

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №385  
Красносельского района Санкт-Петербурга

«Рекомендовано к использованию»

Протокол педсовета № \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

«Утверждаю»

Приказ № \_\_\_\_\_

От « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Директор

\_\_\_\_\_ Т.В. Архипова

**КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ  
АГРЕССИВНОСТИ.**

**для класса 1-3**

**учитель ДОРОНИНА ЮЛИЯ  
СЕРГЕЕВНА**

**учебный год 2017-2018**

Санкт-Петербург  
2017

## **Коррекционно-развивающая программа по профилактике агрессивности.**

Одним из существенных отличий в познавательной деятельности "успешных" и "неуспешных" учеников является различие в умении осуществлять самоконтроль и саморегуляцию своих действий. Известно, что в младшем школьном возрасте характерно повышение тревожности, неуверенности, страхов. Для большинства детей, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны конфликты с окружающими и агрессивность. Такие дети не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они неспособны конструктивно разрешать конфликты. У детей с трудностями в развитии все эти проблемы проявляются гораздо острее.

Для работы была разработана программа в виде тренинговых занятий, так как у них есть ряд преимуществ в психокоррекционном и психотерапевтическом плане. Взаимодействие в группе в значительной мере воспроизводит реальные отношения ребенка с окружающими. Поэтому, с одной стороны, в группе отчетливо проявляются все характерные трудности ребенка в общении с окружающими людьми (прежде всего со сверстниками), с другой - групповая работа представляет хорошие возможности отработать некоторые проблемы, связанные с агрессивностью. В групповой работе у ребенка в относительно безопасных условиях появляется возможность попробовать другие, неагрессивные формы поведения. Закрепить их, получить от сверстников не только негативные, но и позитивные отклики - таким образом, повысить уверенность в себе и иногда даже найти друзей. Участие в групповой работе позволяет приобрести дополнительный опыт, который невозможно получить при индивидуальной форме работы.

**Цель:** помочь ребенку наладить взаимоотношения со сверстниками, понять причину деструктивного поведения, научить приемам управления своих эмоций и способствовать формированию позитивного взгляда на жизненные ситуации.

### **Задачи:**

- 1) снижение уровня личностной тревожности;
- 2) развитие позитивной самооценки;
- 3) осознание собственных чувств и эмоций, развитие эмпатии;
- 4) обучение отреагированию своего гнева приемлемыми способами;
- 5) обучение приемам саморегуляции;
- 6) обучение конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации;

При составлении программы были использованы следующие методы групповой работы: игровые методы, групповая рефлексия (развитие социальной перцепции, т.е. умения воспринимать, понимать и оценивать других людей, самих себя, группу).

**Программа предусматривает проведение 14 занятий 1раз в неделю, в кабинете психолога.**

**Данная программа включает в себя следующие методы групповой работы:**

- разминка (включающая упражнения на активизацию, создание непринужденной обстановки, групповую сплоченность);
- основная часть (упражнения и задания, направленные на решение главной цели занятия).
- рефлексия занятия (обмен мнениями, впечатлениями). Это помогает каждому участнику понять себя, а ведущему проследить динамику группы.

Данная программа призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации.

На занятиях ребята не только получают знания о том, как общаться, но и овладевают практическими навыками эффективного общения. Структура занятий традиционна, состоит из вступления, основной части и заключения.

По данной методике занятия проходят 1 раз в неделю по 40-50 минут. Программа рассчитана на 14 занятий. Учитывая возрастные и психофизические особенности детей, занятия составлены так, чтобы в них происходила постоянная смена видов деятельности

**Каждое занятие содержит следующие этапы:**

- освобождение ребёнка от торможений и агрессии;
- развитие коммуникативных способностей детей;
- ознакомление детей с положительными эмоциями;
- восстановление позитивного эмоционального состояния;
- снижение агрессии посредством привития норм поведения принятых в современном обществе.

Для проведения занятий по данной программе, дети отбирались по запросу классных руководителей после общей диагностики младших классов (3-го класса) на предмет агрессивности.

## Тематический план коррекционно-развивающих занятий

№	Наименование темы	Наименование упражнений	Количество занятий	Планируемые даты
1	Страна понимания	1. Давайте поздороваемся.	1	
		2. Барометр настроенья.		
		3. Снежный ком		
		4. «Атом»		
		5. «Те, кто...»		
		6. Ритуал прощанья.		
2	Правила	1. Давайте поздороваемся.	1	
		2. Правила.		
		3. Барометр настроенья.		
		4. Запомни.		
		5. Что изменилось.		
		6. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
3	Наши чувства	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Наши чувства.		
		3. «Цветик-Семицветик»		
		4. Я хороший.		
		5. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
4	Каракули	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Каракули.		
		3. Причина наших ссор.		
		4. О пользе наших ссор.		
		5. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
5	Вежливые слова	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Обзывалки.		
		3. Вежливые слова.		
		4. Мы рисуем.		
		5. «Копилка».		
		6. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
6	Итоги	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья	1	
		2. Развитие эмпатии.		
		3. Удержание карандаша.		
		4. Итоги-каким бы я хотел быть и какой сейчас		
		5. Клеевой дождик		
		6. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
7	Навыки конструктивного взаимодействия	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья	1	
		1. «Меняются местами те, кто...»		

