продолжается до тех пор, пока

вся группа не сядет на один стул. В обсуждении подчеркивается, что вся группа смогла справиться с очень сложной задачей. (Если у кого-то из участников появятся ярко выраженные отрицательные чувства, связанные с тесным физическим контактом, можно ввести команду "Стоп!".)

4. Обсуждение понятия "тревожность"

Участников спрашивают, как они понимают смысл слова "тревожность"; какие ассоциации оно вызывает у них. Все ассоциации записываются на доске. В ходе дальнейшего обсуждения необходимо подвести участников к пониманию того, что тревожность – это склонность к формированию страхов.

5. Круг "Какие ситуации в школе вызывают у меня тревогу и страх?"

Участники группы по очереди отвечают на вопрос, вынесенный в название упражнения. Ведущий должен способствовать тому, чтобы дети описывали конкретные ситуации, а не говорили общие слова.

6. Упражнение "Я справлюсь!"

Детям предлагаются различные ситуации: тебя дразнят; у тебя отобрали любимую игрушку; на тебя обиделся друг и т. п. Тот, кто считает, что может справиться с ними, поднимает обе руки. А тот, кто не знает выхода, прячет руки за спину. Ребята могут сами предлагать различные ситуации, можно использовать ситуации из предыдущего задания. Ребята рассказывают, как они будут вести себя в той или иной ситуации. Если предложенный вариант поведения одобрен большинством участников группы, то следует положить фишку в коробочку с названием "Я справился".

7. "Дерево настроения"

Ребятам предлагается на нарисованном на картоне дереве разместить яблоки того цвета, который соответствует их настроению.

8. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 9. "Снятие школьной тревожности"

Цели: снятие тревожности, напряжения, развитие уверенности в себе, формирование навыков расслабления, саморегуляции.

Материалы: плакат "Такие мысли всегда помогают мне" (на нем перечислено: "Я справлюсь", "У меня все получится", "Все будет хорошо" и т. п.) и плакат "Такие мысли мне мешают" (на нем перечислено: "Я не умею", "Я боюсь", "У меня не получится" и т. п.).

Ход занятия

1. Гимнастика "Гномики"

Ведущий: Сегодня мы с вами познакомимся с маленькими волшебными человечками. Их зовут гномиками. Они очень маленькие. Покажите, какие они маленькие. (Ведущий показывает рукой высоту гномиков (от пола) и просит детей показать высоту поменьше, еще и еще меньше, и так до самого крошечного размера.) Вот какими бывают гномики! Еще у них есть длинная-предлинная борода, покажите, какая? (Дети показывают на себе, какая у гномиков длинная борода.) На ногах у гномиков деревянные башмачки, которые громко стучат. Покажите, как они стучат. (Дети топают ногами.) На головах у гномиков забавные колпачки с колокольчиками, которые звенят "динь-динь". (Дети надевают воображаемые колпачки и качают головами.)

2. Игра "Мальчик (девочка) по имени Наоборот"

Участники встают в круг. Ведущий показывает различные действия. Все повторяют за ним. Мальчик по имени Наоборот должен делать все не так, как все.

3. Упражнение "Страшилка"

Ведущий читает участникам сказку "Школьная Тревожность".

Школьная Тревожность

Это высокая худая дама в длинном темном платье. Пока Алевтина Юрьевна пишет на доске задание, дама незримо ходит по классу, где сидит 3 "А", и потирает тонкие руки. Сегодня у нее важный день. Через 10 минут ученики начнут писать самостоятельную работу, и, возможно, ей, Школьной Тревожности, удастся подчинить себе кого-нибудь из них. Для начала она намечает себе две жертвы: маленькую рыжую девочку Марусю и кудрявого мальчика Сеню, сидящих за одной партой.

Алевтина Юрьевна объявляет начало самостоятельной работы. Школьная Тревожность подсаживается к Марусе и начинает применять проверенный

прием – пускает туман в голову. "Ты ничего не знаешь, ты все забыла", – шепчет дама, как заклинание. Маруся на мгновение замирает, будто прислушивается, но потом решительно мотает головой и шепчет: "Этого не может быть. Я готовилась к этой самостоятельной работе. Мы с папой вчера занимались два часа!". Сраженная последним аргументом, Школьная Тревожность немножко уменьшается в размерах и пересаживается от девочки к ее соседу.

Она меняет тактику и пускает в ход другой прием – устрашение. "Ты плохо напишешь эту работу и получишь двойку. Это будет ужасно! В среду учительница объявит результат, и ты поплетешься домой подавленный, несчастный..." – зловеще пугает она Сеню. "Так в среду у меня тренировка, и что бы там ни было, опаздывать я не собираюсь!" – решительно возражает мальчик. Больше всего на свете он любит занятия по каратэ. Сенька мысленно представляет себе красивый удар, который на прошлой неделе показывал им тренер.

