

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа № 2

ПРИНЯТО на  
Заседании педагогического  
совета МАОУ – СОШ № 2  
протокол № 1  
от «31»августа 2022г.



**Программа работы с детьми, имеющими отклонения в развитии**

Уровень образования: начальное общее образование  
Срок реализации: 1 год  
Класс: 1 – 4 класс

Составитель: Клепикова Светлана Викторовна, высшая квалификационная категория

## Пояснительная записка

Проблема психического здоровья детей в последние годы становится особенно актуальной. С возрастанием числа нервно-психических и соматических заболеваний, а также различных функциональных расстройств увеличивается количество детей с общим снижением успеваемости, особенно на начальных этапах обучения.

Ограничения психических и познавательных возможностей не позволяют ребенку успешно справиться с задачами и требованиями, которые ему предъявляет общество. Как правило, эти ограничения впервые отчетливо проявляются и замечаются взрослыми, когда ребенок приходит в школу. У одних детей более выражена незрелость эмоционально-волевой сферы, у других детей в большей степени ослаблена познавательная (или интеллектуальная) деятельность, возможны нарушения поведения. Все это создает реальные трудности для нормального развития ребенка и является проявлением неблагоприятного психического развития.

Трудности в обучении могут быть вызваны самыми разными причинами, в том числе и «задержкой психического развития» (ЗПР) разного происхождения. Это одна из наиболее распространенных форм психических нарушений. ЗПР – это особый тип психического развития ребенка, характеризующийся незрелостью отдельных психических и психомоторных функций или психики в целом, формирующийся под влиянием наследственных, социально-средовых и психологических факторов. Большой процент детей с особыми образовательными потребностями составляют дети с задержкой психического развития.

Перед педагогическими работниками встает вопрос «Как обучать детей, имеющих трудности в обучении? Как сделать процесс обучения наиболее эффективным? На что должны быть направлены коррекционные занятия (воздействия), чтобы компенсировать имеющиеся нарушения?»

В данной программе представлен общий алгоритм системы психологической помощи детям с отклонениями в развитии, включающего в себя психодиагностическое, психокоррекционное, консультативное, тренинговое направления работы.

Программа разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. - № 273 ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Федеральным Государственным Образовательным Стандартом начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ № 286 от 31 мая 2021г.; а также с Федеральным государственным образовательным стандартом обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, введенным в действие с 01.09.2016 года, представляющих собой совокупность требований, обязательных при реализации образовательных программ начального общего образования.

Программа коррекционной работы предусматривает создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательных отношений.

### **Цель программы:**

Создание системы комплексной психологической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья в освоении основной образовательной программы основного общего образования, их социальную адаптацию, снятие школьной тревожности.

### **Задачи программы:**

- своевременное выявление детей с трудностями адаптации, обусловленными ограниченными возможностями здоровья, индивидуальными особенностями;
- определение особенностей организации образовательных отношений в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка;
- создание условий, способствующих освоению детьми основной образовательной программы среднего звена и их интеграции в образовательном учреждении;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учётом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
- обеспечение возможности обучения и воспитания по дополнительным образовательным программам и получения дополнительных образовательных коррекционных услуг;
- реализация системы мероприятий по социальной адаптации детей;
- оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей по социальным, правовым и другим вопросам.

### **Принципы коррекционной работы**

Содержание программы коррекционной работы определяют следующие принципы:

- Соблюдение интересов ребёнка. Принцип определяет позицию специалиста, который призван решать проблему ребёнка с максимальной пользой и в интересах ребёнка.
- Системность. Принцип обеспечивает единство диагностики, коррекции и развития, т. е. системный подход к анализу особенностей развития и коррекции нарушений детей, а также всесторонний многоуровневый подход специалистов различного профиля, взаимодействие и согласованность их действий в решении проблем ребёнка; участие в данном процессе всех

участников образовательных отношений.

- **Непрерывность.** Принцип гарантирует ребёнку и его родителям (законным представителям) непрерывность помощи до полного решения проблемы или определения подхода к её решению.

- **Вариативность.** Принцип предполагает создание вариативных условий для получения образования детьми, имеющими различные недостатки в физическом и (или) психическом развитии.

- **Рекомендательный характер оказания помощи.** Принцип обеспечивает соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) детей выбирать формы получения детьми образования, образовательные учреждения, защищать законные права и интересы детей, включая обязательное согласование с родителями (законными представителями) вопроса о направлении (переводе) детей с ограниченными возможностями здоровья в специальные (коррекционные) образовательные учреждения (классы, группы).

## **Этапы коррекционной работы**

### **I. Этап. Определение типичных трудностей в обучении ребенка.**

**Педагог** заполняет анкету-вопросник (приложение 1.1) для определения характера отставания в учении школьника, формулирует основные жалобы, особенности проявляемых трудностей, слабые и сильные стороны ребенка, опираясь на которые можно строить работу с ним, используемые способы работы: анализ причин, почему эти способы не устраивают.

**Психолог** формулирует возможные психологические причины, подбирает психодиагностические методики с целью определения специфики проблем, области (сферы) развития, где находятся эти нарушения.

### **II. Психодиагностический.**

На данном этапе психолог исследует особенности отклоняющегося развития ребенка и тех сохранных путей, с помощью которых можно их скомпенсировать в условиях адекватных для данного ребенка вида и формы обучения. В зависимости от специфики предполагаемой проблемы, возможны несколько основных схем углубленной диагностики:

Диагностика (дифференциация) психической нормы и патологии (прежде всего, в отношении отклонений умственного развития).

Определение зоны и содержания психологического конфликта ребенка.

Выявление специфических особенностей личности и психического статуса ребенка (в рамках психической нормы), провоцирующих отклонения в поведении, обучении или развитии ребенка.

С целью определения причины того или иного психологического явления необходимо сочетать разнообразные методы, как высокоформализованные (тесты), так и низкоформализованные (наблюдение, беседа, проективное интервью), соотносить полученные результаты с оценками других специалистов (педагога, учителя-логопеда, социального педагога).

Углубленное психодиагностическое обследование может:

- подтвердить обоснованность запроса родителей или педагогов (в этом случае предполагается ведение специальной работы с родителями или педагогом через консультирование по проблемам адекватного восприятия ребенка, по семейным и личным проблемам родителей и педагогов);
- позволить уточнить суть проблемы (психолог совместно с учителем определяет оптимальные направления помощи ребенку в условиях школы и приступает к ее осуществлению);
- установить отставание или нарушение развития ребенка, но для установления точного типа нарушения и постановки патопсихологического диагноза необходима консультация других специалистов – невролога, психиатра, педиатра и др. (это является поводом для обращения в территориальную ПМПК).

Предлагаемый комплекс методик обеспечивает возможность исследования состояния всех сфер развития ребенка, а также проведение углубленной психодиагностики с целью уточнения причин возникших проблем (или неблагополучия ребенка). Так, например, использование приемов качественной оценки интеллектуального развития Н.Г.Лускановой позволит определить не только типы нарушений, но и их степень, а также определить структуру и характер имеющегося (интеллектуального) дефекта.

В данном сборнике исследование речи ограничивается только косвенной оценкой сформированности регулирующей функции речи (VIII субтест теста Д.Векслера), так как это область учителя-логопеда или дефектолога.

Исходя из того, что наряду с критичностью и адекватностью обучаемости, является одним из важных психологических показателей умственного развития ребенка, мы сочли необходимым включить в психодиагностику обучающий эксперимент на материале методики Кооса (прил. № 1.8), либо на матрицах Равена (прил. № 1.7).

Наряду с основными методиками психодиагностики предложен дополнительный набор методик для углубленного исследования функций в той или иной сфере с целью определения причин нарушений, а также в случае невозможности проведения основного теста в силу определенного дефекта.

### **III. Психокоррекционная работа.**

Определение специфики проблем детей помогает выявить приоритетные направления психологической коррекционной работы. Психокоррекция должна быть направлена не только на развитие той или иной функции (память, объем внимания, мышление), но и как целостная осмысленная деятельность,

основываясь на комплексном подходе, должна включать различные направления работы с эмоциональной, познавательной, характерологической сферой личности ребенка, а также в системе межличностных отношений.

Часть предложенных коррекционных программ могут быть реализованы педагогами на индивидуальных или групповых занятиях, отдельные приемы и техники могут быть включены непосредственно в учебный процесс.

**При оценке эффективности** коррекционных воздействий необходимо использовать разнообразные методы, в зависимости от поставленных психокоррекционных задач и направленные на:

- анализ изменений познавательных процессов
- психических состояний
- личностных реакций у ребенка в результате воздействий.

**Методы** оценки эффективности психокоррекционных воздействий:

- отчеты родителей, педагогов о поведении детей до и после занятий (например, при коррекции эмоциональных нарушений);
- наблюдение психологическое и педагогическое;
- проективные методы исследования личности (при оценке поведенческих и эмоциональных реакций);

При симптоматической коррекции результат воздействий может проявиться уже после первых занятий с ребенком. Однако в процессе психокоррекции необходимо ориентироваться не на симптомы, а на причины их порождающие, т.к. первопричина определяет стратегию психокоррекции, а результат коррекции первопричин может быть виден позже.

По окончании коррекционных мероприятий необходимо проведение психологической и педагогической диагностики с целью определения динамики изменений в развитии познавательных процессов и личности ребенка в целом.

Результаты динамики этих изменений фиксируются в разработанной **карте мониторинга психологического развития учащегося.**

Карта мониторинга психологического развития учащегося, представляет собой документ, содержащий психолого-педагогическую характеристику ребенка в виде схематизированного обобщения. Функциональное назначение данного документа в том, что он призван отражать основные доминанты развития личности учащегося, индивидуальную структуру дефекта и динамику развития личности учащегося на протяжении обучения в школе. Данный вариант мониторинга может быть взят за основу, адаптирован применительно к конкретной социально-образовательной ситуации и дополнен.

Карта мониторинга заполняется на основе систематического, целенаправленного и комплексного диагностирования и развития личности учащегося, его познавательной и эмоциональной сфер.

Данная программа имеет практическую направленность и включает в себя комплекс методик для педагогической и психологической диагностики исследуемых функций ребенка, форму психологического представления на

территориальную ПМПК, программы, методы, приемы, техники психологической и педагогической коррекции:

познавательной сферы - коррекция отдельных психических процессов, прогностических способностей, элементарных учебных умений, формирование пространственных представлений, развитие и совершенствование ручной моторики;

эмоционально-личностной сферы – коррекция эмоциональных нарушений детей ЗПР, коммуникативных навыков у младших школьников, коррекция аффективного поведения и эмоционально-личностной сферы, характерологических деформаций у детей с ЗПР;

межличностных отношений – тренинг по оптимизации межличностных отношений в среде сверстников, развитие коммуникативно-адаптивных возможностей детей;

мотивационно-волевой сферы – формирование положительного отношения к учению.

А также карту мониторинга психологического развития учащегося.

Нужно отметить, что все коррекционные программы можно использовать при работе с детьми, имеющими отклонения в развитии. Так как именно эта категория детей (после определения им образовательной программы и формы обучения на территориальной ПМПК) в нашем районе снова возвращается в общеобразовательные школы. Каково будет их дальнейшее развитие зависит от стратегии психолого-педагогического сопровождения.

### СВОДНАЯ ТАБЛИЦА МЕТОДОВ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОЙ И КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ

СФЕРА	Психодиагностика		Психологическая коррекция развития (программы, методы, приемы, техники)
	Диагностируемый показатель (исследуемая функция)	Методика/метод	
1. Познавательная /интеллектуальная сфера	Особенности внимания и характер работоспособности		
	Концентрация, устойчивость, переключаемость, психомоторный темп, личностные характеристики работоспособности, тип ММД.	Тест Тулуз-Пьерона (диагностика и компенсация ММД)	Психотехники по <b>коррекции</b> <b>внимания</b> Мамайчук И.И. (прил. № 2.1)

Распределение внимания, уровень работоспособности, показатели самоконтроля	тест Д.Векслера № 11 «Кодирование»	
Работоспособность и ее составляющие: продуктивность, скорость, точность (безошибочность), выносливость и надежность	тест Э.Ландольта. С.Е.Лукин;**	
Объем внимания и темпа деятельности, устойчивость внимания, концентрация, сформированность регуляции собственной деятельности	тест Д.Векслера № 7, Методика Пьерона-Рузера**(прил.№1.2), наблюдение (анализ возможности ребенка удерживать инструкции и программы выполнения заданий)	
<b>Память/мнестическая деятельность</b>		
Объем непосредственного (кратковременного) запоминания, эффективность запоминания, долговременная память (дополнительно связь памяти и внимания)	тест Д.Векслера № 6, методика А.Р.Лурии по определению состояния кратковременной памяти (прил. №1.3).	
Опосредованное запоминание (дополнительные возможности оценить характеристики <u>мышления</u> : осознание причинно-следственных отношений, умение обобщать и опосредовать, абстрактность, оригинальность)	Методика А.Н.Леонтьева «Опосредованное запоминание», (для детей 4.5 – 8 лет) (прил.№1.4), « <u>Пиктограмма</u> » (после 8 лет), кроме того, показывает связь памяти и мышления) (прил.№1.4),	Психокоррекционные занятия <b>по развитию памяти</b> Мамайчук И.И. (прил. №2.2).
<b>Мышление /мыслительная деятельность</b>		
Способность выделять существенные признаки, установление логических связей и отношений между понятиями, обобщение	тест Д.Векслера № 4	<b>Педагогическая коррекция:</b> использование

Уровень обобщения, целенаправленность и критичность;	Методика по определению способности понимания метафор и пословиц (прил. №1.5)	загадок и пословиц.  <b>Психологическая коррекция:</b>  - психокоррекционная программа <b>познавательной сферы</b> для детей с ЗПР младшего подросткового возраста В.Б.Никишиной (прил. №2.3),  - программа для детей с ЗПР <b>«Развитие прогностических способностей»</b> Т.Боловиной (прил. №2.4),  - программа <b>формирования пространственных представлений</b> Н.Я.Семаго (прил. №2.5),  - программа по развитию и коррекции элементарных <b>учебных умений</b> И.В.Данилова (прил. №2.12)
Пространственный анализ и синтез	тест Д.Векслера № 9,10,	
Умственный план действий, самоконтроль, логика суждений;	тест Д.Векслера № 3,4,8	
Планирование, регулирование деятельности	тест Д.Векслера № 3,4,8, 9,10, и 12	
Невербальное мышление (дополнительные характеристики работоспособности, характера и темпа деятельности, <u>обучаемость</u> ).	Матрицы Равена (цветной вариант 3 серии по 12 заданий (5-11 лет)) (прил. №1.7)	
Обучаемость, (как один из показателей умственного развития)	Обучающий эксперимент на материале методики Кооса (прил. №1.8)	
Интеллектуальное развитие, особенности структуры интеллекта	тест д.Векслера, качественная оценка (прил. №1.9).	
Уровень умственного развития детей младшего школьного возраста	Методика определения умственного развития (7-9 лет)* (прил. № 1.10)	
Логичность мышления (суждений), различение существенных признаков от несущественных, способность обобщать	Методика «Существенные признаки» * (прил. №1.11)	
Особенности аналитической и синтетической деятельности мозга (сравнение, анализ, обобщение)	Методика «Исключение лишнего»* (прил. №1.11)	
<b>Восприятие</b>		
Особенности восприятия, пространственные представления, понимание и употребление предлогов и некоторых понятий	тест Д.Векслера № 7,8,10 ШП, №35-00 (прил. №1.6)	Программа <b>формирования пространственных представлений</b> Н.Я.Семаго (прил. №2.5).

<b>Зрительно-моторная координация и ручная моторика</b>			
	Зрительно-моторная координация, ручная моторика	тест Д.Векслера №11,12 иногда 9 и 10, Гештальт-тест-Бендер* (Методика определения готовности к школе Л.А.Ясюковой)	Упражнения, игры для <b>развития и совершенствования ручной моторики</b> (прил.№2.6)
2. Эмоционально-личностная сфера	Изучение характера эмоциональных отношений (дошкольники и младшие школьники)	Методика «Цветовой тест отношений» (ЦТО) Е.Ф.Бажин, А.М.Эткинд. (прил. № 1.12)	Программа <b>коррекции эмоциональных нарушений детей с ЗПР</b> В.Б.Никишиной (прил. №2.7), Психологическая коррекция <b>характерологических деформаций</b> у детей с ЗПР (прил.№2.8) «Уроки общения в начальной школе». Сорокоумовой Л.Е. (прил. №2.9) <b>Программа коррекции поведения и эмоциональной сферы</b> детей средствами искусства; игры, этюды для <b>коррекции аффективного поведения и эмоционально-личностной сферы.</b> Шамариной Е.В. (прил.№2.10)
	Нервно-психические состояния и выявление внутриличностных конфликтов	Цветовой тест М.Люшера	
	Изучение понимания эмоциональных состояний людей	Методика определения эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке (прил.№1.13), Методика «Определение эмоций по фотографиям»* (прил. №1.14)	
	Склонность к враждебности, проявляемой через обидчивость и мстительность	Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е.П.Ильина, П.А.Ковалева) (прил. №1.15)	
	Уровень сформированности эмоциональной эмпатии	Методика «Эмоциональная эмпатия» В.В.Бойко (можно использовать для подростков) (прил. № 1.16).	
	Уровень личностной тревожности (ситуативная тревога); уровень школьной тревожности	Методика определения уровня личностной тревожности Ч.Спилбергера (в т.ч. для подростков) (прил. № 1.17); Тест школьной тревожности. Ф.Филлипс (1-3кл.)(прил. № 1.18), для мл.подростков (см. Коблик Е.Г.)	
2. Эмоционально-личностная сфера	Диагностика ригидности	Методика «Диагностика ригидности» Г.Айзенка. (подрост.) (прил. №1.19)	<b>Педагогическая коррекция</b> - «эмоциональные стимуляторы»: игра, соревнования, средства литературы и искусства, устное народное творчество (изучение малых народных жанров – потешек, песенок,

Эмоциональное состояние потребности детей	Тест детской апперцепции* (САТ) 3-10 лет	<p>где есть легкая игра слов, быстрая смена одной картины другой из строки в строку), технологии на снятие напряжения и коррекции настроения учащегося.</p> <p><b>Рекомендации педагогам по взаимодействию с детьми определенного типа поведения.</b> (прил. №1.23)</p>
Самооценка	Тест для исследования самооценки Пономаренко Л.П. (прил. №1.20)	
Личный профиль реагирования на различные эмоциональные ситуации; склонность к «открытому агрессивному поведению» ( в т.ч. сексуальному)*	Тест эмоций Басса-Дарки*, проективная методика исследования личности «HAND-ТЕСТ»	
Структура личности	Факторный личностный опросник Р.Кеттела.* (детский 12-факторный CPQ – 8-12лет; подрост. – 14-факторный HSPQ – 12-16лет)	
Акцентуации характера подростков	Патохарактерологический диагностический опросник А.Е.Личко (14-18лет) Дополнительные шкалы к ПДО (в т.ч. риск злоупотребления психоактивными веществами, дифференциальная диагностика суицидных попыток, риск ранней половой жизни у девочек) (прил. №1.22), Характерологический опросник Леонгарда *	
Преобладающий тип поведения (уравновешенный, возбудимый, заторможенный);	Метод наблюдения за особенностями поведения (педагоги, родители, специалисты) (прил. №1.23)	

3. Межличностные отношения	Межличностные отношения (социовалентность, статус ребенка, статусная структура группы, уровень конфликтности группы)	Модифицированный вариант социометрической методики Р.Жиля (прил. №1.21), методика «Социометрический метод в школьной практике»* М.Битяновой, методика диагностики межличностных отношений* Т.Лири	Тренинг по <b>оптимизации межличностных отношений</b> в среде сверстников, (мл.шк.) (прил. №2.11); <b>уроки общения</b> Сорокоумовой Л.Е. (прил. №2.9). <b>Воспитательная работа педагога</b> , направленная на развитие коммуникативно-адаптивных возможностей детей и гуманизацию социально-педагогической среды.
4. Мотивационно-волевая сфера	Учебная мотивация	Тематическое рисование на школьную тему, анкета по оценке уровня школьной мотивации (прил. № 1.24)	Основные направления в работе учителя для формирования <b>положительного отношения к учению</b> (прил. №1.24).
	Сформированность волевой активности	Методика Т.А.Шиловой «Тип волевой активности» (прил. №1.25)	

\* Методики для углубленного исследования функций в той или иной сфере с целью определения причин нарушений, а также в случае невозможности проведения основного теста (например, теста Д.Векслера) в силу определенного дефекта.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Астапов В.М., Гасимов Ф.М. Психологическое обследование детей с нарушениями развития (уч.пособие для слушателей спецфакультетов). – М., 1993
2. Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития: Учеб.пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.
3. Боловина Т. Развитие прогностических способностей. Программа для детей с ЗПР. ШП N 32/ 1999.
4. Венар Чарльз, Кериг Патрисия. Психопатология развития детей и подростков (под научной ред. А.Алексеева). – СПб: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004
5. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Части I, II. - М.: Генезис, 2001.
6. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Педагогическое общество России, 2001.
7. Карпова Г.А., Артемьева Т.П. Педагогическая диагностика учащихся с задержкой психического развития: Учеб. пособие. Екатеринбург, 1995.
8. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс! Программа адаптации детей к средней школе. - М.: Генезис, 2003.
9. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. - М.: Фолиум, 1999.
10. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. Методические рекомендации. – М., 1993
11. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации. Описание и руководство к использованию. Ответственный редактор А.Ф.Кудряшов. Петрозаводск : Изд-во “ПЕТРОКОМ”, 1992.
12. Максимова Н.Ю., Мисютина Е.Л. Курс лекций по детской патопсихологии: Учебное пособие. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000
13. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с

проблемами в развитии. - СПб.: Речь, 2003.