		2. «Трио»		
		3. Где находится гнев.		
		4. Где находится гнев		
		6. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
8	Портрет моей семьи	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Портрет моей семьи. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
9	Рисование истории	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья	1	
		2. Рисование истории.		
		3. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
10	Внимание к другому.	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Внимание к другому.		
		3. Опиши друга.		
		4. Рисунок друга.		
		5. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
11		1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. «Ноги топают, а шарики хлопают»		
		3. Дыхание на счет...		
		4. Барометр настроенья. Ритуал прощанья		
12		1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Ящик с «обидками»		
		3. «Похвалилки»		
		4. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
13	Коррекция агрессивности	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья	1	
		2. Ты учитель... ты родитель... ты одноклассник...		
		3. Обсуждение.		
		4. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		
14	Контролирование своих движений	1. Ритуал приветствия. Барометр настроенья.	1	
		2. Король сказал...		
		3. Ладушки.		
		4. Черепаха.		
		5. «Город дружбы».		
		6. Барометр настроенья. Ритуал прощанья.		

### Занятие №1 «Страна понимания».

Развитие коммуникативных способностей детей, посредством которых они научатся понимать других ребят и делать оценку своего негативного (агрессивного) поведения.

#### **Цель:**

- Обучение умению слушать и слышать других.
- Осмысление своих поступков.
- Развитие способности делиться своими переживаниями.

#### **Методические приёмы:**

- Беседа, направленная на знакомство с различными средствами понимания.
- Словесно подвижные релаксационные упражнения.
- Рисование

#### **Упражнение №1 «Давайте поздороваемся».**

Вначале говорится о разных формах приветствия, реально существующих и шуточных. Детям предлагается поздороваться плечом, рукой, спиной и т.д. и выдумать свои необычные способы приветствия и поздороваться ими.

**Ход занятий:** Психолог звонит в колокольчик дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивает карандашом по столу дети прикасаются плечом. Это упражнение можно ввести как ритуал приветствия.

#### **Упражнение № 2 «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны. Эту игру можно ввести вначале и в конце каждого занятия в виде ритуала.

#### **Упражнение №3 Игра «Снежный ком».**

**Цель:** Снижение агрессивности посредством двигательной активности. Психолог говорит: «давайте познакомимся», дети должны называть себя по имени.

**Ход занятий:** Дети становятся в круг (или сидят на стульях в кругу), ведущий берёт мячик и кидает одному из детей, он называет своё имя, затем следующему, который, помимо своего имени называет имя предшествующего и т.д.

#### **Упражнение №4 «Моя вселенная»**

**Цель:** формирование у детей умения рассказывать о себе, активизация потребности в общении.

**Ход выполнения:** Психолог просит детей разместиться за столами и раздает заранее подготовленные бланки «Моя вселенная» (Приложение??). Дети заполняют бланки, при желании добавляют информацию о себе. После того, как дети заполнят бланки, психолог просит их снова сесть в круг, и каждый ребенок по очереди показывает заполненный бланк «Моя вселенная» и рассказывает о себе.

### **Упражнение № 5 «Те кто...».**

**Ход занятий:** Ведущий предлагает встать тем, кто...- любит бегать- радуется хорошей погоде - имеет младшую сестру и т.д. После ответов у детей спрашивают, кто же из них имеет младшую сестру, а кто любит бегать и т.д.

**Подведение итогов занятия.** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывает свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

#### **Ритуальное действие «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### **Занятие №2.**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

#### **Упражнение №1 Правила:**

Обсуждение и введение правил существования группы, ритуалов приветствия и прощания.

**Цель:** определение границ поведения в рамках группы, создание психологического настроя.

#### **Ритуальное действие «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Упражнение №2 «Запомни».**

**Цель:** Снижаем агрессию, привлекая внимание детей к другим ребятам, обучая пониманию положительного и отрицательного отношения друг к другу. Дети приветствуют друг друга в кругу. А затем им предлагается игра «Запомни».