Школьная Тревожность отлетает в противоположный конец класса, как будто этот воображаемый удар пришелся по ней. Из последних сил доползает она до парты, за которой сидит светленькая девочка в голубом платье. "Посмотри, как качает головой Алевтина Юрьевна. Она смотрит на тебя и думает, какая ты непонятливая и слабая ученица, надо оставить тебя на второй год", – хрипит Школьная Тревожность, уже начиная думать, что 3 "А" непобедим, но еще не отказываясь от последнего шанса на успех.

Девочка испуганно вскидывает глаза. Алевтина Юрьевна действительно крутит головой (ей немножко жмет воротничок). Девочка бледнеет. Школьная Тревожность понимает, что нашла себе жертву. Звенит звонок с урока, но даже он не может спасти бедную девочку, потому что у нее нет своих методов борьбы со Школьной Тревожностью.

Обсуждение сказки-страшилки. Ведущий задает вопросы: "Как вы думаете, когда Школьная Тревожность одерживает победу над учеником; каковы, на ваш взгляд, приемы борьбы со школьной тревожностью?" Дети высказываются по очереди. Важно подвести учащихся к пониманию того, что иногда наши мысли мешают нам. Потом все вместе придумывают хороший конец сказки.

4. Упражнение "Мысли и настроение"

Ведущий перечисляет мысли, записанные на плакате: "Такие мысли всегда помогают мне"

("Я справлюсь", "У меня все получится", "Все будет хорошо") и на плакате "Такие мысли мне мешают" ("Я не умею", "Я боюсь", "У меня не

получится"). Дети с помощью карточек показывают настроение, соответствующее этим мыслям.

5. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 10-11. "Школьные страхи"

Цели: осознание понятия "страх", повышение мотивации в работе с собственными чувствами, страхами, обучение навыкам расслабления и саморегуляции.

Материалы: бумага, фломастеры, карандаши, плакат с правилами.

Ход занятия

1. Обсуждение ситуации "В магазине зеркал"

В магазин, где стоит большое количество зеркал, вошла обезьянка (учащийся на роль обезьянки выбирается заранее). Она увидела свое отражение в зеркалах (зеркала – это дети), подумала, что это другие обезьянки, и стала корчить им рожицы. Они ответили ей тем же. Она погрозила им кулаком – и ей тоже погрозили. Она топнула ногой – и ей топнули. Чтобы ни делала обезьянка – остальные делали то же самое. Дети обсуждают ситуацию.

2. Обсуждение понятия "Страх"

Задаются вопросы:

Как вы понимаете смысл слова "страх"?

Какие ассоциации вызывает у вас это слово?

Обсуждается, для чего вообще нужен страх, чему он может мешать.

3. Информирование

Ведущий рассказывает участникам о том, что все неприятные события вызывают у человека тяжелые чувства, но от природы нам дан механизм разрядки отрицательных эмоций. Каким образом человек может освободиться от отрицательных эмоций? К сожалению, эта разрядка часто прерывается. Например, нас утешают, говорят: "Не плачь, ты уже большой!". В этом случае боль остается с нами, и у нас возникают психологические проблемы. Человеку очень важно научиться преодолевать тяжелые чувства.

4. Рассказ о школьном страхе

Детям, сидящим по кругу, предлагается рассказать о каком-нибудь случае из школьной жизни, который показался им страшным. Затем происходит обсуждение "страшных" случаев.

5. Рисование школьных страхов

Участники рисуют на листах бумаги свои страхи. Затем им предлагают сделать с этими рисунками то, что они хотят. По окончании ребята делятся своими чувствами. (При выполнении задания важна работа ведущего с каждым из участников группы, чтобы он смог выразить свои чувства.)

6. Игра "Паровозик"

Дети строятся друг за другом, держась за плечи стоящего впереди. "Паровозик" везет детей, преодолевая вагончиками различные препятствия.

7. Упражнение "Рисуем картинку в уме"

Под спокойную музыку ведущий тихим голосом говорит: «Сядьте удобно, опустите плечи, руки положите свободно на колени, голову чуть наклоните вниз. Дышите ровно и спокойно. Представьте себе, что вы справились с трудной ситуацией. Вы испытываете гордость. Вам приятно ощущать себя сильными. Вы говорите себе: "Я справился". Вам очень хорошо. Мысленно твердите себе "Я умею владеть собой". Эти слова придают вам силы, ваши плечи выпрямляются, голова гордо поднимается. Вы словно растете, а сейчас откройте глаза и трижды повторите: "Я умею владеть собой!"».

8. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 12. "Изгоняем школьные страхи"

Цели: снятие напряжения, тревожности; развитие умения выражать свои чувства невербальным методом; формирование навыков расслабления, саморегуляции.

