

# **Коррекционно-развивающие занятия для учащихся 1-х классов**

***На занятиях используются элементы арт-, песко-, сказкотерапии.***

## **Занятие 1. Установление правил, создание рабочей атмосферы.**

**Необходимые материалы:** звездочки – основы для визиток, парные «варежки», вырезанные из бумаги, цветные карандаши, фломастеры, скотч, игрушка – «талисман группы», ватман, маркер, текст сказки «Шапка невидимка».

### **Ход занятия**

#### **1. Вводное слово ведущего**

**Цель:** информирование участников группы о целях и форме занятий.

#### **2. Знакомство**

**Цель:** изменение стереотипов, связанных с восприятием работы группы как урока, Демонстрация стиля взаимоотношений с ведущим группы и ее членами.

В общем кругу каждый называет свое имя. Работа разворачивается по принципу «снежного кома»: первый называет свое имя, следующий – предыдущего участника и только потом свое ( Тебя зовут Аня, а меня Саша») и т.д. Если имя соседа забылось, нужно его вежливо попросить повторить. В завершении задания выясняется, кто «самый памятный»: желающие могут попытаться назвать по именам всех присутствующих.

Затем каждый оформляет себе «визитку» на заранее подготовленных «звездочках». Если ребенок затрудняется написать свое имя, ему помогает ведущий. На визитке нужно отразить что-то, что любит ее автор. По окончании работ визитки представляются группе (с небольшим комментарием), после чего приклеиваются скотчем (одежду это не портит). Если ребенок испытывает трудности с определением того, что он любит, ведущий может предложить ему несколько вариантов на выбор.

#### **3. Упражнение «Варежки»**

**Цель:** развитие сплоченности группы через совместную деятельность.

В случайном порядке раздаются парные заготовки «варежек» (на тот случай, если участников окажется нечетное количество, необходимо приготовить одну «тройку» варежек. Задача – найти свою пару (тройку), договориться и вместе раскрасить варежки. В конце каждая пара представляет свое творение. В случае конфликтов внутри пар возможна тактичная помощь ведущего.

#### **4. Установление правил**

**Цель:** регламентирование работы на основе добровольных принятых обязательств.

Обсуждаются трудности, возникшие в предыдущих заданиях. На их основе вырабатываются правила работы группы, которые могут в дальнейшем избегать таких ситуаций, как например:

- говорить по одному ( можно ввести «правило талисмана»: говорит тот, у кого в руках выбранная в качестве талисмана игрушка);
- не перебивать того, кто говорит;
- никого не оскорблять, не дразнить и т.д.

Дополнительно вводится правило «шапки невидимки» как санкции за нарушение остальных правил. Для этого используется сказка М.Панфиловой (приложение1).

Правила в виде пиктограмм записываются на листе ватмана, который постоянно висит на стене во время всех последующих занятий группы. При наличии идей пиктограммы могут предложить сами дети.

#### **5. Рефлексия результатов занятия**

**Цель:** ассимиляция полученного опыта.

Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня». Выработка ритуала завершения занятий, включающего элементы рефлексии. Важно внимательно следить за соблюдением принятых правил, тактично, но настойчиво пресекать попытки их нарушения.

## **Занятие 2. Сплоченность группы, закрепление правил.**

**Необходимые материалы:** бумага, цветные карандаши, фломастеры, талисман.

### **Ход занятия.**

#### **1. Ритуал приветствия.**

**Цель:** выработка ритуала приветствия, включающего элементы рефлексии и помогающего настроиться на работу.

#### **2. Упражнение «Перечисли правила».**

**Цель:** закрепление правил и принятие детьми ответственности за их соблюдение.

Каждый участник получает лист бумаги. Задача пиктографически изобразить правила работы группы, принятые на прошлом занятии. По завершении каждый представляет результаты своей работы. Правила комментируются детьми по принципу объяснения их целесообразности. Некоторым детям может понадобиться помощь ведущего.