14. Маркова А.К., Лидерс А.Г., Яковлева Е.Л. Диагностика и коррекция умственного развития в школьном и дошкольном возрасте. - Петрозаводск, 1992.

15. Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: Пособие для психологов и педагогов. - М.: Гуманит.изд. центр ВЛАДОС, 2003.

16. Обучение детей с ЗПР в подготовительном классе :Пособие для учителя /Н.А.Цыпина, И.Н.Волкова, Е.А.Екжанова и др.; Под ред. В.Ф.Мачихиной, Н.А.Цыпиной – 2-е изд., доп. – М.:Просвещение, 1992

17. Обучение детей с ЗПР: пособие для учителей /Под ред. В.И.Лубовского. – Смоленск, 1994

18. Пакет рабочих материалов по обследованию ребенка на ПМПК. - Советский, 2001.

19. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. - М.: Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2001. Ч. 1. Основы психологии: 10 кл.

20. Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития. Под редакцией члена-корреспондента РАО А.А.Реана - СПб.: “прайм-ЕВРОЗНАК”, 2003.

21. Психолого-медико-педагогическое обследование ребенка. Комплект рабочих материалов. /Под общей редакцией М.М.Семаго. - М.: АРКТИ, 1999.

22. Психолого-педагогическое обеспечение коррекционно-развивающей работы в школе /для администрации школ, педагогов и школьных психологов/ Кн.1 – М.:НМЦ «ДАР» им. Л.С.Выготского, Образовательный центр «Педагогический поиск», 1997

23. Рекомендательное письмо ДОНФКиС от 15.04.2004 “Об организации работы ПМП консилиума образовательного учреждения”. Алгоритм сопровождения ребенка с проблемами в развитии в учебно-воспитательном

процессе.

24. Семаго Н., Семаго М. Пространственные представления ребенка. ШП N 35/2000.
25. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. 2-е изд., испр. и доп. - М: АРКТИ, 2001.
26. Усанова О.Н. Методические рекомендации по использованию комплекта практических материалов “Лилия”. - М.: НПЦ “КОРРЕКЦИЯ”, 1994.
27. Шамарина Е.В. Обучение детей с ЗПР: организация индивидуальных и групповых занятий в классе коррекционно-развивающего обучения. Пособие для учителей начальных классов и психологов классов коррекционно-развивающего обучения. - М: Изд-во ГНОМ и Д, 2003.
28. Шилова Т.А. Диагностика психолого-социальной дезадаптации детей и подростков: Практическое пособие. - М.: Айрис-пресс, 2004.
29. Щербакова А.М. Воспитание ребенка с нарушениями развития. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
30. Ясюкова Л.А. Методика определения готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе. Методическое руководство. - Спб., 1999.
31. Бендас Т.В., Нагаев В.В. Психология чувств и их воспитание. — М., 1982.
32. Захаров А.И. Как преодолеть отклонения в поведении ребенка. — М., 1989.
33. Захаров А.И. Как преодолеть страх у детей. — М., 1989.
34. Изард К.Е. Эмоции человека. — М., 1980.
35. Казанский О.А. Игры в самих себя. — М., 1994.

## ПРИЛОЖЕНИЯ ПО ПСИХОДИАГНОСТИКЕ

### 1.1 АНКЕТА ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ХАРАКТЕРА ОТСТАВАНИЯ В УЧЕНИИ

Шилова Т.А. Диагностика психолого-социальной дезадаптации детей и подростков. Методическое пособие. –

М.: Айрис Пресс, 2004

**Цель:** подготовка учителем данных о возможном отставании школьников в учебе.

**Необходимый материал:** анкета–опросник для учителя.

1. В чем, на Ваш взгляд, затрудняется ребенок при выполнении учебных заданий?
2. При выполнении каких заданий, и по каким предметам проявляются затруднения?
3. Как ребенок реагирует при встрече с трудностями при выполнении задания?
4. Какие качества ребенка, по Вашему мнению, помогают ему справиться с трудностями в учении?
5. Какие качества ребенка мешают ему справиться с трудностями в учении?
6. Какие задания (какой вид работы) ребенок выполняет самостоятельно без помощи учителя?
7. В чем, на Ваш взгляд, ребенок наиболее успешен в учебной работе?
8. Какой вид помощи ребенку Вы обычно используете:
  - а/ эмоционально-регулирующая помощь, общее подбадривание («Ты это сможешь, тебе это по силам»);
  - б/ стимулирующая помощь, наводящий вопрос («На какое правило это задание?»);
  - в/ организующая помощь, совместно с учеником («Как ты планируешь выполнять действия, оценить правильность выполненных действий»);
  - г/ направляющая помощь, показ начала действия («Смотри, я показываю первое действие, а ты продолжи»);
  - д/ обучающая помощь, показ всего действия («Я показываю все решение целиком, сделай так же»).
9. Работаете ли Вы индивидуально с ребенком? На уроке? После урока?
10. Как проходит индивидуальное занятие? Вы:
  - а/ снова объясняете задание, которое ребенок не выполняет, но более подробно, развернуто;
  - б/ выясняете, что ребенок усвоил в задании, с какого момента он затрудняется в выполнении задания;
  - в/ оставляете ребенка после уроков для контроля за выполнением классного задания;
  - г/ укажите свой вариант занятия с ребенком.

## 1.2 МЕТОДИКА ПЬЕРОНА-РУЗЕРА ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ВНИМАНИЯ И ТЕМПА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Части I, II. - М.: Генезис, 2001.

Этот тест направлен на исследование внимания и темпа деятельности. Принцип его построения восходит к «Корректирующей пробе» Бурдона. Предлагаемая модификация в основных чертах воспроизводит вариант, используемый в тесте Векслера. Однако у Векслера используются разные задания для детей до 8 лет и после 8 лет. Вариант, описанный ниже, пригоден для использования на протяжении всего школьного возраста.

Материалом служат карандаш и лист с фигурками, в каждой из которых ребенок должен будет нарисовать определенный символ. Тест проводится с фиксацией времени, поэтому для него необходим секундомер или (что менее удобно) часы с секундной стрелкой. Рабочий лист представлен в конце. В верхней части листа показано, какой символ должен быть нарисован внутри каждой из фигур. Следующая укороченная строка — тренировочная. Далее идут тестовые строки.

**Инструкция:** «Здесь нарисованы разные фигуры. В каждой из них надо поставить свой значок. Наверху показано, в какой фигуре, какой значок нужно рисовать (проверяющий указывает на верхнюю часть листа). Нарисуй нужные значки в фигурах внутри рамки (проверяющий указывает на тренировочную строку)». Если во время тренировки ребенок допускает ошибки, то проверяющий указывает на них и предлагает их исправить. После того как тренировочные фигуры заполнены, проверяющий говорит: «Теперь поставь нужные значки в остальных фигурах. Начиная с первой фигуры и иди дальше, не пропуская ни одной. Постарайся сделать это побыстрее». Когда ребенок приступает к заполнению тестовых фигур, проверяющий засекает время. Через минуту он отмечает в протоколе номер фигуры, заполняемой ребенком в данный момент. По истечении второй минуты выполнение задания прекращается.

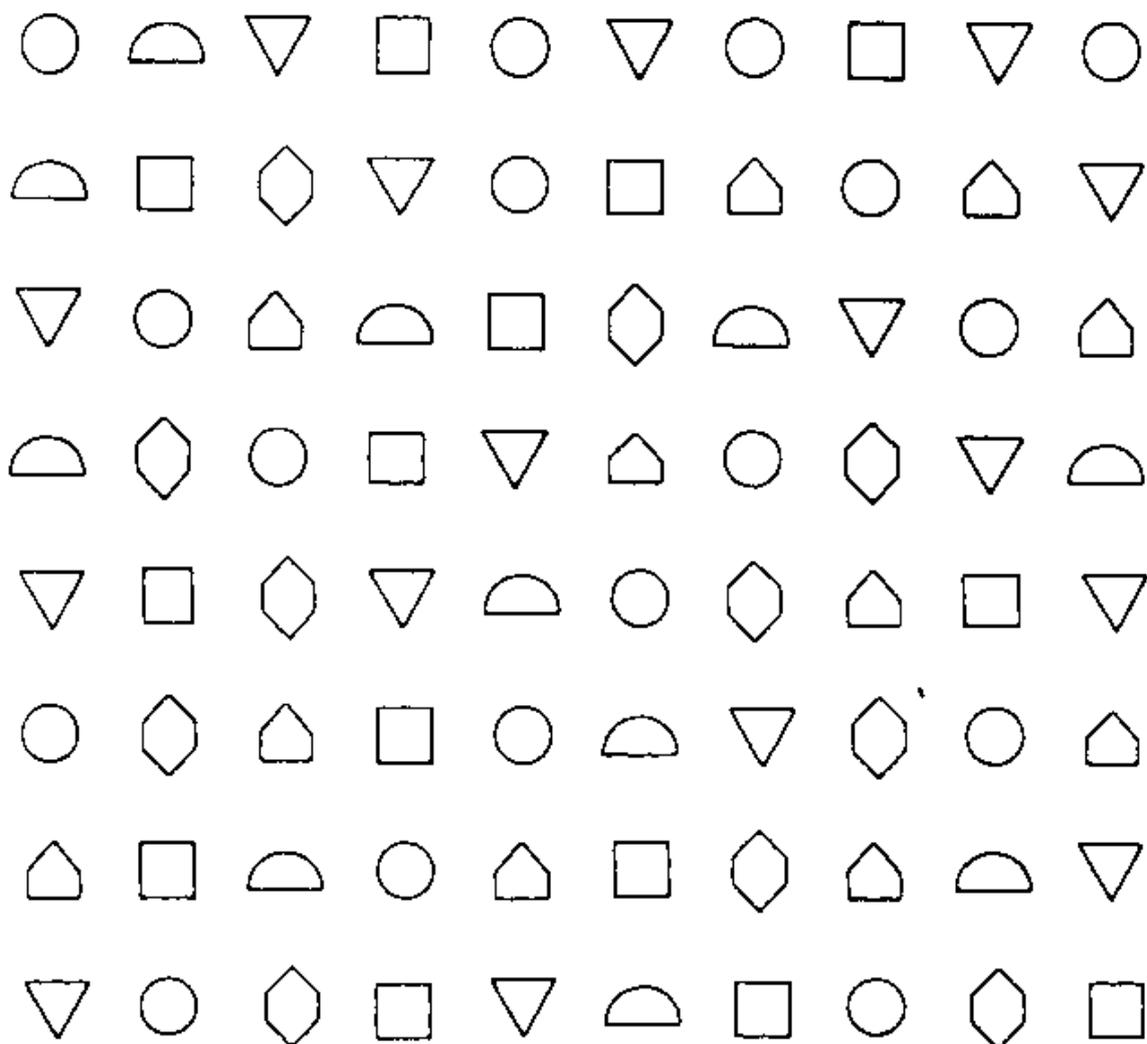
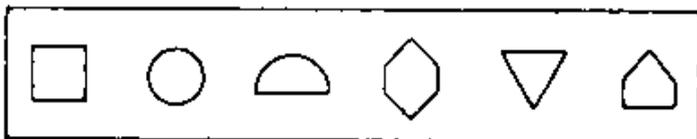
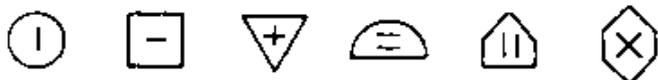
Основной показатель в этой методике — количество фигур, правильно маркированных за 2 минуты работы. Другой показатель, который необходимо учитывать при оценке выполнения этой методики, — количество ошибок, т. е. неправильно помеченных или пропущенных фигур. Дополнительную информацию дает изменение эффективности работы от первой минуты ко второй. Ориентировочное среднее число правильно маркированных фигур (слева от черты) и нижней границы нормы (справа):

6 лет - 24/12; 7 лет - 29/19;	8 лет - 33/23; 9 лет - 39/25;	10-11 лет - 47/30; 12-13 лет - 55/33; начиная с 14 лет — 62/37
----------------------------------	----------------------------------	--

При отсутствии нарушений внимания неправильно маркированных и пропущенных фигур или совсем нет или очень немного (не более двух — трех). Большое количество ошибок при низком темпе деятельности — показатель либо серьезных нарушений внимания, либо особо низкой мотивации. Оно нередко встречается при нарушении обучаемости и при умственной отсталости (в данном случае требуется углубленное обследование ребенка, направление его на ПМПК).

Большое количество ошибок при высоком темпе деятельности — показатель установки на скорость работы в ущерб ее качеству. Такая установка типична для импульсивных детей с низким уровнем самоконтроля.

Изобилие ошибок в сочетании со средним темпом деятельности — наиболее характерный признак плохой концентрации внимания, его неустойчивости, отвлекаемости. Обычно на второй минуте продуктивность несколько выше, чем на первой (на 10-20%) в связи с эффектом вработывания. тренировки. Если рост продуктивности более высок, то это говорит о замедленном вхождении в деятельность. Если же, напротив, продуктивность на



второй минуте ниже, чем на первой, то это показатель высокой утомляемости, частый признак астенического состояния.

Если ребенок просмотрел кол-во знаков в диапазоне от 12 до 24 (без ошибок, либо 2-3-ошибки), то это возрастная норма. Если менее 12 знаков и с 6 ошибками и более - очень низкий уровень концентрации и устойчивости внимания. Если от 12 до 24 знаков и сделал 5 и более ошибок - низкий уровень устойчивости внимания. Если менее 12 знаков, но без

ошибок - низкая работоспособность, нарушение внимания, обусловленное психофизиологическими особенностями нервной системы, либо состоянием здоровья (медлительность, астеничность). Нарастание количества ошибок - низкая устойчивость внимания.

Необходимо делать осторожные выводы, если ребенок левша или переученный левша. Его невнимательность может не иметь ни какого отношения к нарушению функции внимания.

### **1.3 МЕТОДИКА А.Р.ЛУРИЯ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СОСТОЯНИЯ КРАТКОВРЕМЕННОЙ ПАМЯТИ**

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

Возраст: от 7 лет

Подберите 10 простых, не связанных непосредственно слов. Например, игла, лес, вода, чашка, стол, гриб, полка, нож, булка, бутылка.

**Инструкция:** «Я прочту тебе слова, а потом ты повторишь все, что запомнил. Слушай меня внимательно. Начиная повторять сразу же, как только я закончу читать. Готов? Читаю». Затем следует четко произнести 10 слов, после чего предложить повторить их в любом порядке. Такую процедуру совершать пять раз, каждый раз под названными словами ставить крестики, заносая результаты в протокол. Выявите, на каком повторении ребенок воспроизводит наибольшее число слов. Обратите внимание и на следующие характеристики ребенка:

1. Если воспроизведение начинает сначала увеличиваться, а потом уменьшаться, то это говорит об истощаемости внимания, забывчивости.
2. Зигзагообразная форма «кривой» указывает на рассеянность, неустойчивость внимания.
3. Кривая в форме «плато» наблюдается при эмоциональной вялости, отсутствии заинтересованности.

### **1.4. ОПОСРЕДОВАННОЕ ЗАПОМИНАНИЕ ПО А.Н.ЛЕОНТЬЕВУ**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

Возраст: 4,5 – 8 лет.

**Стимульный материал:** набор карточек размером 5x5 см с изображениями предметов и набор слов.

**Карточки:** полотенце, стул, чернильница, велосипед, часы, глобус, карандаш, солнце, рюмка, обеденный прибор, расческа, тарелка, зеркало, перья, поднос.

**Слова для запоминания:** дождь, собрание, пожар, день, драка, отряд, театр, ошибка, сила, встреча, ответ, горе, праздник, сосед, труд.

Порядок проведения. Перед испытуемым раскладываются рядами все 15 карточек серии в любом порядке, но так, чтобы все они были видны. Инструкция: «Тебе нужно будет запомнить слова. Для того чтобы легче было их запомнить, нужно выбрать одну из карточек, такую, чтобы она помогла вспомнить заданное слово». Спустя 40 минут или час испытуемому показывают по одной эти карточки в произвольном порядке, просят припомнить, для какого слова эта карточка была отобрана, и обязательно спрашивают, как удалось припомнить слово или чем эта карточка напомнила заданное слово.

**Обработка результатов.** 50% и менее правильных ответов соответствуют очень низкому уровню опосредованного запоминания.

**Интерпретация.** Исследование направлено на сопоставление непосредственного и опосредованного запоминания у детей. Как правило, выполнять это задание очень легко. От испытуемого требуется, чтобы он установил содержательную смысловую связь между заданным для запоминания словом и изображением на карточке. Для детей с ЗПР процесс опосредования труден, воспроизведение неполно, объем запоминания такой же или несколько меньше, чем при непосредственном запоминании (запоминание 10 слов).

### **1.5. МЕТОДИКИ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СПОСОБНОСТИ ПОНИМАНИЯ ПЕРЕНОСНОГО СМЫСЛА ПОСЛОВИЦ И МЕТАФОР**

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

Данные методики применяются для исследования особенностей мышления - его уровня, целенаправленности и критичности.

**1. Осмысленное истолкование метафор и пословиц.** Испытуемому называют несколько часто употребляемых метафор и пословиц (см. материал к данной методике) и просят объяснить их отвлеченный, переносный смысл. Можно предложить испытуемому привести соответствующие примеры из своей жизни или из прочитанного. Буквальное истолкование пословицы или метафоры свидетельствует о недостаточности уровня обобщения. Если испытуемый верно объясняет переносный смысл пословицы, это еще не означает, что мышление у него совершенно не нарушено, так как при объяснении пословиц испытуемый репродуцирует имеющиеся у него знания - в этом случае не требуется обобщения нового материала.

Золотые руки. — Настоящий умелец, мастер, каких поискать.

Железный характер. - Волевой, стойкий в своих убеждениях человек.

Каменное сердце. - Бесчувственный, не способный к состраданию.

Глухая ночь. - Тихая, темная непроглядная ночь.

Не зная броду, не суйся в воду. - Если не знаешь дела, не берись за него.

Поспешешь - людей насмешешь. - Излишняя торопливость, суета всегда вредят делу.

Сделал дело - гуляй смело. - Если выполнил работу хорошо, можешь отдохнуть.

Семь раз отмерь, один раз отрежь. - Прежде чем что-то сделать, хорошенько подумай.

**2. Сравнение пословиц.** С помощью этой методики исследуется процесс обобщения нового материала. Испытуемому дают карточки, на которых написаны специально подобранные пословицы, и предлагают сгруппировать аналогичные по смыслу. При этом испытуемые обнаруживают не только понимание переносного смысла отдельных пословиц; сопоставляя их, они отделяют существенные признаки от второстепенных, случайных. Результаты исследования с помощью этого варианта методики в определенной мере свидетельствуют об особенностях ассоциативных связей, в частности, способствуют выявлению ассоциаций по «слабому» признаку.

Что посеешь, то и пожнешь. - Как аукнется, так и откликнется. Каков поп, таков и приход.

Не в свои сани не садись. - Руби дерево по себе. По Сеньке и шапка. Всяк сверчок знай свой шесток.

В гостях хорошо, а дома лучше. - На чужой стороншке рад своей вороншке. На чужбине родная земляца во сне снится. Дома и солома съедома.

## 1.6 ДИАГНОСТИКА ПРОСТРАНСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ

Семаго М. Диагностика понимания и  
употребления предлогов и некоторых понятий //  
ШП, №35-00

### 1. Ориентация во времени:

- ✓ Перед тем, как ты пошел гулять, ты зашел к другу. Что было **раньше**?
- ✓ **Вместо** того чтобы надеть сапоги, ты надел носки. Что надо было надеть?
- ✓ Что **длиннее** – час или сутки?
- ✓ Что **короче** – день или секунда?
- ✓ Что длится **меньше** перемена или урок?
- ✓ Какое время года бывает **перед** осенью?
- ✓ Какой день недели бывает **перед** средой?
- ✓ **После** какого дня наступит пятница?
- ✓ Какой месяц является **первым** зимним месяцем?
- ✓ Какой месяц является **последним** месяцем весны?

### 2. Узнавание геометрических фигур:

квадрат

треугольник

круг

ромб

треугольник

### 3. Ориентация в пространстве:

- а. Левее, справа, ниже, выше

## 1.7 Матрицы Дж.Равена

Сеаго М. Прогрессивные матрицы Равена. // ШП, №

Наиболее используемыми вариантами матриц Равена являются стандартные прогрессивные матрицы (черно-белые), цветные прогрессивные матрицы и продвинутое прогрессивные матрицы.

Стандартные прогрессивные матрицы ориентированы на исследование детей (начиная с 6,5 лет) и взрослых. Они состоят из 60 заданий, скомпонованных в пять серий (А, В, С, D, E) по 12 заданий в каждой. Первое задание каждой серии имеет достаточно очевидное решение. Последующие имеют тот же принцип решения, что и предыдущие, но прогрессируют по сложности.

Такой прогрессирующий порядок обеспечивает стандартное обучение методу работы. Пять серий дают пять возможностей овладения способом мышления, необходимым для решения задач, и пять прогрессирующих оценок интеллектуальной активности испытуемого.

