

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ДЕТСКИЙ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ «ЗАРЯ»  
(ООО ДОЛ «ЗАРЯ»)



«Утверждаю»  
Директор  
ООО ДОЛ «ЗАРЯ»  
Столярова Ю.А.  
Приказ № 14 от 11.01.2024г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
социально-гуманитарной направленности

**«Психология для всех»**

**Возраст обучающихся: 6- 17 лет**  
**Срок реализации: 12 часов**

**Автор-составитель:**

Ефизова Л.В., психолог

**г. Пенза**  
**2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1. Общая характеристика программы

Современные концепции организации летнего отдыха и оздоровления детей и подростков рассматривают детский отдых в летних оздоровительных лагерях не как особую педагогическую систему или методику, а как неотъемлемую составляющую всей жизнедеятельности ребенка, где гармонично сочетаются духовно-эстетические, рационально-познавательные, идейно-нравственные начала, это освоение жизни ребенком самым непосредственным, естественным образом. В лагере создаются благоприятные возможности для привлечения всех детей, участников лагерных смен, к занятиям физической культурой и спортом, туризмом, природоохранной работе, для расширения и углубления знаний об окружающем мире, развития творческих способностей детей, организации общественно полезного труда.

Дополнительное образование в лагере – один из немногих способов совместить отдых ребенка и организовать досуг, обеспечивающий личностное развитие, интерес к обучению. Для достижения этой цели в Детском оздоровительном лагере «Заря» разрабатываются и реализуются программы дополнительного образования самых разных направленностей – художественной, технической, физкультурно-спортивной, социально-гуманитарной. С учетом пожеланий детей и родителей организованы разновозрастные группы, в которых дети могут заниматься в разнообразных объединениях: кружках, клубах, лабораториях, творческих мастерских. Организация кружковой деятельности лагеря включает в себя ряд этапов: изучение интересов прибывших в лагерь детей, презентация имеющихся в лагере кружков на общем сборе, ознакомление детей с режимом работы всех кружков, самоопределение детей и запись их в кружки, деятельность ребят в кружках, текущее отражение результатов деятельности детей, подведение итогов работы кружков в конце смены и представление результатов их деятельности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психология для всех» Я» призвана помочь детям подросткам в организации и осуществлении процесса саморазвития в условиях временного коллектива Детского оздоровительного лагеря (ДОЛ). Занятия по программе призваны помочь учащемуся чувствовать себя комфортно в среде сверстников, понять свою индивидуальность, осознать основные способы общения с другими людьми, помочь преодолеть барьеры в общении и стереотипы поведения.

Содержание тем, используемые современные интерактивные образовательные технологии, доверительно – созидательная атмосфера, созданная педагогом на занятиях, целенаправлены на усвоение учащимися духовных ценностей: Жизнь, Гармония, Равенство, Любовь, Самореализация.

Данная программа является по содержанию – социально-гуманитарной, по уровню освоения – ознакомительной, по форме организации – очной, по степени авторства – модифицированной. Программа построена на модульном принципе представления содержания и построения учебных планов, т.е. включает в себя относительно самостоятельные дидактические единицы– модули, позволяющие увеличить ее гибкость, вариативность.

### **1.2 Программа разработана в соответствии с Нормативно-Правовыми документами:**

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации от 29.12. 2012 г. №273 - ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р).

### **1.3 Актуальность**

Актуальность программы «Психология для всех» обусловлена тем что, находясь в условиях временного коллектива Детского оздоровительного лагеря, дети оказываются в совершенно новой для себя социокультурной среде, активновлияющей на процесс их социализации: в этот период в корне меняется их социальная позиция, возникают социально значимые обязанности, а также меняется форма основной деятельности, начинает складываться новый тип общения с окружающими людьми и т.д.

Личность как объект общественных отношений рассматривается в педагогике в контексте двух взаимосвязанных процессов: идентификации и социализации. Идентификация – это процесс, при котором человек прибегает к отождествлению себя с другими людьми (идентифицировать себя личность может для психологической защиты или для того, чтобы быстро адаптироваться в обществе). Идентификационный процесс

является вполне нормальным явлением, при котором индивид всячески пытается приобрести новый опыт, чтобы в дальнейшем двигаться по самостоятельному пути развития.

Социализация – это процесс усвоения индивидом образцов поведения, социальных норм и ценностей, необходимых для его успешного функционирования в данном обществе. Теория и практика исследования социализации личности ребенка в Детском оздоровительном лагере выявили ряд противоречий. С одной стороны, ДОЛ предоставляет ребенку возможность вырваться из-под жесткого контроля школы и опеки семьи, подчас подавляющих его стремление к саморазвитию (в условиях лагеря ребенок оказывается в ситуации свободного выбора общения, действий и поступков, форм творческой деятельности, способствующих социализации личности), с другой стороны, имеет место отрыв от семьи, от привычных взаимоотношений, от устоявшегося мироощущения, где любые проблемы, возникающие на пути ребенка, разрешаются при поддержке взрослого, и попадание в новую среду жизнедеятельности, требующей самостоятельности и принятия собственных решений. Подобная смена обстановки не может не влиять на психологическое состояние детей.

Детям необходима среда, в которой возможно максимально выразить себя, взаимодействовать с себе подобными в обстановке сопричастности к решению задач, стоящих перед коллективом. Они ищут общность, которая бы компенсировала неудовлетворенные потребности, притязания, интересы и такую компенсаторную функцию может выполнять коллектив детского объединения, осваивающего программу дополнительного образования «Психология для всех».

В коллективе Детского оздоровительного лагеря ребёнок начинает размышлять прежде, чем действовать, пытается предугадать возможные последствия своих действий и слов, его поведение становится более опосредованным и произвольным, происходят и существенные изменения в эмоционально-мотивационной сфере: возникает обобщение переживаний, череда успехов или неудач, каждый раз переживаемых ребенком в каких-либо ситуациях (бытовых, продуктивных ситуациях деятельности, в общении), которые могут привести к формированию устойчивых аффективных комплексов чувства неполноценности, ущемленного самолюбия или, напротив, чувства собственной значимости, умелости и компетентности.

Программа «Психология для всех» позволяет учащимся интенсивно развиваются моральные чувства – чувства товарищества, ответственности за коллектив, сочувствие к переживаниям окружающих, негодование при чьей-то несправедливости. Переживание таких чувств очень важно – ребенку легче поступать в соответствии с теми нормами, которые предъявляются ему взрослыми, именно тогда, когда его что-то эмоционально задевает, когда он живо чувствует необходимость



отклонений в развитии личности учащегося за счет своевременного выявления и учета особенностей его взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Целесообразность выбора интерактивных техник и малых игровых форм обусловлена краткосрочностью программы и возможность практического применения результатов «здесь и сейчас» в условиях временного детского коллектива ДОЛ. Комфортная психологическая среда творчества, сотрудничества и свободного общения, созданная на занятиях, способствует снятию эмоционального напряжения, создаёт позитивное настроение в смене детского оздоровительного лагеря.

### **1.6 Цель и задачи дополнительной общеобразовательной программы**

**Цель:** формирование личности, способной к самовыражению в детском коллективе, адекватно воспринимающей окружающую действительность, умеющей выстраивать оптимальную систему отношений и общения с окружающими, понимающей и уважающей чувства других людей, готовой к социально-полезной деятельности.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- обучить правилам психологической безопасности как состояния защищенности и возможности действовать без личных и межличностных рисков;
- актуализировать знания об основных эмоциях, чувствах;
- обучить простейшим способам саморегуляции, навыкам конструктивного выражения эмоций;
- дать начальные знания о способах анализа ситуаций, мотивов, интересов, поступков других людей;
- сформировать элементарные навыки эффективного общения и конструктивного взаимодействия(в рамках выбранных вариативных модулей).