**Ход занятий:** Дети делятся по двое и встают спиной друг к другу. После этого по очереди описывают причёску, одежду, лицо партнёра. Описание сравнивается с оригиналом и определяется, насколько ребёнок был точен.

### **Упражнение №3 «Что изменилось?!»**

**Ход занятий:** Каждый ребёнок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты. За это время в группе происходит 2–3 изменения в одежде, перестановке мебели и т.д. В задачу водящего входит правильно подметить эти изменения.

#### **Подведение итогов занятия.**

Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывают свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

#### **Ритуальное действие «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### **Занятие №3.**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседу по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

#### **Ритуальное действие «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Упражнение №1 «Наши чувства».**

**Цель:** посредством ознакомления детей с положительными эмоциями, вербальным и не вербальным общением, а также отреагированием негативного опыта, мы учим их справляться с агрессией.

**Материалы:** карточки с названием чувств: радость, огорчение, обида, вдохновение, страх, удовольствие, гнев, стыд, восхищение, благодарность, удивление, злость, отвращение, облегчение, нетерпение, испуг, смущение, печаль. **Ход занятий:** предложить ребёнку разделить карточки на две группы, в которой одни чувства будут положительными, а в другой, отрицательные. А потом постараться вместе придумать



разные ситуации, в которых они будут проявляться. После этого, дать ребёнку задание нарисовать те чувства, которые ему больше всего нравятся, и рассказать почему.

#### **Подведение итогов занятия.**

Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывает свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

#### **Упражнение №2. «Цветик - Семицветик».**

Ребята учатся делать друг другу приятное, меняя свои установки о том, что агрессией и негативным поведением можно добиться внимания или расположения других.

**Ход занятий:** Группа встаёт в круг и здоровается, а затем начинает игру «**Цветик - Семицветик**». Дети рисуют отдельные части цветка – лепестки и разукрашивают разными цветами. Затем кладут на стол, собрав воедино.

А после даётся задание: «Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил всем нам?» или «Если бы у тебя был цветик-семицветик, какое бы ты желание загадал?»

-«Лети, лети лепесток через запад на восток  
-через север, через юг, возвращайся, сделав круг,  
-лишь коснёшься ты земли быть, по-моему, вели  
-Вели что бы...»

По окончании можно провести конкурс на самое лучшее желание для всех и нарисовать его всем вместе на листе ватмана.

#### **Подведение итогов занятия.**

Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывает свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

#### **Упражнение №3 «Я хороший!»**

**Цель:** формирование адекватного «образа Я», повышение самооценки.

**Материалы:** набор карточек с названиями качеств, таблички с надписями: «Нравятся», «Не нравятся».

#### **Ход упражнения:**

1.Ребенку предлагается выбрать из набора качеств те, которые, по его мнению, у него есть, и разложить их перед собой; остальные карточки убираются. При необходимости психолог объясняет значения непонятных ребенку качеств.

2.Психолог кладет перед ребенком две таблички с надписями: «Нравятся», «Не нравятся» и говорит: «Разложи, пожалуйста, карточки с названиями твоих качеств на две группы. В одну положи те качества, которые тебе в себе нравятся (например, тебе нравится, что ты добрый). А во вторую сложи качества, которые тебе в себе не нравятся, ты считаешь, что они тебе не нужны, и ты хотел бы от них избавиться».

3.Психолог просит ребенка рассказать про каждое качество из группы «Нравятся», вспомнить, когда он бывает таким и что он при этом чувствует. В завершение психолог обращает внимание ребенка на его сильные стороны: «Смотри, сколько у тебя хороших качеств!».

4. Психолог просит ребенка рассказать про каждое качество из группы «Не нравится», вспомнить, когда он бывает таким, что он при этом чувствует, кто считает его таким (мама, папа, учитель, одноклассники). Затем психолог задает вопросы: «А кто считает по-другому? А ты сам как считаешь?».

5. Психолог может предложить ребенку добавить в группу «Нравятся» ряд качеств, которые ему присущи, по мнению психолога. Желательно, чтобы в результате в группу положительных качеств было не меньше карточек, чем в группе отрицательных.

6. Ребенку предлагается разложить качества из каждой группы в столбик и сравнить два получившихся столбика: «Смотри сколько у тебя хороших и сколько не очень хороших качеств. Видишь, хороших качеств больше (не меньше) чем плохих».

