

Министерство общего и профессионального образования  
Свердловской области  
Березовское муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
лицей № 3 «Альянс»

**Программа психологического сопровождения детей с девиантным  
поведением,  
в том числе с ограниченными возможностями здоровья  
в условиях школьного обучения**

Березовский  
2023

Одобрена на заседании педагогического совета протокол № \_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Утверждена директором  
БМАОУ Лицей № 3 «Альянс»  
Иовик Н.В.

Составлена в соответствии с профессиональным стандартом педагога-психолога (психолог в сфере образования)

Утвержденного приказом Министерства труда и Социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г № 514н

Зам. директора по учебно-методической работе: Бирюлина Л.В.

Программа психологического сопровождения детей с девиантным поведением, в том числе с ограниченными возможностями здоровья в условиях школьного обучения /Автор. Упорова Ю.С.-Березовский:, 2023.- с.

Автор: Упорова Юлия Сергеевна, педагог-психолог БМАОУ лицея № 3 «Альянс»

**Рецензент:** Бирюлина Л.В., заместитель директора по учебно - методической работе БМАОУ лицея № 3 «Альянс».

## Оглавление

Пояснительная записка.....	4
Возрастные этапы профилактики.....	19
Тематическое планирование.....	20
Циклограмма психолого-диагностического сопровождения.....	21
Календарно-тематическое планирование.....	22
Содержание программы.....	24
Список литературы.....	55

## Пояснительная записка

“Болезнь легче предупредить, чем лечить”

Одной из серьезнейших проблем современного общества остается проблема девиантного поведения детей, безнадзорность и правонарушения, негативные зависимости (табакокурение, алкоголизм, наркомания, токсикомания).

Система семейного воспитания в последние десятилетия претерпела значительные изменения, что обусловлено рядом негативных факторов: социальными, экономическими трудностями, неблагоприятным психологическим климатом, недостаточным уровнем психолого-педагогической культуры родителей, а также правовых знаний у детей. В результате даже в вполне благополучных семьях часто отсутствуют взаимопонимание между детьми и родителями. Следствием этого является отсутствие превентивной психологической защиты, ценностного барьера у ребенка, препятствующего негативным проявлениям в его поведении. Об этом свидетельствует заметное увеличение в обществе социально обусловленных заболеваний, таких, как алкоголизм, наркомания, СПИД. Падение авторитета семьи, распространение алкоголизма и наркомании, трудное материальное положение, миграция населения, препятствуют развитию личностных, волевых качеств ребенка, а отсутствие должного внимания со стороны взрослых приводит к асоциальному поведению.

Необходимость создания и реализации программы профилактики девиантного поведения, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья, обусловлена именно этими факторами. Выход из создавшейся ситуации возможен в выработке механизмов эффективного

взаимодействия образовательного учреждения, семьи, ведомственных организаций, занимающихся профилактикой девиантного поведения детей, совершенствовании воспитательного процесса, направленного на формирование в обучающихся активной гражданской позиции, правовой культуры и культуры здорового образа жизни.

В Законе РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (далее «Закон №120-ФЗ») понятие «Профилактика» определяется как система социальных, правовых, педагогических и иных мер, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих безнадзорности, беспризорности, правонарушениям и антиобщественным действиям несовершеннолетних, осуществляемых в совокупности с индивидуальной профилактической работой с несовершеннолетними и семьями, находящимися в социально-опасном положении.

Следовательно, для успешного выполнения задач, лежащих в основе профилактики девиантного поведения, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних необходимо, прежде всего, выявить и проанализировать основные причины и условия, которые способствуют антиобщественным, противоправным действиям детей и подростков, дают мотивацию асоциального поведения, с целью последующего поиска методов и средств их устранения и способов противодействия.

Наш лицей и служба социально-психологического сопровождения являются важнейшим после семьи фактором, способным существенно влиять на сознание ребенка, обеспечить защиту его прав и законных интересов, выявить причины и условия развития преступных наклонностей, существенно повлиять на обстановку в семьях, относящихся к группе «социального риска», и корректировать процесс развития личности ребенка, в том числе ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Именно лицей, где с детьми и подростками на протяжении 9-11 лет работают специалисты (педагоги, педагог-психолог, заместитель директора

по профилактической работе), должен взять на себя основную ответственность за воспитание подрастающего поколения и принять необходимые меры для формирования здорового образа жизни, законопослушного поведения, предотвращения правонарушений среди учащихся и реабилитации детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья с девиантным поведением.

Наиболее важным в организации профилактической работы в лицее является убеждение всего педагогического коллектива в необходимости этой деятельности, отказе от прежних поведенческих традиций, декларативной формы общения с родителями и обучающимися; ориентации на то, что ребенок в этом процессе – активный участник, а не пассивный объект образовательной деятельности. Необходимо, чтобы не только специалисты, но и педагоги предметники, педагоги дополнительного образования весь коллектив лицея участвовали в воспитательном процессе и были задействованы в психологической программе профилактики.

Новые факторы и условия, вызывающие асоциальные поступки школьников, требуют модернизации форм работы по профилактике правонарушений, проектирование и создание системы управления этой работой в лицее. В системе управления воспитательной и профилактической работой должна быть весомо представлена общественная составляющая, в том числе советы родительской и ученической общности и использованы все ресурсы межведомственного взаимодействия в решении проблем образования.

Опыт показывает, что деятельность по предупреждению асоциальных поступков более эффективна, когда, во-первых, начинается рано (дошкольный возраст), во-вторых, осуществляется комплексно и, в-третьих, является позитивной в своей основе, то есть предполагает изначальное формирование психологически здоровой, социализированной, законопослушной личности ребенка. Основная задача педагогической профилактики заключается в том, чтобы помочь овладеть учащимся

определенными навыками поведения, которые помогут следовать ЗОЖ (здоровому образу жизни).

Молодые люди должны успешно строить отношения с окружающим миром — решать проблемы, реализовывать возникающие потребности за счет собственных знаний и умений. И тут задачи профилактики полностью совпадают с собственно задачами воспитания. Помогая юному человеку осознавать ответственность за выбор здорового образа жизни, приобретать умение решать личные и социальные проблемы.

Уменьшение количества факторов риска и воспитание личностной гибкости (усиление защитных факторов) - наиболее современный подход к профилактике.

Данная программа основана на концепции, которую можно без труда объяснить детям, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие “единого целого”, т.е. здоровье следует понимать как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого.

Программа способствует укреплению взаимосвязи и взаимодействия управления образования, Социально-психологической службы, администраций образовательного учреждения, педагогов, родителей, общественности и других субъектов системы профилактики.

Применение творческих подходов в этой работе, личной заинтересованности в том, чтобы из учащихся, их родителей (законных представителей) сделать равноправных партнеров образовательного процесса, опора на ученическое самоуправление, родительскую общественность, взаимодействие с другими органами и учреждениями системы профилактики будут способствовать успеху в этой работе.

Рабочая программа включает в себя взаимосвязанные направления. Данные направления отражают её основное содержание:

**Диагностическая** работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в специализированной помощи;

- раннюю (с первых дней пребывания ребенка в образовательном учреждении) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей адаптации; комплексный сбор сведений о ребенке на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;

- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, выявление его резервных возможностей; изучение развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей обучающихся;

- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребенка; изучение адаптивных возможностей и уровня социализации ребенка, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;

- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития ребенка;

- анализ успешности коррекционно-развивающей работы.

**Коррекционно-развивающая работа** включает:

- выбор оптимальных для развития ребенка, в том числе с ограниченными возможностями здоровья коррекционных программ/методик, методов и приемов обучения в соответствии с его особыми образовательными потребностями;

- организацию и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений развития и трудностей обучения;

- системное воздействие на учебно-познавательную деятельность ребенка в динамике образовательного процесса, направленное на формирование универсальных учебных действий и коррекцию отклонений в развитии;

- коррекцию и развитие высших психических функций;

- развитие эмоционально-волевой и личностной сфер ребенка и психокоррекцию его поведения;

- социальную защиту ребенка в случаях неблагоприятных условий жизни при психотравмирующих обстоятельствах.

**Консультативная работа включает:**

- выработку совместных, обоснованных рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, единых для всех участников образовательного процесса;

- консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально-ориентированных методов и приемов работы с обучающимися, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;

- консультативную помощь семье в вопросах выбора стратегии воспитания и приемов коррекционного обучения ребенка, в том числе с ограниченными возможностями здоровья.

**Информационно-просветительская работа предусматривает:**

- различные формы просветительской деятельности (лекции, беседы, информационные стенды, печатные материалы), направленные на разъяснение участникам образовательной деятельности обучающимся (как имеющим, так и не имеющим недостатки в развитии), их родителям (законным представителям), педагогическим работникам, вопросам, связанных с особенностями образовательной деятельности и сопровождения детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;

- проведение тематических выступлений для педагогов и родителей по разъяснению индивидуально-типологических особенностей различных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья.

Психолого-педагогическая программа разработана в соответствии с профессиональным стандартом педагога-психолога (психолог в сфере образования) утвержденного приказом Министерства труда и Социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г № 514н

Основные направления и формы работы деятельности педагога-психолога:

**Целью** деятельности педагога-психолога является создание социально-психологических условий для полноценного психического и личностного развития обучающихся.