##### **Воспитательные:**

- предъявить ценностные установки, способствующие вхождению человека в мир социальной культуры: Жизнь, Гармония, Равенство, Любовь, Самореализация;
- воспитать доброжелательное отношение к людям, через атмосферу общей культуры, взаимопонимания и умения работать в коллективе;
- воспитать у учащихся такие качества личности как: самоорганизация, самоанализ, умение находить баланс между трудом и отдыхом.

### **Развивающие:**

- развить коммуникативные умения: умение общаться и взаимодействовать в группах, работать в парах, уважать мнение других, внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника;
- развить основные приемы мыслительной деятельности: анализ, обобщение, сравнение;
- развить интерес к самопознанию и способам саморегуляции;
- развивать стремление к продолжению образования в будущем.

### **1.7 Адресат программы, возрастные особенности**

Программа «Психология для всех» предназначена для учащихся, начиная с 6-летнего возраста и до 17 лет. Для грамотной организации процесса обучения в программе имеются инвариантные модули (для разновозрастных групп) и вариативные модули для детей 6-9, 10-13 и 14-17 лет. Выбор модуля определяет вопрос о применении различных методов и приемов обучения, используемых технологиях обучения и воспитания, объем материала и сложность предлагаемых игровых ситуаций.

В возрасте 6-9 лет ребенок начинает заниматься социально значимой, общественно оцениваемой учебной деятельностью, характеризуется своей результативностью, обязательностью и произвольностью. В этот период отмечается формирование одной из начальных ключевых компетенций – общение, которое возникает ранее других психических процессов и присутствует во всех видах деятельности. Оно оказывает влияние на речевое и психическое развитие ребенка, формирует личность в целом.

Известный педагог А. П. Усова писала, что группа учащихся 6-9 летнего возраста – первое своеобразное детское общество, возникающее в совместных играх детей, где они могут совместно объединяться друг с другом и действовать как маленькими, так и большими детскими группами. В 6 лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками в игре и других видах совместной деятельности. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Особенностями проявлений психического развития учащихся 6 – 7 летнего возраста являются так же: желание заниматься интересными делами, которые сам же умеет и находить, стремление к контактам, проявление доброжелательности в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость, стремление к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Возраст 7-8 лет является одним из переломных этапов в развитии ребенка. Ребёнок становится способным к рассуждению. Вместо импульсивного поведения ребёнок 7-8 лет анализирует всю ситуацию, перед тем как действовать. Происходят изменения в социальной позиции

ребёнка. Возникает ряд сложных образований, это самолюбие, самооценка, обобщение чувств, уровень запроса к самому себе. У учащегося в этом возрасте расширяется круг общения. Он становится более самостоятельным, усиливается потребность в друзьях, резко возрастает интерес к окружающему миру.

Как правило, в 8 лет у детей уже довольно развита самостоятельность и чувство ответственности за собственные поступки. В 8 лет дети чувствуют себя настолько взрослыми, что порой не признают вторжение старших на их территорию. Одно из основных качеств, формируемых в этом возрасте — независимость. В 8 лет у детей развит подражательный инстинкт: они внимательно следят за взрослыми и их жизнью, прислушиваются к их разговорам, стремясь быть похожими на них.

В 9 лет психическое развитие ребенка переходит на новый уровень — они становятся эмоционально заметно более зрелыми, умеют чувствовать ситуацию, приходить на помощь. Еще одна характеристика психического развития ребенка 9 лет — это самоуверенность или же, наоборот, неуверенность в себе.

К 9 – 10 годам формируется самооценка ребенка. Для общения детей этого возраста характерна эмоциональность, неустойчивость контактов, однако постепенно дети начинают проявлять большую самостоятельность в общении, приспосабливаются к обществу вне семейного круга. В этом возрасте бурно развивается чувство юмора, ребенок с удовольствием рассказывает забавные истории, подмечает смешное в жизни. Необходимо учить детей этой возрастной группы терпимости и самоконтролю, уважению прав и чувств других людей, контролю над действиями и поступками, повышению мотивации к творчеству.

В 11 – летнем возрасте наиболее интересным для ребенка становится обучение через исследование. В этом возрасте ребенка интересуют не просто новые факты, но и причины, механизмы событий.

У детей 12 – 15 лет формируются мотивы самосознания, взглядов, убеждений, мировоззрений. Развивается логическая память и теоретическое мышление. Дети этого возраста направлены на познание себя, самокритичны, проявляют склонность к подражательству.

Старший подростковый возраст (15 – 17 лет) — это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становления нравственности и открытия «Я», обретения новой социальной позиции. Но это и возраст потерь детского мироощущения, более беззаботного и безответственного образа жизни, пора мучительных и тревожных сомнений в себе и в своих возможностях, поиски правды в себе и в других. Это шаг в зрелость, пора выбора своего места в жизни, определения и реализации своих планов, пора всепоглощающего стремления к общению.

## 1.8 Формы обучения

Обучение по программе «Психология для всех» предполагает очную форму проведения занятий, включающие групповые занятия (в том числе в разновозрастных группах) и индивидуальные занятия.

## 1.9 Объем программы, режим занятий

Программа рассчитана на 12 часов, состоит из 3-х инвариантных и 6 вариативных модулей для следующих возрастных групп детей: 6-19 лет, 10-13 лет, 14-17 лет. Программа носит практико-ориентированный характер.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность академических часа: 45 минут.

## 1.10 Особенности организации образовательного процесса

Педагогические принципы, определяющие теоретические подходы к построению образовательного процесса при реализации программы «Психология для всех» основываются на общедидактических принципах научности, последовательности, системности, связи теории с практикой, доступности. В целях раскрытия педагогического и развивающего потенциала учебно-воспитательного процесса по программе акцент в ней делается на следующих принципах:

— принцип природосообразности (процесс строится на научном понимании естественных и социальных процессов, общих законов развития человека сообразно его полу и возрасту, в соответствии с природой ребенка, его психической конституцией, его способностями);

— аксиологический принцип (рассматривает образование как путь приобщения личности к ценностям, как средство формирования индивидуальной системы ценностей и идеалов);

— принцип патриотической направленности (предусматривает обеспечение субъективной значимости для детей идентификации себя с Россией,

российской культурой, природой родного края). Реализация этого принципа предполагает использование эмоционально окрашенных представлений (образы этнокультурных, эстетических явлений и предметов, собственных действий по отношению к людям, стимулирование переживаний, которые ориентируют ребенка на действия, приносящие благо Отечеству).

Программа построена с учетом тенденций взросления: начинается с приобщения детей к пониманию психических процессов познания и переживаний человека, что приводит их в дальнейшем к великому открытию: «Я как представитель человечества, как все люди, обладаю немислимым богатством. Если захочу, я столько смогу всего узнать и сделать!»

Занятия проводятся в учебной комнате, однако соблюдается принцип гибкости образовательной среды, то есть могут легко



## II ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Предметным результатом** является освоенный обучающимися в ходе изучения дополнительной общеобразовательной программы опыт специфической деятельности по получению продукта (нового знания), его преобразованию и применению.

Учащиеся будут знать:

- правила психологической безопасности как состояния защищенности и возможности действовать без личных и межличностных рисков;
- начальные сведения об основных эмоциях, чувствах;
- простейшие способы саморегуляции и конструктивного выражения эмоций;
- начальные знания о способах анализа ситуаций, мотивов, интересов, поступков других людей;
- элементарные правила эффективного общения и конструктивного взаимодействия (в рамках выбранных вариативных модулей).

Учащиеся будут уметь:

- общаться и взаимодействовать в группах, работать в парах, уважая мнение других,
- внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника;
- осуществлять основные приемы мыслительной деятельности: анализ, обобщение, сравнение;
- применять простейшие способы саморегуляции в реальной жизни.

**Личностным результатом** является способность учащихся к саморазвитию и стремление к самореализации.

**Учащиеся:**

- имеют ценностные установки, способствующие вхождению человека в мир социальной Культуры;
- доброжелательны по отношению к людям;
- обладают такими качествами качества личности как: самоорганизация, самоанализ, самоконтроль, умение находить баланс между трудом и отдыхом;
- имеют интерес к продолжению обучения.