Для поддержания устойчивого интереса испытуемого (особенно ребенка!) и во избежание отрицательного влияния усталости каждое задание должно быть очень четко оформлено, аккуратно нарисовано и сделано все, чтобы на него было приятно смотреть. Лучше всего при проведении обследования пользоваться надежным печатным вариантом хорошего полиграфического качества.

Шкала создана таким образом, чтобы обеспечить надежную оценку способности испытуемого ясно мыслить, когда созданы условия для спокойной работы в обычном для него скоростном режиме, без всяких перерывов.

Цветные прогрессивные матрицы предназначены для получения более информативных результатов в нижней части шкалы оценок. Они состоят из трех серий (А, Ав, В) также по 12 заданий в каждой и являются инструментом работы с маленькими детьми, с умственно отсталыми (в клинической практике) или очень старыми людьми.

Продвинутое прогрессивные матрицы обеспечивают лучшую информативность на противоположном (верхнем) краю оценочной шкалы, поэтому их используют как интеллектуальный тест, подходящий для работы с людьми со средними и выше средних интеллектуальными способностями.

Таким образом, в совокупности шкала показателей матриц Равена покрывает весь диапазон интеллектуального развития. *Начинать обследование нужно со стандартных матриц*, а когда необходима более детальная дифференцировка на нижнем или верхнем конце шкалы, следует использовать цветные или продвинутое матрицы.

Стоит упомянуть еще об одном варианте матриц - стандартные матрицы с использованием планшетной формы. Это упрощенный вариант, при котором недостающие элементы подбираются и вставляются в паз поля матрицы по типу пазлов. Из-за своей относительной громоздкости и большой стоимости он не нашел применения в массовой практике.

### Процедура

При проведении эксперимента необходимо пользоваться стандартной инструкцией и стандартной процедурой проведения тестирования. *Каждое верное решение оценивается в 1 балл, неправильное — в 0 баллов*. Подсчитывается общая сумма полученных баллов, а также число правильных решений в каждой из пяти (трех) серий.

Оценкой испытуемого по шкале считается общее количество правильно решенных заданий при условии, что он работал в спокойной обстановке, пройдя последовательно все серии от начала до конца. Только в этом случае можно использовать количественную тестовую оценку.

Общее количество баллов, набранных испытуемым, сопоставляется с таблицей процентильных норм и переводится в процентиля, которые и являются показателем

интеллектуальной способности. «Индекс вариабельности» (другой показатель результативности обследования) определяется исходя из таблиц распределения числа правильных решений в каждой серии и свидетельствует о достоверности результатов исследования. Матрицы могут быть использованы как в качестве теста скорости (с ограничением времени выполнения заданий), так и теста результативности (без ограничения времени).

К сожалению, в нашей стране широкомасштабных стандартизованных исследований не проводилось. Мы можем лишь приблизительно ориентироваться на имеющиеся нормативные показатели.

Наиболее полные таблицы процентильных норм для различных возрастных и этнических групп приведены в «Руководстве к тесту Равена» (Когито-Центр, 1996). Практика наших исследований детской популяции в Юго-Западном административном округе Москвы показывает, что к русскоязычной выборке наиболее приближены словацкие процентильные нормы (1983 г.). Однако в любом другом регионе, как уже указывалось выше, нормы могут быть другими.

Существуют модификации теста, которые предусматривают как изменение тестового материала (Дж.Равен, Д. Корт, 1977, 1982), так и дифференцирование формы оценки ответов (Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М., 1989).

Наиболее известной и хорошо зарекомендовавшей себя в практике обследования детей является модификация, предложенная Т.В. Розановой (1978), где в качестве тестового материала используется цветной вариант (серии А, Ав, В) матриц Равена. Вводится стимулирующая помощь, которая позволяет расширить диапазон получаемых качественных и количественных характеристик.

При диагностике уровня умственного развития большое значение придается тому, как ребенок использует помощь. Различные виды помощи повышают дифференциально-диагностическую ценность методик, используемых для разграничения различных форм интеллектуальной недостаточности.

**Оценка результативности** производится следующим образом: за правильный ответ с первой попытки ставится 1 балл, со второй попытки — 0,5 балла, а с третьей попытки — 0,25 балла. Неправильный ответ после третьей попытки оценивается как 0 баллов. За правильный ответ после дополнительного анализа баллы не начисляются. Итоговый результат успешности выполнения матричных задач равен сумме баллов, полученных за решение заданий всех трех серий.

Суммарное количество баллов, полученных за решение 35 проб (первая матрица используется только в качестве обучающей и в начислении баллов не участвует), является основным показателем, отражающим уровень развития зрительной перцепции и наглядно-образного мышления.

Целесообразно отдельно учитывать количество баллов, полученных при решении не с первой попытки, то есть после стимулирующей помощи. Отдельный подсчет суммы таких «дополнительных» баллов может рассматриваться как отражение особенностей произвольного внимания или характеристики импульсивности ребенка. Увеличенное количество проб, решенных со второй и третьей попыток, может указывать и на широту зоны ближайшего развития.

## Дополнительные возможности

Семаго Н. // ШП, №

Поскольку психолог в школе ограничен во времени, то проведение любой стандартизированной методики, в том числе и теста Равена, может дать достаточно информации помимо стандартной оценки (балльной или процентильной). То есть даже просто наблюдая за тем, как ребенок выполняет этот тест, можно почерпнуть для себя много важной информации в различных характеристиках деятельности ребенка в целом. Итак, какие же особенности деятельности в целом мы можем оценить качественно?

### ОЦЕНКА РАБОТОСПОСОБНОСТИ

Вы сумеете отметить, как быстро ребенок утомляется при работе с матрицами, наступает ли пресыщение при работе с однотипным материалом. Вы увидите, какое влияние оказывают на работоспособность ребенка похвала, позитивная и негативная оценки. Обозначится и наиболее значимый тип мотивации (учебной, игровой, соревновательной и т.д.), при создании которого работоспособность ребенка может увеличиться. Эти особенности каждого конкретного ребенка чрезвычайно важны, особенно в условиях индивидуализации обучения.

### ХАРАКТЕР ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Может ли ребенок работать целенаправленно, последовательно осуществляя поиск необходимого фрагмента, или он работает импульсивно, хаотически, методом проб и ошибок. Да и сам характер деятельности может достаточно зримо меняться в случае утомления вашего подопечного, потери или смены мотивации и т.п.

### ТЕМП ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЕГО ИЗМЕНЕНИЯ

В одном случае вы будете фиксировать просто медленный темп, в другом — темп выполнения может возрастать по мере «вработываемости» в задание, в третьем — вы отметите замедление темпа выполнения теста по мере утомления, в четвертом — он меняется по мере возрастания сложности заданий и т.п. Иногда наблюдается так называемая флуктуация темпа, обычно это сочетается с колебаниями работоспособности и активного внимания ребенка, что наводит на мысль о нарушениях церебрально-органического генеза (нейродинамических характеристик деятельности).

### АНАЛИЗ ОШИБОК

Поскольку в каждой серии имеются задания разные по своей направленности, то и ошибки оцениваются в зависимости от того, какую операцию необходимо осуществить ребенку для подбора недостающего фрагмента. Приведем несколько примеров.

В случае подбора по подобию необходимо учитывать пространственную ориентацию фрагмента, поскольку у детей со смешанной латерализацией достаточно часто имеются ошибки, когда они подбирают фрагмент, повернутый на 90° по отношению к правильному недостающему элементу.

В ситуации установления отношений по принципу решения простых и сложных наглядных аналогий (серия В) дети часто выбирают фигуру-двойник нижнего левого элемента матрицы, то есть просто дублируют один из элементов матрицы. Это в основном свойственно детям, которые «честно» подходят к работе, но в силу недостаточной сформированности логических операций совершают подобные ошибки.

"При импульсивном характере деятельности или при сильном утомлении ошибки часто бывают совершенно случайными, когда ребенком не проводится анализ, и он выбирает первый попавшийся фрагмент (в том числе может попасть и правильный).

Иногда детям бывает достаточно трудно дополнить до целого фигуры, несимметричные по форме (АВ<sub>6</sub>, В<sub>5</sub>). То есть можно говорить, что фигуры с центральной осевой симметрией более просты, чем асимметричные.

## ОБУЧАЕМОСТЬ

Если вы ставите своей задачей выявить степень обучаемости ребенка и возможность переноса сформированного навыка на аналогичные задания, удобно делать это, начиная с матрицы В8 (в данном случае имеются в виду цветные прогрессивные матрицы), давая развернутое обучение на ней и наблюдая перенос сформированного анализа на решение заданий В9-В11.

Таким образом, матрицы Равена дают возможность получить огромный дополнительный материал о характере деятельности ребенка, что в некоторых случаях может поставить под сомнение чисто количественные результаты обследования.

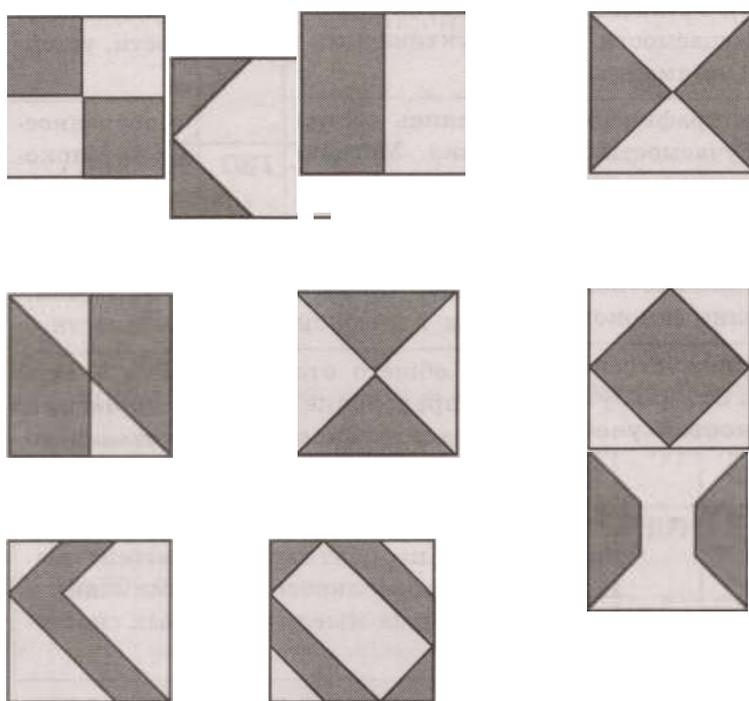
### 1.8. МЕТОДИКА КУБИКИ КООСА

Шилова Т.А. Диагностика психолого-социальной дезадаптации детей и подростков: Практическое пособие . - М.: АЙРИС-пресс, 2004

Цель: выявление обучаемости ребенка как одного из показателей его умственного развития.

Задача: выявить способность ребенка овладевать новым способом действия на конкретном материале.

Материал: стандартный набор кубиков Кооса с карточками, секундомер.



Инструкции: «Ты будешь складывать узор из кубиков. Ты видишь, что у этих кубиков разные стороны раскрашены по-разному. Я тебе сейчас дам картинку, на которой нарисован узор, а ты из кубиков собери мне такой же».

Этапы предъявления:

I этап. Предъявляется карточка № 1. Учитель помощи не оказывает, фиксирует

собственные действия ребенка и время выполнения задания. Если поиски решения безрезультатны, можно выждать какое-то время, не более 120 секунд.

II этап. Основное задание. Предъявляется карточка № 3. В течение 30 секунд фиксация самостоятельного поиска ребенка (в виде зарисовок).

Если возникает необходимость, ребенку предлагаются обучающие «уроки».

Учитель показывает бело-красные стороны кубика и говорит: «Этот узор можно сложить из таких деталей». Далее фиксируются изменения в действиях ребенка.

Учитель показывает сам, как надо собрать один треугольник («носик») из двух бело-красных деталей, разбирает свой образец и предлагает ребенку повторить такое построение. Фиксируются действия ребенка.

Учитель показывает ребенку, как надо собрать один из треугольников («носик»), затем собирает вместе с ним оба красных треугольника в разъединенном виде и предлагает соединить их в целое. Фиксируются действия ребенка.

4. На образец накладывается слюда, ребенку подробно разъясняется положение каждого кубика, учитель создает конструкцию, разрушает ее и просит ребенка повторить (не убирая слюды с образца чертежа). Далее вновь фиксируются действия ребенка.

5-6 и т. д. Наглядный показ фигуры и совместное конструирование ее ребенком и учителем.

Фиксируется общее время выполнения основного задания. Затем следует выполнение этой же задачи без образца, так называемое повторное предъявление. В протоколе фиксируются способы и время работы ребенка.

III этап. Аналогичное задание. Предъявляется карточка № 10. Фиксируется образ действий ребенка и затраченное им время.

Оценка результатов «обучающего эксперимента» на материале методики Кооса:

1. Ориентировка: отсутствие активных поисков — 1 балл.
2. Восприимчивость к помощи: каждый «урок» -- 1 балл.
3. Способность к переносу усвоения его навыка:
  - невозможность повторения по предъявлению — 1 балл;
  - невыполнение аналогичного чертежа — 1 балл.

Результаты выполнения методики Кооса детьми, отстающими в учении, заносятся в схему.

Наша модификация методики А.Я. Ивановой состояла в том, что ребенку предлагалась помощь в виде обучающих уроков и нужный материал для решения: счетные палочки, словесная «схема». Другой вид помощи — показ, сопровождающийся объяснением решения задачи, либо учитель может предложить развернутую «программу поведения» в виде планирования и контроля за правильностью исполнения каждого последующего шага, правильностью исполнения действий. Наконец, третий вид помощи заключается в том, что учитель подсказывает ученику способ выполнения задания, указывает, что и как надо делать, после чего дети усваивают образ действия и могут применить его на аналогичном материале.

Способ обработки результатов:

1. Ориентировка: активность в ориентировке определяется по числу заданных вопросов и самостоятельных ходов (чем больше вопросов, тем выше балл):

- 1 вопрос, или 1 самостоятельный шаг — 1 балл;
- 2 вопроса, или 2 самостоятельных шага — 2 балла;
- 3 вопроса, или 3 самостоятельных шага — 3 балла.

2. Восприимчивость к помощи: число подсказок есть степень восприимчивости к помощи (чем меньше подсказок, тем выше балл):

- без подсказок — 5 баллов;
- 1 подсказка — 4 балла;
- 2 подсказки — 3 балла;

3 подсказки — 2 балла;

4 подсказки — 1 балл.

### 1.9 МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

Цель: изучение уровня умственного развития детей младшего школьного возраста.

Стимульный материал. Тест состоит из четырех субтестов, включающих в себя вербальные задания.

1 субтест -- исследование способностей отличать существенные признаки предметов и явлений от несущественных, а также оценка запаса знаний испытуемого;

2 субтест — исследование способностей обобщения и отвлечения, а также выделения существенных признаков предметов и явлений;

3 субтест -- исследование способности устанавливать логические связи и отношения между понятиями;

4 -- субтест — выявление умения обобщать.

Порядок проведения. Задания читаются вслух экспериментатором, ребенок читает одновременно про себя. Лучше всего проводить данный тест индивидуально с испытуемым. Это дает возможность выяснить причины ошибок ребенка и ход его рассуждений при помощи дополнительных вопросов.

#### *Текст методики*

I. Инструкция: «Выбери одно из слов, заключенных в скобки, которое правильно закончит начатое предложение».

- а) У сапога есть... (шнурок, пряжка, подошва, ремешки, пуговица).
- б) В теплых краях обитает... (медведь, олень, волк, верблюд, тюлень).
- в) В году... (24, 3, 12, 4, 7) месяцев.
- г) Месяц зимы... (сентябрь, октябрь, февраль, ноябрь, март).
- д) Самая большая птица... (ворона, страус, сокол, воробей, орел, сова).
- е) Розы — это... (фрукты, овощи, цветы, дерево).
- ж) Сова всегда спит... (ночью, утром, днем, вечером).
- з) Вода всегда... (прозрачная, холодная, жидкая, белая, вкусная).
- и) У дерева всегда есть... (листья, цветы, плоды, корень, тень).
- к) Город России... (Париж, Москва, Лондон, Варшава, София).

II. Инструкция: «Здесь в каждой строке написано пять слов. Четыре слова можно объединить в одну группу и дать ей название. Одно слово к этой группе не относится. Это "лишнее" слово надо исключить».

- а) Тюльпан, лилия, фасоль, ромашка, фиалка.
- б) Река, озеро, море, мост, болото.
- в) Кукла, медвежонок, песок, мяч, лопата.
- г) Киев, Харьков, Москва, Донецк, Одесса.
- д) Тополь, береза, орешник, липа, осина.
- е) Окружность, треугольник, четырехугольник, указка, квадрат.
- ж) Иван, Петр, Нестеров, Макар, Андрей,
- з) Курица, петух, лебедь, гусь, индюк.
- и) Число, деление, вычитание, сложение, умножение.

к) Веселый, быстрый, грустный, вкусный, осторожный.

III. Инструкция: «Внимательно прочитай эти примеры. В них слева написаны два слова, которые как-то связаны между собой. Справа — другая группа слов: одно слово над чертой и пять слов под чертой. Нужно выбрать одно слово внизу, которое связано со словом сверху, точно так же, как это сделано в словах, стоящих слева. Например:

Лес : деревья = библиотека : (сад, двор, город, театр, **книги**)

Бежать : стоять = кричать : (**молчать**, ползать, шуметь, звать, плакать)

Значит, нужно установить, во-первых, какая связь существует между словами слева, а затем установить такую же связь в правой части».

- а) огурец : овощ = георгин : (сорняк, роса, садик, цветок, земля)
- б) учитель : ученик = врач : (койка, больные, палата, термометр)
- в) огород : морковь = сад : (забор, яблоня, колодец, скамейка, цветы)
- г) цветок : ваза = птица : (клюв, чайка, гнездо, яйцо, перья)
- д) перчатка : рука = сапог : (чулки, подошва, кожа, нога, щетка)
- е) темный : светлый = мокрый : (солнечный, скользкий, сухой, теплый, холодный)
- ж) часы : время = термометр : (стекло, температура, кровать, больной, врач)
- з) машина : мотор = лодка : (река, моряк, болото, парус, волна)
- и) стул : деревянный = игла : (острая, тонкая, блестящая, короткая, стальная)
- к) стол : скатерть = пол : (мебель, ковер, пыль, доска, гвозди)

IV. Инструкция: «Эти пары слов можно назвать одним словом, например: Брюки, платье... — одежда. Придумай название к каждой паре»:

- а) Метла, лопата...
- б) Окунь, карась...
- в) Лето, зима...
- г) Огурец, помидор...
- д) Сирень, шиповник...
- е) Шкаф, диван...
- ж) День, ночь...
- з) Слон, муравей...
- и) Июнь, июль...
- к) Дерево, цветок...

#### Правильные ответы:

1 субтест

- а) подошва
- б) верблюд
- в) 12
- г) февраль
- д) страус
- е) цветы
- ж) днем
- з) жидкая
- и) корень
- к) Москва

2 субтест

- а) фасоль
- б) мост
- в) песок
- г) Москва
- д) орешник
- е) указка
- ж) Нестеров
- з) лебедь
- и) число
- к) вкусный

3 субтест

- а) георгин / цветок
- е) мокрый / сухой

- б) врач / больной            ж) термометр / температура  
 в) сад / яблоня    з) лодка / парус  
 г) птица / гнездо            и) игла / стальная  
 д) сапог / нога    к) пол / ковер

4 субтест

- а) рабочие инструменты            е) мебель  
 б) рыба                                    ж) время суток  
 в) время года                            з) животное  
 г) овощ                                    и) месяцы лета  
 д) куст                                      к) растения

### *Обработка результатов*

#### **I СУБТЕСТ**

Если ответ на первое задание правильный, задается вопрос: «Почему не шнурок?» При правильном объяснении решение оценивается в 1 балл, при неправильном — 0,5 балла.

Если ответ ошибочный, ребенку оказывается помощь — ему предлагается подумать и дать другой, правильный ответ (стимулирующая помощь). За правильный ответ после второй попытки ставится 0,5 балла. Если ответ снова неправильный, выясняется понимание ребенком слова «всегда», что важно для решения 6 из 10 заданий того же субтеста. При решении последующих заданий I субтеста уточняющие вопросы не задаются.

#### **II СУБТЕСТ**

Если ответ на первое задание правильный, задается вопрос: «Почему?» При правильном объяснении ставится 1 балл, при ошибочном — 0,5 балла. Если ответ ошибочный, оказывается помощь, аналогичная описанной выше. За правильный ответ после второй попытки ставится 0,5 балла. При ответах на 7, 9, 10-е (ж, и, к) задания дополнительные вопросы не задаются, так как дети младшего школьного возраста еще не могут сформулировать принцип обобщения, используемый для решения этих заданий. При ответе на 7-е (ж) задание II субтеста дополнительный вопрос также не задается, так как эмпирически обнаружено, что если ребенок правильно решает это задание, то он владеет такими понятиями, как «имя» и «фамилия».

#### **III СУБТЕСТ**

За правильный ответ — 1 балл, за ответ после второй попытки — 0,5 балла.

#### **IV СУБТЕСТ**

При неправильном ответе предлагается подумать еще. Оценки аналогичны вышеприведенным. При решении III и IV субтестов уточняющие вопросы не задаются.