**Основные задачи:**

- систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса ребенка и динамику его психологического развития;
- формирование у обучающихся способности к самопознанию, саморазвитию и самоопределению;
- создание специальных психолого-педагогических условий для оказания помощи детям, имеющим проблемы в психологическом развитии, обучении, социализации;
- психолого-педагогическое сопровождение формирования компетенций;
- психолого-педагогическое сопровождение педагогов и родителей, повышение их компетентности.

Психолого-педагогическое сопровождение осуществляется по трем основным **направлениям:**

- психологическое сопровождение образовательной деятельности;
- психологическое сопровождение процессов воспитания и социализации;
- коррекционная работа с детьми, в том числе с особыми образовательными потребностями, особыми возможностями здоровья.

Формами реализации профессиональной деятельности педагога-психолога по трем данным направлениям являются:

- психологическая диагностика;
- коррекционная и развивающая деятельность;
- психологическая профилактика;
- психологическое просвещение;

- психологическое консультирование;

**Психологическая профилактика** предусматривает деятельность по:

- разработке, апробации и внедрению развивающих программ для детей разных возрастов с учётом задач каждого возрастного этапа;
- контролю за соблюдением психогигиенических условий обучения развития детей в образовательном учреждении и семье, обеспечением гармоничного психического развития и формирования личности несовершеннолетних на каждом возрастном этапе, элиминированием неблагоприятных психологических факторов в образовательной среде, семье;
- обеспечению условий оптимального перехода детей на следующую возрастную ступень, предупреждение возможных осложнений в психическом развитии и становлении личности детей и подростков в процессе непрерывной социализации;
- психологическая подготовка обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья к прохождению ОГЭ, ГВЭ и ЕГЭ;
- подготовке детей и подростков, в том числе с ограниченными возможностями здоровья к осознанию тех сфер жизни, в которых они хотели бы реализовать свои способности и знания;

**Психологическое просвещение** предусматривает деятельность по:

- формированию потребности в психологических знаниях и их практическому применению, желания использовать психологические знания в работе с ребёнком или в интересах собственного, личностного и профессионального роста у педагогов и родителей;
- формированию у субъектов психологической помощи, потребности в самопознании, саморазвитии и самосовершенствовании.

**Психологическая диагностика** предусматривает деятельность по:

- получению своевременной информации об индивидуально-психологических особенностях детей и подростков, динамике процесса развития, необходимой для оказания психологической помощи детям, их родителям, педагогам;

- выявлению возможностей, интересов, способностей и склонностей детей для обеспечения наиболее полного личностного самоопределения;
- определению причин нарушений в освоении образовательных стандартов, поведении и развитии несовершеннолетних.

**Коррекционная и развивающая работа** предусматривает деятельность по:

- активному взаимодействию психолога с детьми и взрослыми, обеспечивающему психическое развитие и становление личности детей и подростков, реализации возрастных и индивидуальных возможностей развития несовершеннолетних, а также личностного роста и профессионального совершенствования участников образовательного процесса;
- участию в разработке, апробации и внедрении комплексных программ индивидуальной помощи, развивающих и коррекционных программ;
- реализации комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в психологическом развитии несовершеннолетних.

**Психологическое консультирование** предусматривает деятельность по:

- ориентации родителей и педагогов в вопросах возрастных и индивидуальных особенностей психологического развития ребёнка;
- своевременному первичному выявлению детей с различными отклонениями и нарушениями психологического развития;
- предупреждению вторичных психологических осложнений у детей с ослабленным соматическим или психологическим здоровьем, выработке рекомендаций по воспитательному воздействию в семье;
- коррекционной работе индивидуально или в специальных группах при консультации с детьми и родителями

**Организационно-методическая деятельность** педагога-психолога включает в себя:

- планирование и анализ работы;
- планирование, обработку и анализ психодиагностических мероприятий;
- планирование, подготовку и анализ коррекционной и развивающей работы;
- подготовку материалов к консультированию и просвещению ;
- ведение текущей и отчетной документации;
- сбор и пополнение методических материалов;
- повышение уровня квалификации и самообразование;
- осуществление методических разработок;
- взаимодействие с иными учреждениями с целью обеспечения психолого-педагогического сопровождения образовательной деятельности.

**Методы**, используемые педагогом-психологом в работе:

Анкетирование - метод социально-психологического исследования с помощью анкет. Анкета представляет собой набор вопросов (утверждений), каждый из которых логически связан с центральной задачей исследования, должна обеспечить получение достоверной и значимой информации.

Беседа – один из методов педагогики и психологии, который предполагает получение информации об изучаемом на основе вербальной коммуникации как от исследуемой личности, так и от членов изучаемого коллектива, группы.

Наблюдение – общенаучный метод исследования, который в педагогике и психологии предполагает целенаправленную, систематическую фиксацию проявлений поведения личности, коллектива, группы людей или же их отдельных психических функций, реакций.

Групповые игры и упражнения. Применяются в работе с группой с разными целями:

- с целью «разогрева» группы, создания доброжелательной и рабочей атмосферы в группе;

- с целью актуализации проблемы, над которой предстоит работа в группе;
- с целью отработки новых навыков поведения;
- с целью релаксации, снятия напряжения у участников в промежутках между рабочими этапами;
- как ритуалы завершения занятия.

По **форме** игры и упражнения могут быть разнообразными:

- вербальные;
- использующие художественные средства: рисование, лепка, коллаж, куклы, маски;
- двигательные: танец, живая скульптура, подвижные игры, физические упражнения, ходьба.

Игровые разминки наиболее просты по форме и ограничены по времени. Они используются на этапе знакомства, для создания в начале дня или этапа доброжелательного настроения, поддерживают атмосферу эмоциональной безопасности, свободного самовыражения, группового сплочения. Для «энергетизации» или, наоборот, для расслабления группы могут использоваться простые физические процедуры – ходьба, прыжки, касание соседей или контакт глазами.

Основная цель игр-проблематизаций – настроить участников эмоционально и интеллектуально на работу по предоставленной теме; актуализировать то, что они знают по данному вопросу и что хотели бы узнать в течение занятия; либо актуализировать чувства, воспоминания участников, их личный опыт, если предполагается работа с отношением участников к данной проблеме.

Игры на отработку навыков, на опробование новых моделей поведения или отношения к ситуации применяются после того, как проблема выявлена, исследована и определен путь ее решения. Наиболее оптимальная форма такой игры – ролевая игра.

В ролевых играх участникам предоставляется возможность:

- показать существующие стереотипы реагирования в тех или иных ситуациях;

- разработать и использовать новые стратегии поведения;

- отработать, пережить, свои внутренние опасения и проблемы.

В работе педагога-психолога используются также элементы различных психотехник:

#### **- элементы тренинга**

Тренинг помогает человеку понять и раскрыть свои внутренние переживания, желания. Так же тренинг позволяет найти новые формы взаимодействия между психологом и педагогами, педагогами и администрацией, педагогами и детьми. Поскольку в процессе тренинговой работы используются нестандартные способы организации (деловые игры, упражнения, творческие игры, сочинение сказок, элементы релаксации), процесс общения становится менее напряженный, наиболее доверительный, интересный. Комфортная и открытая обстановка во время проведения тренинга отличается от обычной обстановки. У участников есть возможность отвлечься от работы, у них появляется возможность рассуждать, эмоционально выражать свое мнение, расслабляться и фантазировать - что так необходимо каждому человеку.

Большое внимание уделяется тренинговым упражнениям на выявление личностных особенностей и создание условий для раскрепощения.

#### **- элементы арт-терапии**

Арт-терапия – это не просто уроки рисования, но свободное творчество, с применением различных методик, приемов, материалов которые помогают выплеснуть свои страхи, эмоции, снять напряжение, тревожность, создать собственные исцеляющие символы.

Арт-терапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для его психики способом. Рисование позволяет ребенку ощутить и понять самого себя, свободно выразить свои мысли и чувства,

освободиться от конфликтов и сильных переживаний, помогает быть самим собой, мечтать и надеяться. С помощью этой техники выявляются многие значимые психологические особенности человека, среди которых можно назвать уровень активности, экстравертность или интровертность, уровень общего умственного развития и творческого мышления как ребенка, так и взрослого.

Задачи арт-терапии:

- раскрытие творческих способностей ребенка;
- разностороннее и гармоничное развитие его личности;
  - развитие у детей чувственно-двигательной координации;
- обучение в работе в парах, группе;
- привитие навыка следовать инструкции взрослого;
- создание общего фона.
- **элементы сказкотерапии**

Любая сказка, даже самая простая, несет в себе определенный опыт поколений, мудрость предков, глубокий смысл и развивающий потенциал. Сказка не только помогает ребенку взглянуть на сложные взаимоотношения, поведение, поступки сказочных героев со стороны, но и сделать на основании этого правильные оценки и выводы и, что самое главное, реализовать их в повседневной жизни.

С помощью сказки психолог может решать такие задачи, как: – обогащение внутреннего мира ребенка,

- определение модели поведения и нахождение выхода из проблемной ситуации (отношения между сверстниками, родителями и детьми и т.д.);
- коррекция психической и эмоционально-волевой сферы личности;
- развитие речи детей.

В качестве материалов для сказкотерапии применяются различные виды сказок:

- развивающие и обучающие (позволяют ребенку накапливать опыт, например, о правилах поведения в различных ситуациях),
- народные художественные сказки (способствуют воспитанию нравственных и эстетических чувств),
- диагностические (позволяют определить характер ребенка и его отношение к тому, что его окружает),
- психологические (способствуют, например, преодолению вместе с героем общих страхов, обретению уверенности в себе)

### **Коррекционно – развивающее групповые занятия:**

Цель – формирование социально-психологических компетенций в ситуации школьного обучения.