**Метапредметные результаты:**

- идентификации себя российской культурой, природой родного края;
- ориентация ребенка на действия, приносящие благо Отечеству;
- умение контролировать и оценивать свои действия, оценивать правильность выполнения действий другими, вносить необходимые коррективы;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

## Календарный учебный план

Название раздела	Учебных недель	Кол-во учебных часов
Эмоциональная сфера человека	0,5	2
Механизмы взаимопонимания.	0,5	2
Умение владеть собой	0,5	2
Вариативный модуль	1,5	6
<b>Всего:</b>	<b>3</b>	<b>12</b>

## III УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ Тем п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Инвариантные модули</b>					
<b>1.</b>	<b>Эмоциональная сфера человека</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Беседа в форме вопрос-ответ, анализ участия в игре-тренинге, психологическая игра, рефлексия эмоционального состояния, решение ситуационных задач.</b>
1.1	Типы восприятия.	0,5	0,25	0,25	Беседа в форме вопрос-ответ, анализ участия в игре-тренинге.
1.2	Мои эмоции. Управление эмоциями.	1	0,5	0,5	Психологическая игра, рефлексия эмоционального состояния.
1.3	Чувства мои и других. Чувства, которые мы скрываем.	0,5	0,25	0,25	Решение ситуационных задач, психологическая игра.
<b>2</b>	<b>Механизмы взаимопонимания.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Ситуативная игра, обсуждение и рекомендации по ее результатам, психологические игры и упражнения, самодиагностика, рефлексия в кругу.</b>
2.1	Психологические особенности человека.	0,5	0,25	0,25	Ситуативная игра, обсуждение и рекомендации по ее результатам.
2.2	Языки общения.	1	0,5	0,5	Психологические игры и упражнения, самодиагностика.
2.3	Понятие межличностных отношений.	0,5	0,25	0,25	Ситуативные игры и упражнения, рефлексия в кругу.
<b>3</b>	<b>Умение владеть собой</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Поведенческие игры и упражнения, групповой и индивидуальный анализ игр, рефлексия в кругу.</b>
3.1	Роль саморегуляции в процессе общения.	0,5	0,25	0,25	Поведенческие игры, групповой и индивидуальный анализ игр.
3.2	Управление настроением.	1	0,5	0,5	Игры, упражнения с элементами тренинга, рефлексия в кругу.
3.3	Управление телом.	0,5	0,25	0,25	Психологические игры и упражнения, самодиагностика.
<b>Вариативные модули</b>					

<b>4</b>	<b>Песко-терапия.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>Психологические игры и упражнения, самодиагностика, творческая лаборатория, рефлексия в кругу.</b>
4.1	Общие рамки игровой песко-терапии.	3	0,5	2,5	Психологические игры и упражнения, самодиагностика.
4.2.	Игры-сказки на песке	3	0,5	2,5	Творческая лаборатория, рефлексия в кругу.
<b>4</b>	<b>Игровая терапия.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>Психологические игры и упражнения, самодиагностика, анализ индивидуального и группового участия в играх, рефлексия в кругу.</b>
4.1	Общие рамки игровой терапии	3	0,5	2,5	Психологические игры и упражнения, самодиагностика.
4.2.	Терапевтические игры.	3	0,5	2,5	Анализ индивидуального и группового участия в играх, рефлексия в кругу.
<b>4</b>	<b>Сказко-терапия.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>Психологические игры и упражнения, самодиагностика, литературная гостиная, рефлексия в кругу.</b>
4.1	Общие рамки игровой сказко-терапии.	3	0,5	2,5	Психологические игры и упражнения, самодиагностика.
4.2	Терапевтические сказки.	3	0,5	2,5	Литературная гостиная, рефлексия в кругу.
<b>4</b>	<b>Музыка-терапия.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>Психологические игры и упражнения, самодиагностика, музыкальный салон, рефлексия в кругу.</b>
4.1	Общие рамки музыка-терапии	3	0,5	2,5	Психологические игры и упражнения, самодиагностика.
4.2.	Терапевтическая музыка.	3	0,5	2,5	Музыкальный салон, рефлексия в кругу.
<b>4</b>	<b>Арт-терапия</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>Творческая лаборатория, самодиагностика, групповая диагностика, рефлексия в кругу.</b>
4.1	Общие рамки Арт-терапии	3	0,5	2,5	Творческая лаборатория, самодиагностика.
4.2	Популярные виды Арт-терапии	3	0,5	2,5	Творческая лаборатория, групповая диагностика, рефлексия в кругу.
<b>4</b>	<b>Когнитивно-поведенческая терапия.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>Беседа в формате вопрос-ответ, самодиагностика, сократовская беседа, оценочная сессия</b>
4.1	Общие рамки когнитивно-поведенческой терапии	3	0,5	2,5	Беседа в формате вопрос-ответ, самодиагностика.
4.2	Методы и техники когнитивно-поведенческой терапии.	3	0,5	2,5	Сократовская беседа, оценочная сессия
	<b>Итого</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	

## Содержание дополнительной общеобразовательной программы

## Инвариантные модули

### Модуль 1 «Эмоциональная сфера человека»

#### Тема 1.1. Типы восприятия.

Теория: Типы восприятия: визуал, аудиал, кинестетик, дигитал.

Практика: Тренинг знакомства. Обсуждение правил групповой работы. Диагностика доминирующей перцептивной модальности С. Ефремцева (ведущий канал восприятия).

Контроль: Понимание особенностей типов восприятия.

#### Тема 1.2. Мои эмоции. Управление эмоциями.

Теория: Мои эмоции. Невербальное и вербальное общение (жесты, мимика, интонация, тембр голоса, внешний вид). Понятие и классификация эмоций. Содержание приема «Эмоциональный дневник».

Практика: Психологическая игра «Выражение эмоций», отработка приема «Эмоциональный дневник» для рефлексии своего эмоционального состояния и самопомощи в ситуациях эмоционального дискомфорта. Тренинг «Как быть с эмоциями».

Контроль: Умение распознавать эмоции, знание методов управления эмоциями.

#### Тема 1.3. Чувства мои и других. Чувства, которые мы скрываем.

Теория: Чувства «полезные» и «вредные». Позитивные и негативные чувства. Знакомство со скрываемыми чувствами. Определение основных причин, по которым люди скрывают свои чувства, психологическая игра «Маска».

Практика: Решение ситуационных задач.

Контроль: Правильность решения ситуационных задач, осознание основных причин по которым люди скрывают свои чувства.

### Модуль 2 Механизмы взаимопонимания.

#### Тема 2.1. Психологические особенности человека.

Теория: Первое впечатление о человеке. Значение установки и прошлого опыта в восприятии человека человеком. Восприятие людей разного возраста, пола, профессии. Влияние темперамента на общение. Стиль и манера общения. Пространство и время общения. Подстройки в общении.

Практика: Проигрывание ситуаций, составленных на основе теста В.Н. Панкратова «Ваш стиль общения».

Контроль: Адекватность оценки стиля и уровня общительности. самоподачи в обществе, выявление трудностей в общении и определения стиля взаимодействия личности в социуме.

#### Тема 2.2. Языки общения.

Теория: Психические процессы и понимание людьми друг друга. Стереотипы

понимания другого человека. Понимание чувств другого человека. Знакомство с различными способами общения. Сигналы, на которые стоит обращать внимание при общении (эмоции, невербальное поведение).

Практика: Отработка навыков определения сигналов общения через игры и упражнения «Представь и почувствуй», «Тень», «Представь, что ты». Отработка умения считывать и понимать сигналы при общении с окружающими от окружающих и правильно на них реагировать через игры и упражнения «Показывай одно – говори другое», «Портрет без слов».

Контроль: Освоение навыка распознавания языка жестов и движений у окружающих.

### **Тема 2.3. Понятие межличностных отношений.**

Теория: Личные и деловые отношения. Чувства симпатии и антипатии. Товарищество и дружба.