Материалы: спокойная музыка, "дерево настроения" с разноцветными яблоками, бумага, краски и кисточки.

Ход занятия

1. Игра "Угадай, где я"

Участники по очереди показывают пантомиму, изображая какое-либо помещение в школе. Остальные должны догадаться, что это за помещение.

2. Игра "Школа для животных"

Каждый участник рисует себя в образе какого-нибудь животного. Обсуждается характер животных, затем моделируется ситуация урока (учителем может быть кто-то из участников-лидеров). "Учитель" ведет урок, а остальные ведут себя в соответствии со своей ролью (дрожат от страха; ни на что не обращают внимания и т. д.) После этого рисунки произвольно перераспределяются, учитель сменяется (по жребию). Каждый демонстрирует доставшееся ему поведение. Ведущий оказывает помощь детям, испытывающим затруднения в моделировании поведения. Заканчивается игра обсуждением чувств, которые испытывали участники, когда изображали животных.

3. Упражнение "Полет на ковре-самолете"

Участникам группы предлагается расслабиться, закрыть глаза и представить себе то, о чем говорит ведущий. Ведущий должен произносить текст достаточно медленно, чтобы у участников было достаточно времени для разворачивания собственных зрительных образов. После завершения упражнения участники делятся своим опытом. Можно предложить им нарисовать то, что они увидели в путешествии.

Ведущий: Представьте себе, что у вас есть ковер-самолет. Какого он цвета? Он однотонный или с узорами? Огромный ковер или маленький коврик? Какой он на ощупь: мягкий, шелковистый, шершавый? Из какого материала он сделан? Вы садитесь на волшебный ковер-самолет и поднимаетесь в воздух. Вам хорошо, уютно, тепло, безопасно. Ковер ласково поддерживает вас и несет туда, куда вам хочется. Вы поднимаетесь над городом, летите над лесами, полями и реками... И вот вы видите очень красивое, привлекающее вас место. Вы приказываете коврику опуститься. Что вы видите вокруг? Здесь очень спокойно и безопасно. Побудьте в этом месте столько, сколько вам захочется. Затем вы снова садитесь на ковер-самолет и возвращаетесь обратно, в эту комнату, но ощущение уюта и покоя, которое вы испытали в найденном вами месте, сохраняется.

4. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 13. "Снятие напряженности"

Цели: снятие напряженности, тревожности; развитие умения выражать свои чувства невербальным методом; формирование навыков расслабления, саморегуляции.

Ход занятия

1. Упражнение "Подари улыбку другу"

Ведущий: Можно ли грустить, когда улыбаешься? Подумайте о чем-нибудь грустном и улыбнитесь. Улыбнитесь так, чтобы улыбка помогла справиться с плохим настроением и другому человеку.

2. Игра "Передай по кругу"

Дети с помощью пантомимики передают по кругу различные предметы (горячую картошку, бабочку, ежика и т. д.).

3. Написание "страшилок"

Перед работой участники разбиваются на пары с помощью приема "Выбор кота Базилио" (т. е. выбор осуществляется вслепую, все закрывают глаза и на ощупь находят себе пару). Ведущий разбирает правила написания "страшилок": нет имен, а только "один мальчик" или "одна девочка"; действие происходит "в одном городе", "на одной улице"; всегда есть главный герой, что-то неизвестное, что его пугает или охотится на него; сначала нагнетается напряжение; потом происходит кульминация; в кульминационный момент выясняется, что это такое, или происходит что-то приятное, смешное. Обязательное условие: тема страшилки должна быть связана со школой. При нежелании (невозможности) придумать позитивное окончание ведущий может обратиться к группе за помощью авторам страшилки.

4. Чтение школьных страшилок

Авторы зачитывают свои страшилки, а остальные участники подыгрывают: изображают испуг, стучат зубами, в кульминационный момент вскрикивают, в момент благополучной развязки облегченно вздыхают. Ведущий моделирует поведение.

5. Упражнение "Насос и мяч"

В парах один участник – "насос", другой – "мяч". Мяч сдут – участник полностью расслаблен, голова опущена, ноги полусогнуты. По мере

надувания, которое сопровождается звуком [ф], мяч распрямляется, потом опять сдувается со звуком [с]. Затем участники меняются ролями.

6. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 14-15. "Формирование и закрепление позитивного отношения к школе"

Цели: формирование положительного отношения к школе; снятие тревожности; создание атмосферы сплоченности в группе, овладение невербальными средствами общения.

Материалы: мяч, бумага, карандаши, спокойная музыка.

Ход занятия

1. Игра-разминка "Ласковое имя"

Дети стоят в кругу. Им предлагается вспомнить, как их ласково называют дома. Затем они бросают друг другу мяч, и тот, к кому мяч попадает, называет свое ласковое имя и имя бросившего.