Достижение этой цели может быть достигнуто в процессе реализации следующих задач:

- развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в школе.
- развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.
- формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

Основное содержание групповых занятий составляют игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников. Также необходимый элемент всех занятий – психотехники, направленные на развитие групповых структур и процессов, поддержание благоприятного внутригруппового климата, сплочение и организационное развитие детского коллектива.

Структура группового занятия:

Ритуалы приветствия – прощания сплочение детей, создание атмосферы группового доверия и принятия.

Разминка – средство воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности. Может проводиться в начале занятия, между отдельными упражнениями.

Определенные разминочные упражнения позволяют активизировать детей, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения.

### Возрастные этапы профилактики

этапы	возраст	характеристика
I	6-9 лет	Формирование представления о здоровье, его значении, об основах здорового образа жизни; освоение навыков безопасного поведения (в том числе связанных с употреблением ПАВ окружающих); развитие навыков самоконтроля. Понятие о законодательстве РФ для несовершеннолетних, видах ответственности.
II	9-11 лет	Формирование комплексного представления о здоровье, расширение знаний о негативном воздействии психоактивных веществ на организм человека, ответственности несовершеннолетних за нарушение законодательства, формирование устойчивости к негативному давлению среды. Понятие конформности и толерантности.
III	11-13 лет	Выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; необходимо заложить установку “не делай, как другие” по отношению к ПАВ; расширение знаний о негативном воздействии наркотических веществ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ)
IV	14-17 лет	Освоение навыков отказа и навыков пошагового общения в ситуациях наркотического заражения, умения найти выход в конфликтной ситуации, “умей сказать – НЕТ!”

№ раздела	Тема раздела	Количество часов
1	Коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности	3
2	Развитие пространственно-временной ориентировки	10
3	Развитие учебно-познавательной мотивации. Формирование познавательной активности	6
4	Коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности. Формирование коммуникативной компетентности	14

### Тематическое планирование

<b>Название методики</b>	<b>Сроки</b>	<b>Цель</b>
Тест Будасси	Сентябрь	Исследование уровня самооценки
Лесенка	Апрель	
Тест цветowych выборов	Октябрь	Исследование актуального психоэмоционального состояния, активности
Люшера	Ноябрь	
Опросник Филлипса	Октябрь	Исследование уровня школьной тревожности
Темл Дорки Амен	Май	
Опросник А. Басса-А. Дарки	Октябрь Май	Выявление уровня конфликтности и агрессивности
1.ТЮФ (тест юмористических фраз) Шмелева 2.Е. Шафер (ПОР - Подростки о родителях)	Декабрь	Выявление актуальных проблем личности
ДДО (дифференциально-диагностический опросник) Климова	Январь	Исследование профессиональной направленности
	Март	
Тест Голланда	Февраль	Исследование профессиональной направленности
Опросник Кейерси		

**Циклограмма психолого- диагностического сопровождения**

### Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема занятия	Количество часов
1	Проективные методики «Карта чувств», «Лесенка», «Рисунок семьи», «Мотивационные предпочтения»,	1
2	Игра «Путешествие на облаке». Упражнение «Эмоциональный словарь». Беседа о хорошем и плохом настроении. Рисунок хорошего и плохого настроения.	2
3	Коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности. Упражнение «Цветик-семицветик». Упражнение «Клубочек».	2
4	Развитие пространственно-временной ориентировки. Содействие формированию произвольности саморегуляции поведения. Упражнение «Роли». Упражнение «Здравствуй, песок!». Упражнение «Необыкновенные следы», Упражнение «Узоры на песке», Игра-упражнение «Песочные прятки»	2
5	Упражнение «Раскарась все, что ниже, выше, правее, левее...» Игра «Танграм»	1
6	Упражнения йоговской гимнастики. Упражнение «Прогулка в лес» Упражнение «Волшебные слова» Игра «Будь внимателен!» Упражнение «Кто сильнее кричит»	2
7	Кинезиологическое упражнение «Ухо - нос». Упражнение по рисунку-схеме комнаты. Упражнение «Найди по адресу»	2
8	Когнитивное упражнение «Послушать тишину». Рисование на тему «Я счастлив, я доволен». Релаксация «Ковер - самолет»	2
9	Содействие формированию произвольности саморегуляции поведения. Кинезиологическое упражнение «Ухо - нос» Дидактическое упражнение «В поисках клада».	2

10	Кинезиологическое упражнение «Кольцо, цыпочка» Дидактическое упражнение «Динозаврик». Упражнение с кубиками Никитина. Игра Танграм Упражнение «Найди правую и левую варежки, правый и левый ботинок». Игра «Кляксы»	2
11	Упражнение «Ответить – не ответить». Сказка о мальчике, который не умел играть. Рисование на тему «Мой друг»	2
12	Кинезиологическое упражнение «Замок» Дидактическое упражнение «Магазин» Игра «Горячо – холодно» Упражнение «Разложи по группам» Упражнение «Назови самые непохожие фигуры»	2
13	Дидактическое упражнение «Распорядок дня». Игра «Когда это бывает?». Упражнение «Разложи по порядку».	2
14	Упражнение «Йоговская гимнастика» Игра «Запретное движение» Игра «Зоопарк» Игра «Я кубики несусь, не уроню» Упражнение «Шалтай-болтай» Релаксация	2
15	«Мой портрет в лучах солнца»; «Я-реальное и я-идеальное». Самоанализ. «Автобиография». Самоанализ «Мой темперамент». Диагностика. «Мой характер». Тест Айзенка.	2
16	«Тип личности». Тест «Шесть рек» «Мои чувства, мысли и желания»; «Хочу стать личностью. Мои цели, ценности и установки. Планирование жизни» «Хочу, могу, надо». Самовоспитание «Как стать лучше. Приёмы самовоспитания» «Мои способности, интересы, достижения и успехи»	2
17	«Копилка обид». «Грустные мысли». «Лист гнева». «Подушка-колотушка». «Воздушный шар»	2
18	Аутогенная тренировка; «Маяк», «Поплавок»; «Передача энергии» «Ритмичное дыхание», «Плавное дыхание». Самовнушение. Позитивные установки.	3

## Содержание программы

### **Проективная методика «Волшебная страна чувств»**

**Цель:** исследование психоэмоционального состояния.

**Материалы:** бланк с изображением восьми домиков, названиями восьми чувств и силуэтом человека, цветные карандаши (8 цветов).

Перед ребенком раскладываются восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

**Шаг 1.** Ребенку зачитывается следующий текст.

Далеко-далеко, а, может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Вина, Грусть, Злость, Страх, Обида и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем, каждое чувство: живет в доме определенного цвета. Кто-то: живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом ...

Каждый день, как встает солнце, жители занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои дома разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда – всю краску унес ветер.

**Инструкция:** У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

**Шаг 2.** Ребенку говорят:

Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них.

### **Инструкция:**

Пожалуйста, помоги каждому чувству найти свой дом. Закрась или подчеркни название чувства цветом, соответствующим цвету его домика.

На этом этапе детям предлагается поработать со второй колонкой, где в столбике по вертикали перечислены названия чувств. В результате мы узнаем, с каким цветом ассоциируется у ребенка определенное чувство.

### **Шаг 3. Ребенку говорят:**

Спасибо, ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои дома. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом.

### **Обработка результатов**

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

- 1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
- 2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;
- 3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека. Символически силуэт делится на 5 зон:
  - **голова и шея** – символизируют ментальную деятельность;
  - **туловище до линии талии, исключая руки** – символизируют эмоциональную деятельность;
  - **руки** – символизируют коммуникативные функции;
  - **тазобедренная область** – символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
  - **ноги** – символизируют чувство «опоры», уверенность в себе.

Таким образом, данная методика показывает нам актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

### **Диагностика самооценки «Лесенка»**

#### **Инструкция:**

Отметь себя на каждой из лестниц, при условии, что на вершине лестницы находятся самые лучшие (здоровые, умные) люди, а внизу – самые худшие (больные, злые).

#### **Интерпретация результатов**

Каждая ступень оценивается в один балл. Таким образом, по каждой шкале ребенок может набрать от 1 до 10 баллов.

Если ребенок располагает себя на четвертой – седьмой ступенях, то это говорит об адекватности его самооценки.

Размещение себя на ступнях с первой по третью говорит о низкой самооценке, а с восьмой по десятую – о завышенной. Таким образом, можно увидеть, по какой шкале ребенок себя оценивает адекватно, а по какой нет.

### **«Рисунок семьи» (Л. Корман)**

**Цель:** исследование межличностных отношений ребенка с родителями.

Данная методика отражает, в первую очередь, переживания и восприятие ребенком своего места в семье, отношение ребенка к семье в целом и отдельным ее членам.

Наиболее продуктивно применение теста «Рисунок семьи» в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте.

**Материалы:** для исследования необходимы лист белой бумаги размером 15x20 см или 21x29 см, шесть цветных карандашей (черный, красный, синий, зеленый, желтый, коричневый), ластик.

#### **Ход исследования**

Ребенку дается **инструкция**: «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Ни в коем случае нельзя объяснять, что обозначает слово «семья». Если ребенок спрашивает, что ему рисовать, психолог должен просто повторить инструкцию. Даже если он задаст вопрос типа: «А бабушку рисовать надо?» - не отвечайте на вопрос прямо, а лучше скажите: «Рисуй так, как тебе хочется». Время выполнения задания не ограничивается (в большинстве случаев оно длится не более 35 минут).