Практика: Проигрывание ситуативных игр и упражнений на осознание своего места в коллективе «Я и другие», «Даже если не похожи», «Связующая нить», на проявление навыков дружить «Дружные ребята», «Миришь – больше не дерись».

Контроль: Умение выходить из провоцирующих или конфликтных ситуаций.

## **Модуль 3 Умение владеть собой.**

### **Тема 3.1. Роль саморегуляции в процессе общения.**

Теория: Возможность управлять и переключать такие эмоциональные состояния как злость, обида, тревога, капризы и упрямство.

Практика: Поведенческие игры, направленные на приобретение и закрепление навыков саморегуляции «Я держу себя в руках», «Планета капризулек», «Я злюсь», «Мне тревожно», «Ты обиду не держи – поскорее расскажи».

Контроль: Способность саморегуляции эмоционального состояния в поведенческих играх.

### **Тема 3.2. Управление настроением.**

Теория: Понятие «настроение» и что он в себя включает. Какие бывают настроения. Особенности собственного настроения.

Практика: Игры, направленные на осознание своего настроения: «Мое настроение», «Забавные человечки», «Я умею», «Ой, боюсь, боюсь, боюсь». Игры, направленные на осознание особенностей своего настроения и получение обратной связи от окружающих на особенности

настроения: «Злюка», «Встал (а) не с той ноги», «Мне страшно», «Мои секреты».

Контроль: Способность определять свое и чужое настроение.

### **Тема 3.3. Управление телом.**

Теория: Знакомство с управлением своего тела посредством напряжения и расслабления. Осознание телесного дискомфорта.

Практика: Игры и упражнения направлены на преодоление телесного дискомфорта, двигательное раскрепощение: «Почувствуй тело», «Из семени в дерево», «На пляже», «Заморозка». Отработка гармонизации эмоционального состояния через расслабление – напряжение: «Любопытная Варвара», «Веретено», «Кораблик».

Контроль: Способность управлять своим телом посредством напряжения и расслабления.

## **Вариативные модули**

### **Модуль 4 Песко-терапия.**

(для детей в возрасте от 6 до 9 лет)

#### **Тема 4.1. Общие рамки песко-терапии.**

Теория: Техники рисования песком: кончиком пальца, с одновременным использованием нескольких пальцев, насыпание из кулачка, способом сгребания песка в кучки, в заданном направлении при помощи обеих рук, ладонью.

Практика: Упражнения «Волшебный песок», «Песочный дождик», «Змейка», «Необычные следы», «Отпечатки рук», «Норки для мышки», «Я пеку, пеку, пеку». Игры «Где ручки?», «Лист – путешественник», «Игра на пианино», «Собери грибы» (картотека игр и упражнений в Приложении 1.)

Контроль: Развитие тонких тактильных ощущений, вызванных манипуляциями с песком, ощущение положительных эмоций.

#### **Тема 4.2. Игры-сказки на песке.**

Теория: Сказки песочного города (пример в Приложении 2).

Практика: Придумывание сказки, проигрывание на песке.

Контроль: Развитие мелкой моторики, воображения, творческого потенциала в процессе вовлечения в практическую деятельность.

### **Модуль 4 Игровая терапия.**

(для детей в возрасте от 6 до 9 лет)

#### **Тема 4.1. Общие рамки игровой терапии**

Теория: Игровое самовыражение. Сохранение откровенной и задорной атмосферы в игре.

Практика: Моделирование системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях (Примеры игр в приложении 3). Игры из фольклорной терапии (Приложение 4).

Контроль: Способность к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли и правил, а также поведение в игровом сюжете.

#### **Тема 4.2. Терапевтические игры.**

Теория: Виды игр. Выражение своих мыслей, чувств в игре.

Практика: Структурированные игры (с применением кукол, машинок и других игрушек, которые помогают учащимся выразить желания, прививают нормы поведения, исправляют асоциальность), неструктурированные игры (при которой выполняются физические или спортивные упражнения, применяются пластилин для выражения скрытых мыслей и ощущений).

Контроль: Изменение позиции ребенка в направлении преодоления познавательного и личностного эгоцентризма и последовательной децентрации, осознание учащимися собственного "Я" в игре, способность к разрешению проблемных ситуаций.

### **Модуль 4 Сказка-терапия.**

(для детей в возрасте от 10 до 13 лет)

#### **Тема 4.1. Общие рамки сказка - терапии**

Теория: Сказка – это не только полезное, но и интересное захватывающее «лекарство» души. Многообразие сказочных форм. Принципы сочинительства сказок: рассказ должен быть эмоциональным, рассказывать сказку нужно ровным, певучим голосом, используя повторы, рассказ должен подразумевать вероятность нескольких вариантов решений и ответов на вопросы, актуальные проблемы шифруются в тексте при помощи образов и метафор, герои должны быть явно положительными и явно отрицательными, во время рассказа (чтения) необходимо следить за поведением и эмоциями слушателя и уметь верно их истолковать.

Практика: Коллективное сочинение сказочных историй.

Контроль: Процесс освоения моделирования тематических сказок.

#### **Тема 4.2. Терапевтические сказки.**

Теория: Психологические сказки – это авторские вымышленные истории, способные повлиять на развитие личности слушателей при помощи мудрых и красивых историй с глубоким смыслом на темы отношения человека к себе, к другим, ко всему миру. Медитативные сказки –

активизирующие бессознательный процесс мышления, мотивирующие на решение или поступок.

Практика: Чтение сказок с последующим обсуждением (Примеры терапевтических сказок в Приложении 5).

Контроль: Отношения к себе, к другим, ко всему миру

#### **Модуль 4 Музыка-терапия.**

(для детей в возрасте от 10 до 13 лет)

##### **Тема 4.1. Общие рамки музыка - терапии**

Теория: Использование звуков и музыки для коррекции своего психического состояния. Расслабляющий и умиротворяющий эффект музыки.

Практика: Прослушивание специально подобранных композиций, либо – игра на инструментах, пение, танцы. Подвижные игры с музыкальным сопровождением, мини-театр.

Контроль: Процесс релаксации и психологической разгрузки.

##### **Тема 4.2. Терапевтическая музыка.**

Теория: Эмоциональная разрядка, регулирование эмоционального состояния, борьба с личными неурядицами, уменьшение тревожности с помощью музыки. Эффект Моцарта.

Практика: Прослушивание отрывков из музыкальных произведений Моцарта. Прослушивание записи со звуками природы, различные успокаивающие мелодии.

Контроль: Гармонизирующее действие музыки знаменитого композитора на мозговую деятельность, энергетику, физическое самочувствие.

#### **Модуль 4 Арт-терапия.**

(для детей в возрасте от 14 до 17 лет)

##### **Тема 4.1. Общие рамки Арт-терапии.**

Теория: Подсознательные психические процессы, лежащие в основе творчества. Механизм сублимации.

Практика: Создание творческих работ из разных материалов, использование сыпучих материалов для создания полотен, вязание, использование различных природных материалов, применение глины, плетение, бисер и т.д.

Контроль: Процесс творческого поиска.

##### **Тема 4.2. Популярные виды Арт-терапии.**

Теория: Рисование как самый популярный вид арт-терапии. Техники рисовательной терапии: Марания — рисунки, выполненные в абстрактной манере, не имеющей никаких правил: рисуем так, как хотим), Монотипия — оттиск в зеркальном отражении, рисование на



способностей, определения результатов обучения, ориентирования учащихся на дальнейшее обучение, получения сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения в форме устного собеседования с педагогом.

Оценочные и методические материалы состоят из:

### 1. Мониторинга оценки учащихся

Для конкретизации усвоенных знаний, отслеживая динамику развития ребенка, педагог для себя и родителей, проводит – диагностику усвоенных приемов работы.

Оценка реализации программы заключается в оценивании работ ребенка педагогом на каждом занятии. Качественно выполненные работы учащихся используются как образцы для работы.