#### **3. Игра «Рука»**

**Цель:** развитие сплоченности, группы, формирование мотивации групповой работы, развитие эмпатии.

Все сидят в кругу. Необходимо по команде ведущего «три- четыре», ни с кем не договариваясь, показать определенное количество пальцев. Играет только правая рука. Задача заключается в том, чтобы все участники показали одинаковое количество пальцев.

В обсуждении выясняется, что никто в группе не может «выиграть», пока группа не станет работать синхронно, а участники не попытаются понять и почувствовать друг друга.

В случае появления раздражения, агрессии со стороны отдельных ребят в адрес других в контексте работы группы данные особенности поведения регулируются на основе правил групповой работы, в дальнейшем служат материалом для анализа, возможно – для индивидуальной работы с ребенком.

#### **4. Игра «Дотронься до...»**

**Цель:** развитие сплоченности через физический контакт, внимания к окружающим.

Ведущий (им становятся все участники по очереди) называет какой-то цвет, и все дотрагиваются до этого цвета друг на друге. Игру можно усложнить: если один игрок дотрагивается до второго, то второму нельзя прикасаться к первому (следовательно, он должен включить в игру кого-то третьего). Намеренное или даже случайное причинение боли другим детям в контексте групповой работы регулируется на основе правил работы группы.

#### **5. Ритуал завершения занятия.**

**Цель:** ассимиляция опыта, выход из занятия.

Вовремя рефлексии напоминает цель групповой работы, для того чтобы связать опыт, полученный на занятии, со «стратегическими» целями работы.

### **Занятие 3. Закрепление мотивации групповой работы, осознание личных трудностей**

**Необходимые материалы:** магнитофон, кассета со спокойной инструментальной музыкой, бумага, цветные карандаши

#### **Ход занятия**

##### **1. Ритуал приветствия**

**Цель:** *формирование рабочего настроя, закрепление мотивации групповой работы, развитие групповой сплоченности.*

Участники свободно перемещаются по помещению. По сигналу ведущего необходимо объединить в группы по несколько человек. Количество человек в группе зависит от того, сколько раз ведущий хлопнул в ладоши. Если человек участников не кратно количеству хлопков, группа должна решить, как сделать так, чтобы каждый раз условие игры выполнялось (например, того, кто не успел включиться в основную группу, можно спрятать в середине одной из групп).

У некоторых детей могут возникнуть трудности со счетом хлопков на слух. В этом случае ведущий может параллельно с хлопками называть цифру вслух.

##### **3. Рисунок «Мои школьные трудности»**

**Цель:** *вербализация личных целей участия в группе.*

Ведущий предлагает собрать «копилку трудностей первоклассника»: «Что может быть трудным в школе?». Затем каждый получает лист бумаги, разделенный на четыре части. Необходимо представить себя художником и нарисовать иллюстрации к четырем выбранным трудностям.

Законченные работы комментируются. Группа помогает каждому выступающему по принципу известной игры «Помоги Сереже»: даются советы, как поступить ребенку, попавшему в ту или иную ситуацию. По завершению рисунки остаются в пространстве группы. Довольно типичная ситуация, когда дети начинают нарушать принятые правила работы группы. Ведущий должен настаивать на их соблюдении. Возможно, введение игровых санкций за нарушением правил.

##### **4. Ритуал завершения занятия**

**Цель:** выход из занятия.

## **Занятие 4. Вербализация содержания школьной тревожности**

**Необходимые материалы:** картинка-стимул, талисман.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2. Игра «Изобрази предмет»**

**Цель:** *создание рабочего настроения, обращение к школьным заботам.*

Детям нужно придумать и без слов изобразить предмет, как-то связанный со школой. Остальные участники группы отгадывают, какой предмет имеется в виду.

#### **3. Упражнение «Сказка»**

**Цель:** *вербализация участниками собственных причин школьной тревожности в безопасной (проективной) форме.*

Ребятам предлагается картинка (сюжет о робком зайце), по которой необходимо сочинить сказку. Сказка сочиняется по кругу – каждый говорит по одному предложению.

Если сказку не получается закончить позитивно, эта работа может быть предложена в индивидуальном режиме: «В сказках всегда счастливый финал. Кто может придумать счастливый финал нашей сказки?»