При выполнении задания следует отмечать в протоколе: а) последовательность рисования деталей; б) паузы более 15 сек.; в) стирание деталей; г) спонтанные комментарии ребенка; д) эмоциональные реакции и их связь с изображаемым содержанием.

После выполнения задания надо стремиться получить максимум информации вербальным путем. Обычно задаются следующие вопросы:

1. Скажи, кто тут нарисован?
2. Где они находятся?
3. Что они делают? Кто это придумал?
4. Им весело или скучно? Почему?
5. Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?
6. Кто из них самый несчастный? Почему?

Последние два вопроса провоцирую ребенка на открытое обсуждение чувств, что не каждый ребенок склонен делать. Поэтому, если ребенок не отвечает на них или отвечает формально, не следует настаивать на ответе. При опросе психолог должен пытаться выяснить смысл нарисованного: чувства к отдельным членам семьи, почему ребенок не нарисовал кого-нибудь из членов (если так произошло); что значат для ребенка определенные детали рисунка (птицы, зверушки и т.д.). При этом, по возможности, следует избегать прямых вопросов, настаивать на ответе, так как это может вызвать тревогу, защитные реакции. Часто продуктивными оказываются проективные вопросы (например: «Если бы вместо птички был бы нарисован человек, то

кто бы это был?», «Кто бы выиграл между братом и тобой?», «Кого мама позовет идти с собой?» и т.п.).

После опроса ребенку предлагается решить 6 ситуаций: три из них должны выявить негативные чувства к членам семьи, три – позитивные.

1. Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал идти с собой?
2. Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?
3. Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы) и тебе не везет. Кого ты позовешь на помощь?
4. Ты имеешь «N» билетов (на один меньше, чем членов семьи) на интересную кинокартину. Кто останется дома?
5. Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там жить?
6. Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но вас одним человеком больше, чем надо. Кто не будет играть?

Для интерпретации также надо знать: а) возраст исследуемого ребенка; б) состав его семьи, возраст братьев и сестер; в) если возможно, иметь сведения о поведении ребенка в семье, детском саду или школе.

***Интерпретацию рисунка условно можно разделить на три части:***

*1) анализ структуры «Рисунка семьи»; 2) интерпретацию особенностей графических презентаций членов семьи; 3) анализ процесса рисования.*

*Анализ структуры рисунка семьи и сравнение составанарисованной и реальной семьи*

Ребенок, переживающий эмоциональное благополучие в семье, как правило, рисует полную семью. Искажение реального состава семьи всегда заслуживает пристального внимания, так как за этим почти всегда стоят эмоциональный конфликт, недовольство семейной ситуацией. Крайние варианты представляют собой рисунки, в которых: а) вообще не изображены люди; б) изображены только не связанные с семьей люди. Такое защитное

избегание задания встречается у детей крайне редко. За такими реакциями чаще всего кроются: а) травматические переживания, связанные с семьей; б) чувство отверженности, покинутости (поэтому такие рисунки относительно часты у детей, недавно пришедших в интернат из семей); в) аутизм; г) чувство небезопасности, большой уровень тревожности; д) плохой контакт психолога с исследуемым ребенком.

На практике приходится сталкиваться с менее выраженными отступлениями от реального состава семьи. Дети уменьшают состав семьи, «забывая» нарисовать тех ее членов, которые им менее эмоционально привлекательны, с которыми сложились конфликтные отношения. Не рисуя их, ребенок как бы разряжает неприемлемую эмоциональную атмосферу в семье, избегает негативных эмоций, связанных с определенными людьми. Наиболее часто в рисунке отсутствуют братья или сестры, таким образом ребенок «монополизирует» недостающую любовь и внимание родителей. На вопрос, почему не нарисован тот или иной член семьи, ответы бывают, как правило, защитными: «Не нарисовал потому, что не осталось места», «Он пошел гулять» и т.д., а иногда и прямыми: «Не хотел – он дерется», «Не хочу, чтобы он с нами жил» и т.д.

Большой интерес представляют те рисунки, в которых ребенок не рисует себя или вместо семьи рисует только себя. В обоих случаях это говорит о несформированности у ребенка чувства общности. Отсутствие в рисунке «Я» более характерно детям, чувствующим отвержение, неприятие. Изображение в рисунке только «Я» может быть истолковано по-разному, в зависимости от контекста других характеристик рисунка. Если презентации только «Я» свойственна позитивная концентрация на рисовании самого себя (большое количество деталей тела, цветов, декорирование одежды, большая величина фигуры), то это наряду с отсутствием чувства общности указывает и на определенную эгоцентричность, истероидные черты характера. Если же рисунку себя характерна маленькая величина, схематичность, если в рисунке другими деталями и цветовой гаммой создан негативный эмоциональный

фон, то можно предположить наличие чувства отверженности, покинутости, иногда – аутистических тенденций.

Информативным является и увеличение состава семьи. Это связано с неудовлетворенными психологическими потребностями в семье. Примерами могут служить рисунки единственных детей – они относительно чаще включают в рисунок семьи посторонних людей. Если дополнительно к членам семьи нарисован ребенок того же возраста (двоюродный брат, дочь соседа и т.п.), - это отражение потребности в равноправных, кооперативных связях; если младше – желание занять охраняющую, родительскую, руководящую позицию по отношению к другим детям (такую же информацию могут дать и дополнительно к членам семьи нарисованные собачки, кошки и т.п.).

#### *Расположение членов семьи*

Оно указывает на некоторые психологические особенности взаимоотношений в семье.

Сплоченность семьи, рисование членов семьи с соединенными руками, объединенность их в общей деятельности являются показателями психологического благополучия, восприятия интегративности семьи, включенности в семью за исключением тех случаев, когда близкое расположение фигур – это попытка ребенка объединить, сплотить семью. Рисунки с противоположными характеристиками (разобщенность членов семьи) могут указывать на низкий уровень эмоциональных связей.

Психологически интересны те рисунки, в которых часть семьи расположена в одной группе, а одно или несколько лиц – отдаленно. Если отдалено ребенок рисует себя, это указывает на чувство невключенности, отчужденности. В случае отделения другого члена семьи можно предполагать негативное отношение ребенка к нему, иногда судить об угрозе, исходящей от него, или малой значимости его для ребенка.

Группировка членов семьи в рисунке иногда помогает выделить психологические микроструктуры семьи, коалиции.

На слабость позитивных межперсональных связей указывает также отделение членов семьи объектами, деление рисунка на ячейки, по которым распределены члены семьи.

Считается, что наиболее высоко на рисунке расположен персонаж, обладающий, по мнению ребенка, наибольшей властью в семье, хотя он может быть и самым маленьким по линейному размеру. Ниже всех расположен тот, чья власть в семье минимальна. Принцип вертикальной иерархии распространяется также и на мир предметов.

Анализ особенностей нарисованных фигур

Особенности графического изображения отдельных членов семьи дают ценную информацию об эмоциональном отношении ребенка к отдельному члену семьи, о том, каким ребенок его воспринимает, об «Я-образе» ребенка, его полной идентификации и т.д.

При оценке эмоционального отношения ребенка к членам семьи следует обращать внимание на следующие моменты:

1) *количество деталей тела*. Присутствуют ли: голова, волосы, уши, глаза, зрачки, ресницы, брови, нос, щеки, рот, шея, плечи, руки, ладони, пальцы, ноги, ступни;

2) *декорирование* (детали одежды и украшения): шапка, воротник, галстук, банты, карманы, ремень, пуговицы, элементы прически, сложности одежды, украшения, узоры на одежде и т.п.;

3) *количество использованных цветов для рисования фигуры*.

Как правило, хорошие эмоциональные отношения с человеком сопровождаются позитивной концентрацией на его рисовании, что в результате отражается в большем количестве деталей тела, декорировании, использовании разнообразных цветов. И наоборот, негативное отношение к человеку ведет к большей схематичности, неоконченности изображения. Иногда пропуск в рисунке существенных частей тела (головы, рук, ног) может указывать, наряду с негативным отношением к нему, также на агрессивные побуждения относительно этого человека.

О восприятии других членов семьи и «Я-образе» рисующего можно судить на основе сравнения величин фигур. Дети обычно самыми большими рисуют мать или отца, что соответствует реальности. Однако иногда соотношение величин нарисованных фигур явно не соответствует реальному соотношению величин членов семьи, так как величина изображенного персонажа или предмета выражает его субъективную значимость для ребенка, т.е. какое место занимают отношения с этим персонажем или предметом на данный момент в душе ребенка. Некоторые дети самыми большими или равными по величине с родителями рисуют себя, что связано с: а) эгоцентричностью ребенка; б) соревнованием за родительскую любовь с другим родителем, при котором ребенок приравнивает себя к родителю противоположного пола, исключая или уменьшая при этом «конкурента». Значительно меньшими, чем других членов семьи, рисуют себя дети, которые: а) чувствуют свою незначительность, ненужность и т.п.; б) требующие опеки, заботы со стороны родителей. Вообще при интерпретации величин фигур психолог должен обращать внимание только на значительные искажения фигур.