2. Игра "Прогулка по сказочному лесу"

Ребятам предлагается представить себе, что они ходят по мягкой травке, горячему песку, холодному снегу, шуршащим осенним листьям, болоту и т. д. После окончания упражнения дети обсуждают, что им понравилось в этом упражнении, что было трудно.

3. Упражнение «"Кошмарный" учитель»

Ведущий рассказывает о возможности разрядить свой страх, попытавшись войти в роль того, кого ты боишься. Детям по очереди предоставляется такая возможность. Им предлагают стать самым "ужасным" учителем, какого только можно представить. Остальная группа "пугается". При выполнении упражнения ведущему необходимо следить за временем: каждый участник группы должен побывать в роли "кошмарного" учителя.

4. Игра "Школа для людей"

Разыгрывается урок изобразительного искусства, на котором дети рисуют картинку "Что мне нравится в школе" (желательно, под музыку). "Учитель", выбранный из числа детей по жребию, всех хвалит. Важно, чтобы это был неагрессивный ребенок. Затем устраивается выставка рисунков, комментируемых авторами.

5. Упражнение "Урок и перемена"

Ведущий называет вид деятельности, а ребята отвечают, когда это делают: на уроке или на перемене. Если ведущий поднимает руки, задавая вопрос, то все хором отвечают. Если рука не поднята, а ведущий смотрит на кого-то одного, то отвечает этот ребенок.

6. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 16-17. "Уверенность в себе"

Цели: снятие напряженности, тревожности; развитие уверенности в себе; формирование умения поддерживать другого в трудной ситуации.

Ход занятия

1. Игра "Кораблик"

Дети держатся за руки, один – в круге.

Ведущий: Представьте, что мы на корабле. При словах "тихая, спокойная погода, светит солнышко", вы должны изображать хорошую погоду. При слове "буря" – создавать шум. Кораблик качается на волнах все сильнее. А тот, кто находится на нем, должен перекричать "бурю": "Я не боюсь бури, я – самый сильный матрос!".

2. Упражнение "Я сильный – я слабый"

Ведущий: Давайте проверим, как мысли и слова влияют на состояние человека.

Ведущий по очереди подходит к каждому ребенку и просит вытянуть вперед руки, затем старается опустить руки ребенка вниз, нажимая на них сверху. Ребенок должен удержать руку, говоря при этом: "Я сильный". На втором этапе действия повторяются со словами: "Я слабый". Далее устраивается

обсуждение, в каком случае легче было удержать руки, какой можно сделать вывод.

3. Упражнение-тренинг "Я смогу"

Ведущий подготавливает импровизированный мостик (можно нарисовать мелом на полу) и предлагает детям пройти по нему приставным шагом, не дотрагиваясь до пола за линией ограничения. Можно предложить держать в руках какой-либо предмет для балансировки. По условию, ребенку даются три попытки, во время которых:

все болельщики поддерживают его возгласами: "Молодец!";

все молчат;

все кричат: "Упадешь!".

Далее устраивается обсуждение, когда идти было легче, что и когда мешало, как они себе помогали, какими словами себя поддерживали.

4. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 18-19 «Формирование уверенного поведения»

"Волшебный стул"

Цель: Способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

Материал: стул, корона, информация о каждом имени

Психолог проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы, причем только положительные качества имени, а самых тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне, он король. В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.

"Это я, узнай меня"

Цель: Развитие эмпатии, снятие агрессивности.

Проведение: Один ребенок поворачивается спиной к остальным сидящим.

Дети по очереди подходят к нему, гладят его по спинке и называют ласковым именем. Ведущий пробует угадать, кто его погладил и назвал.

Занятие 20-21. "Принятие себя"

Цели: знакомство с понятием "самооценка"; формирование позитивного отношения к самому себе.

Ход занятия

1. Упражнение "Новое, хорошее"

Ведущий просит по кругу сказать, что нового, что хорошего произошло у ребят за последние дни; что красивое, смешное они видели. Иногда кто-то из участников говорит, что у него ничего хорошего не было. В этом случае стоит напомнить, что радости в жизни бывают большими, а приятные эмоции может вызвать любая мелочь. Важно помнить об этом и обращать внимание на такие мелочи.

2. Игра "Изобрази чувство"

Один из участников выходит из комнаты. Ведущий называет ему какое-нибудь чувство. Задача этого участника – изобразить это чувство невербальным способом, а группе – отгадать. Если ребенок затрудняется показать доставшееся ему чувство, ведущий может ему помочь.

3. Игра "Передача чувств прикосновением"

Водящий участник садится спиной к группе. К нему по очереди подходят остальные и передают прикосновением одно из четырех чувств: страх, радость, любопытство, грусть. Водящий должен отгадать, какое чувство ему передали.