### **Приложение**

Список качеств личности для работы с младшими школьниками.  
(карточки)

Внимательный	Невнимательный
Добрый	Злой
Торопливый	Медлительный
Аккуратный	Неряшливый
Разговорчивый	Молчаливый
Общительный	Замкнутый
Вспыльчивый	Сдержанный
Скромный	Хвастливый
Трусливый	Смелый
Ленивый	Трудолюбивый
Жадный	Щедрый
Лживый	Честный
Ответственный	Безответственный
Настойчивый	Уступчивый
Терпеливый	Нетерпеливый
Умный	Глупый
Веселый	Грустный
Активный	Пассивный
Заботливый	Эгоистичный
Вежливый	Грубый
Усидчивый	Неусидчивый
Самостоятельный	Несамостоятельный
Сильный	Слабый

### **Ритуальное действие «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

**Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### **Занятие №4**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

**Ритуальное действие «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 Методика «Каракули».**

**Цель:** создание непринуждённой обстановки, налаживание контакта, освобождение ребенка от торможений и благодаря чему его каракули становятся более спонтанными.

**Материалы:** простой карандаш, лист ватмана и цветные карандаши.

**Процедура:** Ребёнку предлагается, вовлекая всё тело, размашистыми движениями нарисовать какую ни будь каракулю в воздухе. После того, как он испытывает свободу движений, то может с закрытыми глазами перенести это на бумагу. Когда каракули уже готовы, ребёнок должен рассмотреть их со всех сторон, пока какая-либо форма не ассоциируется с некой темой.

Все эти действия ведут обычно к беседе о различных замеченных формах, фигурок и образов, некоторые обнаруживают и не одну, выделяя их более яркими цветами, иногда из этого рождается спонтанно придуманная история. Здесь консультанту следует обратить внимание на используемые при раскраске цвета, а так же и на увиденные образы. Если ребёнок рассказывает какую-то историю по нарисованной картинке, уточните, у него роли персонажей и кого они ему напоминают, на кого похожи.

### **Упражнение №2 «Причины наших ссор»**

**Цель:** научить детей определять причины возможных ссор и конфликтов.

**Ход выполнения:** Психолог обсуждает с детьми два предыдущих упражнения. В результате он подводит детей к осознанию того, что все люди разные, вследствие чего

между ними возможны ссоры и недоразумения. Психолог предлагает детям подумать, из-за чего могут возникать ссоры. Ответы детей фиксируются на доске или на листе ватмана.

### **Упражнение № 3 «О пользе наших ссор»**

**Цель:** дать детям понять, что ссоры и конфликты – это нормальное жизненное явление.

**Ход выполнения:** Психолог читает детям историю про короля, который не умел ругаться: «Была страна, в которой люди никогда не ссорились. Им очень хорошо жилось, но однажды случилось так, что министр не выполнил поручение, которое дал ему король. А король ссориться не умел, поэтому и промолчал. А министр еще раз не выполнил поручение, уже другое. А поручения были государственной важности. Итак, из-за того, что король не умел ссориться и ругаться на министра страна взяла и развалилась». Затем психолог проводит обсуждение этой истории. Детям задаются следующие вопросы:

- почему «развалилась» эта страна?

- что было бы, если король умел ссориться и ругаться?

Таким образом выясняется, что в некоторых ситуациях ссоры приносят нам пользу, позволяют решить ту или иную проблему. Детям предлагается вспомнить случаи из жизни, когда ссора была для них полезной.

#### **Подведение итогов занятия.**

Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывают свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

#### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### **Занятие №5**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

#### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 Игра «Обзывалки»**

**Цель:** Знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме при помощи вербальных средств.

**Ход занятий:** Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг друга разными необидными словами. Это могут быть названия деревьев, фруктов, грибов; рыб, цветов... Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты... ». Например, «А ты - морковка!».

В заключительном круге играющие обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное, например, «А ты - моя радость!..»

**Примечание:** Игра будет полезна, если проводить ее в быстром темпе. Перед началом следует предупредить, что это только игра и обижаться друг на друга не надо.

**Обсуждение:** В ходе обсуждения участники делают вывод о том, что данная игра способствует решению не только поведенческих проблем ребенка, но и может быть использована на занятиях по классификации.

Эта игра будет полезна не только агрессивным, но и обидчивым детям.

Опыт показывает, что у детей, получивших возможность выплеснуть, с разрешения педагога, негативные эмоции, а вслед за этим услышавших что-то приятное о себе, уменьшается желание действовать агрессивно.

### **Упражнение №2 «Вежливые слова».**

**Ход занятий:** Игра проводится с мячом и в кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Затем упражнение усложняется: надо назвать только слова приветствия (здравствуйте, привет, добрый день и т.д.), благодарности (спасибо и т.д.), извинения, прощания и т.д.

### **Упражнение №3 «Мы рисуем».**

**Ход занятий:** Ведущий предлагает нарисовать доброе животное и назвать его ласковым именем. После этого, все дети показывают своё животное и объясняют, что говорит о том, что животное доброе.