Информативной может быть и абсолютная величина фигур. Большие, через весь лист, фигуры рисуют импульсивные, уверенные в себе, склонные к доминированию дети. Очень маленькие фигуры связаны с тревожностью, чувством небезопасности. Если группа маленьких фигур изображена наверху листа, а большая нижняя часть листа пустая, то это говорит о том, что низкая самооценка сочетается с высоким уровнем притязаний.

Следует обращать внимание и на рисование отдельных частей тела, поскольку отдельные части тела связаны с определенными сферами активности, являются средствами общения, контроля, передвижения и т.д. Проанализируем самые информативные части тела.

*Руки* являются основным средством воздействия на мир, физического контроля поведения других людей. Если ребенок рисует себя с поднятыми вверх руками, с длинными пальцами, то это часто связано с его агрессивными желаниями. Иногда такие рисунки рисуют и внешне

спокойные, покладистые дети. Можно предположить, что ребенок чувствует враждебность по отношению к окружающим, но его агрессивные побуждения подавлены, или он стремится компенсировать свою слабость, желая быть сильным, властвовать над другими. Последнее будет более достоверным, если ребенок в дополнение к «агрессивным» рукам еще нарисует и широкие плечи или другие атрибуты, символы «мужественности» и силы. Иногда ребенок рисует всех членов семьи с руками, но «забывает» нарисовать их себе. Если при этом ребенок рисует себя еще и непропорционально маленьким, то это может быть связано с чувством бессилия, собственной незначительности в семье, с ощущением, что окружающие подавляют его активность, чрезмерно его контролируют. Интересны рисунки, в которых один из членов семьи нарисован с длинными руками, большими пальцами. Чаще всего это указывает на восприятие ребенком агрессивности этого члена семьи. Чем более могущественным воспринимается данный персонаж, тем больше у него руки. То же значение может иметь и изображение члена семьи вообще без рук – таким образом ребенок символическими средствами ограничивает его активность.

Если пальцев на руке больше, чем пять, то ребенок чувствует себя (или соответствующего персонажа) более оснащенным, сильным, могущественным (если на левой руке, то в сфере семейных отношений, если на правой, то в мире за пределами семьи: в школе, саду, во дворе и др.), если меньше, то более слабым, чем окружающие.

*Ноги* выполняют функцию опоры в реальности и свободу передвижения. Чем больше площадь опоры у ног, тем более данный персонаж воспринимается твердо стоящим на земле.

*Голова* – центр локализации «Я», интеллектуальной и перцептивной деятельности; лицо – самая важная часть тела в процессе общения. Уже дети с 3-х лет в рисунке обязательно рисуют голову, некоторые части тела. Если дети старше пятилетнего возраста (нормального интеллекта) в рисунке пропускают части тела (глаза, рот), это может указывать на серьезные

нарушения в сфере общения, отгороженность, аутизм. Если при рисовании пропускают голову, черты лица или штрихуют все лицо, то это часто связано с конфликтными отношениями с данным лицом, враждебным отношением к нему. Предполагается, что самым «умным» членом своей семьи ребенок считает того человека, которого он наделил самой большой головой. Выражение лиц нарисованных людей также может быть индикатором чувств ребенка к ним. Однако следует помнить, что дети склонны рисовать улыбающихся людей. Поэтому выражения лиц значимы только в тех случаях, когда они отличаются друг от друга. Девочки больше, чем мальчики, уделяют внимание рисованию лица, изображают больше деталей. Поэтому концентрация на рисовании лица может указывать на хорошую половую идентификацию у девочек и на озабоченность физической красотой, стремление компенсировать свои физические недостатки, формирование стереотипов женского поведения – у мальчика.

Следует знать, что с возрастом рисунок человека обогащается все новыми деталями. Каждому возрасту характерны определенные детали, и их пропуск в рисунке связан с отрицанием каких-то функций, с конфликтом.

Персонажи с большими расширенными глазами воспринимаются ребенком как тревожные, беспокойные, нуждающиеся в том, чтобы их спасали. Персонажи с глазами «точечками» или «щелочками» несут в себе внутренний запрет на плач, выражение потребности в зависимости, боятся попросить о помощи. Персонаж с самыми большими ушами больше, чем все остальные, должен слушаться окружающих. Персонаж, изображенный вообще без ушей, может игнорировать то, что о нем говорят другие люди.

*Шея* символизирует способность к рациональному самоконтролю, контролю разума («головы») над чувствами («телом»). Тот персонаж, у которого на рисунке шея есть, способен управлять своими чувствами в восприятии автора рисунка, у кого же шеи нет – не способен. Если шея на рисунке длинная и тонкая, то в сознании рисующего конфликт между разумом и чувствами решается через самоустранение от мира собственных сильных эмоций.

Наоборот, если шея короткая и толстая, то у данного персонажа наблюдается гармония между разумом и чувствами.

*Искажения* ребенком изображения человека, идущие по правой стороне нарисованного персонажа, отражают проблемы взаимоотношений с миром социальных норм и тех людей, которые их выражают для ребенка. Искажения по левой стороне тела отражают проблемы отношений с наиболее близкими людьми в сфере эмоциональных привязанностей. Разрыв контура буквально означает проницаемость соответствующего локуса тела для внешнего влияния, особенно если контуры других частей тела нарисованы без разрыва.

#### *Анализ процесса рисования*

При анализе процесса рисования следует обращать внимание на:

- А) последовательность рисования членов семьи;
- Б) последовательность рисования деталей;
- В) стирание;
- Г) возвращение к уже нарисованным объектам, деталям, фигурам;
- Д) паузы;
- Е) спонтанные комментарии.

Интерпретация процесса рисования требует практического опыта психолога, его интуиции. Часто именно этот уровень анализа дает наиболее содержательную, глубокую, значимую информацию, так как за динамическими характеристиками рисования кроются изменения мысли, актуализация чувств, напряжение, конфликты.

Изображение зубов и выделение рта – признак оральной агрессии. Если ребенок так рисует не себя, а другого члена семьи, то это часто связано с чувством страха, воспринимаемой враждебностью этого человека к ребенку.

Ребенок первым изображает главного или наиболее значимого, эмоционально близкого человека. Как правило, это мать. То, что дети первыми рисуют себя, указывает на их эгоцентризм как возрастную характеристику. Исходя из этого, последовательность рисования более

информативна в тех случаях, когда ребенок рисует первым не себя и не мать, а другого члена семьи. Когда ребенок рисует мать последней, это связано с негативным отношением к ней.

Последовательность рисования членов семьи может быть более достоверно интерпретирована в контексте анализа особенностей графического изображения фигур. Если первая нарисованная фигура является самой большой, но нарисована схематично, не декорирована, то такое изображение указывает на воспринимаемую ребенком значимость этого лица, силу, доминирование в семье, но не указывает на положительные чувства ребенка в его отношении. Однако, если первая фигура нарисована тщательно, декорирована, то можно думать, что это наиболее любимый член семьи, которого ребенок почитает и на которого хочет быть похожим.

Обычно дети, получив задание нарисовать семью, начинают рисовать членов семьи. Некоторые же дети сначала рисуют различные объекты, линию основания, солнце, мебель и т.д. и лишь в последнюю очередь приступают к изображению людей. Считается, что такая последовательность выполнения задания является своеобразной защитной реакцией, при помощи которой ребенок отодвигает неприятное для него задание во времени. Чаще всего это наблюдается у детей с неблагополучной семейной ситуацией, но это также может быть результатом плохого контакта ребенка с психологом. Есть другое мнение, что если на рисунке ребенка изображено много неодушевленных предметов и мало людей, то это говорит не об эмоционально бедных отношениях в семье, а о том, на что эти эмоции направлены. Изображения большого количества предметов, относящихся к одной и той же деятельности, подчеркивает особую значимость этой деятельности для членов семьи. Например, обилие мягкой мебели и нахождение на ней взрослых персонажей означает особую ценность для данной семьи отдыха и расслабления.

Возвращение к рисованию тех же членов семьи, объектов, деталей указывает на их значимость для ребенка.

Паузы перед рисованием определенных деталей, членов семьи чаще всего связаны с конфликтными отношениями и являются внешним проявлением внутреннего противоречия. На бессознательном уровне ребенок как бы решает, рисовать ему или нет человека или деталь, связанных с негативными эмоциями.

Стирание нарисованного, перерисованного может быть связано как с негативными эмоциями по отношению к рисуемому члену семьи, так и с позитивными. Решающее значение имеет конечный результат рисования. Если стирание и перерисовывание не привели к заметно лучшему графическому изображению – можно судить о конфликтном отношении ребенка к этому человеку.

Спонтанные комментарии ребенка часто проясняют смысл рисуемого содержания, выдают наиболее эмоционально «заряженные» места рисунка. Поэтому к ним надо внимательно прислушиваться. Не исключено, что они могут помочь направить и вопросы после рисования, и сам процесс интерпретации.

### **Методика «Мотивационные предпочтения» (Д.В. Солдатов)**

**Цель:** выявить иерархии мотивов к обучению путем анализа и ранжирования ребенком разных занятий по степени их привлекательности.

В основе методики лежит положение о том, что по отношению ребенка к окружающей среде, по тому, что его интересует, к чему он стремится и как переживает различные ситуации можно судить о характере мотивов. Автор указывает на тот факт, что мотивы с трудом осознаются детьми, но субъективно переживаются в виде желаний, стремлений, интересов. Методика удовлетворяет следующим требованиям: доступность понимания для детей старше 5 лет, интересна детям 5—9 лет, не требует от испытуемых специальных знаний и умений, сложных умственных действий и значительной речевой активности, не занимает много времени, проста в проведении и обработке.