При обработке результатов исследования для каждого ребенка подсчитывается сумма баллов, полученных за выполнение каждого субтеста, и общая балльная оценка за четыре субтеста в целом. Максимальное количество баллов, которое может набрать обследуемый за решение всех четырех субтестов, — 40 (100% оценки успешности). Кроме того, целесообразно отдельно подсчитать общую суммарную оценку за выполнение заданий при второй попытке (после стимулирующей помощи).

**Интерпретация.** Увеличение числа правильных ответов после того, как экспериментатор предлагает ребенку подумать еще, может указывать на недостаточный уровень произвольного внимания, импульсивность ответов. Суммарная оценка за вторую попытку — дополнительный показатель, полезный для решения вопроса о том, к какой из групп детей с ЗПР относится обследуемый.

Оценка успешности (ОУ) решения словесных субтестов определяется по формуле:  $ОУ = (x \cdot 100\%) : 40$ , где  $x$  - сумма баллов, полученных испытуемым. На основе анализа распределения индивидуальных данных (с учетом стандартных отклонений) были определены следующие уровни успешности нормально развивающихся детей и учащихся с ЗПР:

4-й	уровень успешности	—	32 балла и более	(80—100% ОУ)
3-й	уровень	—	31,5—26 баллов	(79,0—65%),
2-й	уровень	—	25,5—20 баллов	(64,9—50%),
1-й	уровень	—	19,5 баллов и менее	(49,9% и ниже).

#### 1.10. СФОРМИРОВАННОСТЬ МЫСЛИТЕЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЙ (ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕТОДИКИ)

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

##### Методика «Существенные признаки» \*

**Цель:** методика выявляет логичность суждений испытуемого, возможность отличать существенные признаки предметов или явлений от несущественных, второстепенных.

**Стимульный материал:** используются специальные бланки или задачи формулируются устно.

**Порядок проведения.** В ходе эксперимента испытуемому зачитывается инструкция, напечатанная на бланке, и совместно с ним решается одна-две задачи: «В каждой строке имеется одно главное слово. За ним следуют 5 слов в скобках. Подчеркни в каждой строке те два слова в скобках, которые обозначают то, что главный предмет всегда имеет, без чего он не существует. Подчеркни только эти два слова».

Сад (растения, садовник, собака, забор, земля).

Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода).

Город (автомобиль, здание, толпа, улица, велосипедист).

Сарай (сеновал, лошади, крыша, скот, стены).

Куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево).

Деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага).

Кольцо (диаметр, алмаз, проба, крутость, печать).

Чтение (глаза, книга, картинка, печать, слово).

Газета (правда, приложения, телеграмма, бумага, редактор).

Игра (карты, игроки, штрафы, наказания, правила).

Война (аэроплан, пушки, сражения, ружья, солдаты).

Если экспериментатор дает задание устно, то предварительно подробно объясняет: «В каждой строчке одно слово находится перед скобками (оно — главное), а 5 — в скобках. Все слова, находящиеся в скобках, имеют какое-то отношение к главному слову. Однако ты должен выбрать из них два наиболее существенных, являющихся неотъемлемыми признаками главного слова. Выбери два из них».

**Обработка результатов и интерпретация.** Следует добиваться понимания испытуемым инструкции. Дети с ЗПР не сразу понимают, что от них требуется, могут давать поверхностные ответы. Слова в заданиях подобраны таким образом, что провоцируют легкомысленные, бездумные ответы. Например, к слову «игра» многие, долго не думая, подбирают слово «карты», хотя карты вовсе не являются обязательным признаком всякой игры. При неправильном ответе результаты необходимо обсудить. Если подсказка не помогает испытуемому найти правильное решение, это свидетельствует о его недостаточной способности к обобщению. Ошибочные решения могут носить и характер отдельных непоследовательных суждений

(например, при астенических состояниях). В этих случаях испытуемые при обращении их внимания на допущенную ошибку сами ее исправляют. В иных случаях методика выявляет резонерские, путанные рассуждения испытуемых, что свидетельствует о расплывчатости их мышления.

### 1.11.Методика «Исключение лишнего»

**Цель:** исследование особенностей аналитической и синтетической деятельности мозга.

**Стимульный материал:** 23 набора достаточно близких по смыслу понятий.

**Порядок проведения. Инструкция:** «Необходимо отобрать в каждой строчке только два слова, наиболее тесно связанных с первым словом, стоящим перед скобками». Перед проведением эксперимента возможно обсуждение первого задания с целью снятия всех вопросов и затруднений испытуемых. При этом экспериментатор может составить представление об особенностях процесса мышления ребенка, например об его излишней конкретности или расплывчатости, слабой сосредоточенности на цели.

Баллы	2	1	0
Война (самолет, пушки, сражение, ружья, солдаты)			
Чтение (глаза, книга, картина, печать, слово)			
Сад (растения, садовник, собака, забор, земля)			
Сарай (сеновал, лошади, крыша, стены)			
Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода)			
Город (автомобиль, здание, толпа, улица, велосипед)			
Куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево)			
Деление (делимое, карандаш, делитель, бумага)			
Игра (карты, игроки, штрафы, наказание, правила)			
Кольцо (диаметр, алмаз, проба, крутость, печать)			
Книга (рисунок, война, бумага, дружба, текст)			
Пение (звон, искусство, голос, аплодисменты, мелодия)			
Землетрясение (пожар, смерть, колебание, почва, шум)			
Библиотека (город, книги, лекции, музыка, читатели)			
Лес (лист, яблоня, охотник, дерево, волк)			
Спорт (медаль, оркестр, состязание, победа, стадион)			
Больница (помещение, сад, врач, радио, больные)			
Любовь (розы, чувство, человек, город, природа)			
Патриотизм (город, друзья, родина, семья, человек)			
Мебель (стулья, стол, дерево, сервант, шкаф)			
Оружие (танки, самолеты, хлопушки, пушки, железо)			
Овощи (огурец, свекла, арбуз, морковь, яблоко)			

Правильно выбранные слова: сражение, солдаты; глаза, слово; растения, земля; крыша, стены; берег, вода; здание, улица; уголь, сторона; делимое, делитель; игроки, правила; диаметр, крутость; бумага, текст; голос, мелодия; колебание, почва; книги, читатели; лист дерево; состязание, победа; врач, больные; чувство, человек; родина, человек, стулья, стол или сервант, шкаф; танки, пушки; свекла, морковь.

**Обработка результатов.** При сравнении своих ответов с правильными ответами испытуемые оценивают свои результаты в баллах. Два балла соответствуют двум правильно выбранным словам, один балл — одному правильно выбранному слову и ноль баллов — когда испытуемый не смог выбрать ни одного правильного слова. Результаты суммируются.

**Интерпретация.** Максимальное количество баллов равно 48. Результаты менее 24 баллов оцениваются как неудовлетворительные, свидетельствующие о неумении испытуемых сравнивать, анализировать и обобщать выделенные признаки.

## 1.12 МЕТОДИКА «ЦВЕТОВОЙ ТЕСТ ОТНОШЕНИЙ» (ЦТО)

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

**Цель:** изучение характера эмоциональных отношений.

Методика разработана Е.Ф. Бажиным и А.М. Эткингом (1985) и базируется на предположении, что существенные компоненты невербальных отношений к самому себе, к значимым людям отражаются в цветовых ассоциациях. ЦТО может применяться в работе с детьми дошкольного, младшего школьного возраста, а также с подростками. Поскольку выполнение цветового теста воспринимается детьми как игра, в которой они не подозревают возможности как-то выдать свои переживания, методика оказывается надежным способом диагностики эмоциональных отношений к значимым в его жизни лицам, ситуациям, сферам, к самому себе (и др., в зависимости от цели исследования).

Методика имеет ряд преимуществ: простота, экономичность по времени, игровой характер, возможность многократного применения, невербальность процедуры позволяет выявлять не только осознаваемый, но и бессознательный уровень отношений. В целом тест быстро и эффективно обнаруживает зону конфликтов в отношениях.

Стимульный материал: используется набор цветных карточек из теста Люшера, обозначаемых цифрами:

- 0 (или 8) — серый,
- 1 -- синий,
- 2 -- зеленый,
- 3 -- красный,
- 4 — желтый,
- 5 - фиолетовый,
- 6 — коричневый,
- 7 -- черный.

Используется следующий список: 1) моя мама, 2) мой папа, 3) брат или сестра (если они есть у ребенка), 4) мое настроение в детском саду или школе, 5) мое настроение дома, 6) я сам, 7) воспитательница или учитель, 8) друг.

Порядок проведения напоминает игру. Перед ребенком на белом фоне в случайном порядке раскладывают все 8 карточек.

**Инструкция:** «Назови, пожалуйста, какой цвет больше всего подходит, чтобы обозначить твою маму?» и т. д. в соответствии со списком. Основная методическая трудность проведения исследования состоит в том, что дошкольники склонны выбирать цвет по конкретным признакам называемых людей: «У моей мамы красное пальто», «У брата черные волосы» и т. д. Чтобы избежать этого, надо напоминать детям, что нужно подобрать цвет в соответствии с желанием быть вместе с этим человеком, с их оценкой плохого или хорошего и т. д.

Далее цвета ранжируются ребенком в порядке предпочтения, начиная с самого «красивого, приятного» и кончая самым «некрасивым, неприятным». Таким образом, каждый человек из списка получает свое ранговое обозначение.

**Обработка результатов и интерпретация:** Чем выше уровень эмоциональной привлекательности, близости, симпатии и меньше конфликтности в отношениях с кем-либо, тем с более предпочитаемым цветом эти люди должны ассоциироваться ребенком. Напротив, о негативном, враждебном отношении к кому-либо говорит отнесенный к нему цвет, получивший наиболее отрицательный ранг в цветовой раскладке.

### *Личностные характеристики цветов, входящих в ЦТО*

Синий	Честный, справедливый, невозмутимый, добросовестный, добрый, спокойный.
Зеленый	Черствый, самостоятельный, невозмутимый.
Красный	Отзывчивый, решительный, энергичный, напряженный, суетливый,

	дружелюбный, уверенный, общительный, раздражительный, сильный, обаятельный, деятельный.
Желтый	Разговорчивый, безответственный, открытый, общительный, энергичный, напряженный.
Фиолетовый	Несправедливый, неискренний, эгоистичный, самостоятельный.
Коричневый	Уступчивый, зависимый, спокойный, добросовестный, расслабленный.
Черный	Непривлекательный, молчаливый, упрямый, замкнутый, эгоистичный, независимый, враждебный, нелюдимый.
Серый	Нерешительный, вялый, расслабленный, неуверенный, несамостоятельный, слабый, пассивный.

### 1.13 ИЗУЧЕНИЕ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ЛЮДЕЙ, ИЗОБРАЖЕННЫХ НА КАРТИНКЕ

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

**Цель:** изучение понимания эмоциональных состояний людей.

**Стимульный материал:** портретные картинки (фотографии) с изображением детей и взрослых, у которых ярко выражено эмоциональное состояние как основных эмоций (радость, страх, гнев, горе), так и их оттенков; сюжетные картинки с изображением положительных и отрицательных поступков детей и взрослых.

**Порядок проведения.** Индивидуально с детьми дошкольного и младшего школьного возраста проводятся две серии.

**Первая серия.** Инструкция: ребенку последовательно показывают портретные картинки с изображением детей и взрослых и задают вопросы: «Кто изображен на картинке? Что он делает? Как он себя чувствует? Как ты догадался об этом? Опиши, что ты видишь на картинке».

**Вторая серия.** Инструкция: ребенку последовательно показывают сюжетные картинки и задают вопросы: «Что делают дети (взрослые)? Как они это делают (дружно, ссорятся, не обращают внимания друг на друга и т. д.)? Как ты догадался? Кому из них хорошо, а кому — плохо? Как ты догадался?»

**Обработка результатов и интерпретация.** Подсчитывают число верных ответов в разных возрастных группах отдельно по каждой серии и по каждой картинке. Выявляют, доступно ли детям понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников, по каким признакам они ориентируются, кого лучше понимают — взрослого или сверстника. Определяют зависимость этих показателей от возраста детей.

### 1.14 МЕТОДИКА «ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭМОЦИЙ ПО ФОТОГРАФИЯМ»\*

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

**Цель:** определение эмоций.

**Стимульный материал:** набор из 9 фотографий с изображением человека, на лице которого отражена та или иная эмоция, и список эмоций.

**Порядок проведения.** Инструкция: «У меня есть очень интересное задание. Ты знаешь, что все люди иногда радуются, порой удивляются или сердятся. Сейчас я покажу тебе несколько фотографий, на которых изображен человек в каком-то определенном эмоциональном состоянии (например, радости, горя, страха, удивления, презрения, отвращения, стыда, интереса, гнева). Вот тебе список этих эмоций. Попробуй определить, какая именно эмоция отражена на каждой фотографии».

Экспериментатор поочередно показывает 9 фотографий и записывает на бланке ответ

ребенка рядом с номером фотографии.

**Обработка результатов и интерпретация.** Учитывается количество правильных ответов, по которым судят о сформированности умения определять эмоцию человека по выражению лица. 50% и менее правильных ответов свидетельствуют об очень низком уровне способности различать эмоции.

### **1.15 МЕТОДИКА «ЛИЧНОСТНАЯ АГРЕССИВНОСТЬ И КОНФЛИКТНОСТЬ» (Е.П. ИЛЬИНА, П.А. КОВАЛЕВА)**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

#### ***Шкалы обидчивости и мстительности***

**Цель:** определить склонность человека к враждебности, проявляемой через обидчивость и мстительность.

**Стимульный материал:** тест опросника, состоящий из 20 утверждений, предложенных ниже.

**Порядок проведения.** Инструкция: «Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с ними рядом с соответствующим номером утверждения поставьте знак "4", при несогласии — "—"».

1. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.
2. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то про себя я желаю обидчику всяких несчастий.
3. Ситуации почти всегда складываются благоприятнее для других, чем для меня.
4. Я считаю, что лозунг из мультфильма: «Зуб за зуб, хвост за хвост» - справедлив.
5. Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.
6. Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.
7. Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.
8. Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.
9. Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.
10. Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.
11. У меня такое ощущение, что часто со мной поступают несправедливо.
12. Я считаю, что добро лучше мести.
13. Я не обижаюсь на шутки друзей, даже если они очень злые.
14. Мне нравятся люди, которые не помнят зла.
15. Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.
16. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и поступаю согласно с этим.
17. У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.
18. У меня отрицательное отношение к мстительным людям
19. Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках.
20. Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?

#### **Обработка результатов.**

**Шкала обидчивости:** за каждый положительный ответ по пунктам 1,3,5,7,9,11 начисляется по 1 баллу, за отрицательный ответ по пунктам 13, 15, 17, 19 по 1 баллу.

**Шкала мстительности:** за каждый положительный ответ по пунктам 2, 4, 6, 8, 10 начисляется 1 балл, за каждый отрицательный ответ по пунктам 12,14,16,18,20 — по 1 баллу.

Подсчитывается сумма баллов по каждой шкале.

**Интерпретация.** Диапазон — от 0 до 10 баллов. Чем больше сумма баллов, тем больше испытуемый склонен к обидчивости и мстительности, а по общей их сумме — к враждебности (в диапазоне от 0 до 20 баллов).

### ***Шкала вспыльчивости***

**Цель:** диагностика уровня эмоциональной возбудимости методом самооценки.

**Стимульный материал:** тест опросника, состоящий из 10 утверждений, предложенных ниже.

**Порядок проведения.** Инструкция: «Прочтите предложенные вам утверждения и дайте ответ — согласны ли вы с ними (поставьте знак "+") или нет (поставьте знак "—")».

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. Если кто-нибудь выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.
3. Я могу скрывать свою раздражительность.
4. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
5. Мне очень не нравится, когда надо мной насмеются.
6. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
7. Меня возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
8. В конфликтной ситуации я веду себя спокойно.
9. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.
10. Обычно меня трудно вывести из себя.

**Обработка результатов.** За ответы «да» по пунктам 1, 3, 5, 7, 9 и за ответы «нет» по пунктам 2, 4, 6, 8, 10 начисляется по 1 баллу. Подсчитывается сумма набранных баллов.

**Интерпретация.** Если опрашиваемый набирает 8-10 баллов, то у него высокая эмоциональная возбудимость, если он набирает 4 балла и меньше, то у него низкая эмоциональная возбудимость. Баллы от 5 до 7 характеризуют средний уровень эмоциональной возбудимости.

## **1.16 Методика «Эмоциональная эмпатия» (В.В. Бойко)**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

Данная методика представляет собой фрагмент методики В.В. Бойко «Эмпатические способности». Может быть использована в работе с подростками.

**Цель:** определение уровня сформированности эмоциональной эмпатии.

**Стимульный материал:** тест опросника, состоящий из 9 утверждений, предложенных ниже.

**Порядок проведения.**

**Инструкция.** «Прочти предложенные утверждения и при согласии с ними поставь рядом знак "+", а при несогласии — знак "—"».

1. Если окружающие проявляют признаки тревоги, я обычно остаюсь спокойным.
2. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.
3. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.
4. Чужой смех обычно заражает меня.
5. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.
6. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.
7. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.
8. Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей.

9. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.

**Обработка результатов.** По 1 баллу начисляется за ответы «да» по утверждениям 2, 4, 6 и за ответы «нет» — по утверждениям 1, 3, 5, 7, 8, 9.

**Интерпретация.** Если опрошенный набрал 6—9 баллов, то у него выражена эмоциональная отзывчивость на переживания других людей. Если он набирает от 0 до 2 баллов, то эмоциональная эмпатия у него низкая или не выражена совсем.

### 1.17. МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ (Ч. СПИЛБЕРГЕР)

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

**Цель:** изучение уровня личностной тревожности, может быть использована в работе с подростками.

**Стимульный материал:** тест опросника, состоящий из 20 утверждений, предложенных ниже.

**Порядок проведения.**

**Инструкция:** «Прочитай каждое из приведенных суждений и поставь цифру справа, соответствующую твоему варианту ответа».

№	Суждения	Почти никогда 1 балл	Иногда 2 балла	Часто 3 балла	Почти всегда 4 балла
1.	Я часто испытываю чувство удовольствия				
2.	Я быстро устаю				
3.	Я легко могу заплакать				
4.	Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие				
5.	Я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения				
6.	Я обычно чувствую себя бодрым				
7.	Я обычно спокоен и собран				
8.	Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня				
9.	Я слишком переживаю из-за пустяков				
10.	Я вполне счастлив				
11.	Я принимаю все слишком близко к сердцу				
12.	Мне не хватает уверенности в себе				
13.	Я чувствую себя в безопасности				
14.	Я стараюсь избегать трудностей				
15.	У меня часто бывает плохое настроение				

16.	Я обычно всем доволен				
17.	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня				
18.	Я сильно переживаю свои разочарования и не могу о них долго забыть				
19.	Я уравновешенный человек				
20.	Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах				

**Обработка результатов.** Прежде надо просуммировать отмеченные числа в ответах: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20; затем вычтешь из полученного результата сумму отмеченных чисел ответов: 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19; к полученной разнице прибавить 35.

**Интерпретация.** До 30 баллов — низкая тревожность или отсутствие таковой в психическом статусе личности; 31—45 баллов — умеренная личностная тревожность; 46 и более — высокая тревожность, постоянно дестабилизирующая личность.

### 1.18 ТЕСТ Ф.ФИЛЛИПСА (1-3 КЛАСС)

**Инструкция:** Прочти внимательно каждое предложение и в Бланке для ответов около каждого номера вопроса поставь знак: "+", если ты хочешь ответить "да"; "-", если ты хочешь ответить "нет".

1. Ты успеваешь работать вместе со всеми ребятами в классе?
2. Тебе было легче выполнять задания до того, как ты пришел в школу (в д/с)?
3. Болит ли у тебя голова или живот перед тем, как идти в школу?
4. Тебе снится иногда, что учитель сердится, когда ты не знаешь урок?
5. Будут ли твои одноклассники смеяться, если ты сделаешь ошибку?
6. Тебе кажется, что учитель быстро объясняет новый материал?
7. Смеются ли ребята над твоей внешностью или поведением?
8. У тебя дрожат колени, когда тебя вызывают отвечать?
9. Твои одноклассники часто смеются над тобой?
10. Ты боишься остаться на второй год?
11. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
12. Ты сильно волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
13. Боишься ли ты, что тебе станет дурно в классе?
14. Тебя обижают в классе?
15. Похож ли ты на своих одноклассников?
16. Бывает ли, что тебе хочется заплакать, когда ты не можешь хорошо ответить вопрос учителя?
17. Бывают ли у тебя сны о том, что ты не можешь ответить на вопрос учителя?
18. Боишься ли ты вступить в спор?
19. Чувствуешь ли ты, что сердце начинает сильно биться, когда учитель хочет проверить готов ли ты к уроку?
20. Ты боишься выглядеть глупо?
21. Хорошо ли к тебе относится учитель?
22. Надеешься ли ты учиться лучше, чем твои одноклассники?
23. Тебе нравятся твои одноклассники?
24. Тебе лучше заниматься дополнительно с учителем, нежели вместе со всеми ребятами в классе?

**Обработка результатов.**

Общая тревожность в школе (О) - 4-,10-,16-,17-,19-.

Переживание социального стресса (Ст) - 2-,9-,14-,15+,24-. Эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его эмоциональные контакты (прежде всего - со сверстниками).