4. Информирование

Вводится понятие самооценки. Обсуждаются особенности самооценки у тревожных людей. Ведущий озвучивает часто возникающую проблему: "Я не достаточно хорош (а)". Почему она возникает? Как воспринимают себя маленькие дети? Важно подчеркнуть следующее: то, что мы называем неуверенностью в себе или скромностью, – не черта характера.

5. Упражнение "Что мне нравится в себе?"

Участники письменно отвечают на вопрос о том, что им нравится в своей внешности, в физическом облике, затем зачитывают записанное вслух. Очень важно, чтобы упражнение выполнил каждый ученик. Ведущему стоит проявить мягкую настойчивость.

6. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 22-23. "Самооценка"

Цели: повышение самооценки; формирование позитивного отношения к самому себе; развитие уверенности в себе.

Ход занятия

1. Игра "Открытые вопросы"

Вопросы могут задавать все участники группы, сохраняя неизменной формулировку "Пусть встанет тот, кто хотя бы раз в жизни..." Обязательное условие: участник может задать только такой вопрос, в ответ на который сам должен встать.

Ведущий: Пусть встанет тот, кто хотя бы раз в жизни ездил в транспорте без билета. Как вас много! А теперь пусть встанет тот, кто хотя бы раз в жизни грубил родителям.

2. Повторение теории

Обсуждаются вопросы:

Что такое самооценка?

Какая обычно самооценка у тревожных людей?

Что такое принятие себя, зачем оно нам?

3. Упражнение "Похвальное слово самому себе"

Упражнение создает условия для повышения самооценки. Участники в течение пяти минут с закрытыми глазами вспоминают все свои достижения, заслуги, дела, которыми могут гордиться. Затем делятся этой информацией по кругу.

4. Упражнение "Комплименты"

Группа рассказывает каждому участнику о том, что ей в нем нравится. Упражнение эффективно только в том случае, если комплименты оказываются искренними, а слушающий принимает их молча, не пытаясь противоречить или благодарить.

5. Упражнение "Маяк"

Участники представляют себя маяком, стоящим на скалистом острове. У маяка очень прочные, надежные стены. Днем и ночью, в хорошую и плохую погоду маяк посылает мощный луч света, служащий ориентиром для судов. Важно постараться ощутить в себе этот источник света.

6. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 24-25. "Формирование адекватной самооценки"

Цели: повышение самооценки; формирование позитивного отношения к самому себе; развитие уверенности в себе.

Ход занятия

1. Игра "Хвалилки"

Учащимся раздают карточки с названиями хороших поступков (помочь товарищу в беде, уступить место в транспорте и т. п.). Затем детям предлагают вспомнить и описать случай, когда им удалось сделать то, что написано в карточке, очень хорошо.

2. Круг "Что я могу делать хорошо?"

Участники по очереди отвечают на вопрос, вынесенный в название упражнения.

3. Круг "Что я люблю делать?"

Участники по очереди отвечают на вопрос, вынесенный в название упражнения.

4. Круг "Что мне нравится, что я люблю в самом себе?"

Участники по очереди отвечают на вопрос, вынесенный в название упражнения. Важно следить за тем, чтобы они говорили радостно и уверенно, не приуменьшая своих достоинств, а преувеличивая их (например, не "иногда я бываю умной", а "я невероятно умная"). Группа должна поддержать каждого участника, радуясь вместе с ним.

5. Упражнение "Золотой шар"

Ведущий рассказывает сказку о принце, который уехал из родного дома посмотреть белый свет. В дорогу родители дали ему золотой шар, в котором хранилась вся их любовь к нему. Во время путешествия принц увидел волшебный замок и почувствовал, что найдет в нем что-то важное для себя. Детям тоже предлагается походить по этому волшебному замку. Затем они рассказывают, что увидели.

6. Рефлексия результатов занятия

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

Занятие 26-27 «Похвали меня»

1. Игра «Похвалилки»

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие или поступок. Причем формулировка обязательно начинается словами «Однажды я...» Например: «Однажды я помог товарищу в школе» или «Однажды я быстро выполнил домашнее задание» и т.д.

На обдумывание задания дается 2—3 минуты, после чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он здорово выполнил именно то, что указано в его карточке.

После того как все дети выскажутся, взрослый может обобщить сказанное. Если же дети готовы к обобщению без помощи взрослого, пусть они это сделают сами.

В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить, необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

2. Игра «За что меня любит мама»

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама.

Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил то, что сказали другие. При затруднении дети могут ему помочь.

После этого нужно обсудить с детьми, приятно ли им было, что другие дети запомнили эту информацию. Дети обычно сами делают вывод, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

На первых порах дети, чтобы показаться значимыми, рассказывают, что мамы любят их за то, что они моют посуду, не мешают маме писать

диссертацию, любят маленькую сестренку... Только после многократного повторения этой игры дети приходят к выводу, что их любят просто за то, что они есть.