**Оборудование:** 2 параллельные серии карточек размером 13x18 см. Каждая серия включает 9 картинок, на которых одни и те же мальчик и девочка школьного возраста выполняют разные действия: 3 карточки с изображением деятельности близкой к учебной, 2 карточки с изображением трудовой деятельности, и 3 — с изображением игровой деятельности. Вторая серия картинок предполагает аналогичные первой серии виды занятий, но не дублирует их полностью.

**Процедура эксперимента.** Предполагается индивидуальная форма проведения диагностирования. Экспериментатор раскладывает перед ребенком карточки так, чтобы ни в рядах, ни в столбцах не было карточек, относящихся к одному) виду деятельности: учебной, трудовой или игровой. Ребенку\* предлагается рассмотреть изображения, а экспериментатор объясняет, что делают дети на каждой карточке. После того как ребенок понял смысл заданий, дается первая инструкция.

*Инструкция 1.* «На всех карточках дети заняты разными делами. А что бы тебе хотелось делать больше всего? Выбери карточку, на которой изображено то, чем ты хотел бы заниматься, и дай ее мне». Испытуемый должен выбрать 3 карточки, изображающие наиболее привлекательные для него' занятия. Затем дается вторая инструкция.

*Инструкция 2.* «Теперь выбери то, что тебе не хотелось бы делать, чем не хотелось бы заниматься». Количество выборов нежелаемых занятий не ограничивается.

Если после выполнения второй инструкции остались карточки, то необходимо добиться от ребенка определить среди них более или менее привлекательные. Задача экспериментатора — фиксирование последовательности выбора карточек (номера записываются в порядке выбора). В записи следует четко отделить желаемые выборы от нежелаемых. По окончании методики и на всем протяжении ее проведения следует избегать оценок, комментирования, переживания по поводу действий

испытуемого. Следует лишь поблагодарить ребенка за его участие в диагностировании: «Вот и все! Молодец! Спасибо!»

Вторая серия карточек или повтор первой предлагается в зависимости от целей диагностирования и других обстоятельств, сразу после первой серии или спустя какое-то время. Отметим, однако, что и первая и вторая серии методики «Мотивационные предпочтения» могут считаться параллельными и взаимозаменяемыми, следовательно, достаточно надежные результаты получаются при использовании одной серии карточек.

*Обработка результатов.* Получающийся в результате эксперимента ряд цифр отражает иерархию предпочтения ребенком разных занятий. Для анализа этой иерархии предпочтения предлагается количественная и качественная обработка данных. Иерархия может быть проанализирована по нескольким параметрам.

*Количественная обработка.* Желание выполнять различные виды деятельности неоднозначно для определения уровня развития личности ребенка. По данной методике учебные мотивы являются высшим показателем развития личности, а желание играть указывает на инфантильность испытуемого. Исходя из этого, каждый выбор какого-либо вида учебной деятельности оценивается в 2 балла, стремление к бытовому труду ~ ~ ~ <sup>в</sup> ^ балл за каждый выбор, а ценность выбора игровых видов деятельности — в 0 баллов. Все баллы, начисленные за желаемый выбор (первые 3 выбранные карточки), суммируются и получается итоговый балл, который принимает значения от 0 до 9.

*Качественный анализ* проводится по двум основным направлениям: анализ желаемых и нежелаемых выборов.

Для детей с ЗПР зачастую характерна игровая мотивация, что может стать причиной последующей школьной дезадаптации.

## **Упражнение «Путешествие на облаке»**

**Цель:** способствовать снятию мышечного напряжения и эмоционального возбуждения после активной двигательной деятельности.

### **Социально-коммуникативные задачи:**

- создать условия для расслабления после двигательной деятельности на прогулке;
- создать ощущение безопасности при заданиях на равновесие;
- восстановить энергетический баланс организма;
- способствовать концентрации мыслей.

### **Познавательные задачи:**

- снять умственное напряжение;
- сохранить ровное эмоциональное состояние.

### **Художественно-эстетические задачи:**

- развивать воображение.

**Оборудование:** диск с записью релаксационной музыка, ковёр, белые облака из бумаги, текст.

**Предварительная работа:** чтение произведения «Я на облаке летал» М. Пляцковский просмотр и обсуждение м/ф «Облака, белогривые лошадки»

*Ход релаксационной паузы:*

**Педагог:** Ребята, сегодня мы с вами много двигались на прогулке и очень устали. Нам нужно обязательно расслабиться, а, чтобы отдых был интересным, мы с вами отправимся в путешествие. А какое оно будет мы сейчас узнаем, и поможет нам ваша отгадка. (*Педагог загадывает загадку.*)

Слушайте внимательно: В небе белая гора, Легче пуха и пера (*облако*). Белые подушки по небу плывут. Мокрые подушки дождики несут (*облако*).

**Педагог:** Всё верно, ребята. Молодцы! Сегодня мы с вами будем отдыхать на облаках. Мы с вами сегодня на прогулке, вспомните, тоже вели наблюдение за облаками. Ребята, какие бывают облака?

**Дети:** Белые, белоснежные, волнистые, пушистые, большие и маленькие, кучевые, перистые.

**Педагог:** Правильно, ребята. Вот и совершим с вами путешествие по небу.

Облака, облака –

Кучерявые бока,

Облака кудрявые,

Целые, дырявые,

Лёгкие, воздушные,

Ветерку послушные.

(С.Михалков)

*(Педагог раздаёт детям бумажные облака и предлагает пройти на ковёр и лечь на спину, а под голову положить облако).* - Сейчас мы отправимся с вами в волшебное путешествие в Хрустальную страну. Просто так туда не попасть, для этого нам нужно лечь, положить голову на облако и включить своё воображение. И полетим мы туда на облаке, ложитесь поудобнее и слушайте меня внимательно. Итак, ваши спина, ноги, руки расслаблены, и мы можем совершить полёт. Вы готовы?

Для того, чтобы оказаться в Хрустальной стране, нужно думать про то, что я вам буду говорить. Расслабьтесь, ваши руки лежат спокойно вдоль туловища, ноги слегка раздвинуты и вытянуты, закройте глаза. Дыхание ровное и спокойное. Представьте себе голубое небо, по которому не спеша плывут белые пушистые облака. Эти облака такие лёгкие и воздушные, что как будто застыли на чистом прозрачном небосклоне. Вдруг одно облачко отстало от остальных и начало опускаться к нам на землю. Оно коснулось зелёной травы и застыло. Облачко ждёт, когда мы с вами на него сядем. Вот мы подошли к нему и шагнули в мягкую гору подушек. На облаке так хорошо, что мы полностью расслабились. Очень удобно лежать на облаке. Наше облачко стало поднимать нас высоко в небо, мимо пролетают птички, солнышко ласкает нас своими лучиками, дует летний ветерок. Нам тепло и

легко. В небе спокойно. Мы плывём на облачке в Хрустальную страну. Все счастливы. *(Звучит спокойная музыка)*.

Хрустальная страна находится очень далеко. Попасты туда нельзя ни на машине, ни на самолёте, ни на корабле, к ней нет дорог, и даже ракета не сможет нас туда доставить. Добраться в Хрустальную страну нам поможет наше облачко. В Хрустальной стране очень красиво, там прозрачный воздух, даже если очень жарко, лёгкий ветерок даст нам немного прохлады. Посмотрите вниз, под нами расстилаются ковры цветочных лугов, над которыми порхают разные бабочки и жучки. Мы можем слышать жужжание насекомых, пение птиц, тут нет шума. А теперь мы пролетаем мимо лесов, где деревья такие высокие, что можем дотронуться до них рукой. Там живут звери, которые могут понимать человеческую речь и никогда не дерутся. А ещё там в лесах растут такие ароматные ягоды, запах которых можно услышать даже высоко в небе. В Хрустальной стране очень много рек, в которых живут волшебные золотые рыбки, они исполняют любое желание, глядите, как они выпрыгивают, чтобы поприветствовать нас. Реки такие чистые, что можно увидеть на дне безмятежный подводный мир. Посмотрите, мы пролетаем над хрустальными горами, они очень похожи на обычные горы, только прозрачные, вершины их покрыты серебряным искрящимся снегом. В этой стране даже зимой светит солнышко, а когда идёт дождик, то на небе всегда появляется радуга, по которой можно побегать. Ночью на небе появляется рогатый пастушок - месяц. Он пасёт на тёмном небе миллиарды ночных звёздочек, они тоже непростые, переливаются всеми цветами радуги. Такую звёздочку можно легко достать рукой и загадать желание, а потом отпустить её обратно на небо. Постарайтесь мысленно увидеть это место. В Хрустальной стране может произойти волшебство *(сделать паузу)*. Чувствуете, как мы погружаемся в облако, оно нас обволакивает. Когда облака собираются вместе, они начинают кружиться в хороводе под песни ветерка *(Сделать паузу)*. Наше путешествие в Хрустальную страну подходит к концу *(сделать паузу)*.

Облачко возвращает нас в детский сад. Нам надо аккуратно спуститься с облака и сказать ему спасибо. (*Педагог убавляет музыку.*) Ребята, открываем глаза, руки становятся лёгкие-лёгкие, ноги лёгкие-лёгкие. Руками потянулись высоко-высоко, как будто тянемся к облакам, ножки подняли и поболтали в воздухе. А теперь ребята потихоньку поднимаемся на ноги. Встаём каждый около своего облака.