### 2. Педагогическая диагностика.

Для диагностики составляются таблицы, куда фиксируются данные наблюдений за детьми во время посещения ими творческого объединения.

Таблица 1.

Ф.И.О. ребенка	Содержание деятельности (темы занятия)												Уровни усвоения			
														низкий	средний	высокий
Саша И.															+	
Вера М.																+

Овладение детьми вышеуказанными знаниями, умениями, навыками педагог фиксирует в таблице на начало и конец обучения по результатам наблюдения, анализу детских работ, бесед с детьми, с целью внесения корректив в дальнейшую работу, планирования индивидуальной поддержки детей. Таблица 2.

	Содержание деятельности	Количество детей, овладевших содержанием деятельности	
		начало обучения	конец обучения
1.	Понимание особенностей типов восприятия		
2.	Умение распознавать эмоции, знание методов управления эмоциями.		
3.	Правильность решения ситуационных задач, осознание основных причин по которым люди скрывают свои чувства.		
4.	Адекватность оценки стиля и уровня общительности. самоподачи в обществе, выявление трудностей в общении и определения стиля взаимодействия личности в социуме.		
5.	Освоение навыка распознавания языка жестов и движений у окружающих.		
5.	Умение выходить из провоцирующих или конфликтных ситуаций.		
6.	Способность саморегуляции эмоционального состояния в		

	поведенческих играх.		
7.	Способность определять свое и чужое настроение.		
8.	Способность управлять своим телом посредством напряжения и расслабления.		
10.	Умение работать в коллективе		
11.	Умение оказывать взаимопомощь		
12.	Адекватная оценка себя и других.		
	Количество детей в группе.		

Данные таблицы 2 используются при определении, по итогам каждого модуля, позиции субъекта деятельности (педагогическая диагностика Крулехт М.В., см. таблицу 3.)

Таблица 3.

Уровни	начало обучения	конец обучения
Низкий – беспомощность во всех компонентах трудового процесса; отказ от деятельности, результат не получен или репродуктивный характер деятельности при низкой самостоятельности, необходимость прямой помощи педагога; результат труда низкого качества.		
Средний – высокая самостоятельность в деятельности репродуктивного характера; качество результата высокое, но без элементов новизны или близкий перенос, недостаточные комбинаторные умения и самостоятельность для реализации творческого замысла (требуются советы, указания, включение педагога в трудовой процесс); замысел реализован частично.		
Высокий – дальний перенос, развитые комбинаторные умения, использование пооперационных карт, общественный способ конструирования; полная самостоятельность, освоение позиции субъекта; результат высокого качества, оригинален или с элементами новизны.		
Количество детей в группе		

### 3. Создание портфеля достижений

1. Выборки детских работ: творческие работы (в рамках вариативных модулей), фотографии.
2. Систематизированные материалы наблюдений.
3. Материалы, характеризующие достижения учащихся.
4. Копилка достижений - награды (благодарственные письма, сертификаты, грамоты, дипломы)
5. Диагностическая карта успешности учащихся
  - 1) Самооценка
  - 2) Оценка родителями
  - 3) Оценка членами детского объединения
  - 4) Оценка педагогом

*Самооценка.*

Поставь оценку каждому из перечисленных своих качеств по шкале от «1» до «10», где высший балл «10», низший – «1». Выбранную оценку обведи кружочком (простым карандашом).

*Оценка родителями*

Твои родители тебя оценят и обведут оценку ручкой с синими чернилами.

*Оценка членами детского объединения*

Твои друзья тебя оценят и обведут оценку ручкой с зелеными чернилами.

*Оценка педагогом.*

Твой педагог тебя оценит и обведет оценку ручкой с красными чернилами.

**Вывод!**

Над чем тебе надо работать, что для тебя наиболее важное на данный момент

Личностные качества	Умения	Шкала оценки
1. Управление саморазвитием •целеустремленность •инициативность •организованность •ответственность •самостоятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умею ставить цель и добиваться ее</li> <li>• могу организовать интересное дело</li> <li>• планирую свои дела и выполняю их</li> <li>• добросовестно выполняю задания</li> <li>•умею решать проблемы сам</li> </ul>	1 2345678910 12345678910 1 2345678910 1 2345678910 12345678910
2. Управление взаимоотношениями	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умею дружить</li> <li>• внимателен к людям</li> <li>• обладаю хорошими манерами</li> <li>• умею слушать и сопереживать</li> <li>•умею конструктивно сотрудничать</li> <li>• имею чувство юмора</li> <li>•помогаю людям в трудных ситуациях</li> </ul>	12345678910 12345678910 1 2345678910 1 2345678910 1 2345678910 1 2345678910 1 2345678910
3.Отношение к себе, способность к самоутверждению	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Уверен в себе</li> <li>• умею принять справедливую критику</li> <li>• не боюсь проигрывать</li> <li>•могу отстоять свою точку зрения</li> </ul>	1 2345678910 1 2345678910 1 2345678910 12345678910

## У ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

ООО ДОЛ «Заря», реализующий дополнительную общеобразовательную программу «Очень умелые ручки», располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение занятий и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам (комната для занятий, имеется возможность использования дополнительного оборудования: магнитофона, компьютера, имеющего доступ в интернет, мультимедийного проектора).

Оборудование «педагогической песочницы» для реализации вариативного модуля «Пескотерапия».

1. Пластиковый прямоугольный контейнер, дно и борта которого голубого/синего цвета (дно символизирует воду, а борта — небо). Высота бортов не менее 5 см.

2. Песок (промытый и прокаленный).

3. Набор игрового материала (хранится в пластиковых контейнерах с отверстиями): лопатки, стеки, ситечки, кисточки; разнообразные пластиковые формочки разной величины — геометрические; изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста; миниатюрные игрушки (высотой 5–10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт и пр.; бросовый материал: камешки, ракушки, большие пуговицы.

Так же при выполнении заданий используется музыкальное сопровождение. Звуки природы, шум моря и т.д. Волшебные голоса природы: "На лугу", "У моря"; популярная классическая музыка для детей, сборник детских песен.

## **VI ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И УЧАЩИХСЯ**

### **Список литературы для педагога**

1. Леви В.Л. Искусство быть собой. – Изд. обновл. – М.: Знание, 2008
2. Макмахон Г. Тренинг уверенности в себе. – М.: Эксмо, 2009
3. Немов Р.С. Психология: учеб. для студентов высш.пед. учеб. заведений. В 2 кн.Кн.1 и 2 Общие основы психологии. – М.: Просвещение: Владос, 2010
4. Пиз А. Язык телодвижений. – Нижний Новгород: Ай Кью, 2009
5. Практикум по групповой психокоррекции: тренинги, упражнения, ролевые игры/ Т.В.Эксакусто. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: феникс, 2008
6. Практическая психология образования/ Под ред.И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 2008
7. Пряжников Н.С. Личностное самоопределение. – М.: Институтпрактической психологии, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2007

### **Литература для родителей (законных представителей):**

1. Козлов Николай «Философские сказки для обдумывающих жизнь» М., Новая школа, АСТ - ПРЕСС, 1997 г.
2. Некрасова З., Некрасова Н. Дорастем до подростка. Что происходит с детьми от 9 до 16 лет. – М.: АСТ: Астрель, 2011.
3. Некрасова З., Некрасова Н. Перестаньте детей воспитывать - помогите им расти. - М.: ООО Изд-во «София», 2007.
4. Раттер Майкл «Помощь трудным детям» Москва, Апрель Пресс, издательство ЭКСМО - Пресс, 1999 г.

### **Электронные ресурсы:**

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/01/10/igry-na-razvitie-kommunikativnykh-sposobnostey-detey-doshkolnogo>  
<https://www.maam.ru/detskij-sad/igry-dlja-formirovaniya-socialno->

komunikativnyh-navykov-doshkolnikov.html  
<https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-kartoteka-igr-napravlennih-na-razvitiye-kommunikativnih-navikov-i-emocionalnoy-sferi-rebenka-3089734.html>

### **Литература для детей:**

1. Гаврилова В.Ю. Подарки своими руками к любому празднику. – Харьков: Книжный клуб «Клуб семейного досуга», 2007 г.
2. Грив Б.Т. Когда тебе грустно... Как поднять настроение. – М.: ООО «Издательство «Добрая книга», 2003.
3. Ерзенкова Н. В. Свой дом украшу я сама. - М.: 1998 г.
4. Нестерова Д.В. Модные украшения своими руками. – М.,2008.