**Подведение итогов занятия.** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывают свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

### **Упражнение №4 «Копилка».**

**Ход занятий:** Работа в малых группах. Каждая группа составляет свой список способов снятия напряжения. Обсуждение в кругу, составление общего списка приемов снятия напряжения.

- Физические упражнения.
- Релаксационные упражнения.
- Дыхательные упражнения.
- Словесные внушения.

- Визуализация, медитация.
- Экспрессивные методы.
- Письма.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

**Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### **Занятие №6**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

**Ритуал «Барометр настроения»:**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 Развитие эмпатии**

***(«Взаимодействие с агрессивными детьми»)***

Очень часто у агрессивных детей отсутствует чувство эмпатии, так необходимой для эффективного взаимодействия с окружающими.

Методом мозгового штурма группа, используя блокнот или доску, выводит определение эмпатии. По мнению специалистов, развитию эмпатии способствует совместное (взрослых и детей) чтение книг с последующим обсуждением.

***В ходе обсуждения взрослый может задавать ребенку такие вопросы, как:***

«Что чувствовал Буратино, когда Мальвина заперла его в чулане? »,

«А что чувствовала Мальвина в это время? »,

«Как вы думаете, почему Баба - Яга стала такой злой? » и т. д.

**Ход занятий:** Участники делятся на 2 подгруппы, каждая из которых получает карточку с заданием: придумать как можно больше вопросов на развитие эмпатии по сюжетам сказок:

1 подгруппа: «Колобок ». «Маша и Медведь».

2 подгруппа: « Курочка Ряба». «Гуси-лебеди ».

Далее каждая подгруппа зачитывает список составленных вопросов, а вся группа принимает участие в обсуждении целесообразности тех или иных из них.

### **Упражнение № 2. «Удержание карандаша»**

**Цель:** развитие умения устанавливать контакт, развитие навыков сотрудничества.

**Ход выполнения:** психолог предлагает детям разделиться на пары. Каждой паре дается два не заточенных карандаша. Перед каждой парой ставится задача – как можно дольше удержать пальцами рук. Если дети успешно справляются с заданием можно попробовать усложнить задачу: попросить сделать шаг вперед, шаг в сторону, удерживая карандаш, поднять руки вверх и т.д. Через некоторое время желательно предложить детям поменяться партнерами.

После этого обсуждения психолог проводит небольшое обсуждение, целью которого является дать детям понять, что успешное выполнение этого задания требует совместных усилий, и что здесь важно «прислушаться» к своему партнеру, учесть его желания, возможности и пр.

### **Упражнение №3. «Итоги – каким бы я хотел быть и какой сейчас».**

**Ход занятий:** Детям предлагается нарисовать себя какой он есть сейчас и каким бы хотел стать. После показа рисунков в кругу с каждым участником обсуждается (а ребята помогают советами – как стать лучше) какие шаги нужно предпринять, чтобы соответствовать своему образу, какие ему присущи черты, и как в себе их развить. После этого каждый ребёнок рисует для себя поэтапную «дорожку – лестницу» к вершине своего совершенства, изображая себя на каждом этапе восхождения (какие качества он прибавляет себе с каждой ступенькой и какие поступки совершает, чтобы быть лучше.)

**Цель игры «Итоги»:** заключается в самостоятельном контроле ребёнка самого себя (ощущения себя взрослым, повышение самооценки, внимательность по отношению к своим поступкам и действиям, самоанализ и самокритика негативного поведения и со своей стороны и со стороны взрослых).

**Подведение итогов занятия.** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывает свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

### **Упражнение №4 «Клеевой дождик»**

**Цель:** развитие чувства коллективизма, снятие физического и эмоционального напряжения.

**Ход выполнения:** психолог предлагает детям встать в одну линию и положить руки на пояс друг друга (детям с нарушениями, затрудняющими выполнение этого задания можно предложить просто взяться за руки). В таком положении дети начинают движение. На пути могут встречаться различные «препятствия», пройти по импровизированному мостику, перешагнуть через что-либо и т.д.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог стоят (сидят на стульях) в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает

погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

## **Занятие №7**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 « Меняются местами те, кто...»**

**Цель:** создание положительного эмоционального настроя, развитие умения договариваться невербальными способами.

**Ход занятий:** Дети сидят на стульях по кругу, ведущий в центре, произносит фразу: «Сейчас меняются местами те, кто...» (родился в сентябре, получил тройку по русскому языку, любит смотреть СТС...). Участники, договариваясь между собой жестами, взглядами меняются местами. Ведущий стремится занять одно из освободившихся мест.

### **Упражнение №2 «Трио»**

**Цель:** развитие навыков конструктивного взаимодействия друг с другом и умения синхронизировать свои движения с движениями других детей.