Дети, характеризующиеся страхом самовыражения, при выполнении этого упражнения нуждаются в помощи ведущего. Ведущий может придумывать предложение вместе с таким ребенком или вслух громко говорить то предложение, которое ребенок говорит себе под нос, шепотом, обязательно подбадривая его при этом.

#### **4. Ритуал завершения занятий**

## **Занятие 5. Разрядка школьной тревожности**

**Необходимые материалы:** талисман, набор сюжетных картинок.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2. Игра «Иностранец в школе»**

**Цель:** *дать возможность участникам включиться в работу по теме занятия, эмоционально «разрядиться».*

Ребятам предлагается представить, что в школу приехал иностранец, который не знает русского языка, и никто не знает того языка, на котором говорит он. Он хочет что-нибудь узнать о нашей школе. Нужно рассказать ему о школе без слов, при помощи жестов. Ведущий «рассказывает», «иностранцы» угадывают. Ведущий строго контролирует выполнение правил.

#### **3. Сочинение сказок**

**Цель:** *вербализация и проработка школьной тревожности в безопасной (проективной) форме.*

Участники разбиваются на пары с помощью приема «Выбор кота Базилио» (выбор вслепую: все закрывают глаза и на ощупь находят себе партнера). Каждая пара получает набор картинок. Необходимо придумать сказку по этим картинкам, расположив их в произвольном порядке. Обязательное условие: сказка должна закончиться хорошо. По завершению работы сказка представляется остальным участникам группы. Если какая-то подгруппа не хочет или не может придумать позитивное окончание сказки, ведущий может попросить остальных участников о помощи авторам сказки.

#### **4. Упражнение «Насос и мяч»**

**Цель:** *снятие остаточного напряжения.*

В парах один из участников «насос», другой – «мяч». Мяч «сдут» (полностью расслаблен, голова опущена, ноги полусогнуты). По мере «надувания», которое партнер сопровождает звуком «сс», мяч распрямляется, а потом опять «сдувается» со звуком «сс». Затем участники меняются ролями.

#### **5. Ритуал завершения**

## **Занятие 6. Проработка школьных страхов путем разыгрывания тревожных ситуаций**

**Необходимые материалы:** талисман.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2 Игра «Школа Кенгуру»**

**Цель:** *создание рабочей атмосферы, двигательного раскрепощения.*

На время игры все превращаются в кенгуру. Водящий – кенгуру-учитель, остальные – ученики-кенгурята. Учитель говорит на «кенгурином» (непонятном) языке, вызывает кого-то к доске, ругает или хвалит. Задача – догадаться, что он имеет в виду, и выполнить его требования. В роли ведущего желательно побывать всем. Детям со страхом самовыражения может потребоваться поддержка со стороны ведущего (от подбадривания до выполнения задания параллельно с ребенком).

#### **3. Разыгрывание ситуаций**

**Цель:** *проработка школьной тревожности.*

По итогам прошлых занятий («копилки трудностей», «рисунок трудностей») ведущий предлагает несколько ситуаций, которые разыгрываются в виде сценок. Ведущий сам назначает маленькие группы и раздает им задания. Подготовленные выступления разыгрываются перед остальными участниками. Задача: сценка должна закончиться хорошо. Если внутри групп возникают конфликты, необходимо тактичное вмешательство ведущего.

#### **4. Упражнение «Поймай комара»**

**Цель:** *разрядка остаточного напряжения.*

По помещению как будто летает комар (участники на выходе произносят звук «ззз»). Комар то приближается, то удаляется (показывает силой голоса).

#### **5. Ритуал завершения**

## **Занятие 7. Тренировка гибкости поведения**

**Необходимые материалы:** бумага, цветные карандаши, фломастеры, магнитофон, кассета со спокойной инструментальной музыкой, талисман.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2. Игра «Что лежит в портфеле?»**

**Цель:** *создание рабочей атмосферы, раскрепощение участников.*

Водящий бросает кому-то из ребят мяч и называет какой-то предмет. Если, по мнению ребенка, он должен лежать в портфеле, мяч нужно ловить, если нет, мяч ловить не нужно.