**Педагог:** Ребята, получилось у вас расслабиться, отдохнуть? А представить то, место, куда вас облако катало? Получилось ли прочувствовать лёгкость и мягкость облаков? У кого получилось «нарисовать» вообразить в голове волшебную Хрустальную страну? Что вам больше всего понравилось в ней и запомнилось? (*Ответы детей.*)

### **Упражнение «Эмоциональный словарь»**

Направлено на развитие эмоциональной сферы.

Перед ребенком раскладывают набор карточек с изображением лиц в различных эмоциональных состояниях, и предлагают ответить на вопрос: какое чувство здесь нарисовано? После этого ребенку предлагают вспомнить, когда он сам был в таком состоянии, как он при этом чувствовал себя, хотел бы он снова вернуться в это состояние? А может ли это выражение лица отражать другое чувство? А какие еще из нарисованных здесь чувств ты испытываешь? Все приведенные детьми примеры из жизни взрослый записывает на листе бумаги; ребенку предлагают самому нарисовать картинку, соответствующую данной эмоции. Через 2–3 недели игру можно повторить, при этом можно сравнить те состояния ребенка, которые были характерны для него раньше, и те, которые возникали недавно. Можно спросить ребенка: каких состояний у тебя было больше за прошедшие 2–3 недели – хороших или плохих? А что ты можешь сделать, чтобы испытывать как можно больше приятных чувств?

### **Упражнение 2. «Цветик-семицветик»**

Направлено на развитие умения оценить свое состояние, проанализировать поведение.

Взрослый заранее, лучше вместе с ребенком, вырезает из картона цветы. На каждом из семи лепестков рисуют фигурки людей – детей и взрослых – в различных бытовых ситуациях. Ребенок смотрит на лепестки, рассказывает о случаях, когда он находился в похожей ситуации, описывает эмоции, которые при этом испытывал. Такие занятия следует проводить многократно, время от времени обсуждая с ребенком, изменились ли его взгляды на окружающих и на себя. Например, если ребенок вначале говорил, что он счастлив, когда ему дарят подарки, а через 2–3 месяца заявил, что чаще всего он бывает счастлив, когда другие дети принимают его в игру, то можно поговорить с ним об этом и спросить, почему его представления изменились.

### **Упражнение 3. «Клубочек»**

Направлено на обучение одному из приемов саморегуляции.

Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый по секрету говорит ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный: как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается. Когда такая игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует, что он огорчен, устал или «завелся».

«Роли»

*Цель* • способствовать формированию эмоциональной децентрации у детей. Детям предлагается немного побыть актерами. Ведущий говорит следующее: «А что делает актер в театре или в кино? Играет различные роли. Но человек в обычной жизни тоже играет различные роли. При этом в каждой из своих ролей он использует разную мимику, жесты, интонацию голоса». Далее вместе со взрослым дети обсуждают, какие бывают роли: мамы, папы, сына или учителя, продавца и т.п. Если работа осуществляется с детьми 9—10 лет, можно ввести названия этих ролей — роли могут быть семейными или социальными. Далее взрослый спрашивает у детей, с каких ролей они хотят начать обучение (например: «Хочу начать учиться на актера с роли мамы»).

Перед ребенком на пол кладутся два листа бумаги: темный и белый. Задается условие: если хочешь играть выбранную роль в плохом варианте, становись на черный лист, если в хорошем — на белый. После этого дети приступают к проигрыванию различных ролей, обращая внимание на соответствие голоса, мимики, жестов принятой роли. Более младшим детям ведущий может предложить произносить одну и ту же реплику (например: «Подойди ко мне») из разных ролей. Старшие дети могут разыгрывать ситуации.

### **Упражнение «Здравствуй, песок!»**

Цель: снижение психофизического напряжения.

Описание: Педагог предлагает ребёнку поздороваться с песком разными способами. Сначала кончиками пальцев, затем всей ладонью — внутренней и тыльной стороной, перетереть песок между пальцами. Дети старшего возраста описывают и сравнивают свои ощущения: «тепло-холодно», «приятно-неприятно» и т.д.

### **Упражнение «Необыкновенные следы»**

Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения

Описание: Педагог предлагает детям оставить следы на песке. «Медвежата» — дети кулачками силой надавливают на песок, «зайчата» — ребёнок кончиками пальцев ударяет по поверхности песка, «змейки» — ребёнок пальцами рук делает на песке волнистые линии, «жучки-паучки» — дети двигают всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок и здороваться друг с другом), «крокозябла» — дети создают на песке самые разнообразные следы и фантазируют, какое животного могло их оставить.

### **Упражнение «Узоры на песке»**

Цель: закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.

Описание: Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры (в соответствии с возрастными нормами освоения), простые/сложные узоры (прямые и

волнистые дорожки, заборчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке, либо продолжить узор взрослого. Вариант: взрослый рисует на доске, дает устную инструкцию нарисовать на песке определенный узор. Те же узоры на песке изготавливаются путем выкладывания в заданной последовательности предметов, например камешков, желудей, больших пуговиц и пр.

### **Игра-упражнение «Песочные прятки»**

Цель: развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности.

Описание (вариант 1): Психолог предлагает детям закрыть глаза, а затем прячет в песке игрушки, когда ребёнок открывает глаза начинается игра. Необходимо найти игрушки в песке. Для этого можно раздувать песок, раскапывать пальчиками, использовать палочки, кисточки. Чтобы разнообразить игру, взрослый показывает ребенку игрушку — «мину», которую нельзя полностью откапывать. Как только при раскопках ее часть появилась на поверхности песка, ребенок должен остановить свои раскопки и продолжить их в другом месте. Если ребенок забывает правило, он отрабатывает игровой штраф, поэтому он будет вынужден раскапывать игрушки очень осторожно.

Описание (вариант 2): Для игры необходимо иметь ламинированные картинки из разных сказок. Психолог прячет картинки в песке и предлагает ребёнку найти их. Для этого ребёнку необходимо медленно расчищать песок с помощью пальцев рук или кисточки и как только картинка начинает появляться ребёнок может угадывать сказку. Задача как можно быстрее угадать сказку при наименьшем расчищении песка.

### **Упражнение «Прогулка в лес»**

- Мы с вами пойдем в воображаемый лес. Идем тихо, на цыпочках, чтобы не разбудить медведя; перешагиваем через валежник; боком движемся по узкой дорожке, вокруг которой растет крапива; осторожно ступаем по шаткому

мосту; идем через ручей; прыгаем по кочкам в болоте; наклоняемся, собираем грибы, ягоды, цветы; тянемся вверх к веточкам.

А теперь подумайте и ответьте:

Что в лесу растет?

Ягоды: черника, голубика, земляника, малина, черника, брусника...

Грибы: белый, подосиновик, подберезовик, грузди, маслята...

Цветы: ромашка, колокольчик, выюнок, василек...

Деревья: осина, береза, ель, сосна, лиственница, кедр...

Кустарники: боярышник, орешник...

Чтение сказки: «Волшебный горшочек»

Кто в лесу живет:

Звери: лось, заяц, медведь, лиса, волк...

Птицы: кукушка, соловей, иволга, жаворонок...

Чтение сказки «Зимовье зверей»

Тренер читает сказки, обсуждение, комментарии.

### **Упражнение «Волшебные слова»**

Назвать волшебные слова: спасибо, пожалуйста, извините, простите...

Психолог дает задание, если говорит волшебное слово, то задание дети выполняют, если не говорит, то не выполняют:

-попрыгайте

- похлопайте пожалуйста в ладоши.

- присядьте

- посмотрите все пожалуйста на меня

- повернитесь

- скажите хором «да»

- скажите громко «нет»

- улыбнитесь мне пожалуйста ...

Выбирают ведущего из детей и игра продолжается

### **Упражнения из йоговской гимнастики.**

1. Дети ходят по кругу друг за другом и гудят, как паровозики:

« Ту-ту-у-у-у».

2. Останавливаются, встают в круг.

3. « Заводят будильник» – сжимают ладонь в кулачок, выполняют круговые движения у солнечного сплетения: «Джик-джик-джик».

4. «Будильник зазвонил»: « З-з-з». Мы его остановим - дети слегка ударяют ладошкой по голове.

5. « Лепят личико»- проводят руками по краю лица.

6. «Лепят волосики»- нажимают подушечками пальцев на корни волос.

7. «Лепят бровки»- проводят кончиками пальцев по бровям.

8. «Лепят глазки»- трогают кончиками пальцев веки, проводят указательным пальцем вокруг глаз. Марают глазами.

9. «Лепят носики»- проводят указательным пальцем от переносицы по крыльям носа вниз.

10. «Лепят ушки»- пощипывают мочки ушей, поглаживают уши.

11. «Лепят подбородок.

12. «Рисуют носиком солнышко»- крутят головой, рисуют носиком лучики - выполняют соответствующие движения головой снизу вверх: « Жжик-жжик-жжик».

13. Произносят хором: « Я хороший, добрый, красивый», гладят себя по голове, лицу и обнимают себя обеими руками.

### **Телесно-ориентированное упражнение «Камень и путник».**

Психолог говорит, что после прогулки нужно отдохнуть. Предлагает кому-то из детей стать « камнями», а другим-

« путниками». Дети, которые изображают камни, опускаются на пол, обхватывают колени руками и сидят неподвижно, напряженно. Каждый из « путников» садится, опирается спиной на спину ребенка, изображающего камень. Потом дети меняются ролями.