**Материал:** пустые коробки из-под обуви.

**Инструкция:** Я приготовила для вас сложную задачу, решая которую, вы можете показать, насколько хорошо вы можете взаимодействовать друг с другом.

Три добровольца становятся в шеренгу плечом друг к другу. Тот, кто стоит посередине, ставит свои ноги в две пустые коробки. Стоящий справа от «центрального» ставит свою левую ногу в коробку с правой ногой «Ц», а стоящий слева- правую ногу в коробку с левой ногой того, кто стоит в центре. Все трое должны попробовать пройти несколько метров. Когда тройка успешно справится с заданием, можно подключить еще одного ребенка, постепенно подключая остальных.

### **Обсуждение:**

- 1) понравилась ли игра;
- 2) что было труднее всего;
- 3) что помогло справиться с заданием.



### **Упражнение №3 «Групповой портрет»**

**Цель:** отработка сотрудничества и конструктивного взаимодействия в малых группах, развитие способности к кооперации и навыков творческого самовыражения.

**Материал:** 2 ватмана (формат А3), восковые мелки.

**Инструкция:** Разбиться на 2 группы. Каждая группа должна нарисовать картину, на которой будут изображены все участники команды. Свой собственный портрет рисовать нельзя. Заранее договориться, кто чей портрет будет рисовать. Подумать, как расположить рисунок на листе, каков будет сюжет, какова роль каждого в этом общем сюжете.

Когда картины будут нарисованы, провести представление.

**Обсуждение:**

- что ты чувствовал, когда рисовали тебя;
- что ты чувствовал, когда рисовал другого ребенка;
- как было принято решение, где кого рисовать;
- довольны ли вы своими портретами, которые рисовали другие;
- насколько вам понравилось работать вместе;
- портрет какой команды понравился больше, почему?

### **Упражнение №4 « Где находится гнев?»**

**Цель:** развитие рефлексии.

**Ход занятий:** Закрывать глаза, вспомнить ситуацию, когда приходилось испытывать чувство гнева. Погрузиться в это состояние, прочувствовать как гнев отражается на общем состоянии, где концентрируется ощущение гнева.

Затем детям предлагается, на подготовленных листах с изображением контура человека, изобразить выбранным цветом гнев, место, где он у них находится.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

**Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### **Занятие №8**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

**Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 Методика «Портрет моей семьи».**

**Цель:** вместе с ребёнком проиграть травмирующие и негативные моменты взаимоотношений между родителями и им самим.

**Материал:** карандаши цветные и листы бумаги.

**Ход занятий:** Ребёнку предлагается по очереди нарисовать всех членов своей семьи в виде портрета, организовав некоторую галерею предков. После этого, консультант предлагает оживить портреты, но уже не в нашем времени, а в другом, наделив их качествами, которые присущи изображённым персонам. Затем, вместе с ребёнком придумывается история, при которой те качества, которые ребёнку не нравятся в предках, помогают им выжить. После этого, консультант вместе с ребёнком рисуют его портрет и тоже переносят в прошлое, где он становится волшебником, а все персонажи приходят к нему с просьбой перенести их в их настоящее время. Каким окажется волшебник (с какими качествами), перенесёт ли он предков обратно или нет, решает сам ребёнок (здесь диагностируется принятие или не принятие своей семьи ребёнком).

Игра должна закончиться тем, что ребёнок снова идёт по галерее картин с нарисованными членами своей семьи, и по очереди каждого человека с портрета перенести на общий лист бумаги и нарисовать его за каким-то общим занятием с остальными. Ребёнок же остаётся пока в роли волшебника и может вспомнить все свои «обидки» и нарисовать их в виде разных, страшных животных рядом с каждым членом семьи. Когда рисунок закончен, ребёнку предлагается внимательно посмотреть на страшную картинку и подумать, хотел бы он там оказаться... ведь роль волшебника должна закончиться, и ему придётся нарисовать себя тоже на этом страшном листе с животными. Но у него есть последнее желание...

### **Подведение итогов занятия.**

Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывают свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### Занятие №9

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседу по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

#### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Упражнение №1 Методика «рисование истории».**

**Цель:** укрепление связи между психологом и ребёнком, а также осознание альтернативных чувств и способов поведения в разных жизненных ситуациях.