Некоторые дети, бросая мяч, проявляют при этом очевидные признаки агрессивного поведения. Как и на предыдущих занятиях, в рамках групповой работы агрессия регулируется на основе принятых правил, но в том случае, если это уже не первые агрессивные проявления ребенка, они указывают на необходимость в дальнейшем обратиться к работе с данной трудностью.

#### **3. Игра «Школа для животных»**

**Цель:** *помочь развитию гибкости поведения в ситуации урока.*

Каждый участник рисует себя в образе какого-нибудь животного. Характер животных обсуждается. Затем моделируется ситуация урока (учителем может быть кто-то из участников-лидеров). Учитель ведет урок, а остальные ведут себя в соответствии со своей ролью (трясутся от страха, ни на что не обращают внимания и т.д.). После этого рисунки произвольно перераспределяются, учитель сменяется (по жребию), каждый демонстрирует доставшееся ему поведение.

Вербальная агрессия сразу пресекается ведущим. Если ребенок испытывает трудности в моделировании поведения, ведущий может помочь ему или попросить о помощи того ребенка, от которого испытывающий затруднения участник будет готов ее принять.

#### **4. Упражнение «Волны»**

**Цель:** *обучение саморегуляции.*

Релаксация с визуализацией (желательно под музыку).

#### **5. Ритуал завершения занятия**

## **Занятие 8. Закрепление позитивного отношения к школе**

**Необходимые материалы:** магнитофон, кассета со спокойной инструментальной музыкой, бумага, цветные карандаши, фломастеры, скотч, талисман.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2. Упражнение «Урок и перемена»**

**Цель:** *создание рабочей атмосферы, развитие эмоционального самоконтроля.*

Ведущий называет какое-то дело, а ребята отвечают, когда его делают: «на уроке» или «на перемене». Если ведущий поднимает руку, задавая вопрос, отвечают все хором, если рука не поднята, а ведущий смотрит на кого-то одного, - отвечает этот ребенок.

#### **3. Игра «Школа для людей»**

**Цель:** *закрепление позитивного отношения к школе.*

Разыгрывается урок ИЗО, на котором дети рисуют на тему: «Что мне нравится в школе» (желательно под музыку). Устраивается выставка рисунков, которые комментируют авторы и зрители. Кому нравится то же самое, может с согласия автора написать на рисунке свое имя.

#### **4. Упражнение «Полянка»**

**Цель:** *обучение приемам саморегуляции.*

Релаксация с визуализацией (желательно под музыку).

#### **5. Ритуал завершения занятия.**



## **Занятие 9. Повышение самооценки участников группы**

**Необходимые материалы:** бумага, цветные карандаши, фломастеры, талисман, скотч, магнитофон, кассета с музыкой.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2. Игра «Встаньте те, кто...»**

**Цель:** *формирование рабочего настроя, установки на рефлекссию.*

Ведущий произносит фразу «Встаньте те, кто...» и называет какое-нибудь качество. Все, кто считает, что у него есть это качество, встают и хором говорят: «Желаем всем хорошего настроения».

#### **3. Упражнение «Ладонка»**

**Цель:** *повышение самооценки через самоанализ достоинств.*

Каждый получает листок бумаги. Нужно, приложив ладонку, обвести ее, в центре написать свое имя, а в каждом пальчике – по одному хорошему качеству, которое ребенок может в себе найти. Нарисованная ладонка раскрашивается. Законченные рисунки представляются в группе, комментируются авторами. В завершении устраивается выставка «ладонек». В случае если ребенок не может найти у себя положительных качеств, ведущий предлагает варианты таких качеств или помогает попросить помощи у других ребят.

#### **4. «Маяк»**

**Цель:** *обучение приемам саморегуляции, повышение самооценки.*

*Релаксация и визуализация (желательно под музыку).*

#### **5. Ритуал завершения занятия.**

## **Занятие 10. Развитие коммуникативных навыков участников**

**Необходимые материалы:** ватман, рулон обоев, заготовки из цветной бумаги, клей, скотч, талисман.

### **Ход занятия**

#### **1. Ритуал приветствия**

#### **2. Игра «Вставалки»**

**Цель:** *создание рабочей атмосферы, установки на групповую работу.*

Все сидят в кругу. Ведущий громко называет какую-то цифру (например, «три»). Тут же одновременно должны встать столько детей, сколько названо. Договариваться друг с другом нельзя. Если у кого-то из детей отсутствуют навыки счета, ведущий может дублировать слова показом соответствующего количества пальцев.