3. Игра «Подари карточку»

Взрослый вместе с детьми в течение нескольких занятий рисует карточки с пиктограммами, обозначающими различные положительные качества. С детьми необходимо обсудить, что означает каждая пиктограмма.

Например, карточка с изображением улыбающегося человечка может символизировать веселье, с изображением двух одинаковых конфет — доброту или честность. Если дети умеют читать и писать, вместо пиктограмм можно записать на каждой карточке какое-либо положительное качество (обязательно положительное!).

Каждому ребенку выдается 5—8 карточек. По сигналу ведущего дети закрепляют на спине товарищей (при помощи скотча) все карточки. Ребенок получает ту или иную карточку

Занятие 28. "Промежуточная диагностика"

Диагностика и обработка результатов т. Филиппа.

Занятие 29 «ЗАЧЕМ НУЖНО ЗНАТЬ СЕБЯ?»

Цели:

Создать у учеников мотивацию на самопознание.
Способствовать самопознанию и рефлексии учащихся.

Материалы

Тетради, ручки, карандаши, разноцветная коробка с прорезями, обклеенная полосками из шести разных цветов.

1. Упражнение «Я рад общаться с тобой»

Психолог. Сейчас выполните такое задание: протяните рядом стоящему руку со словами: «Я рад общаться с тобой», а тот, кому вы протянули руку, протянет ее следующему с этими же словами.

Так «по цепочке» все берутся за руки и образуют круг.

2. Самоанализ «Кто я? Какой я?»

Психолог. Продолжите письменно предложения:

Я думаю, что я...

Другие считают, что я...

Мне хочется быть...

Для каждого предложения подберите от 5 до 10 определений из списка слов на плакате.

Психолог вывешивает список слов, помогающих ученикам отвечать на вопросы.

Список слов

Симпатичный, слабый, приятный, грубый, справедливый, хвастливый, трудолюбивый, скучный, остроумный, смелый, жадный, хитрый, смешной, терпеливый, надежный, неприятный, задумчивый, хороший, здоровый, вежливый, робкий, честный, глупый, одинокий, красивый, резкий, нежный, сильный, задиристый, лживый, сообразительный, дружелюбный.

3. Упражнение «Горячий стул»

Психолог. Сейчас каждый из вас сможет проверить, насколько совпадает представление о нем одноклассников с его собственным представлением о себе.

Каждый (по очереди) будет занимать место на стуле в центре, и участники ответят на вопрос: «Какой он?» Для этого они должны подобрать одно или несколько определений из того же списка слов на плакате (см. выше). Сидящий в центре отмечает те слова, которые совпадают с его определением (Я думаю, что я...).

Количество совпадений подсчитывается.

5. Корректирующая гимнастика для глаз

«Палец двоится» (облегчает зрительную работу на близком расстоянии):

Вытянуть руку вперёд, смотреть на кончик пальца вытянутой руки, расположенной по средней линии лица, медленно приближать палец, не сводя с него глаз, до тех пор, пока палец не начнёт двоиться.

Повторить 6-8 раз.

«Зоркие глазки» (упражнение служит для профилактики нарушений зрения):

Глазами нарисуйте 6 кругов по часовой стрелке и 6 кругов против часовой стрелки.

"Рисование под музыку"

Цель: Снятие эмоционального напряжения.

Материал: Краски акварельные или гуашевые, широкие кисти, бумага, аудиокассета Вивальди "Времена года".

Проведение: Рисование под музыку Вивальди "Времена года" большими мазками.

Лето - красные мазки (ягоды) Осень - желтые и оранжевые (листья) Зима - голубые (снег) Весна - зеленые (листья). Рисование на свободную тему.

Занятие 30 *Аппликация "Имя - Ромашка"*

Цель: Идентификация с именем, работа с самооценкой.

Материал: Цветная бумага, ножницы, карандаши.

Проведение: дети должны выполнить аппликацию "Ромашка". В центр цветка вписать свое имя, на лепестках - ласкательные производные от имени или семейные прозвища, внизу на стебельке имя, с которым мама обращается к ребенку, когда сердится. Из цветной бумаги вырезается Божья коровка, которую ребенок приклеивает на лепесток с обращением, которое ему нравится больше всего. Эту ромашку ребята берут себе и по желанию вешают на стену в своей комнате или каком – то уголке.

Домашнее задание: Дети должны расспросить родителей о своем имени, почему их так назвали. (Может, у кого-то есть "история" его имени, например: девочка родилась светленькой, как солнышко, - назвали Светочкой; или назвали в честь кого-то из родственников, так называют всех первенцев и т.п.).

"Разыщи радость"

Цель: Формирование оптимального эмоционального тонуса, открытости внешним впечатлениям, развитие любознательности, нивелирование тревожности.

Материал: листы А4, ручки.