**Материал:** карандаши и листы бумаги.

**Процедура:** консультант на бумаге рисует одну линию и просит ребёнка дополнить это таким образом, чтобы возникла картинка. И только тогда, когда рисунок закончен, консультант задает вопросы вроде: «что это?» или «Что здесь происходит, и кого ты изображал?» На следующем этапе уже ребёнок должен нарисовать первый знак, консультант развивает этот знак в рисунок, который является продолжением картинка нарисованной ребёнком. Таким образом, возникает серия рисунков, которые должны уложиться в более полную историю. Когда серия картинок будет закончена и ребёнок расскажет историю о них, стоит рассмотреть их заново и проанализировать. Одновременно стоит намекнуть ребёнку, чтобы он придумал другое завершение истории, которое могло бы быть более красочным. Таким образом, ребёнок сможет осознать существование альтернативных чувств и способов поведения.

**Подведение итогов занятия.** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Дети по очереди высказывает свое отношение к занятию, обсуждая те моменты, которые были интересны или скучны, что понравилось или не понравилось на занятии.

#### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

#### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

### Занятие № 10 «Внимание к другому»

**Цели:**

- формирование у детей понимания значимости друга и дружбы в целом;
- формирование доброжелательного отношения друг к другу;
- развитие позитивного отношения к себе.

**Необходимые материалы:**

- мягкая игрушка (мишка);
- мяч;
- бумага для рисования;
- карандаши, фломастеры.

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

**Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

**Упражнение № 1 «Опиши друга»**

**Цель:** формирование внимательного отношения к другому человеку.

**Ход выполнения:** психолог просит детей разделиться на пары. Каждая пара выполняет упражнение по очереди. Двое садятся спиной друг к другу и по очереди описывают внешность партнера (прическу, цвет глаз, одежду, другие особенности). Выясняется, кто оказался точнее при описании друга. По окончании упражнения проводится небольшое обсуждение. Психолог задает детям следующие вопросы:

- какие трудности испытывали при описании друга?
- о чем обычно забывали сказать?

**Упражнение № 2 Рисунок друга**

**Цель:** повышение значимости друга и дружбы в целом; воспитание позитивного отношения к окружающим людям.

**Ход выполнения:** Психолог спрашивает детей об их друзьях. Предлагает нарисовать того, с кем они любят играть, гулять, с кем интересно и приятно быть вместе. Если у кого-то из детей на данный момент нет близкого друга, психолог предлагает нарисовать друга, которого ребенок хотел бы иметь. Закончив рисовать, дети по очереди рассказывают о своих друзьях. Психолог подводит детей к мысли, что дружба

и общение с другим человеком приносят радость. Надо быть добрым и внимательным к тому, кто тебя окружает, с кем ты общаешься каждый день.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

## **Занятие № 11**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 «Ноги топают, а шарики хлопают».**

**Цель:** «Шарики хлопают» – еще один способ контроля над чувствами раздражения и гнева. Детям предлагается освободиться от накопившейся злости, сдавливая и «взрывая» десять шариков. Просим ребят ощутить, раздражение и злость выходят через большой и указательный пальцы, когда они сильно сжимают ими шарик.

**Ход занятия:** Для упражнения «Ноги топают» на картоне необходимо нарисовать контуры ступней, слегка раздвинутых носками наружу. Детям предлагается топать изо всех сил ногами рядом с рисунком, изображающим следы. Мы поймем, что гнев «вышел» из нас, не только потому, что почувствуем себя лучше, но и потому, что наши стопы станут горячими – верный признак того, что нам удалось избавиться от злости. Чтобы еще больше успокоиться предлагаем сделать несколько глубоких вдохов и выдохов. Затем просим нарисовать рассерженное лицо наверху следа и счастливое лицо – у его основания.

### **Упражнение №2 «Дыхание на счет 7-11»**

**Цель:** Упражнение помогает снять сильное физическое напряжение, не выходя из стрессовой ситуации.

**Ход занятия:** Дышите очень медленно и глубоко, причем так, чтобы весь цикл дыхания занимал около 20 секунд. Считайте до 7 при вдохе и до 11 при выдохе. Концентрируйте внимание на своем дыхании.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

## **Занятие № 12**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 Ящик с «обидками»**

**Цель:** посредством активных действий выплеснуть негативные переживания.

**Материалы:** картонный ящик и газета.

**Ход занятия:** Ребёнок комкает куски газеты в шары и кидает их в стену. Они падают, оставаясь на полу, а он продолжает комкать всё новые куски газеты и кидать в стену до тех пор, пока не устанет. Если ребёнка обидели, то ему можно посоветовать сопровождать каждый бросок словами, адресованными обидчику. Когда ребёнок устанет и немного успокоится, можно вместе с ним собрать бумажные комки и сложить их до следующего раза, объясняя ему, что он всегда может ими воспользоваться наедине в своей комнате, когда снова почувствует сильное напряжение и желание злиться.