### **Дополнительная литература для педагогов:**

#### **Модуль «Пескотерапия»**

1. Грабенко, Т.М., Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Коррекционные, развивающие, адаптирующие игры.— СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007.
2. М.В. Кисилева «Арт-терапия в работе с детьми». – СПб, 2006.
3. Н. А. Сакович. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб. 2008.
4. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко «Игры в сказкотерапии». – СПб. 2008
5. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева Т.М. Грабенко «Чудеса на песке» практикум по песочной терапии. Из-во «Речь». – 2005.

#### **Модуль «Игротерапия»**

1. Винникот Д. Игра и реальность. М., 2002,266с.
2. Джинотт Х. Групповая игротерапия с детьми. М., Эксмо, 2001.
3. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М., 1994. 365с.
4. Лэндрет Г., Хоумер Л., Гловер Д., Свини Д. Игровая терапия как способ решения проблем ребенка. М.,Воронеж, 2001. 319с.
5. Лэндрет Г. (ред.). Новые направления в игровой терапии. М., Когито-Центр, 2007.
6. Мустакас К. Игровая терапия (Живые отношения). Речь, 2000. 281с.

#### **Модуль «Сказко-терапия»**

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось, 2007 – 144 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Мастер сказок. 50 сюжетов в помощь размышления о жизни, людях и себе для взрослых и детей старше 7 лет. – СПб.: Речь, 2012 – 220 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. – СПб.: Речь, 2008 – 240 с.





## Картотека игр и упражнений по песочной терапии.

### Упражнение «Волшебный песок».

Цель: развитие тактильно-кинестической чувствительности, снятие эмоционального напряжения.

1. По скользить ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинка, змейка, санки и др.).
2. Выполнить те же движения, поставив ладонь ребром.
3. Создать отпечатками ладоней, кулачков, костяшек кистей рук всевозможные причудливые узоры на поверхности песка и попытаться найти сходство полученных узоров с какими-либо объектами окружающего мира (ромашкой, солнышком, капелькой дождя, травинкой, деревом, ежиком).
4. «Пройтись» по поверхности песка поочередно каждым пальцем правой и левой рук, после — двумя руками одновременно (сначала только указательными, потом — средними, затем — безымянными, большими, и наконец — мизинчиками).
5. «Поиграть» пальцами по поверхности песка, как на клавиатуре пианино или компьютера. При этом двигать не только пальцами, но и кистями рук, совершая мягкие движения вверх-вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать тоже упражнение на поверхности стола.
6. Сгруппировав пальцы по два, по три, по четыре, по пять, оставлять на песке загадочные следы.

### Упражнение «Песочный дождик».

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление; развитие тактильно-двигательного восприятия.

Инструкция: ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.

### Упражнение «Необыкновенные след».

Цель: развитие тактильной чувствительности.

1. «Идут медвежата» - ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.
2. «Прыгают зайцы» - кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
3. «Ползут змейки» - ребенок расслабленными (напряженными) пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).
4. «Бегут жучки-паучки» - ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в



### **Упражнение «Следы».**

Предложить пройтись по проложенным дорожкам ладошками, пальчиками (сгруппированными по 2, 3, 4, 5) оставляя следы. Пофантазировать вместе с ребенком (чьи это следы?).

### **Упражнение «Отпечатки».**

Сделать отпечатки кулачков, костяшек кистей рук, пальцев. Попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира.

### **Упражнение «Игра на пианино».**

Сначала предложить учащемуся «исполнить произведение» на столе. Затем – на песке. Обратить внимание на движение не только пальцев рук, но и кистей.

### **Упражнение «Собери грибы».**

«Ты корзину в лес бери,  
Там грибы мне собери.  
Удивишься ты, мой друг:  
«Сколько здесь грибов вокруг!»  
Рыжики, волнушки  
Найди-ка на опушке!»

Поочередно ребенок запускает руку в песок и ищет грибы. Количество грибов меняется с каждой игрой.

### **Упражнение «Хлеб».**

Муку в тесто замесили,  
А из теста мы слепили  
Пирожки и плюшки,  
Сдобные ватрушки!

Ребенок сжимает и разжимает песок кулачками («месит»), затем произвольно лепит изделия.

### **Упражнение «Загадка».**

Педагог закапывает какую-либо игрушку в песок. Учащийся должен ее найти, и на ощупь узнать: что это или кто это?

### **Упражнение «Секретики».**

Педагогом и учащимся поочередно готовятся «секретики», используя различные предметы (фантики, пуговицы, блестки, цветочки и пр.) на поверхности песка, а затем играющим предлагается по очереди найти «секретик», используя лишь перышко или тонкую палочку.

### **Упражнение "Умелые ладошки".**

Изображая ладошкой машинку, пройтись по песку, оставляя дорожку. Пальчиками оставить на песке следы, словно по нему прошёл слон, бегемот, про прыгал зайчик. Оставить отпечатки разных частей



**Конспект занятия с использованием песочницы для детей 5-7 лет  
«Сказки песочной страны».**

**Задачи:** Формировать у детей навыки связной речи, в процессе игр с песком. Вовлечь детей в активное речевое общение, стимулировать использование различных речевых конструкций в процессе составления сказок. Развивать мелкую моторику, воображение, творческий потенциал в процессе вовлечения в практическую деятельность. Создать положительный эмоциональный настрой, атмосферу доброжелательности. Совершенствовать коммуникативные навыки.

**Материал:** песочница, фигурки персонажей по выбору детей, природный материал: камушки, желуди, фигурка Феи.

**Форма занятия:** групповая

**Ход занятия:**

**Педагог:** Ребята, я приглашаю вас в одну удивительную страну. Догадайтесь в какую?

Там не море, не лесок,  
Там таинственный песок.  
Фея там живет одна  
В гости нас зовет она.

**Дети:** Это песочная страна.

**Педагог:** Верно. Хотите попасть в эту страну? Тогда в путь! (дети с педагогом подходят к песочнице, где их ждет фигурка песочной Феи)

**Педагог:** Смотрите, нас встречает Фея Песочной страны (дети здороваются с Феей).

**Фея:** Я знаю, что вы любите создавать сказки. Проходите, располагайтесь, как вам удобно. (дети становятся вокруг песочницы)

**Фея:** Прикоснитесь ладошками к волшебному песку (дети опускают ладошки на песок и проговаривают приветственные слова).

Здравствуй сказочный песок.  
Ты услышь наш голосок.  
Любим мы с тобой играть.  
Вместе сказки сочинять.

**Фея:** Вы прикоснулись ладошками к сказочному песку и сразу же превратились в волшебников. Волшебники имеют большие права. Какие?

**Фея:** (обобщая ответы детей):

- Право на создание сказки;
- Право на волшебство;
- Право творить добро;
- Право выбирать героев.

Закройте глаза и попробуйте представить каждый свою сказку (дети закрыв глаза представляют свою сказку).



## Картотека игротерапии.

### I БЛОК Стадии развития творческой группы.

#### **Игра «Пересядьте все те, кто...»**

Участники садятся по кругу. Водящий стоит в центре круга.

Инструкция: «Стоящий в центре круга предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Этот признак называет ведущий. Например, «пересядьте все те, кто любит мороженное». Участники меняются местами. При этом, кто стоит в кругу, должен постараться успеть занять одно из мест, а тот, кто останется без места, выходит в круг и продолжает игру».