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу (Ф) - 3-,8-,11-,13-,17-. Особенности низкой психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

Проблемы и страхи в отношениях с учителем (У) -4-,6-,16-,17-,21+. Общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Страх самовыражения (Св) -5-,7-,18-,20-. Негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

Фрустрация потребности в достижении успеха (Д) -1+,5-,12-,22+,23+. Неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижениях высокого результата и т.д.

**Интерпретация.** Более 7 несовпадений - повышенная тревожность, более 18 несовпадений - требуется помощь (возможно медицинская).

### **1.19. МЕТОДИКА «ДИАГНОСТИКА РИГИДНОСТИ» (Г.АЙЗЕНК)**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

**Ригидность** — затрудненность в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки. Ригидность существенно влияет на процесс мотивации, особенно когда требуется корректировать его в связи с изменившейся ситуацией (например, с возникновением новых обстоятельств). Ригидный человек с трудом отходит от сложившейся у него стратегии поведения, поэтому принимаемое им решение и формируемый мотив не всегда адекватны ситуации.

**Цель:** определение ригидности.

Стимульный материал: тест опросника, состоящий из 10 утверждений, предложенных ниже.

Порядок проведения. **Инструкция:** «Если вы полностью согласны с утверждением, представленным в опроснике, то рядом с его номером поставьте **2 балла**, если согласны в принципе — **1 балл**, если не согласны — **0 баллов**».

1. Мне трудно менять привычки.
2. Я с трудом переключаю внимание.
3. Я очень настороженно отношусь ко всему новому.
4. Меня трудно переубедить.
5. Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.
6. Я трудно сближаюсь с людьми.
7. Меня расстраивают даже незначительные нарушения моих планов.
8. Нередко я проявляю упрямство.
9. Я неохотно иду на риск.
10. Я резко переживаю отклонения от принятого мною режима.

**Обработка результатов.** Подсчитывается сумма баллов, проставленных в соответствии с инструкцией.

**Интерпретация.** При сумме 0—7 баллов ригидности нет, присуща легкая переключаемость с одной установки на другую; при сумме 8—14 баллов -- средний уровень ригидности; при сумме 15—20 баллов — сильно выраженная ригидность, принятый план действия или поступка меняется под влиянием новых обстоятельств с большим трудом.

При анализе взаимосвязей показателей эмоциональной сферы детей с ЗПР выявлена положительная линейная зависимость между уровнем ригидности (эмоциональной вязкости, связанной с фиксацией внимания и аффекта на каких-либо значимых событиях, объектах, психотравмирующих переживаниях) и уровнем тревожности, фрустрации и агрессивности.

### 1.20 ТЕСТ ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ.

Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: в 2-х частях. – М.ВЛАДОС, 2001 – ч.2, Психология общения: 11 класс.

При измерении самооценки можно воспользоваться методикой семантического дифференциала (Ч. Осгуда).

Инструкция испытуемым. Известно, что личностные качества, присущие человеку, расположены на континууме, состоящем из полярных характеристик. На бланке представлено 15 свойств характера, имеющие два полярных полюса. Последовательно по каждой паре определите, как это свойство проявляется у вас. В середине бланка имеются колонки, имеющие номера от 1 до 7. (При отсутствии бланков можно работать на листочках, предварительно расчертив их подобно табличке, представленной внизу.)

1.	Добрый	1	2	3	4	5	6	7	Злой
2.	Общительный	1	2	3	4	5	6	7	Замкнутый
3.	Уверенный в себе	1	2	3	4	5	6	7	Неуверенный в себе
4.	Раздражительный	1	2	3	4	5	6	7	Спокойный
5.	Неоткровенный	1	2	3	4	5	6	7	Откровенный
6.	Нерешительный	1	2	3	4	5	6	7	Решительный
7.	Понимающий других	1	2	3	4	5	6	7	Не понимающий других
8.	Смелый	1	2	3	4	5	6	7	Робкий
9.	Симпатичный	1	2	3	4	5	6	7	Несимпатичный
10.	Нуждающийся в поддержке других	1	2	3	4	5	6	7	Самодостаточный
11.	Импульсивный	1	2	3	4	5	6	7	Уравновешенный
12.	Подчиняющийся	1	2	3	4	5	6	7	Доминирующий
13.	Умный	1	2	3	4	5	6	7	Глупый

14.	Активный	1	2	3	4	5	6	7	Пассивный
15.	Целеустремленный	1	2	3	4	5	6	7	Беспорядочный

На примере первой пары разберем, как работать с методикой. Если вы выбираете столбец под номером 1, это означает, что вы на 100% добрый человек (в вас нет ни 1% злости). Если вы считаете себя на 100% злым человеком, то должны выбрать столбец № 7. Столбец № 4 означает среднюю позицию (т. е. в вас 50% «доброты» и 50% «злости»). Столбец № 3 — вы, скорее добрый человек, чем злой (примерно 65% «доброты» и 35% «злости»). Столбец № 2 — примерно на 80% вам присуща характеристика, указанная справа, и на 20% — та, что слева. Выбор столбца № 5, соответственно, означает, что у вас немного больше выражено качество, представленное слева (в данном случае — примерно 65% «злости» и 35% «доброты»). Столбец № 6 — примерно на 80% вам присуща характеристика, указанная слева, и на 20% — та, что справа. Итак, вы уже догадались, что, чем ближе расположен столбец к правой или левой стороне пары свойств, тем больше выражен этот полюс и, соответственно, меньше — второй.

На I этапе работы по каждой паре вы выбираете номер колонки, соответствующий тому, как каждое из свойств проявляется у вас в настоящий период вашей жизни («Реальное Я»). Выбор обозначьте крестиком («x») в соответствующем квадратике.

После того как все участники выполняют это задание, можно приступать ко 2-этапу работы. Теперь нужно снова вернуться к первой паре полярных характеристик и оценить, как бы вы хотели, чтобы это свойство было развито у вас, т. е. каким бы вы хотели быть. Например, вы оценили себя как человека, доброго на 100% (крестик под столбцом с № 1), но в жизни это часто мешает, и вы хотели бы, чтобы в вас поровну были представлены «злость» и «доброта». В таком случае вы на 2 этапе выбираете позицию столбца № 4 и обозначаете свой выбор кружочком. Может случиться, что вы удовлетворены тем положением, которое есть, — в таком случае поставленный на I этапе крестик просто обведите кружком. После того как вы еще раз просмотрели все 15 пар и по каждой из них отметили кружком позицию, отвечающую вашему «идеальному Я», приступаем к III этапу работы.

Обработка результатов. По каждой паре полярных свойств посчитайте разницу позиций «реального Я» и «идеального Я». Для этого высчитывается абсолютная разница (без учета знака) между номером столбца, где стоит крестик, и номером, где вы поставили кружок. Например, по первой паре вы оценили себя как человека, доброго на 80 % (крестик в столбце с № 2), а хотели бы, чтобы «доброты» и «злости» было 50 х 50 (кружок в столбце с № 4). В этом случае разница будет составлять  $4 - 2 = 2$ . Эту цифру запишите рядом с первой парой. Если крестик в столбце с № 7, а кружок — под № 6, разница  $7 - 6 = 1$ . Если позиция крестика и кружка совпадает, разница будет 0. Эту цифру также следует записать рядом с соответствующей парой.

Заключительный этап работы состоит в суммировании всех 15 цифр, представляющих собой разницу позиций «реального Я» и «идеального Я». Полученная сумма сравнивается с ключом.

### **Интерпретация**

Цифра более 25 свидетельствует о заниженной самооценке ее обладателя. Низкая самооценка свойственна людям, склонным сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, недовольство других людей, переживать и тревожиться по малозначительным поводам, причем переживания бывают глубоки и длительны. Такие люди часто не уверены в себе, им трудно дается принятие решений, необходимость настоять на своем. Сравнивая себя с другими, они приходят к неутешительным выводам, не любят принимать комплименты, видят в себе больше недостатков, чем достоинств.

Обычно такие люди тонко чувствуют переживания других, ранимы, впечатлительны,

«тонкокожи». Часто (если низкая самооценка не сопряжена с гиперкомпенсаторным стремлением демонстрировать всем собственную значительность) они больше заботятся об удобстве других, чем о собственной пользе, могут пожертвовать своими интересами ради другого человека. Бывает, что этим пользуются окружающие. Надо сказать, что с такими людьми другим хорошо, однако сами они часто страдают.

В некоторых случаях пониженная самооценка приводит к стремлению самоутвердиться за счет других, болезненной склонности видеть за поступками других людей желание уязвить или обидеть. Иногда может проявляться немотивированная агрессивность и вспышки гнева.

Скорее всего, истоки низкой самооценки следует искать в стиле воспитания в семье. Вероятно, родители (или кто-нибудь один из них) были слишком строги или критичны, или часто сравнивали вас с другими, или предъявляли высокие требования к вашим достижениям. Этого уже не изменить, и путь к зрелости лежит через осознание и проработку своих детских «комплексов».

Если вы набрали балл менее 25, вам следует пересмотреть свое отношение к себе. «Полюбите себя самого!» — вот главная задача для вас. Избавляйтесь от негативных мыслей, чаще хвалите самого себя, извлекайте пользу даже из неудач!

Цифра от 10 до 25 свидетельствует об адекватной самооценке. Такие люди трезво оценивают себя, видят в себе как достоинства, так и недостатки, способны реагировать на обстоятельства. Принимая во внимание сигналы извне, они могут изменяться и самосовершенствоваться. Как неудачи, так и победы воспринимают адекватно, делают выводы, учатся на ошибках и готовы воспринимать новое.

Результат менее 10 баллов может интерпретироваться по-разному. Иногда это свидетельствует о скрытом нежелании участвовать в тестировании, формальном выполнении задания. Низкий балл может говорить о защитной реакции, а также демонстрируемой высокой самооценке («У меня все хорошо, отстаньте») или свидетельствовать об отрицательном отношении к тестированию, нежелании быть откровенным. Такой балл набирают также люди, не склонные к самоанализу и рефлексии, не любящие заглядывать внутрь себя.

Если человек отвечал искренне и действительно считает, что его «реальное Я» почти не отличается от «идеального Я», можно говорить о завышенной самооценке, т. е. такие люди уверены в собственной непогрешимости, и тогда с ними достаточно сложно взаимодействовать, так как они не готовы «слышать» других, воспринимать сигналы извне, требующие каких-то изменений в своем поведении.

## **1.21 Модифицированный вариант социометрической методики Р.Жиля**

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

Для исследования межличностных отношений детей с ЗПР можно использовать модифицированный вариант социометрической методики Р. Жиля.

*Вариант 1.* Ребенку дают бланк с изображением стола и стульев и предлагают посадить за праздничный стол тех одноклассников, которых он пригласил бы на свой день, рождения, а отдельно - тех, кого бы не хотел пригласить.

Целесообразно не ограничивать детей в числе выборов, это поможет глубже выявить социовалентность, т.е. потребность в общении, но в то же время необходимо подробно разъяснить, что нужно выбирать только самых близких, хороших друзей и отсаживать самых неприятных, тем самым предупредить эмоциональную экспансивность и исполнительность.

*Вариант 2.* Кому из детей в классе ты написал бы поздравительную открытку? Кому не написал бы?

*Вариант 3.* Ты переходишь в новый класс. Кого возьмешь с собой? Кого оставишь?

*Вариант 4.* С кем бы ты хотел сидеть за одной партой и с кем бы не хотел? По данным опросных бланков (листов) заполняется социоматрица. Социоматрица - таблица, в которой отражены данные социометрического опроса. В ней положительные выборы («По сажу за стол», «Хочу пригласить») обозначают по горизонтали «плюсом», отрицательные - «минусом». Взаимные выборы обводят кружком (О). Далее подсчитывают сумму выборов.

Пример социометрической матрицы

Выбирающий		Выбираемые					Число взаимных выборов
		01	02	03	04	05	
Александров С.	1		☑	☑	-	☑	
Иванов Н.	2	☑		-	-	✓	
Ковалев В.	3	☑	✓		☑	-	
Леонтьев А.	4	-	-	☑		☑	
Кузнецов М.	5	☑	-	-	☑		

Предложенная методика дает возможность определить следующие психологические характеристики межличностных отношений: социовалентность (степень включенности во взаимоотношения); статус детей и статусную структуру группы - сплоченность группы и взаимность контактов - уровень конфликтности (агрессивности) группы - детей, которые являются объектами групповой агрессии. Целесообразно начинать анализ социометрических данных социовалентности детей, свидетельствующей о степени и характере включенности школьника в систему взаимоотношений в классе. По социовалентности можно судить о потребности ребенка в общении и о его установке на удовлетворение этой потребности именно в данной группе, что, в свою очередь, позволит опосредованно судить о привлекательности коллектива для ребенка. Определяется социовалентность по количеству и характеру сделанных учащимися выборов. Социовалентность будет положительной, если у ребенка преобладают положительные выборы, и отрицательной - если преобладают негативные выборы.

Статусная структура группы - социально-психологический показатель, отражающий положение детей в системе межличностных отношений. Социально-психологический статус определяется числом выборов, полученных от сверстников, и свидетельствует о степени признания в группе. Необходимо отличать понятие «Социально-психологический статус» от понятия «социальный статус», обозначающий позицию человека в обществе, его права, обязанности, привилегии, престиж, определяемый родом занятий, уровнем образования. По социально-психологическому статусу дети в небольшом классе могут распределяться следующим образом: самые популярные (получавшие большее число положительных выборов), предпочитаемые (два-три выбора), принятие (один выбор), изолированные (не получившие ни положительных, ни отрицательных выборов), отвергаемые (получившие преобладающее количество отрицательных выборов). По традиции социометрические статусы делятся на высокие (звезды и предпочитаемые) и низкие (принятые, изолированные, отвергаемые).

Вычислив удельный вес каждой статусной группы, педагог получает статусный портрет класса. Статусная структура класса оценивается следующим образом: чем больше в коллективе высокостатусных детей, тем он благополучней, т.к. высокий статус является благоприятным фактором развития личности, поскольку он предоставляет ребенку признание сверстников, положительную оценку окружающих, формирующую высокую самооценку, интенсивность и разнообразие контактов, эмоционально обогащающих социальную жизнь ребенка. Низкий статус тормозит, делает противоречивым и неблагоприятным развитие личности. Дефицит общения у принятого и изолированного ребенка обедняет его эмоциональную жизнь. Он лишен возможности приобретать личный опыт разнообразного общения, наращивать социальную компетентность. У ребенка,

лишенного достаточного признания в классе, формируется заниженная самооценка. Особенно опасно положение отверженных, как правило, они - объекты групповой агрессии, что создает для личности хронически стрессовую ситуацию, лишает возможности самоутверждаться; постепенно складывается и становится привычным конфликтный стиль взаимоотношений со средой как единственно доступный для ребенка. Психологи отмечают, что в длительно действующей ситуации отвержения вступают в силу защитные механизмы личности: неизбежно созревает состояние внутреннего взрыва, приводящего к самоизоляции личности, коллектив становится для ребенка неизвестным, он игнорирует жизнь класса, его мнение. Изолированные и отвергаемые дети, не имея возможности удовлетворить базовую социальную потребность в общении, ищут признания на стороне, уходят в неблагополучные криминальные компании.

Диагностическим показателем уровня социального самочувствия личности является статусная структура: если доля высоких статусов превышает долю низких, а число изолированных и отверженных детей минимально (один - два человека), то статусная структура считается благополучной; если эти доли равны, а число изолированных и отверженных составляет два - три человека - среднеблагополучной; если же преобладают низкие статусы и число изолированных и отверженных более трех - неблагополучной.

Исследования статусной структуры в коррекционных классах говорят о том, что большинство детей с ЗПР находятся в неблагоприятной социально-психологической ситуации развития.

Взаимность - важный социально-психологический показатель, по которому учитель судит о наличии отношений взаимного расположения - нерасположения. Уровень положительной взаимности коллективных отношений отражает психологическую совместимость детей в классе, наличие развитых дружеских, приятельских отношений. Определяется этот показатель по процентному содержанию взаимных выборов в общем количестве положительных выборов:

$$Vз = \frac{\text{Число взаимных выборов}}{\text{Число положительных выборов}} \cdot 100\%.$$

## 1.22 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ШКАЛЫ К МЕТОДИКЕ ПДО

Риск злоупотребления психоактивными веществами: (морально-этические и дисциплинарные факторы не служат серьезной преградой для того, чтобы испытать “кайф”, пережить развлекающие галлюцинации и т.п.)

С=0, 1 или 2 балла	2 балла	<i>если в сумме:</i> 0 или 1 балл, то риска нет 2 балла - умеренный риск 3 балла - выраженный риск 4-6 баллов - очень высокий риск
Э=7 и более баллов	1 балл	
Н =7 и более баллов	2 балла	
V=+4 и более баллов	1 балл	
склонность к алкоголизации		

Дифференциальная диагностика суицидных попыток: (различают истинные и демонстративные попытки - без настоящего желания умереть, а лишь разыграть для окружающих спектакль, производящий впечатление суицидной попытки с целью привлечь к себе внимание, добиться каких-то преимуществ, избавиться от грозящих неприятностей).

$C \geq 6$ $T > D$ $H \geq 2$ Скл. к депр. $\geq +2$ дискордантность	$+1$ $+1$ $+1$ $+1$ $\frac{+1}{\Sigma}$	$G \geq 7$ $C \geq 3$ $I \geq 7$ $H \geq 6$ Скл. к депр. $\leq -2$	$-1$ $-1$ $-1$ $-1$ $\frac{-1}{\Sigma}$	Признаки дискордантности хар-ра: $Ш \geq 6$ ; $C \geq 6$ ; $П \geq 6$ ; $Ш \geq 6$ $\Theta \geq 6$ ; $I \geq 6$ $H \geq 6$ $G \geq ; Ц \geq 6$ $C \geq 6$ $C \geq 6$ $П \geq 6$ $C \geq 6$ ; $П \geq 6$	при диагностируемом типе: Гипертимном Циклоидном Сенситивном Психастеническом Шизоидном Эпилептоидном Истероидном Неустойчивом Высокая эманс. $E \geq 5$
<i>найти алгебраическую <math>\Sigma</math> в первом и втором столбцах; если она от +1 до +5, попытка - истинная; если со знаком "-", то демонстративная</i>			$C \geq 6$ $C \geq 6$ $П \geq 6$ $C \geq 6$ ; $П \geq 6$		

Риск ранней половой жизни у девочек:

первое исследование	+ 1	первое исследование	- 1
к спиртным напиткам	13	настроение	8
к родителям	13	сон и сновидение	11
к критике	10	к спиртному	7
к правилам и законам	4	к одежде	8
к школе	1	к родителям	3
второе исследование	+ 1	к окружающим	9
к спиртным напиткам	6,9	к одиночеству	11
сексуальные проблемы	2	к новому	3
к критике	9	к неудачам	13
к правилам и законам	8	к лидерству	7
к школе	6	второе исследование	- 1
<i>результаты суммировать алгебраически:</i>		к еде	11
$\leq -3$	- риск отсутствует;	сон и сновидение	8
$0, -1, -2$	- рез-т неясен;	к правилам	7
$\geq +1$	- риск высокий.		

### 1.23 ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

...У детей с ЗПР реализация задач по воспитанию нормального поведения осложнена, так как у них расстройства в аффективной сфере наблюдаются значительно чаще, чем у нормальных детей. Нередко причиной является выраженная церебральная недостаточность, отставание в развитии нервной системы.

Длительные наблюдения за учащимися с ЗПР (Т.А. Власова, М.С. Певзнер) позволяют выделить несколько групп учащихся в зависимости от их психических особенностей и поведения - уравновешенные, заторможенные и возбудимые.

К первой группе можно отнести детей, поведение которых относительно спокойно и уравновешенно. Они достаточно активны, у них не обнаруживается больших отклонений в эмоционально-волевой сфере, в доведении. Внутри этой группы можно выделить две подгруппы: часть детей наиболее активна, исполнительна, ответственно относится к своим обязанностям, проявляет некоторую инициативность. Они пользуются уважением товарищей, могут организовать одноклассников. Другая часть - менее активные учащиеся, но

они от общественных поручений не отказываются. В детском коллективе они не могут выполнять функции организаторов и не стремятся к этому. Круг их общения мал.

В процессе воспитания данной группы детей наиболее эффективны методы воздействия - убеждение, беседы, порицание. Они прислушиваются к замечаниям педагога и стараются исправиться. На замечания реагируют спокойно, могут признать свою вину, хотя и не всегда сразу. В затруднительных ситуациях сами просят помощи.

Несмотря на многие положительные качества таких детей, упускать их из-под контроля нельзя, так как они не обладают устойчивыми положительными навыками и привычками, могут внести разлад в коллектив, пойдя по неправильному пути, увлечь за собой остальных и т. д. Не следует часто использовать похвалу для этой категории, что может сформировать завышенную самооценку. Похвалу следует адресовать одновременно нескольким ученикам, что предупредит появление чувства превосходства над одноклассниками.

Дети второй группы обычно вялы, инертны, заторможены, не общительны, безынициативны, не уверены в себе, не исполнительны. Среди этих детей встречаются эмоционально обделенные, равнодушные к окружающему миру; они слабо реагируют на замечания педагога, товарищей. Не хотят принимать участия в общественных делах, но от выполнения задания, как правило, не отказываются.