### **Упражнение №2 Игра «похвалилки»**

**Ход занятия:** 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.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

## **Занятие № 13**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, глядя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 «Ты учитель....ты родитель...ты одноклассник».**

**Цель:** коррекция агрессивности.

**Ход занятия:** Каждому участнику группы дается возможность побывать в образе нелюбимого учителя (нелюбимого одноклассника). Затем рассказать о том, как он себя чувствовал в данном образе.

### **Упражнение №2 «Обсуждение»**

**Цель:** Коррекция агрессивности.

**Ход занятия:** Для данного упражнения требуется три текста, где герои сюжета совершают поступки, которые можно рассматривать как положительные, так и отрицательные. Каждому участнику предлагается высказать свое мнение по данной проблеме, избегая установившихся стереотипов («так как надо»). Остальные

участники оценивают его искренность в соответствии с установленными правилами и высказывают свое мнение.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

## **Занятие №14**

### **Заключительное занятие.**

**Ритуал приветствия:** Психолог звонит в колокольчик, дети здороваются рукопожатием, хлопает в ладоши, дети здороваются, гладя соседа по спине, постукивание карандашом по столу дети прикасаются плечом.

### **Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

### **Упражнение №1 «Король сказал...»**

**Цель:** переключение внимания с одного вида деятельности на другой, преодоление двигательных автоматизмов.

**Ход занятий:** Дети вместе с психологом становятся в круг. Психолог говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять только в том случае, если он добавит слова «Король сказал». Кто ошибется, выходит на середину круга и выполняет какое-нибудь задание участников игры, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д. Вместо слов «Король сказал» можно добавлять и другие, например, «Пожалуйста» или «Командир приказал».

### **Упражнение № 2 «Ладушки»**

**Цель:** формирование умения устанавливать контакт, обучение совместному взаимодействию.

**Ход выполнения:** Психолог просит детей разделить на пары. Играя с партнером в «Ладушки», необходимо достичь высокого темпа, не сбиваясь и не разговаривая. Затем партнеры меняются друг с другом.

После выполнения данного упражнения проводится небольшое обсуждение. Психолог задает детям следующие вопросы:



С кем из ребят тебе больше понравилось играть?

С кем из ребят получилось достичь наиболее высокого темпа?

### **Упражнение №3 «Черепаша»**

**Цель:** Научить контролировать свои движения.

**Инструкция:** Тренер встает у стены помещения, остальные участники располагаются вдоль противоположной стены. По сигналу ведущего они начинают движение. Далее тренер говорит: Представьте себе, что все мы – черепахи. Я – большая черепаха, а вы – маленькие черепашки. Я пригласила вас в гости на день рождения. Я жду вас в гости. Но вот беда: праздничный торт еще не готов. По моей команде вы можете идти ко мне, нигде не останавливаясь. Помните: вы – черепахи и должны идти как можно медленнее, чтобы дойти только в тот момент, когда торт будет уже готов. Тренер следит, чтобы никто не останавливался и не спешил. Через 2-3 минуты он дает новый сигнал, по которому все «замирают». Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи-именинницы. Игра может повторяться несколько раз. Затем ведущий обсуждает с группой в кругу, трудно ли им было двигаться медленно и что им помогло выполнить инструкцию.

### **Упражнение №4**

**Основная часть занятия – совместное рисование «Город дружбы».**

**Цель:** закрепления навыка совместной деятельности.

**Ход выполнения:** Психолог предлагает детям выбрать одну из следующих тем совместного рисования:

- взаимоотношения;
- дружба;
- понимание;
- я и другие;
- трудности в отношениях и их преодоление.

Определившись с темой, дети приступают к изготовлению коллажа. Психолог оказывает детям помощь при необходимости. В процессе выполнения задания детям разрешается разговаривать и обсуждать происходящее. По окончании изготовления коллажа дети делятся впечатлениями по поводу нарисованного и совместной работы в группах. Психолог задает детям следующие вопросы:

- довольны ли вы результатом своей работы?
- что было интересного и трудного в процессе изготовления работы?
- трудно ли было договариваться между собой?

**Подведение итогов занятия.**

Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Каждый ребенок по очереди высказывает, что понравилось или не понравилось на занятии, что было наиболее интересно или, наоборот, трудно.

**Ритуал «Барометр настроения»**

**Цель:** Развитие понимания своего настроения, а также настроения другого человека.

**Ход выполнения:** Дети и психолог сидят на стульях в кругу. Психолог предлагает детям по очереди показать свое настроение (как барометр показывает погоду). Настроение показывается только руками: плохое настроение – ладони касаются друг друга; хорошее настроение – руки широко разведены в стороны.

**Ритуальное «Прощание».**

**Ход занятий:** Дети становятся в круг! Спасибо (Паша), мне было приятно с тобой работать! (Ребенок чье имя было названо, передает мягкую игрушку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!