#### **Игровое упражнение «Восточные стихи»**

Для создания веселой атмосферы можно использовать сочинения восточных стихов. Детям объясняется принцип, по которому складываются восточные стихи, и предлагается побыть поэтами. Можно сочинять индивидуально, а затем зачитывать свои стихи, а можно сочинять всей группе вместе. Правила «Восточного стихотворения»:

Главное слово (существительное).

Прилагательное, прилагательное.

Глагол, глагол, глагол.

Фраза, выражающая отношение.

Существительное (заключительная мысль).

#### **Игра «Я – Луноход»**

Один участник (доброволец) начинает ползать на коленях и говорить: «Я – Луноход – 1». Тот, кто засмеется, становится следующим «Луноходом», ползает и говорит: «Я – Луноход – 2» и так далее, пока все участники станут «Луноходами».

#### **Игра в «фанты»**

Игра в «фанты» хорошо известна. Задания должны вызывать смех, раскрепощать. Можно использовать следующие задания:

- Выглянуть в коридор и крикнуть: «Земля имеет форму чемодана!»;
- «Прокукарекать», закричать «Ура!»;
- Пройтись как такой-то!
- Сказать любимое выражение близкого человека;
- Попрыгать на одной ножке и похлопать в ладоши одновременно;
- Левой ногой почесать себя;
- Погладить по голове такого-то человека;
- Попрыгать как лягушка;

— Встать в центре круга и сказать: «Я самая красивая!».  
При выполнении заданий важно добиться искренности исполнения.

## II раздел ЛИЧНОСТНЫЙ БЛОК

1 этап. Ориентировочно-диагностический.

### Игра-упражнение «Назови свое имя»

Инструкция: «Сядьте, пожалуйста, в один большой круг, назовите свое имя и положительное качество (то, что вы в себе цените) на первую букву имени, по кругу. После проведения упражнения можно провести обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

— Что ты ценишь в себе?

— Трудно ли было находить в себе хорошее качество, что ты приятно чувствовал?

Информация для ведущего. Детям иногда трудно назвать качество на нужную букву или найти в себе положительное качество, ведущему важно вовремя поддерживать ребенка, оказать ему помощь и привлечь для этого других участников группы.

### Игра «Какой он?»

Может использоваться для активизации участников, и как заключительное: позволяет стимулировать эмоции. Один из участников (водящий) выходит за дверь, а остальные загадывают кого-то из группы. Водящий, задавая вопрос «Какой он?», должен по качествам, называемым участниками, догадаться, кто был загадан.

### Игра «Волшебная рука»

Инструкция: «На листе обводим свою руку. На пальчиках пишем свои хорошие качества, а на ладонке - то, что ты хотел бы изменить».

Обсуждение (рефлексия):

— Когда тебе было трудно говорить о себе: при поиске положительных качеств или отрицательных качеств?

### Игра «Назови свое имя - 2»

Эта игра-упражнение проводится так же, как и упражнение «Назови свое имя»; только каждый последующий участник называет имя и качества предыдущего участника. Кроме того, проводится еще один круг, где каждый участник снова называет свое имя и отрицательное качество (то, что хотел бы в себе изменить или развить). Вопросы для обсуждения:

— Что ты чувствовал, когда называли твоё качество другие?

— Трудно ли было назвать своё отрицательное качество?

Диагностика – как воспринимает себя ребенок, как воспринимает его группа.

## 2 ОСНОВНОЙ ЭТАП. Изучение первичных и вторичных способностей личности.

### Игра «Паровозики»

Игра выполняется в тройках. Каждая тройка представляет собой поезд. «Паровоз» – идет первым с вытянутыми вперед руками, «вагон» – передает управление, «машинист» – управляет всем поездом. При этом у «вагона» и «паровоза» завязаны глаза.

При обсуждении акцент ставится на том, насколько было спокойно в роли «паровоза», который идет первым, но не знает в какую сторону (у него завязаны глаза, как и у «вагона»), насколько можешь доверять «машинисту» и «вагону». Как это было – быть в роли паровоза, вагона, машиниста?

### Игра -упражнение «Тростинка на ветру»

Эта игра дает великолепный опыт взаимного доверия для всех возрастных групп.

Инструкция: «Встаньте в круг очень близко друг к другу. Это не обычный круг, а волшебный. Он волшебный потому, что участники, которые стоят в кругу, будут делать все для того, ощущение. Кто из вас хотел бы первым встать по середине?»

Становись в центр, ноги поставь на вместе, держись прямо. Все остальные поднимите руки на уровне груди. Когда наш доброволец падает в вашу сторону, вы должны его поймать и осторожно вернуть в исходное положение. Возможно, он захочет упасть в другую сторону, и там его тоже надо поймать и вернуть в исходное положение. При этом очень важно, чтобы участник в центре стоял очень прямо, как будто он деревянный». Дайте ребенку в центре попробовать свободно падать в разные стороны минуту. В конце упражнения ребенок должен поделиться своими переживаниями.

Затем другие становятся в центре круга, хорошо, если все участники группы имеют такую возможность.

Вопросы для обсуждения:

- Как ты себя чувствовал в центре круга?
- Мог ли ты доверять кругу?
- Кого ты опасался?
- Что для тебя было самым трудным?
- Пробовал ли ты закрывать глаза?
- Что ты чувствовал, когда был частью круга?
- Было ли тебе трудно удерживать других?
- Хорошо ли вы все справились со своей задачей вместе?

Модификация упражнения – «Поддержка» – выполняется в парах. Один участник падает спиной на руки партнера. По желанию падающего,

можно изменять расстояние между партнерами, во многом оно будет зависеть от степени доверия падающего участника поддерживающему.

### **Игра -упражнение «Терпение»**

Все участники садятся спинами в круг, закрывают глаза. Нужно подойти и положить руки на плечи тому, кому захочется, кто тебе больше всех нравится. Ограничений по количеству нет.

Ведущий подходит к участникам и поднимает того, кто будет класть так, чтобы другие участники не знали, кто к ним подходит. Задача – ни за что не открывать глаза. Важно терпение – как бы долго не подходили, терпеть и не открывать глаза.

Вопросы для обсуждения:

- Трудно ли было не открывать глаза?
- Подглядывал ли?
- Был ли терпеливым?

3 ЭТАП. Целостная картина своей личности.

### **Игра -упражнение «Волшебная рука – 2»**

Каждый участник на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом (фломастером). На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

Обсуждение:

- Что нового ты узнал о себе?

## **III БЛОК. Эмоциональный блок.**

1 Знакомство с эмоциями.

### **Игра «Передай маску»**

Эта игра взбадривает участников, делает их более внимательными, помогает настроиться на работу в группе.

Инструкция: «Посмотрите, пожалуйста, на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, например, вот такое (зафиксируйте на лице какое-то выражение, медленно поверните голову, чтобы у всех участников появилась возможность увидеть выражение вашего лица). А дальше я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, поменяв при этом выражение лица на новое, которое он «передает» своему соседу слева. Итак, все по очереди.

### **Игра -упражнение «На что похоже мое настроение»**

Оно позволяет участникам осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме.

Инструкция: «Прислушайтесь к себе. На какой цвет похоже ваше настроение?»

Упражнение выполняется по кругу, с мячиком. Варианты: «На какую погоду (музыку, цветок, животное и т.д.) похоже ваше настроение?»

Вопросы: Как вам показалось, какие чувства мы испытывали чаще всего?

## **IV. КОММУНИКАТИВНЫЙ БЛОК.**

### **1 Установление контакта.**

#### **Игра «Невербальный контакт»**

Инструкция: Один из участников (доброволец) должен будет выйти из комнаты. Когда он вернется, ему надо будет определить, кто из участников готов вступить с ним в контакт. При этом все мы будем пользоваться только невербальными средствами. Группа, в отсутствие добровольца должна будет определить участника, который будет демонстрировать готовность вступить в контакт, остальные должны будут показать нежелание этого делать. Затем выбираются другие добровольцы. Количество участников, желающих вступить в контакт, можно постепенно увеличить – двое, трое, все, кто хочет.