### **Игра «Будь внимателен!».**

Дети встают в круг. Психолог берет мяч и входит в центр круга. Он называет имена детей и бросает мяч. Ребенок, услышав свое имя, должен поймать мяч и кинуть его обратно.

### **Упражнение «Кто сильнее кричит?».**

Детям предлагается просто покричать. Это можно делать, прыгая, бегая, под музыку или без нее. Все будет зависеть от желания детей.

### **Релаксация.**

Дети ложатся на ковер. Руки немного согнуты в локтях, лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги немного разведены в стороны.

Психолог обращается к детям: «Сейчас, когда я начну читать стихи и заиграет, спокойная музыка, вы закроете глаза и начнется игра «Волшебный сон». Вы не заснете по – настоящему и будете все слышать, но не будете двигаться, и открывать глаза, пока я вам не разрешу. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Шептаться не надо. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится тогда, когда я громко скажу: «Открыть глаза! Встать! Внимание.... Наступает «Волшебный сон»...

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем...(2раза)

Сном волшебным засыпаем...

Дышитесь легко...ровно...глубоко...

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают,...засыпают...(2раза)

Шея не напряжена

И рас-сла-а-аб-ле-на...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется...(2раза)

Дышитесь легко...ровно...глубоко...

Напряженье улетело...

И расслаблено все тело...(2раза)

Греет солнышко сейчас...

Руки теплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги теплые у нас...

Дышится легко...ровно...глубоко...

Губы теплые и вялые,

Но несколько не усталые...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется...(2раза)

Нам понятно, что такое...

Состояние покоя...(2раза)»

Долгая пауза (до конца медленной музыки).

Начинает звучать бодрая, веселая музыка. Дети продолжают лежать с закрытыми глазами.

Психолог обращается к детям:

«Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали...

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем, Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Глазки открываем

Новый день мы начинаем.

**Игра «Самолеты».**

Дети сидят на корточках далеко друг от друга - «самолеты на аэродроме».

Психолог говорит:

-Самолеты загудели, загудели, загудели, поднялись и полетели.

Дети гудят вначале тихо, потом все громче, поднимаются и начинают бегать по залу, разведя руки в стороны.

-Полетели, полетели и сели.

Дети садятся на корточки, ждут команды психолога. Так делается несколько раз. В конце игры «самолеты прилетают к морю»- дети садятся на стульчики или ложатся на ковер так, чтобы не задевать друг друга.

### **Упражнение «Раз, два, три – говори!».**

Дети сидят на стульчиках. Перед ними стоит мольберт с изображением морского берега, волн, чаек, парохода. Психолог вызывает одного ребенка и шепотом предлагает ему внести в рисунок дополнение (изобразить облако, лодку, камешки на берегу, еще одну птицу и т.п.). Мольберт переворачивается, вызванный ребенок выполняет инструкцию, и рисунок вновь демонстрируется детям. Психолог просит детей определить, какая новая деталь появилась на картине, и назвать ее, но только после того, как прозвучит команда: «Раз, два, три – говори!».

### **Игра: «Кляксы»**

**Цель:** снятие агрессии и страхов, развитие воображения.

Подготовлены чистые листы бумаги, жидкая краска (гуашь). Детям предлагается взять на кисточку немного краски того цвета, который им хочется, плеснуть “кляксу” на лист краски и сложить лист вдвое так, чтобы “клякса” отпечаталась на второй половине листа. Затем лист развернуть и постараться понять, на кого или на что похожа полученная “клякса”.

Что у вас получилось, кто это. На кого похоже?

Интересные получились кляксы, похожи на животных. А сейчас положите ваши кляксы сушить и сядьте на ковер в круг.

### **Аутогенная тренировка, направленная на овладение регуляцией ритма и частоты дыхания**

Повторите про себя: — Я спокоен, я совершенно спокоен...

Ваше дыхание медленное...

Дыхание спокойное...

Дыхание ритмичное, ровное...

На каждом выдохе приятная волна спокойствия прокатывается по всему телу...

Дыхание легкое... Приятная прохлада струится в легкие...

Еще раз проговорите про себя: — Я спокоен, я совершенно спокоен... я абсолютно спокоен...

### **Планируемый результат**

#### **Общая характеристика поведения и деятельности.**

- Устойчивый интерес ко всем заданиям.
- Понимает вербальную инструкцию, действует согласно ей и удерживает на протяжении всей работы.
- Активен, целенаправлен при выполнении всех заданий, работает самостоятельно в соответствии с инструкцией.
- В основном действует на основе самостоятельно выявленной закономерности способом зрительного соотнесения.
- Критичность адекватная: доволен результатами при правильном решении или отмечает трудность выполнения заданий.

- Темп деятельности удовлетворительный на протяжении всей деятельности.
- Работоспособность удовлетворительная.
- Работает внимательно, может допустить незначительное количество ошибок, сам замечает и исправляет их при самостоятельной проверке.
- Самостоятельно выделяет способы действия, возможно минимальное количество обучающих шагов.
- Аналогичное задание выполняет верно, самостоятельно.

### **Движения и действия**

- Двигательные качества развиты в полном объеме.
- Графические задания выполняет правильно, самостоятельно.

### **Внимание**

Достаточно устойчивое, объем внимания и длительность сосредоточения удовлетворительные, достаточно развита способность к переключению и распределению внимания.

### **Память**

Достаточный объем и скорость запоминания, прочное хранение информации, точное воспроизведение.

### **Восприятие**

Достаточно хорошо развит зрительный анализ и пространственное восприятие, тактильные ощущения, слуховое восприятие.

### **Пространственные представления**

- Правильно ориентируется в направлениях относительно своего тела.
- Самостоятельно и правильно анализирует образец для конструирования, правильно располагает структурные элементы друг относительно друга.

### **Мышление**

- Достаточно высокий уровень овладения моделирующими перцептивными действиями.

- Операции анализа и синтеза на уровне наглядных форм мышления развиты в полном объеме.
- Самостоятельно классифицирует по одному и двум признакам.
- Самостоятельно устанавливает логическую закономерность.
- Операции анализа и синтеза на уровне словесно-логического мышления развиты в полном объеме.
- Самостоятельно устанавливает логические связи между объектами, понимая скрытый смысл.
- Самостоятельно систематизирует объекты.
- Самостоятельно устанавливает последовательность событий и отражает их в речи.
- Понимает смысл сюжетного рассказа, может передать в речи.
- Осмысливает проблемную (неявно выраженную ситуацию) при восприятии текста на слух.
- Выполняет замещающие действия, может объяснить смысловую связь предмета и заместителя.
- Ориентируется в пространстве с помощью условного плана.

### **Программно-методическое обеспечение программы**

1. Бабкина Н.В. Программа занятий по развитию познавательной деятельности младших школьников: Книга для учителя. – М.: АРКТИ, 2002.
2. Бабкина Н.В. Радость познания. Логические задачи для детей младшего школьного возраста. – М.: АРКТИ, 2000.
3. Безруких М.М., Ефимова С.П. Упражнения для занятий с детьми, имеющими трудности при обучении письму. – М., 1991
4. Вильшанская А.Д. Дети с ЗПР: коррекционные занятия в общеобразовательной школе. – М.: Школьная пресса, 2006.
5. Вильшанская А.Д. Дефектологическое сопровождение учащихся с задержкой психического развития в общеобразовательной школе (Практические материалы) // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2008. — № 1. — с. 47 – 54
6. Вильшанская А.Д. Коррекционно-педагогическая работа с младшими школьниками с задержкой психического развития церебрально-органического генеза в общеобразовательной школе: Автореф. дисс. ... канд. педагог. наук. – М., 2005. – 23 с.

7. Вильшанская А.Д. Организация и содержание работы учителя-дефектолога в системе КРО // Шевченко С.Г., Бабкина Н.В., Вильшанская А.Д. Дети с ЗПР: коррекционные занятия в общеобразовательной школе. Книга 1. – М.: Школьная Пресса, 2005. – 96с. — С. 65–73.
8. Вильшанская А.Д. Содержание работы дефектолога с учащимися классов КРО // Коррекционная педагогика. — 2003. — № 1.
9. Дробинская А.О. «Школьные трудности «нестандартных» детей» (М., изд-во «Школьная пресса»).
10. Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
11. Кабанова-Меллер Е.Н. Формирование приемов умственной деятельности и умственное развитие учащихся. – М., 1968.
12. Казанцева О.В. Основные направления психологической помощи учащимся классов коррекционно-развивающего обучения // Коррекционная педагогика. – 2003. — № 1. – С. 51– 53.
13. Лалаева Р.И. Нарушения чтения и пути их коррекции у младших школьников. – СПб., 1998
14. Лидерс А.Г. Формирование «внимательного письма» у учащихся 3 – 4 классов // В кн. Маркова А.К., Лидерс А.Г., Яковлева Е.Л. Диагностика и коррекция умственного развития школьном возрасте. – Петрозаводск, 1992. – С. 139 – 146.
15. Обучение детей с задержкой психического развития / Под ред. Т.А. Власовой, В.И. Лубовского, Н.А. Никашиной. – М., 1981.
16. Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
17. Программа для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение. Начальные классы /сост. А. А.
18. Вохмянина. 2-е изд. Стереотип.-М.: Дрофа, 2001.

19. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: Русский язык. Окружающий мир. Природоведение. Математика. Физическая культура. Ритмика. Трудовое обучение. /Сост. С. Г. Шевченко.

20. Интернет ресурсы.