#### **3. Задание «Аппликация»**

**Цель:** *развитие навыков эффективного общения.*

Ребятам предлагается набор геометрических фигур, вырезанных из цветной бумаги. Коробка с ними становится посреди круга. Каждому нужно выбрать несколько заготовок и составить из них какую-то картинку (домик, кораблик и т.д.). Фигурка выкладывается на парте. Наклеить ее можно на лист обоев, предварительно договорившись о том, где что наклеивается, «чтобы было красиво». Аппликация остается в помещении группы. В случае возникновения конфликтов необходимо обсуждение правил совместной работы.

#### **4. Ритуал завершения занятия**

## Занятие 11. Закрепление представлений о бесконфликтном общении

**Необходимые материалы:** набор картинок для деления на подгруппы с помощью приема «Половинки» (картинки произвольные, желательно в разноцветной гамме), два одинаковых набора сюжетных картинок, талисман.

Ход занятия

### **1. Ритуал приветствия**

### **2. Игра «За что меня любит учитель»**

**Цель:** создание рабочей атмосферы, повышение самооценки.

Все ребята сидят в кругу. Каждый по очереди говорит, за что его любит учительница. Если возникает затруднение, помочь могут одноклассники или психолог (предлагает варианты).

### **3. Задание «Мультфильм»**

**Цель:** развитие навыков эффективного общения.

С помощью приема «Половинки» (вытаскиваются разрезанные на части картинки, собираются; картинок всего две) группа делится на две подгруппы. Каждая подгруппа получает набор сюжетных картинок. Из них надо составить смешной «мультфильм», договорившись о последовательности картинок и сценарии. Готовые рассказы представляются группе. Некоторые группы испытываются в создании связанного рассказа. Им требуется помощь ведущего.

### **4. Ритуал завершения занятия.**

## Занятие 12. Подведение итогов

**Необходимые материалы:** рисунки, сделанные на занятии 3, бумага, бланки «Дипломов достижений», талисман.

### Ход занятия

#### 1. Ритуал приветствия

#### 2. Разминка для создания рабочего настроения

Проводится по выбору участников.

#### 3. Упражнение «Помоги Сереже»

**Цель:** интеграция опыта, полученного на занятиях.

Каждый участник получает свой рисунок с изображением четырех школьных трудностей (см. занятие 3). Необходимо представить, что в эту ситуацию попал его ровесник, и рассказать ему, как в такой ситуации нужно вести себя. Затем участники заполняют «дипломы достижений», в которых расписывается ведущий и все желающие.

#### 4. Ритуал завершения занятий

**Цель:** ассимиляция опыта, выход из занятий.

В заключительной части занятия ребята могут решить, что делать с теми групповыми «произведениями», которые находятся в помещении группы (их можно поделить на части поровну, подарить психологу и т.д.).

## **Шапка-невидимка**

В лесной школе появился новый ученик. Это мышонок. Мышонок был очень спокойным ребенком. Об этом ему постоянно говорили мама с папой, и дедушка с бабушкой всегда восхищались им. Пропищит мышонок пронзительно, а дедушка ликует: «Да ты просто соловей у нас!».

Перекувыркнется Мышонок через хвостик, а бабушка радуется: «Ой акробат!». Родители говорили, что он точно будет отличником, ведь он уже теперь все знает. И мышонку на самом деле стало казаться, что он исключительный. Осталось только дожидаться того дня, когда будет возможность доказать это всем жителям леса.

В лесной школе его почему-то встретили без восторгов и восхищения.