Вопросы:

- Легко ли было устанавливать контакт?
- Что помогло определить желающего общаться?
- Какими средствами показывали нежелание общаться?
- Что вы чувствовали, когда вы понимали, что в общении с вами не заинтересованы?

#### **Игра -упражнение «Умение вести разговор»**

Это упражнение дает возможность попрактиковаться во времени и устанавливать вербальный контакт, т.е. начинать и продолжать разговор.

Группа делится на пары. Один участник задает открытые вопросы, дающие возможность собеседнику ответить более полно. Второй участник пары дает на каждый вопрос не только ответ, но и дополняет информацией о себе. После некоторого времени (например, 5 минут) участники меняются ролями.

Вопросы: Что понравилось, что показалось затруднительным?

Описание поведения.

## Картотека игр из фольклорной игро-терапии(автор Л.Д. Назарова)

### Игра «Рандеву»

Для выстраивания взаимоотношений и роста доброжелательности.

Перемещаясь по залу и встречаясь, друг с другом, дети должны останавливаться на мгновение и, глядя, друг другу в глаза, говорить приятные вещи, комплименты.

Педагог может предварительно проговорить примеры таких комплиментов. Комплимент следует подтвердить или прикосновением руки, или кивком головы, что является усиливающим знаком. Привычка говорить друг другу приятное вырабатывается довольно быстро вне зависимости от настроения и внешних отношений участников группы: на занятии идет ориентация на принцип: «Хорошие – все!» Эту игру можно строить и на принципе постепенности: вначале все перемещаются по залу, стараясь не сталкиваться, но глядя в пол.

На втором этапе перемещения происходят с молчаливым контактом глазами и улыбкой, затем – с приветствием словами: потом – с рукопожатием, наконец, с объятиями.

Последний этап достаточно сложен как для детей, так и для взрослых, но тем сильнее его воздействие, работающее на объединение всех участников в одно целое.

### Игра «Подарки»

Приятная игра, подчеркивающая значимость каждого присутствующего, может оказаться преподнесением друг другу виртуальных подарков.

На первых порах инициативу в свои руки может взять ведущий (педагог), которому желательно направлять или корректировать содержательную сторону подарков, чтобы увести детей от материального к душевному (надежда, настроение, радость, улыбку и т.д.), что может явиться важным моментом выстраивания взаимного доверия.

В момент «преподнесения» подарков внимание всех должно быть обращено к одному из группы с самым добрым настроением, с удовольствием от того, что предоставляется возможность сделать другому приятное и от этого почувствовать себя на высоте. Например, « - веселье!», все повторяют за педагогом слово «веселье» или всю фразу целиком.

### Игра-упражнение «Скорость реакции»

Все участники стоят в кругу. Ведущий глазами «договаривается» с кем-либо из членов группы, тот кивает в ответ, давая согласие на его перемещение. Тут же он договаривается глазами с другим человеком,



**Сказка о сильной воле**

Давным-давно в одной далекой стране жили-были два брата. Они жили очень дружно и все делали вместе. Оба брата хотели стать героями. Один брат сказал: «Герой должен быть сильным, быстрым и смелым» и стал тренировать силу, быстроту и ловкость. Он поднимал тяжелые камни, лазал по горам, плавал по бурной реке, бегал наперегонки, прыгал. А другой брат сказал, что герой должен быть упорным, внимательным и настойчивым, и стал тренировать силу воли.

Шло время, братья выросли. Но однажды случилась беда: на страну напал страшный Черный Дракон. Он уносил скот, жег дома, похищал людей. Братья решили спасти свой народ. «Я одолею Дракона», – сказал первый брат. «Сначала надо узнать, в чем его слабость», – ответил другой брат. «Мне не нужно знать, в чем его слабость – сказал силач, – Главное, что я быстрый и сильный». И он отправился к высокой горе, на которой стоял замок Черного Дракона. «Эй, Дракон! Я пришел победить тебя! Выходи на бой!» – закричал силач. Ворота замка распахнулись, и навстречу ему вышел страшный Черный Дракон. Его черные крылья заслоняли небо, его глаза горели как факелы, а из пасти вырывался огонь. Увидев это чудовище, силач почувствовал, как страх входит в его сердце, он начал медленно отступать от Дракона, а Дракон стал расти, расти и вдруг шелкнул хвостом, и сильный брат превратился в камень, потому как поспешил.

Узнав о том, что случилось с силачом, его брат решил, что пришел и его черед сразиться с Драконом. Но как его победить? И он решил спросить совета у Мудрой Черепахи, которая жила на другом конце земли. Путь к этой черепахе лежал через очень опасные королевства.

Первым было королевство хотелок. Оно было все красного цвета. В этом королевстве везде стояло множество знаков. Они были круглые с красным ободком. Или перечеркнутые. А назывались они запрещающими. У человека, который попадал в это королевство, сразу появлялось множество желаний: ему хотелось перебежать дорогу на красный сигнал светофора, идти в местах, где движение пешеходам запрещено, но стоило ему сказать «хочу» и нарушить правила, как он тут же превращался в хотелку и навсегда оставался в этом королевстве. У нашего героя тоже появилось множество желаний, но он собрал всю свою волю и сказал им «нет». Поэтому ему удалось уйти из этого королевства.

Вторым было на его пути королевство тыкалок, жители которого все время друг друга дергали и отвлекали от дел, поэтому в этом королевстве никто ничего не мог делать: ни работать, ни отдыхать, ни играть. Там были знаки треугольные, но тоже с красным ободком. А назывались они предупреждающими. И кто отвлекался, был

невнимательным, отвлекал других – становился тыкалкой и оставался в этом королевстве.

И, наконец, третьим на его пути было самое страшное королевство – королевство якалок. Там знаки были синими, и назывались они предписывающими. Как только он вошел в это королевство, ему сразу захотелось закричать: «Я самый умный», «Я самый смелый», «Я самый-самый...», «Я все знаю и без знаков». И здесь ему понадобилась вся сила воли, которую он тренировал много лет. Он, молча и внимательно, миновал и это королевство.

Были на его пути и еще королевства, но благодаря своей сильной воле он их преодолел. И оказался у дома Мудрой Черепахи.

– Здравствуй, Мудрая Черепаха, сказал он. – Я пришел к тебе за советом. Пожалуйста, научи меня, как победить Черного Дракона.

– Победить Дракона может только человек с сильной волей, терпеливый и внимательный, – ответила Черепаха. – Ты прошел все королевства, значит, ты можешь сделать это. Чем сильнее воля человека, тем слабее страшный Дракон. Иди, ты победишь. И Черепаха закрыла глаза, а наш герой поклонился ей и отправился обратно в свою страну.

Он подошел к воротам замка, в котором жил Черный Дракон, и вызвал его на бой. Дракон вышел из замка, расправил свои черные крылья и пошел навстречу смельчаку. Герою стало страшно при виде чудовища, но он собрал свою волю и поборол страх, он стоял на месте и не отступал, ни на шаг. И вдруг... страшный Дракон начал уменьшаться, он становился все меньше и меньше, пока совсем не исчез! Черепаха сказала правду: чем сильнее воля человека, тем слабее злой Дракон.

Как только Дракон исчез, рассыпался и его черный замок, а навстречу герою выбежали живые и невредимые жители страны, среди которых был и его брат. С тех пор они жили счастливо. Так сильная воля помогла герою победить зло.

*Задания и вопросы для размышления и обсуждения*

– О чем эта сказка?

– Кто жил в далекой стране? Кем хотели стать братья?

– Каким героем хотел стать первый брат?

– Каким героем хотел стать второй брат?

– Какая беда случилась в далекой стране, где жили братья?

– Какой брат отправился к замку на высокой горе, сражаться с

Черным Драконом?

– Почему сильный брат, сражаясь с Черным Драконом, превратился в камень?

– Почему второй брат, прежде чем сразиться с Черным Драконом, решил спросить совета у Мудрой Черепахи?

– Что было бы, если он поступил иначе?