Часть детей отличается неадекватными эмоциональными реакциями. Они обидчивы, плачут по малейшему поводу, болезненно переживают свои неудачи, уединяются, замыкаются в себе. В работе с ними педагогу необходимо развивать общественную активность и потребность в общении, помочь преодолеть безразличное отношение к товарищам, к делам коллектива, развить интерес к поручаемым заданиям, воспитывать адекватные эмоциональные реакции, уверенность в своих силах.

Эти дети постоянно нуждаются в дополнительной стимуляции: более частых вызовах к доске и обращениях к ним, индивидуальных заданиях, связанных с необходимостью обращаться к одноклассникам, вовлечении в игры, постоянном одобрении и эмоциональной оценке их успехов, хотя бы и не очень больших, посильных заданиях с учетом интересов и склонностей ребенка.

Третью группу составляют легковозбудимые дети. В их поведении преобладают стойкая (повышенная) аффективная возбудимость, расторможенность, психическая неустойчивость.

Для психически неустойчивых детей характерно сочетание импульсивности с повышенной внушаемостью, заражаемостью. Основные мотивы поведенческих реакций у психически неустойчивых детей - получение удовольствия или подражание, неспособность противостоять внешнему влиянию: они легко и бездумно поддаются любому совету, примеру, образцу, призыву; быстро оказываются в подчинении у лидеров с более сильным характером; отличаются повышенной энергетикой; физически неутомимы, двигательны активны, назойливы и болтливы. Их поведение характеризуется также повышенной зависимостью от сиюминутного настроения, как правило, неустойчивого; они некритичны к своим поступкам, не могут сопротивляться вредному влиянию в силу несформированного самосознания.

Развитие психически неустойчивых детей имеет неблагоприятный прогноз: негативные проявления сохраняются до 16-17 лет, с трудом или незначительно компенсируются воспитанием (Лебединская К.С., Грибанова Г.В. Подростки с нарушениями в аффективной среде. М., 1988. С.27.). Для детей с повышенной аффективной возбудимостью характерно стойкое преобладание таких психических состояний, как импульсивность, бурные реакции (слезы, гневливость, ярость, резкие движения), склонность к агрессии (физическая и словесная), конфликтность, драчливость, грубая реакция протеста, отказ от контакта с педагогом.

В связи с тем что у большинства детей с ЗПР имеются недостатки развития нервной системы, аффективные вспышки нередко оканчиваются головной болью, повышением температуры, состоянием усталости.

Дети с данным типом поведения часто являются лидерами в классе, подчиняют и ведут за собой психически неустойчивых и пассивно заторможенных сверстников. Нередко аффективное поведение сочетается со склонностью к асоциальным поступкам.

У детей со стойкой аффективной возбудимостью необходимо: выработать определенный охранительный режим, предполагающий медикаментозную терапию и целенаправленное воспитание; активно формировать навыки самоконтроля, саморегуляции. В работе с ними наиболее эффективны не прямые задания-требования, а косвенные: требование-одобрение, требование-просьба и др., они нуждаются в постоянном поощрении, что укрепляет их уверенность.

Расторможенность влечений как вариант возбудимого поведения проявляется в том, что учащийся не может сдерживать инстинкты и агрессивные наклонности. У детей с расторможенными влечениями наблюдаются онанизм, ранние проявления сексуальности, тяги к алкоголю, курению, проявление жестокости вплоть до садизма, склонность к побегам и бродяжничеству, страсть к воровству.

У детей с ЗПР при врожденных нарушениях аффективно-волевой сферы социализация инстинктов и влечений осуществляется менее успешно. Благоприятной почвой для патологического развития сферы влечений являются незрелость психики, инфантилизм мотивации, дефицитность механизмов регуляции. Дети с ЗПР особенно зависимы от неблагоприятных внешних факторов: асоциальная среда, условия безнадзорности, ослабленное воспитательное поведение, а ничем и никем не контролируемые и не подавляемые импульсы закрепляются как привычная форма поведения.

Из инстинктивных влечений наиболее трудно поддаются воспитательной коррекции сексуальные отклонения, алкоголизация, агрессивность и бродяжничество.

Школьник с ЗПР самостоятельно без поддержки взрослых оттормаживать, подавлять, контролировать свои повышенные патологические влечения не может. Он нуждается, во-первых, в медикаментозной терапии для снятия напряжения влечений; во-вторых, в систематической мягкой коррекции импульсивных проявлений, упреждающем контроле, формировании четких представлений о должном, общепринятом, правильном, приличном поведении.

Прогноз развития указанной аномалии целиком и полностью зависит от внешних обстоятельств воспитания: от степени массирования воспитательных воздействий, от характера социальной сферы, в которой живет ребенок. В своей повседневной работе педагог изучает и оценивает особенность поведения школьника методом наблюдения.

Для преодоления субъективности при оценке поведения учащегося необходимо прибегать к расширению диапазона компетентных лиц, знающих ученика, с просьбой охарактеризовать его поведение.

Вывод о преобладающем типе поведения учитель может сделать на следующей ориентировочной основе:

1. Уравновешенное поведение: ровное настроение, не склонен к конфликтам, аффективные реакции носят эпизодический характер, нет стойких проявлений патологических влечений, в меру подвижен и активен, положительно восприимчив к педагогическому воздействию.

2. Возбудимый тип поведения: двигательная расторможенность, повышенная двигательная активность, агрессивные вспышки (раздражение, ярость, гнев), готовность к конфликтам, немотивированные перепады настроения, плаксивость, бурные слезы, плач по незначительному поводу, аффективные вспышки агрессии, заражаемость, повышенная внушаемость, патологические влечения (курение, алкоголизация, ранняя сексуальность, склонность к побегам, бродяжничеству, воровству, жестокость).

Заторможенный тип поведения: замедленный темп деятельности, повышенная истощимость, быстрая пресыщаемость в ходе выполнения задания, игры, дела; безынициативность, застенчивость,

## 1.24 УЧЕБНАЯ МОТИВАЦИЯ

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

Сформированная мотивация - одна из основных движущих сил учения ребенка.

Учебная мотивация детей с ЗПР резко снижена. Для них длительное время ведущей деятельностью продолжает оставаться игра в ее элементарных формах: дети избегают приближающиеся к учебным сложные игры сюжетно-ролевого характера с правилами, запретами. Интеллектуальное отставание сильно тормозит развитие познавательного интереса. Чтобы избежать непосильной и неприятной для них ситуации учения, интеллектуального напряжения, дети с ЗПР прибегают в качестве защиты к отказу от заданий, от посещения школы.

Учитывая ослабленность мотивационной сферы детей с ЗПР, учитель должен решать одну из основных педагогических задач на уроке - формирование учебных мотивов.

С детьми, имеющими ослабленную учебную мотивацию, необходимо проводить коррекционную работу по формированию:

- активной позиции школьника,
- положительного отношения,
- познавательного интереса.

Для формирования активной позиции школьника учитель может использовать словесное внушение, в частности, чувства должного отношения к учению, к школе. Кроме того, необходимо обеспечить: ситуации личного выбора задачи, упражнения (какую задачу будешь решать: про яблоки или про домики?); степень сложности задачи (легкая или интересная); число задач (сколько задач берешься решить: одну или две?), а также создать ситуацию активного влияния в совместной учебной деятельности (дети сами разбираются на пары и выполняют предложенные задания).

Для формирования положительного отношения к учению можно выделить следующие направления в работе учителя. Прежде всего учитель должен:

- заботиться о создании общей положительной атмосферы на уроке, постоянно снижать тревожность детей, исключая упреки, выговор, иронию, насмешку, угрозы и т. д., стремясь исключить страх школьника перед риском ошибиться, забыть, смутиться, неверно ответить;
- создавать ситуации успеха в учебной деятельности, формирующие чувство удовлетворенности, уверенности в себе, объективной самооценки и радости;
- шире опираться на игру как ведущую деятельность ребенка с ЗПР, включая интеллектуальные игры с правилами, активно используя игротехнику на каждом этапе урока, делать игру естественной формой организации быта детей на уроке и во внеурочное время;
- целенаправленно эмоционально стимулировать детей на уроке, предупреждая опасные для учения ощущения скуки, серости, монотонности посредством включения разных видов деятельности, занимательности, личной эмоциональности; возбуждать интеллектуальные эмоции - удивления, новизны, сомнения, достижения; формировать внутренний оптимистический настрой у детей, влияя уверенность, давая установку на достижение, преодоление трудностей.

Развивать познавательные интересы, для чего необходимо:

- избегать в собственном стиле преподавания проявления таких «антистимулов», как будничность, монотонность, серость, бедность сообщаемой информации, а также отрыва содержания обучения от личного опыта ребенка; не допускать учебных перегрузок, переутомления и одновременно низкой плотности режима

работы (дозировка учебного материала с точки зрения количества и качества должна соответствовать возможностям и способностям учащихся);

- использовать содержание обучения как источник стимуляции познавательных интересов;
- стимулировать познавательный интерес многообразием приемов занимательности (иллюстрацией, игрой, кроссвордами, драматизацией, задачами-шутками, занимательными упражнениями и т.д.); специально обучать приемам умственной деятельности и учебной работы; использовать проблемно-поисковые методы обучения.

Способ оценки школьной мотивации включает схему анализа детских рисунков на школьную тему и краткую анкету из 10 вопросов, отражающих отношение детей к школе, учебному процессу.

Для дифференциации детей по уровню школьной мотивации используют систему балльных оценок по единой 30-балльной шкале, что позволяет сравнивать полученные результаты.

Рекомендуется следующая тематика рисунков для младших школьников:

- «Что мне нравится в школе»,
- «Что мне нравится дома»,
- «Моя семья»,
- «Мое любимое занятие»,
- «Мои желания»,
- «Мои друзья и я»,
- «Что такое хорошо и что такое плохо»,
- «Добро и зло»,
- «Самое красивое»,
- «Самое интересное»,
- «Как я провел каникулы»,
- «Какой мне хотелось бы видеть школу»,
- «Что мне не нравится в школе».

При анализе рисунков следует оценивать:

- ✓ соответствие заданной теме (если рисунок был не на свободную тему),
- ✓ сюжет (что именно изображено),
- ✓ размеры рисунка и отдельных деталей,
- ✓ цветовое решение,
- ✓ динамика изображения,
- ✓ правильность рисунка,
- ✓ законченность рисунка.

Примерная схема оценки детских рисунков на тему: «Что мне нравится в школе»:

25-30 баллов (максимально высокий уровень) - высокий уровень школьной мотивации, учебной активности. Дети отличаются высокими познавательными мотивами, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, огорчаются, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога. На школьную тематику изображают учителя у доски, процесс урока, учебный материал и тому подобное.

20-24 балла - хорошая школьная мотивация. Подобные показатели имеет большинство учащихся начальных классов, успешно справляющихся с учебной деятельностью. В рисунках на школьную тему они также изображают учебные ситуации, при ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

15-19 баллов - положительное отношение к школе, школа привлекает больше внеучебными сторонами. Дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, куда, однако, чаще приходят, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя

учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у них сформированы в меньшей степени, и учебный процесс их мало привлекает. В рисунках на школьную тему такие дети изображают, как правило, школьные, но не учебные ситуации.

10-14 баллов - низкая школьная мотивация. Дети посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебе. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В рисунках на школьную тему изображают игровые сюжеты, косвенно связанные со школой.

Ниже 10 баллов - негативное отношение к школе, школьная дезадаптация. Такие дети испытывают серьезные трудности в школе: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой невыносимо. Маленькие дети часто плачут, просят домой. В других случаях могут проявлять агрессивные реакции, отказываться выполнять задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у таких школьников отмечаются нарушения нервно-психического здоровья. Рисунки таких детей, как правило, не соответствуют предложенной школьной теме, а отражают индивидуальные пристрастия ребенка.

Все эти количественные оценки сопоставлялись с другими показателями психического развития ребенка, а также сравнивались с такими объективными показателями, как успеваемость по разным предметам, положение ребенка в группе и особенности его взаимоотношений с детьми и педагогом, поведенческие характеристики, динамика состояния здоровья и прочее.

### **Анкета по оценке уровня школьной мотивации.**

Чтобы дифференцировать детей по уровням школьной мотивации, можно использовать следующую балльную систему: ответ ребенка, свидетельствующий о его положительном отношении к школе и предпочтении им учебных ситуаций, оценивается в 3 балла; нейтральные ответы («не знаю», «бывает по-разному») оценивается в 1 балл; ответ, позволяющий судить об отрицательном отношении ребенка к той или иной школьной ситуации, оценивается в 0 баллов.

Вопросы анкеты и варианты ответов на них:

1. Тебе нравится в школе или не очень?
  - не очень,
  - нравится,
  - не нравится;
2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе часто хочется остаться дома?
  - чаще хочется остаться дома,
  - бывает по-разному,
  - иду с радостью;
3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам и желающие могут остаться дома, ты бы пошел в школу или остался дома?
  - не знаю,
  - остался бы дома,
  - пошел бы в школу;
4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?
  - не нравится,
  - бывает по-разному,
  - нравится;
5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?
  - хотел бы,
  - не хотел бы,
  - не знаю;
6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?
  - не знаю,
  - не хотел бы,
  - хотел бы;
7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?
  - часто,
  - редко,не рассказываю;
8. Ты бы хотел, чтобы у тебя был менее строгий учитель?
  - точно не знаю,
  - хотел бы,
  - не хотел бы;
9. У тебя в классе много друзей?
  - мало,
  - много,
  - нет друзей;
10. Тебе нравятся твои одноклассники?
  - нравятся,
  - не очень,
  - не нравятся.

Ответы на вопросы анкеты расположены в случайном порядке, поэтому для упрощения оценки может быть использован «ключ»:

Вопрос	Оценка за ответ		
	1-й	2-й	3-й
1-й	1	3	0
2-й	0	1	3
3-й	1	0	3
4-й	3	1	0
5-й	0	3	1
6-й	1	3	0
7-й	3	1	0
8-й	1	0	3
9-й	1	3	0
10-й	3	1	0

Данная анкета может быть использована при индивидуальном исследовании ребенка, а также применяться для групповой диагностики. При этом допустимы два варианта предъявления:

1. Экспериментатор читает вопросы вслух, предлагает варианты ответов, а дети (или ребенок) должны написать те ответы, которые им подходят.
2. Анкеты раздаются всем ученикам, и экспериментатор просит их отметить все подходящие ответы.

Каждый вариант имеет преимущества и недостатки. При первом варианте выше фактор лжи, так как дети в большей степени ориентируются на нормы и правила, поскольку видят перед собой взрослого, задающего вопросы. Второй вариант позволяет получить более искренние ответы детей на вопросы анкеты, но такой способ анкетирования не подходит для первого класса, так как дети еще плохо читают. Анкета допускает повторные опросы, что позволяет оценить динамику школьной мотивации. Снижение уровня школьной мотивации может служить критерием школьной дезадаптации ребенка, а его повышение - положительной динамики в обучении и развитии.

### 1.25 МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТИПА ВОЛЕВОЙ АКТИВНОСТИ

Шилова Т.А. Диагностика психолого-социальной дезадаптации детей и подростков. Методическое пособие. – М.: Айрис Пресс, 2004

**Цель:** определение сформированности волевой активности.

**Задача:** исследовать волевые качества, несущие активизирующую и тормозную функции (целеустремленность, инициативность, выдержка, дисциплинированность).

**Материал:** определения волевых качеств, используемые школьниками при их оценке.

- √ Целеустремленность – умения подчинять свои действия намеченной цели;
- √ Инициативность – умение работать творчески, предпринимая действия и поступки по собственному почину;
- √ Выдержка – умение затормозить действия, чувства, мысли, мешающие осуществлению принятого решения;

Дисциплинированность – сознательное подчинение своего поведения общепринятым нормам, установленному порядку.

**Инструкция:** «Внимательно просмотрите определения волевых качеств и оцените их проявления в учебной деятельности по следующим параметрам: сила, устойчивость, широта.

Сила характеризуется тем, какие трудности школьник преодолевает. Чем больше трудности, тем сильнее проявления воли. Оценка силы волевых качеств проводится по пятибалльной системе:

5 баллов – волевое качество очень сильно развито

4 балла – сильно развито

3 балла – слабо развито

2 балла – очень слабо развито

1 балл - волевое качество отсутствует.

Для большей точности оценку ставить с десятичными долями балла.

**Способ обработки:** сила волевой активности школьника определяется исходя из следующих оценок:

Сильная воля: все волевые качества (целеустремленность, инициативность, выдержка, дисциплинированность) оценены баллом 4 и выше, только одно качество может быть оценено ниже 3 баллов.

Слабая воля: все перечисленные качества воли оценены баллом 3,9 и ниже, не более одного волевого качества оценено баллом 4 и выше.

**Оценка устойчивости** волевого качества выставляется по частоте его проявления. В школьной практике волевое качество считается устойчивым, если один из его признаков обнаруживается у учащегося в данной деятельности в среднем три и более раз в неделю или, если 2 и более признаков проявляются в среднем не менее двух раз в неделю за время наблюдения. При более редком проявлении признаков волевое качество считается неустойчивым.

Если волевое качество определенной силы и устойчивости проявляется только в одном виде деятельности (учение, труд, спорт, общественная или домашняя работа), можно считать, что это качество развито узко, односторонне; если в двух и более видах деятельности – качество проявляется широко. По таким же критериям определяется диапазон волевой активности в целом.

Исходя из совокупности силы, устойчивости, широты проявлений волевых качеств, определяется тип волевой активности школьника.

**Признаки целеустремленности:** умение ребенка принимать цель взрослого или ставить ее самостоятельно, планировать основные этапы деятельности и, преодолевая трудности, встречающиеся на пути, реализовывать поставленные цели. Данное волевое качество, конечно, в первые семь лет устойчивым свойством личности признать нельзя.

**Признаки инициативности:** проявление творчества, выдумки, рационализации, участие в осуществлении разумного новшества, хорошего начинания, исходящего от других, активная поддержка коллектива в реализации намеченных планов, стремление проявить инициативу в привычной обстановке.

**Признаки выдержки:** проявление терпения и выносливости в деятельности, выполняемой в затрудненных условиях (серьезные помехи, неудачи и т.п.), умение держать себя в руках в конфликтных ситуациях (при спорах, незаслуженном обвинении и т.д.), умение сдерживать проявление чувств при сильном эмоциональном возбуждении (большой радости, негодовании и т.д.), умение контролировать свое поведение в непривычной обстановке.

**Признаки дисциплинированности:** сознательное выполнение установленного в данной деятельности порядка (соблюдение требований учителей, своевременное выполнение трудовых поручений, выполнение всех правил в спорте, на уроке и т.д.), добровольное выполнение правил, установленных коллективом (классом, членами факультатива, группой товарищей по труду, спорту, учебе), недопущение пропусков (уход без разрешения с занятий, неявка на экскурсию и т.п.), соблюдение дисциплинированного поведения при изменении установки.

Фамилия, имя	Характеристика волевой активности по показателям
--------------	--

	сила	устойчивость	широта (диапазон)	тип волевой активности	
				сильный	слабый

## ПРИЛОЖЕНИЯ ПО КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ

### 2.1 ПСИХОТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ КОРРЕКЦИИ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ С ЗПР

Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2003

Психотехнические приемы, направленные на оптимизацию и стимуляцию внимания у детей с ЗПР, многообразны и использовать их можно не только в процессе занятий с психологом, а также в процессе учебной деятельности.

Одним из часто используемых приемов является словарный диктант с комментированием, который могут проводить педагоги на уроке с детьми младшего школьного возраста. Процедура заключается в следующем:

1. ведущий читает каждое слово только один раз;
2. дети могут взять ручки только после прослушивания комментариев;
3. ведущий внимательно следит за тем, чтобы дети не заглядывали в тетради друг к другу. Если ребенок не может записать слово после комментариев, ему разрешается сделать прочерк. При этом детей предупреждают, что прочерк приравнивается к ошибке;
4. перед началом работы целесообразно показать на нескольких примерах, как надо выполнять задание. Например, для комментированного письма выбрано слово «пересадили»;
5. ведущий читает это слово, а затем вызывает нескольких учащихся, каждый из которых называет поочередно приставку, корень, суффикс, окончание, объясняя попутно их правописание. После этого ведущий предлагает детям взять ручки и записать прокомментированное слово. Затем следует напоминание учащимся, чтобы они положили ручки, и начинается работа над следующим словом.

Комментированное письмо — достаточно сложная деятельность, в которой можно выделить 7 основных стадий: 1) первичное восприятие произносимого слова; 2) самостоятельный анализ правописания орфоэпического образа слова; 3) прослушивание комментариев; 4) представление орфографии слова в соответствии с комментированием; 5) уточнение первичного анализа правописания с комментированием; 6) написание слова в соответствии с его орфографией; 7) проверка написанного слова в соответствии с комментированием (С. Н. Калининкова).

Этот метод имеет важное диагностическое значение. Успешность выполнения работы и характер допущенных ошибок позволяют психологу судить об организации внимания учащихся при групповом взаимодействии.

#### Коррекция внимания у детей методом поэтапного формирования умственных действий.

Одним из эффективных подходов к развитию внимания является метод, разработанный в рамках концепции поэтапного формирования умственных действий (П. Я. Гальперин, С. Л. Кобыльницкая, 1974). Согласно этому подходу, внимание понимается как идеальное, интериоризированное и автоматизированное действие контроля. Именно такие действия и оказываются несформированными у детей с задержкой психического развития.