Учитель Еж на уроках спрашивал всех учеников. Если Мышонок выкрикивал ответ, учитель почему-то расстраивался и все равно дожидался ответа другого ученика. Мышонок, конечно, тоже отвечал, но ему казалось, что недостаточно часто. Если ответ Мышонка оказывался верным, то он гордо вертел головой во все стороны, чтобы насладиться вниманием одноклассников. Но ожидания не оправдывались: учитель и одноклассники не замечали гениальности Мышонка.

Тогда Мышонок решил удивить всех своим соловьиным писком. И ему это удалось! Учитель строго посмотрел на Мышонка, а ученики громко рассмеялись. «Вот наконец-то, - подумал Мышонок, - все заметили меня!». Он забыв об уроке, начал размышлять, чем бы еще всех поразить. Особенно понравилось Мышонку, когда рассмеялась Белочка над его прыжком через хвостик во время урока. Только учитель не улыбался. Еж подошел и тихо спросил проказника: «Почему ты нам мешаешь?», но вместо ответа услышал пронзительный писк Мышонка. Ребята-зверята рассмеялись, и Мышонок был счастлив.

Когда после уроков за Мышонком пришли родители, учитель Еж увидел в их глазах восхищение своим сыном и призадумался: «Что же делать? Как помочь Мышонку стать настоящим учеником лесной школы?

Ведь сейчас он поступает как маленький ребенок, а не ученик. Как научить его быть терпеливым и выполнять школьные правила? Как научить его помогать, а не мешать своим товарищам? Как научить его радоваться успехам своих новых друзей?».

На следующий день учитель Еж начал урок с рассказа о шапке – невидимке, которая хранится в самом секретном месте в кабинете у директора школы. Шапка эта – невидимая, и других она тоже делает невидимыми. Еж сказал, что готов надеть ее на голову любому ученику, который мешает тем, кто учится. Мышонок захотел, чтобы надели ему, в ней он еще больше поразит окружающих.

Учитель с грустью подошел к парте Мышонка и дотронулся до его головы. Казалось ни чего особенного не произошло, только ребята-зверята перестали обращать внимание на кривляния Мышонка. Мышонок старался проказничать изо всех сил, но потом ему это надоело (ведь никто не обращал на него внимания). Через некоторое время он стал прислушиваться к заданиям учителя, захотел выйти к доске, но его ни кто не заметил.

Мышонок обиделся: «Ну и пусть, они еще все пожалеют!».

Наконец прозвенел звонок и началась перемена. Когда ученики ушли гулять в коридор, учитель вновь дотронулся до головы Мышонка и «снял» шапку.»Правда грустно быть одному?» - тихо спросил учитель и добавил: «Порадуй ребят на перемене, поиграй, отдохни вместе с ними, а когда прозвенит звонок, шапка-невидимка вновь вернется к тебе. Так будет до тех пор, пока ты не научишься помогать друзьям в учебе, а не мешать им».

Мышонок сидел молча и к ребятам играть не пошел. Он думал... так прошла перемена, потом прошел урок, на котором дети узнали что-то новое и интересное.

Перед уроком математики Мышонок вновь остался в классе. Он вдруг заметил Белочку, которая никак не могла решить домашнюю задачу.

- Что, прыгала дома, а теперь пытаешься домашнюю задачку решить? – завредничал Мышонок.

- Нет, я вчера весь вечер решала, но у меня ничего не получается, - ответила Белочка.

Мышонок подошел к Белочке и посмотрел ее решение: «Хочешь, я тебе помогу?» Белочка молча кивнула. Они вместе справились с задачей, и Мышонок вновь услышал веселый смех Белочки и увидел благодарный блеск в ее глазах. Никогда Мышонок не чувствовал себя таким нужным! Ему было так приятно!

На уроке математики Зайчонок решал у доски, помогать ему учитель пригласил Мышонка. И вновь Мышонок почувствовал себя нужным и увидел благодарность в глазах Зайчонка! Ведь он не перебивал товарища, не отвечал за него, а только помогал ему.

После того как учитель поблагодарил Зайчонка и Мышонка за хорошие ответы, Мышонок вдруг вспомнил про шапку-невидимку. «Что же с ней случилось? Куда она исчезла?» - думал Мышонок. А учитель Еж и ребята добродушно улыбались...