Проведение: Психолог просит детей записать на листе бумаги все вещи, события, дела, которые приносят им радость 15 минут. Зачитывание вслух по очереди и обсуждение группой. Почему именно та или иная вещь, событие приносит тебе радость? С чем это связано?

Упражнение «Комплименты»

Ребята встают в круг и по очереди, каждый своему соседу слева говорит комплимент (какая у тебя красивая улыбка, симпатичная кофточка, ты сегодня вся сияешь, ты сегодня выглядишь сногшибательно и т.д.)

Домашнее задание: Предлагает завести книгу-тетрадь со следующими главами:

- качества, которые нравятся в людях;
- дела, которые удастся делать хорошо;
- вещи, которые люблю;
- любимые книги, фильмы, мультфильмы;
- любимые места;
- приятные сны;
- наши мечты.

Занятие 31 "Рисование самого себя"

Цель: Раскрытие своего "Я", формирование стремления к самосовершенствованию.

Материал: Бумага, карандаши, краски.

Проведение: Психолог предлагает детям нарисовать себя в трех зеркалах:

- в зеленом - такими, какими они представляются себе;
- в голубом - такими, какими они хотят быть;
- в красном - такими, какими их видят друзья.

Релаксация: презентация по цветотерапии.

Итоговое занятие 32 «Повторное тестирование

Повторное тестирование по методике Сан и т. Филиппа

Занятие 33-34 «Итоговое занятие тренинг активности»

"Узнай по голосу"

Цель: Развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Материал: Не требуется.

Проведение: Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга и старается узнать детей по голосу.

Рисование: "Симметричные рисунки"

Цель: Умение работать в паре. Умение сотрудничать.

Материал: Бумага, цветные карандаши.

Проведение: Дети вдвоем, одновременно, пытаются нарисовать симметричный рисунок (солнышко, домик, дерево и пр.)

«Изгоняем страхи»

«Борьба со своими страхами»

Ребятам предлагается на листе бумаги нарисовать то, чего каждый боится больше всего, затем психолог собирает все рисунки в копилку страхов.

Таким образом, дети как бы запирают свои страхи на замок. Затем можно выйти на улицу и сжечь все страхи.

«Разрывание бумаги»

Данная игра способствует снижению напряжения, дает ребенку возможность выразить эмоции и снизить состояние тревоги у детей.

Для работы необходимо иметь старые газеты или любую другую ненужную бумагу. В начале игры психолог может, не объясняя правил, просто предложить ребенку рвать бумагу. Затем он сам берет газету и начинает ее рвать и бросать кусочки в центр комнаты, говоря при этом ребенку, что размер кусочков не важен. Если ребенок не подключается сразу к работе, его нельзя заставлять. Психолог может встать спиной к ребенку, делая вид, что не замечает его. Как правило, дети включаются в игру. Когда куча в центре комнаты становится большой, психолог предлагает ребенку поиграть с кусочками и начинает энергично подбрасывать их вверх, разбрасывать по комнате, делая как бы снегопад.

«Занятие по оригами»

Кто из вас знает, что такое оригами? Давайте придумаем рассказ о том что такое оригами и откуда оно к нам пришло.

А теперь послушайте мой рассказ об искусстве оригами:

Искусство оригами появилось в глубокой древности. Зародилось оно в Китае. Целых две тысячи лет назад китайцы изобрели бумагу. Примерно тогда же и появилось искусство оригами. В Китае существовала очень интересная традиция: к похоронам родственники усопшего делали всегда бумажные домики, мебель, слуг, а также бумажные деньги. Позже искусство оригами было завезено в Японию. Японцы в оригами многое переняли из китайского народного творчества, но преобразили его на свой лад.

Из обыкновенной бумаги японцы воистину могут творить чудеса. Сделанные ими бумажные фигурки украшают храмы и жилища. В Японии считают, что бумажные шары-кусудамы, журавлики и другие изделия являются талисманами и приносят счастье. Поэтому их часто дарят и развешивают в качестве украшений во время народных праздников.