Занятия по формированию внимания проводятся как обучение «внимательному письму» и строятся на материале текстов, содержащих разные типы ошибок «по невнимательности»: подмена или пропуск слов в предложении, подмена или пропуск букв в слове, слитное написание слова с предлогом и др. Как показали исследования авторов, наличие текста-образца, с которым необходимо сравнивать ошибочный текст, не является достаточным условием для точного выполнения заданий по обнаружению ошибок. Для преодоления глобального восприятия и формирования контроля за текстом нужно учить детей читать с учетом элементов на фоне понимания смысла целого. Вот как описывает П. Я. Гальперин этот основной и наиболее трудоемкий этап работы: «Детям предлагали прочесть отдельное слово (чтобы установить его смысл), а затем - разделить его на слоги и, читая

каждый слог отдельно, проверить, соответствует ли он слову в целом. Подбирались самые разные слова (и трудные, и легкие, и средние по трудности). Вначале слоги разделялись вертикальной карандашной чертой, затем черточки не ставились, но слоги произносились с четким разделением (голосом) и последовательно проверялись. Звуковое разделение слогов становилось все короче и вскоре сводилось к ударениям на отдельных слогах. После этого слово прочитывалось и проверялось по слогам про себя («первый — правильно, второй — нет, здесь пропущено..., переставлено»). Лишь на последнем этапе мы переходили к тому, что ребенок прочитывал все слово про себя и давал ему общую оценку (правильно — неправильно; если неправильно, то разъяснял почему). После этого переход к прочтению всей фразы с ее оценкой, а потом и всего абзаца (с такой же оценкой) не составляли особого труда» (П. Я. Гальперин, 1974, с. 97-98).

Важным моментом процесса формирования внимания является работа со специальной карточкой, на которой выписаны правила проверки, порядок операций при проверке текста. Наличие такой карточки является необходимой материальной опорой для овладения полноценным действием контроля. По мере интериоризации и свертывания действия контроля обязательность использования такой карточки исчезает. Для обобщения сформированного действия контроля оно отрабатывается затем на более широком материале (картинки, узоры, наборы букв и цифр). После этого, при создании специальных условий, контроль переносится из ситуации экспериментального обучения в реальную практику учебной деятельности. Таким образом, метод поэтапного формирования позволяет получить полноценное действие контроля, т. е. сформированность внимания.

Рассмотрим один из используемых авторами методов. Суть метода состоит в выявлении недостатков внимания при обнаружении ошибок в тексте. Выполнение этого задания не требует от детей специальных знаний и умений, а обеспечивается характером включенных в текст ошибок: подмена букв, подмена слов в предложении, элементарные смысловые ошибки.

Например, детям предлагаются следующие тексты:

«На Крайнем Юге нашей страны не росли овощи теперь растут. В огороде выросло много моркови. Под Москвой не разводили, а теперь разводят. Бешал Ваня по полю, да вдруг остановился. Грчи вьютгнезда на деревьях. На новогодней елке висело много икрушек. Гров червей на пашне. Охотник вечером с охоты. В тетради Раи хорошие отлетки. Нашкольной площадке играли дети. Мальчик мчался на лошади. В траве стречет кузнечик. Зимой цвела в саду яблоня». «Старые лебеди склонили перед ним горые шеи. Зимой в саду расцвели яблони. Взрослые и дти толпились на берегу. Внизу над ними расстилалась ледяная пустыня. В ответ я киваю ему рукой. Солнце доходило до верхушек деревьев и тряталось за ними. Сорняки шипучи и плодовиы. На столе лежала карта нашего города. Самолет сюда, чтобы помочь людям. Скоро удалось мне на машине» (Гальперин П. Я., Кобьльницкая С. Л., 1974).

Работа проводится следующим образом. Каждому ребенку дается отпечатанный на листочке текст и сообщается инструкция: «В тексте, который вы получили, есть разные ошибки, в том числе и смысловые. Найдите их и исправьте». Каждый ученик работает самостоятельно, на выполнение задания отводится определенное время.

При анализе результатов этой работы важным является не только количественный подсчет найденных исправленных и не обнаруженных ошибок, но и то, как ученики выполняют работу: сразу включаются в задание, обнаруживая и исправляя ошибки по ходу чтения; долго не могут включиться, при первом чтении не обнаруживают ни одной ошибки; исправляют правильное на неправильное и др.

Важное значение имеет психологическая коррекция свойств внимания, среди которых выделяются: объем внимания, распределение внимания, устойчивость внимания, концентрация внимания, переключение внимания.

## ПСИХОТЕХНИКИ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА УВЕЛИЧЕНИЕ ОБЪЕМА ВНИМАНИЯ

Объем внимания — это количество элементов, одновременно воспринятых за один акт восприятия. При зрительной экспозиции объектов в течение 0,1 сек. человек в среднем может воспринимать 5-9 отдельных элементов (букв и т. п.). Недоразвитие объема внимания часто наблюдается у детей с ЗПР церебрально-органического генеза.

Занятия с детьми можно проводить как индивидуально, так и в группе. Кроме того, ребенку рекомендуются самостоятельные занятия.

Рассмотрим для примера занятия по формированию объема внимания у детей младшего школьного возраста, предложенные А. Ф. Ануфриевой и С. Н. Костроминой, 1997.

Оборудование: эпидиаскоп, слайды со следующим содержанием:

### Задание 1

Бесмысленные слова, содержащие от 3 до 9 согласных букв, например:

РКБЛ КТЦМ  
ЖКПРЧДЗНТК  
КПТНСД ШРВТБЧ  
ДПВ ШГС  
БМДРКЛФ МВХШТСГ  
СТГЦГВДК ЖГВПРМТК  
МВПКШЛЧХБ БРНЦДКСЧГ

### Задание 2

Знакомые слова родного языка, содержащие от 4 до 16 букв, например:  
СТОЛ, ЧАШКА, МАШИНА, КОНФЕТА, КАРАНДАШ, ТЕЛЕВИЗОР,  
МАГНИТОФОН, МОТОЦИКЛИСТ, КОМАНДИРОВКА.  
ВАЗА, ПЛИТА, СОЛНЦЕ, ЧЕРНИЛА, ПИСТОЛЕТ, СПЕКТАКЛЬ,  
АВТОМОБИЛЬ, КОНСТРУКТОР, ВЕЛОСИПЕДИСТ

### Задание 3

Предложения, содержащие от 5 до 16 букв, например:

Я БЕГУ ЧТО ТЫ  
ДАЙ МНЕ Я ПЛЫВУ  
ДЫМ ИДЕТ ЛЕНЬ МНЕ  
ДВОР ЧИСТ ОДИН ВОИН  
ЧТО ДЕЛАТЬ ПТИЦА ПОЕТ  
УЧЕНЬЕ СВЕТ ДЕЛУ - ВРЕМЯ  
ВСЕ ПО КОЛЕНУ ВОДА В РЕШЕТЕ  
РАБОТА НЕ ВОЛК СЛОВО - СЕРЕБРО  
СЧАСТЬЕ В ТРУДЕ ВСЕМ НЕ УГОДИШЬ

Слайды каждого задания показываются в порядке возрастания количества букв. На занятии можно использовать как одно задание из этой серии, так 2 и 3. Содержание занятий может меняться в зависимости от возрастных и клинико-психологических особенностей.

Упражнения по формированию объема внимания на цифровом материале.

**Оборудование:** Секундомеры, указки, 4 таблицы с числами. Количество чисел изменяется по мере увеличения объема внимания от занятия к занятию. Изначально таблицы включают числа от 1 до 9, затем их количество доводится до 25. Числа разбросаны в случайном порядке.

Таблицы

174325958693

952 1864 16258  
368794372471

**Инструкция:** Сейчас я буду показывать тебе таблицы с числами. Как только я покажу первую таблицу, нужно как можно быстрее найти в ней числа в порядке возрастания, начиная с единицы. Ты должен показывать их указкой и называть вслух.

Психолог фиксирует время и количество допущенных ошибок.

### **Игра «Пуговица»**

Играют два человека. Перед ребенком располагаются два одинаковых набора пуговиц, ни одна пуговица в наборе не повторяется. У каждого игрока есть игровое поле — квадрат, разделенный на клетки. Начиная с первого игрока, каждый выставляет на своем поле 3 пуговицы, второй игрок должен посмотреть и запомнить, где какая пуговица лежит. После этого первый игрок закрывает листом бумаги свое игровое поле, а второй должен расположить пуговицы на своем листе бумаги. Чем больше в игре используется клеток и пуговиц, тем сложнее становится игра. Эту игру можно использовать в работе по коррекции памяти, пространственного восприятия, мышления.

В практической психологии предлагается достаточно большое количество психотехник для развития объема внимания. (См: К. К. Платонов «Занимательная психология», 1964; Н. Н. Цзен и Ю. М. Пахомов «Психотехнические игры», 1988; Е. И. Рогов «Настольная книга практического психолога в образовании», 1996 и др.)

Недостаточная концентрация внимания проявляется в его неустойчивости, когда ребенок не может длительно сосредоточиться на задании и отвлекается на побочные раздражители. Недоразвитие концентрации внимания может наблюдаться при всех формах ЗПР, но чаще встречается у детей с ЗПР церебрально-органического генеза.

Как правило, занятия на концентрацию внимания проводятся индивидуально или в небольшой группе детей. Необходимо проводить занятия в игровой форме.

**Оборудование:** секундомеры, специальные бланки: перепутанные линии, корректурные бланки (цифровые и буквенные), вырезки из текстов. Для проведения занятий можно использовать любые печатные тексты (старые ненужные книги, газеты и др.), карандаши и ручки. Для детей 6-11 лет желательно использовать тексты с крупным шрифтом.

Рассмотрим некоторые задания:

#### **Корректурные задания**

Ребенку предлагают находить и вычеркивать определенные буквы в печатном тексте. Перед началом выполнения заданий психолог дает соответствующую установку. Например: «Вот тебе шифровка, ты разведчик и должен как можно быстрее вычеркнуть отдельные буквы. От результата твоей работы зависит очень многое. После быстрого выполнения задания ты должен передать этот бланк своему товарищу, и он должен быстро найти допущенные ошибки».

Такая установка оптимизирует процесс работы ребенка, дает ему возможность развивать состояние внутреннего сосредоточения. Выполнение корректурных заданий способствует развитию концентрации внимания и самоконтроля при выполнении детьми с ЗПР письменных работ.

Корректурные упражнения с детьми с ЗПР должны проводиться ежедневно по 5 мин (минимум 5 раз в неделю) в течение 2-4 месяцев. Ребенку обязательно предлагаются домашние задания.

**Инструкция.** В течение 5 минут нужно найти и зачеркнуть все встретившиеся буквы «А» (можно указать любую букву).

По мере овладения заданием правила усложняются:

- ✓ меняются отыскиваемые буквы;
- ✓ по-разному зачеркиваются и др.;
- ✓ одновременно отыскиваются две буквы, одна зачеркивается, вторая

- подчеркивается;
- ✓ на одной строке буквы обводятся кружочком, на второй отмечаются галочкой и т. п.

Все вносимые изменения должны четко отражаться в инструкции, даваемой в начале занятия.

Опыт нашей работы показал, что уже после нескольких недель занятий у ребенка с ЗПР наблюдается сокращение количества ошибок в письменных заданиях.

Упражнения на концентрацию внимания целесообразно проводить в соревновательной форме. Например, группе из 3-5 человек психолог предлагает внимательно рассмотреть предметы, которые он последовательно предъявляет в течение 1-2 минут (ручка, карандаш, футляр, камешки, небольшая кукла, машинка и пр.). Затем эти предметы закрывают, и психолог предлагает детям подробно описать каждый предмет, его величину, форму, цвет и другие признаки. Дети описывают выделенные признаки на листе бумаги, затем психолог оценивает количество выделенных признаков каждым ребенком. Выигрывает тот, кто описал самое большое число признаков предметов.

Для развития концентрации внимания у детей можно использовать игру «Зеркало», в которой детям предлагается вслед за ведущим повторить его движения (как отдельные движения, так и их последовательность).

В процессе психологической коррекции необходимо использовать упражнения на концентрацию внимания не только в зрительной, но и в слуховой, осязательной и двигательной модальностях. Для коррекции концентрации внимания в слуховой модальности целесообразно использовать арифметические диктанты. Занятия проводятся с небольшой группой детей.

#### Инструкция:

«Сейчас я буду читать арифметические задачи. Вы должны решать их в уме. Получаемые вами числа также надо держать в уме. Результаты вычислений запишите только тогда, когда я вам скажу: „Пишите!“».

Содержание задач зависит от возраста и подготовленности детей. Например, задачи для детей первого класса:

«Даны два числа: 6 и 3. Сложите первое число и второе... и от полученного числа отнимите 2... Затем отнимите еще 4... Пишите!». (Ответ: 3).

Для детей более старшего возраста задачи усложняются:

Например: «Даны два числа: 56 и 92... вторую цифру первого числа разделите на вторую цифру второго числа... Полученное число умножьте на первую цифру второго числа... Пишите!». (Ответ: 27).

Рекомендуется детям самим придумывать задачи и в процессе игры задавать их друг другу.

Опыт нашей работы показал высокую эффективность таких упражнений для детей с ЗПР. Однако у детей с ЗПР церебрально-органического генеза выполнение этих упражнений вызывает значительные затруднения. В связи с этим необходимо соблюдение принципа от простого к сложному. На первых этапах психолог предлагает ребенку наиболее доступные для него задачи, правильное выполнение которых обязательно должно поощряться.

Аналогичные диктанты можно проводить на слоговом и буквенном материале. Например: ребенку предлагается слово «дерево». К пятой букве этого слова необходимо добавить шестую букву, а к ней затем добавить третью букву. Какое слово будет?

Распределение внимания — это способность ребенка выполнять работы одновременно. Для его формирования можно использовать следующие упражнения.

#### Задание 1

Например, ребенку предлагается чтение небольшого предложения. Чтение сопровождается негромким постукиванием карандашом по столу. Ребенок должен запомнить текст и сосчитать количество ударов.

#### Задание 2

Ребенку предлагают вычеркнуть в тексте 1 или 2 буквы и в это же время ставят детскую пластинку с какой-либо сказкой. Потом проверяют, сколько букв ребенок пропустил при зачеркивании и просят рассказать, что он услышал и понял из сказки.

#### Задание 3

Распределение чисел в определенном порядке.

В левой таблице расположены 25 чисел от 1 до 40. Нужно переписать их в порядке возрастания в пустую таблицу справа, начиная ее заполнение с верхнего левого квадрата.

#### Задание 4

В психологической практике широко используется упражнение «Найди слова»

Оборудование: Карточки с написанными словами, в каждом которых нужно отыскать другое, спрятавшееся в нем, слово.

Методика Мюнстерберга (и ее модификации). В бессмысленный набор букв вставляются слова (чаще — существительные, могут быть глаголы, прилагательные, наречия). Требуется отыскать их как можно быстрее и без ошибок. На выполнение всего задания отводится 5 мин. Показателем успешности может служить число правильно найденных слов и скорость выполнения задания.

Пример задания:

ЯФОУФСНКОТПХЪАБПРИГЪМЩЮСАЭЕЫМЯЧЛОБИРЪ  
ГНЖРЛРАКГДЗПМЫШОАКМНПРСГУРФРШУБАТВВГДИЖСЯ  
ИУМАМАЦПЧУЪБЕИОПАЛКАФСПУЧОСМЕТЛА  
ОУЖЪГЪЕЛАВТОБУСИОХПСДЯЗВЖ

**Переключение внимания** — это способность ребенка к более или менее легкому переходу от одного вида деятельности к другому. У детей с задержкой психического развития наблюдаются трудности переключения внимания. Для коррекции переключения внимания широко используются упражнения, имеющие в своей основе тест «Красно-черные таблицы», предложенный К. К. Платоновым.

#### Задание 1

Для занятий мы использовали таблицы с черными и красными числами в различных положениях. Занятие включает три этапа:

- 1 этап — рассмотреть таблицу и найти по порядку все числа черного цвета от 1 до 12;
- 2 этап — рассмотреть таблицу и найти все числа красного цвета в обратном порядке;
- 3 этап — необходимо поочередно искать числа черного цвета в прямом порядке, а красного — в обратном.

После того как ребенок достигнет удовлетворительных результатов, количество чисел можно увеличить до 16, затем до 24, затем до 40 и пр. Задания можно модифицировать, заменив числа буквами русского или латинского алфавита.

#### Задание 2 «Каждой руке — свое дело»

Детей просят левой рукой медленно перелистывать в течение 1 мин. книгу с иллюстрациями (запоминая их), а правой чертить геометрические фигуры или решать несложные примеры.

#### Задание 3

Коррекционные задания с чередованием правил вычеркивания букв.

Например, первые пять минут ребенок вычеркивает букву С, следующие пять минут — 3, затем поочередно вычеркивает букву С вертикальной линией, а 3 горизонтальной, еще через пять минут — наоборот.

#### Задание 4 «Заметь все»

Раскладывают в ряд 7-10 предметов (можно выставлять картинки с изображениями предметов на наборном полотне), которые затем закрываются. Приоткрыв предметы на 10 с, снова закрыть их и предложить детям перечислить все предметы (или картинки), которые они запомнили. Приоткрыв снова эти же предметы секунд на 8-10, спросить у детей, в

какой последовательности они лежали. Поменяв местами два любых предмета, снова показать все на 10 с. Предложить детям определить, какие предметы переложены. Не глядя больше на предметы, сказать, какого цвета каждый из них. Можно придумать и другие варианты этой игры (убирать предметы и просить детей называть исчезнувший; располагать предметы не в ряд, а например, один на другом с тем, чтобы дети перечислили их по порядку снизу вверх, а затем сверху вниз и т. п.).

#### Задание 5 «Ищи безостановочно»

В течение 10-15 с. увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета (или одного размера, формы, материала и т. п.). По сигналу учителя один ребенок начинает перечисление, другие его дополняют.

## 2.2 ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ПАМЯТИ У ДЕТЕЙ С ЗПР

Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — СПб.: Речь, 2003

Как отмечалось выше, отклонения в развитии памяти являются характерным признаком для всех форм задержки психического развития. Специфика и степень тяжести мнемических нарушений в значительной степени зависит от формы ЗПР.

У детей с психофизическим инфантилизмом наблюдается:

- уменьшение объема и скорости запоминания;
- неумение рационально организовать и контролировать свою работу;
- преобладание зрительной памяти над слуховой.

У детей с ЗПР соматогенного происхождения отмечается:

- недоразвитие кратковременной памяти, что проявляется в снижении скорости запоминания, в медленном нарастании продуктивности запоминания;
- снижение объема памяти.

У детей с ЗПР церебрально-органического генеза наблюдаются разнообразные нарушения памяти:

- повышенная тормозимость следов под воздействием помех и внутренней интерференции;
  - неумение рационально организовывать запоминаемый материал и контролировать его;
  - уменьшение скорости запоминания;
  - излишняя тормозимость следов за счет побочных факторов.
- недоразвитие памяти по модально-специфическому типу (недоразвитие зрительной или слуховой памяти);
- недоразвитие зрительно-пространственной памяти.

У детей с психогенной формой ЗПР выраженных нарушений памяти не наблюдается. Память у них отличается высокой избирательностью, и продуктивность запоминания в значительной степени зависит от мотивации. Однако для всех форм ЗПР есть одна общая особенность — это неумение детей с ЗПР рационально организовывать и контролировать процесс запоминания, а также применять различные мнемотехнические приемы. Главной задачей психокоррекционной работы с детьми с ЗПР является формирование у них специальных приемов запоминания, т. е. развитие логической памяти.

Традиционно различают кратковременную и долговременную память, а также виды памяти в зависимости от характера запоминаемого материала: моторную, зрительную, слуховую, логическую. Однако выделить эти виды памяти в чистом виде довольно сложно и возможно только в экспериментальных условиях. В учебной деятельности эти формы памяти выступают в единстве или в определенных сочетаниях, например: а) зрительная память необходима для

выполнения работы по образцу: списывание с доски, работа с прописями, с последующим продолжением по памяти; б) слуховая память — для работы по словесной инструкции с указанием порядка выполнения задания: написание под диктовку элементов букв, рисование под диктовку геометрических узоров по клеточкам и т. п. в) логическая память — для запоминания последовательности слов, которые могут быть объединены в смысловые группировки, последовательности действий в сюжетных рассказах и т. д.

Психокоррекционные занятия по развитию памяти у детей с ЗПР можно проводить как в групповой, так и в индивидуальных формах. В настоящее время в практике разработано достаточно большое количество мнемотехнических приемов, направленных на стимуляцию и оптимизацию процессов памяти. Рассмотрим некоторые из них, которые были апробированы нами в процессе работы с детьми с различными формами ЗПР.

Задание 1. Развитие способности детей к воссозданию мысленных образов.

Занятие проводится индивидуально, в два этапа.

На первом этапе ребенку необходимо использовать графическое изображение понятия.

Инструкция: «Попробуйте к каждому из названных слов сделать какой-либо рисунок».

Примерный перечень слов:

Серия 1 - грузовик, гнев, веселая игра, дерево, наказание, умная кошка, мальчик — трус, капризный ребенок, хорошая погода, интересная сказка.

На втором этапе ребенку предъявляются слова или фразы, которые он должен запомнить без рисунков.

Серия 2 - веселый праздник, темный лес, отчаяние, смелость, глухая старуха, радость, болезнь, быстрый человек, печаль, теплый вечер.

Задание 2. «Мысленные образы и эмоции».