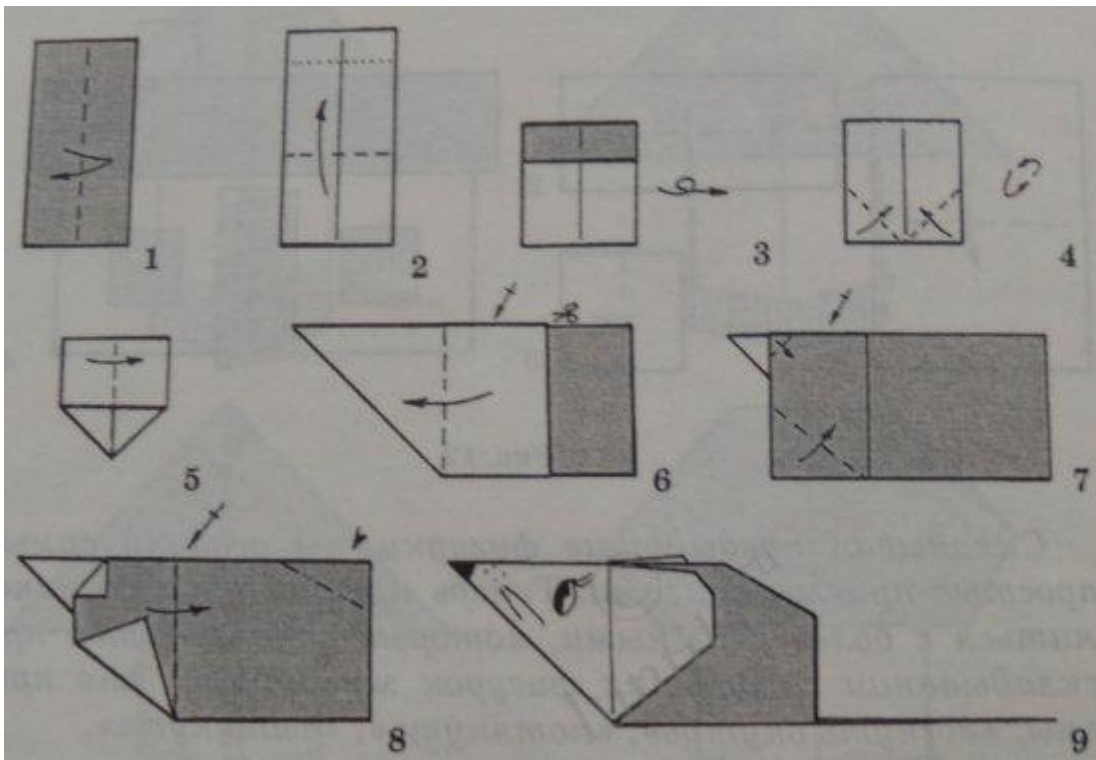
Японские маги, путешествуя по Европе, познакомили западный мир с искусством оригами. Они были настоящими мастерам своего дела и за несколько секунд могли сложить из бумаги птицу, насекомое, животное на потеху многочисленным зрителям.

А знаете ли вы, что многие известные люди не только восхищались искусством оригами, но и с огромным удовольствием складывали различные бумажные фигурки? Среди таких людей были известный итальянский художник и изобретатель Леонардо да Винчи, писатель Льюис Кэрролл, автор всемирно известной книги «Алиса в стране Чудес» и другие.

Ученые выяснили, что работа с бумажными фигурками позволяет развить позитивную самооценку, получить навык самовыражения, лучше узнать себя, поверить в свои возможности, развить творческие способности. Я для каждого из вас приготовила лист бумаги, давайте попробуем сделать фигурку мыши.

Серый прямоугольник с отношением сторон 2:1, например 20*10 или 15*7.5 см. Положите цветной плоскостью к себе.

1. Перегните прямоугольник пополам, совмещая длинные стороны.
 2. Поднимите нижнюю часть, оставляя сверху неширокую полосу (примерно 2 см).
 3. Переверните на другую сторону.
 4. Поднимите нижние углы к линии перегиба. Поверните работу.
 5. Согните фигурку пополам по намеченной линии.
 6. Сделайте надрез по сгибу, приоткрывая работу. Отогните надрезанные части.
 7. Согните уголки на отогнутых частях, повторите эти действия с другой стороны.
 8. Вогните угол от сгиба внутрь. Верните отогнутые части на прежнее место.
 9. Приклейте полоску-хвост, нарисуйте глаза, нос, усы.
- А теперь посмотрите, что у вас получилось.



Литература

1. *Байярд Р.Т., Байярд Д.* Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей. М., 1991.
2. *Дубровина И.В.* Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. М., 1995.
3. *Дубинская В.В., Баскакова З.Л.* Мой мир. Курс социальной поддержки учащихся старших классов. М., 1997.
4. *Ефремцева С.А.* Тренинг общения для старшеклассников. Киев, 1997.
5. *Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А.* Тренинг. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. М., 1997.
6. *Кан-Калик В.А.* Грамматика общения. М., 1995.
7. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей-сирот: социально-эмоциональные проблемы. /Под ред. Л.М. Шипициной, Е.И. Казаковой, СПб., 2000.
8. *Лещинская Е.А.* Тренинги общения для учащихся 4–6-х классов. Киев, 1994.

9. *Насонкина С.А.* Уроки этикета. СПб., 1997.
10. *Прихожан А.М.* Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
11. *Прутченков А.С.* Трудное восхождение к себе. М., 1995.
12. *Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? (1–4 ч.) М., 1998.
13. Я в мире людей. /Под ред. Б.П. Битинаса. М., 1997.