Занятие проводится в небольшой группе детей.

Инструкция: «Я вам буду говорить фразы, а вы после каждой фразы закрывайте глаза и представляйте себе соответствующую картинку».

Фразы:

Лев, нападающий на антилопу.

Собака, виляющая хвостом

Муха в вашем супе

Овсяное печенье в коробке в форме ромба

Молния в темноте

Пятно на вашей любимой рубашке или юбке

Капли, сверкающие на солнце

Крик ужаса в ночи

Друг, воруящий вашу любимую игрушку.

После прочтения фраз ребенку предлагается взять листок бумаги, вспомнить и написать названные фразы. На последующих занятиях можно предъявлять фразы в зрительной модальности (на специальных карточках).

Для развития зрительно-моторной и зрительной памяти можно использовать следующие упражнения:

Задание 3. Поэтапная работа ребенка с образцами:

- сначала ребенок работает с постоянной зрительной опорой на образец,

- затем время рассматривания образца сокращается до 15-20 с.

(в зависимости от сложности предлагаемой работы), но так, чтобы ребенок успел рассмотреть и запечатлеть образец.

Эти упражнения целесообразно проводить в процессе таких продуктивных видов деятельности как конструирование, рисование, лепка, аппликация. Похожие упражнения легко придумать самим, варьируя условия, материал и сюжеты игр на развитие зрительно-моторной и зрительной памяти,

*Для развития слуховой памяти* целесообразно использовать упражнения с применением вместо наглядного образца словесное описание или инструкции предлагаемой деятельности. Например, попросить ребенка выполнить конструктивное задание без обращения к образцу, а по памяти; воспроизвести какой-либо рисунок по словесному описанию и т. д.

*Развитие логических приемов запоминания.*

В качестве мыслительных приемов запоминания могут быть использованы: смысловое соотнесение, классификация, выделение смысловых опор и составление плана и др.

Специальные исследования психологов показывают, что обучение мнемическому приему, в основе которого лежит умственное действие, должно включать два этапа:

а) формирование самого умственного действия;

б) использование его как мнемического приема, средства запоминания. Например, прежде чем использовать прием классификации для запоминания материала, необходимо овладеть классификацией как самостоятельным умственным действием.

Для развития логической памяти рекомендуется использовать следующие задания и упражнения.

Задание 4. Развитие памяти на основе мнемического приема «группировка».

Цель: 1. Познакомить детей с приемами «группировка».

2. Показать преимущество запоминания с использованием этого приема.

Занятия проводятся в группе. Психолог читает ряд букв, просит детей запомнить их и записать.

В Л О Ш Э Р И К

После этого психолог рассказывает о мнемическом приеме «группировка», т. е. объединение букв в группы, удобные для чтения (ВЛОШ - ЭРИК).

Задание 5.

Детям рекомендуется запомнить ряд гласных букв: А У И О Е Е.

Затем детям рассказывается о мнемическом приеме: разделить буквы на две или три группы и пропеть «песенку», делая остановки в конце каждой группы (АУИ-ОЕЕ).

Задание 6.

Детям предлагается запомнить ряд согласных букв: Ж Н Л П В Т. Чтобы лучше их запомнить, психолог предлагает мысленно добавить к каждой букве гласную, например У, затем предлагает разбить на удобные группы и прочитать (ЖУНУ-ЛУ-ПУВУТУ). Ответ записать, отбрасывая гласные.

Для развития памяти на основе мнемического приема «группировка» можно также использовать цифры, рисунки.

Задание 7.

Цель: обучение детей мнемическому приему группировки по смыслу.

Занятие проводится в группе. Детям предлагаются слова: зима, ель, птица, лес, гнездо, река, снег, рыба. Психолог рассказывает о том, что для лучшего запоминания эти слова надо объединить в пары по смыслу. Дети коллективно обсуждают и подбирают смысловые пары. Например, снег — зима; ель — лес и пр.

После этого предлагаются другие варианты для запоминания: нога, лицо, обувь, море, часы, лодка, стрелки, нос, дом.

Для закрепления усвоенного приема психолог предлагает ребенку разнообразные слова и картинки для запоминания.

Задание 8. Развитие памяти на основе мнемического приема «группировка по ассоциации».

1 этап: Из набора слов детям предлагается выбрать и запомнить только те пары, которые объединены по смыслу. Психолог зачитывает эти пары слов: лес — гриб; зима — снег; кот — ведро; река — рыба; облако — лев; ворона — краска; гнездо — птица.

2 этап: Детям предлагается выписать оставшиеся пары слов и подумать, как эти слова можно связать друг с другом. Дети обсуждают между собой и составляют ассоциативные ряды.

3 этап: Ребенку зачитываются пары слов, которые необходимо запомнить: диван — тигр, девочка — брат, небо — земля, глаз — муха, озеро — верблюд, ковер — цветок, цыпленок — стол.

Затем психолог зачитывает первое слово, а дети дополняют второе слово. После окончания задания дети обсуждают свои результаты.

Задание 9. Развитие памяти на основе мнемического приема «классификация».

Психолог читает ребенку набор слов (10-15), которые можно разбить на группы по различным признакам (посуда, одежда, животные и т. д.), а затем просит назвать слова, которые он запомнил. Характер воспроизведения будет свидетельствовать о том, насколько сформированы у ребенка механизмы обобщения, являющиеся базой для развития логической памяти. Если ребенок не сумел выделить смысловые группировки в называемых словах, а старается запомнить механически, то рекомендуется ему объяснить и показать, что для запоминания целесообразно объединять слова в группы по смыслу.

Аналогичный способ запоминания можно предложить детям при запоминании различных предметов, цветов, последовательности событий.

## **Методика «смысловые единицы» (К. П. Мальцева, 1958).**

Цель занятия — обучение ребенка выделению главного звена в тексте.

Техника. Чтобы вычленил главное, ребенок должен последовательно отвечать на два вопроса: «О ком (или о чем) говорится в этой части?» и «Что говорится (сообщается) об этом?». Ответ на первый вопрос позволяет выделить главное в той части, к которой он относится, а второй вопрос подтверждает правильность этого выделения.

### Описание методики:

Обучающая методика имеет две части: первая часть — выделение смысловых опор, вторая часть методики — составление и использование плана как смысловой опоры мнемической деятельности школьника.

#### Часть I. Обучение созданию мнемических опор

Инструкция: «Сейчас мы с тобой будем учиться запоминать текст. Сначала нужно прочитать рассказ, а потом выделить главные мысли этого рассказа. Для этого нужно несколько раз задать два вопроса к тексту: о ком (или о чем) говорится в начале текста, и что об этом говорится. После того как ответишь на эти вопросы, их снова надо задать: о ком (или о чем) говорится дальше, и что об этом говорится. И так будем работать до конца текста. Все ли тебе ясно?»

Для чтения и последующей работы дается, например, рассказ «Заячьи лапы».

«Летом дед пошел на охоту в лес. Ему попался зайчонок с рваным левым ухом. Дед выстрелил в него из ружья, но промахнулся. Заяц удрал. Дед пошел дальше. Но вдруг испугался: с одной стороны сильно тянуло дымом. Поднялся ветер. Дым густел. Дед понял, что начался лесной пожар, и огонь быстро идет прямо на него. По словам деда, и поезд не мог бы уйти от такого огня. Дед побежал по кочкам, дым выедал ему глаза. Огонь почти хватал его за плечи.

Вдруг из-под ног деда выскочил заяц. Он бежал медленно и волочил задние лапы. Потом только дед заметил, что они у зайца обгорели. Дед обрадовался зайцу, как родному. Дед знал, что звери лучше человека чувствуют, откуда идет огонь, и всегда спасаются. Они гибнут тогда, когда огонь их окружает.

Дед побежал за зайцем. Он бежал, плакал от страха и кричал: «Погоди, милый, не беги так быстро!» Заяц вывел деда из огня. Заяц и дед выбежали из леса к озеру. Оба упали от усталости. Дед подобрал зайца и принес домой. У зайца обгорели задние ноги и живот. Заяц страдал. Дед вылечил его и оставил у себя.

Это был тот самый зайчонок с рваным левым ухом, в которого стрелял дед на охоте».

После чтения рассказа задаются вопросы.

Общие правила выделения мнемических опор:

1. Текст предварительно не разбивается на части.
2. Главные мысли выделяются по ходу чтения материала.
3. Части формируются сами собой вокруг главных мыслей.
4. Главные мысли текста должны иметь единую смысловую связь — «ручеек».
5. Правильно выделенные основные мысли должны составить короткий рассказ.
6. Если какое-то записанное предложение не соответствует остальным, значит, выделена не главная мысль и нужно вернуться к этому месту в тексте.
7. Мнемические опорные пункты (главные мысли) должны представлять собой развернутые, самостоятельно составленные или взятые из текста предложения.

Через 3-4 занятия оба вопроса: «О ком (или о чем) говорится?» и «Что про это говорится?» сливаются в один, и пропадает необходимость задавать их вслух.

Обучающая методика по созданию мнемических опор занимает 5-7 занятий с частотой 2-3 занятия в неделю по 20-30 мин. Запомнить и пересказать короткий рассказ не составит труда для любого ребенка с нормальным интеллектом. Но мнемическую деятельность можно сделать более эффективной, используя вторую часть методики.

## Часть II. Составление плана.

Эта часть методики направлена на обучение составлению плана как смысловой опоры запоминания. Выделенные главные мысли представляют собой не просто коротенький рассказ об основном, но могут являться планом текста.

а) в пунктах плана должны быть выражены главные мысли, чтобы было понятно, о ком (или о чем) и что говорится в каждой части рассказа;

б) пункты плана должны быть связаны между собой по смыслу;

в) пункты плана должны быть четко выражены. Последнее требование означает, что пункты плана должны быть сформулированы в виде предложения, в котором есть подлежащее, сказуемое и другие члены предложения. Такое развернутое предложение действительно выражает главную мысль. Кроме того, план — это только инструмент, и каждый может выбрать такой инструмент, который ему больше нравится и позволяет достигнуть цели — запомнить.

После того как план составлен, нужно прочитать текст и отметить, что же говорится по первому пункту, по второму и т. д. Затем закрыть учебник и попробовать пересказать вслух все, что запомнил, подглядывая в план (но не в учебник). Затем прочитать еще раз текст, отмечая, что забылось при пересказе, а что помнится, и еще раз пересказать вслух.

Опыт нашей работы показывает высокую эффективность коррекционных занятий по формированию мнемических операций для детей с задержкой психического развития. В процессе занятий необходимо учитывать не только уровневые и специфические характеристики памяти ребенка, а также уровень сформированности его мыслительных операций. Занятия следует проводить поэтапно. Обязательным условием эффективности занятий является формирование позитивной установки у ребенка, развитие мотивационной основы его деятельности. Это успешно достигается в процессе игровой ситуации, группового взаимодействия детей.

### 2.3 ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР:

Пособие для психологов и педагогов. – М.: ВЛАДОС, 2003

**Основной коррекционной программы работы с детьми с ЗПР являются следующие положения:**

1) принцип несовпадения у детей с трудностями в обучении сензитивных периодов развития психических функций по их отношению к возрасту ребенка;

2) принцип компенсации недостаточно развитых качеств, способностей и функций.

В работах Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, А.В. Запорожец и др. показана важность учета сензитивных периодов в психическом развитии ребенка, т. е. тех периодов, когда данная функция особенно чувствительна к внешним воздействиям и особенно быстро развивается под их влиянием.

При неблагоприятных условиях формирования ребенка внутренние и внешние влияния могут стать факторами «риска», приводящими к дисгармоничному развитию функциональных систем и связей между ними, причем созревание разных структур может задерживаться в разной мере, что зависит от степени поражения той или иной функции.

В ряде исследований (М.Е. Кабанов, Д.Н. Крылов) установлено, что наибольшее влияние биологических факторов на церебральные функции отмечается в возрасте 7—9 и 13—18 лет, а наименьшее приходится на возрастные периоды 10—12 и 19—20 лет. Следовательно, именно первые периоды являются наиболее сензитивными по отношению к экзогенным влияниям. Поэтому в младшем подростковом возрасте социальное воздействие в

виде специально организованной коррекции не только возможно, но и является эффективным. При создании системы коррекционной работы с детьми с ЗПР необходимо учитывать группы нарушений познавательной сферы. Целесообразно использовать следующие методы.

Метод коррекции аналитико-синтетической деятельности.

1) Представление и описание ситуации с измененными привычными характеристиками временных связей (следование, предшествование, совпадение), например ситуации молнии без грома;

2) представление и описание ситуации с заменой привычного временного порядка на прямо противоположный (например, аист прилетел на землю и появился на свет);

3) резкое сокращение интервалов времени между некоторыми событиями, например цветок-однодневка (вся жизнь цветка равна одному дню);

4) перемещение вдоль временной оси существования некоторого предмета или его свойств, например телевизор в прошлом, настоящем, будущем;

5) совмещение в одном объеме тех предметов, которые пространственно разведены, и описание предмета с новыми свойствами, например травинки и авторучки;

6) разведение обычно связанных в пространстве объектов: например, надо представить рыбу без воды;

7) изменение привычной логики воздействий, например: не дым ядовит для человека, а человек ядовит для дыма;

8) многократное усиление свойства объекта, например: свойство автобуса — перевозить людей, перевозить очень много людей.

Метод коррекции концентрации внимания.

Он включает в себя специально подобранные упражнения, составленные по мере увеличения количественных заданий и их сложности.

Основным условием эффективности будет регулярность проведения упражнений и их положительная эмоциональная окраска для ребенка.

Например, при игре в «разведчика» сначала ребенку предлагаются 5—9 различных предметов или изображений предметов при одномоментном запечатлении. Их надо перечислить. Потом увеличивается количество предметов до 9—12, затем к демонстрируемым предметам добавляются предметы, которых не было, и ребенок должен исключить лишние. Задание можно усложнять, меняя пространственное размещение предметов (ребенок должен определить и указать месторасположение предметов).

Метод коррекции восприятия.

Возможные виды психокоррекционных заданий:

1) графически воспроизвести по инструкции взрослого значение некоторых слов;

2) нарисовать на отдельном листе деталь предмета, например одну лапу или один нос;

3) нарисовать фантастических персонажей, например жар-птицу в волшебном саду;

1) нарисовать точки в разных комбинациях;

4) нарисовать для ребенка точками контур рисунка и попросить его обвести;

5) «дорожка» — взрослый рисует сложную линию дороги, ребенок рядом воспроизводит такую же;

6) нарисовать прямые линии без отрыва карандаша;

7) слепить различные формы из пластилина.

Перед началом выполнения заданий следует обсудить с ребенком предстоящие действия, спланировать его движения.

Метод игнорирования применим в тех случаях, когда ребенку уделяли чрезмерное внимание и когда имеются ипохондрические признаки. В подобных случаях заранее говорят ребенку, что не признают у него никаких особенностей и что все они — результат его

воображения и притворства. Лучше и вернее, не говоря об этом воспитаннику, не обращать внимания на его заявления о том, что он не такой, как другие дети.

Метод «заставания врасплох», или метод «ошеломления», состоит в том, что на ребенка воздействуют путем энергичных требований и запретов, например: «Подними руку. Ходи. Стой. Не говори шепотом, говори громко» и т. п. Вследствие этого у ребенка остается меньше времени, чтобы заострять внимание на своем состоянии, и он приучается адекватно реагировать на просьбы и указания.

Метод речевого опосредования деятельности. Данный метод может осуществляться в двух направлениях. Первое направление — от обязательного проговаривания ребенком того, что он должен сделать и как это выполнить, к самостоятельному вычленению и речевому оформлению правил, относящихся к способам деятельности; далее — от принятия и проговаривания общей цели к собственному планированию и речевому оформлению средств ее достижения, и уже на этой основе — к собственному целеполаганию и планированию при соответствующем речевом оформлении. Второе направление -- постепенное продвижение детей от развернутого речевого опосредования предстоящей деятельности к развернутому проговариванию действий шепотом и, наконец, к свернутому планированию про себя.

Коррекционное воздействие на детей должно строиться с учетом психологических особенностей детей с ЗПР определенной возрастной группы. При работе необходимо учитывать следующие особенности детей с ЗПР:

- 1) нестойкость и незрелость эмоциональной сферы;
- 1) истощаемость и, как следствие, низкую работоспособность;
- 2) изменения в темпе формирования высших психических функций (опосредованное и произвольное запоминание, обобщающие функции образного мышления и логического мышления).

На этом основании в работу необходимо включить коррекционную программу для детей с ЗПР младшего подросткового возраста.

Программа рассчитана на 7 дней. Цель программы — активизация мыслительной деятельности детей. Продолжительность занятий от 35 до 40 минут. Занятия могут проводиться как индивидуально, так и в группе. Началу коррекционных занятий предшествует проведение психодиагностического исследования мыслительных и мнемических особенностей.

### **Занятие 1.**

*Цель:*

- снятие эмоционального напряжения;
- определение развития способности сравнения;
- развитие сосредоточенности и концентрации внимания.

Порядок проведения:

1. Мотивация участников к проведению занятия.

1. Японская пальчиковая гимнастика (5 мин). Инструкция: «Две руки ладонями внутрь расположить на уровне груди. Начиная с левого мизинца, внимательно рассмотреть каждый палец, затем, также начиная с мизинца, сгибать поочередно каждый палец сначала на левой руке, затем на правой. Согнуть все пальцы, подержать кулачки, затем пальцы выпрямить».

3. Сравнение понятий — выделение существенных признаков при характеристике понятий (15 мин):

утро — вечер	ворона — воробей
корова — лошадь	волк — луна
летчик — танкист	молоко — вода
лыжи — коньки	ветер — соль

трамвай — автобус	золото — серебро
озеро — река	сани — телега
река — птица	очки — деньги
дождь — снег	воробей — курица
поезд — самолет	кошка — яблоко
ось — оса	вечер — утро
обман — ошибка	дуб — береза
стакан — петух	голод — жажда
маленькая девочка — большая кукла	сказка — песня
ботинок — карандаш	корзина — сова
яблоко — вишня	картина — портрет

#### 4. Количественные отношения (20 мин).

Детям предлагают ряд однотипных логических задач. Исходными суждениями в этих задачах являются хорошо усвоенные отношения предметов по количественной величине. Нужно сделать умозаключение и определить отношение (больше — меньше) двух величин, внесенных в знаменатель. Например,

$A > B$  в 2 раза,

$B < B$  в 4 раза; определить, что больше:  $A$  или  $B$ ?

(Это видно из того, что если  $A = 9$ , то  $B = 1$ , если  $B = 1$ , то  $B = 4$ , следовательно,  $A = 9 > B=4$ ).

$$\begin{array}{l} 1. \quad A > B \text{ в } 9 \text{ раз} \\ \quad \quad \frac{B < B \text{ в } 4 \text{ раза}}{B \quad A} \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 2. \quad A < B \text{ в } 3 \text{ раза} \\ \quad \quad \frac{B > B \text{ в } 4 \text{ раза}}{B \quad A} \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 3. \quad A < B \text{ в } 10 \text{ раз} \\ \quad \quad \frac{B > B \text{ в } 6 \text{ раз}}{A \quad B} \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 4. \quad A < B \text{ в } 3 \text{ раза} \\ \quad \quad \frac{B > B \text{ в } 5 \text{ раз}}{A \quad B} \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 5. \quad A < B \text{ в } 3 \text{ раза} \\ \quad \quad \frac{B > B \text{ в } 7 \text{ раз}}{A \quad B} \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 6. \quad A > B \text{ в } 9 \text{ раз} \\ \quad \quad \frac{B < B \text{ в } 12 \text{ раз}}{A \quad B} \end{array}$$

*Пример задачи.*

Даны три сосуда: 37, 21, 3 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?

## Занятие 2.

*Цель:*

- снятие эмоционального напряжения;
- развитие логичности мышления;
- развитие пространственного и конструктивного мышления;
- концентрация внимания, сообразительность.

*Порядок проведения.*

### 1. «Заряд бодрости» (5 мин).

Инструкция: «Закройте глаза, ни о чем не думайте, чуть-чуть опустите голову. Одну минуту вы отдыхаете. Теперь с закрытыми глазами вы представляете, что ваша голова становится легкой, свободной, что вы способны легко усваивать новое. Вы открываете глаза и с новыми силами принимаетесь за работу».

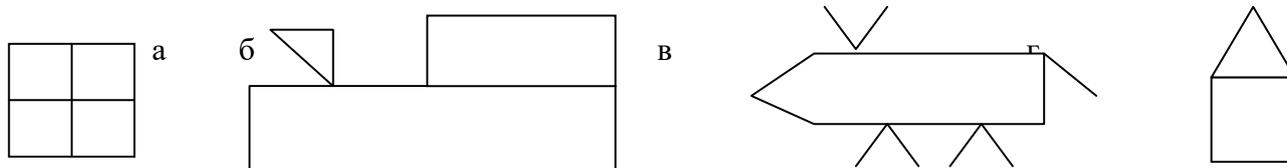
2. Задачи, решение которых состоит в перекладывании палочек, чтобы получить изменение фигуры (20 мин) (проверка развития образного мышления):

а) в фигуре, состоящей из 4 квадратов, переложить три палочки так, чтобы получилось 3 таких же квадрата

б) переложить 6 палочек так, чтобы из корабля получился танк

в) переложить 2 палочки так, чтобы фигура, похожая на корову, «смотрела» в другую сторону

г) составить домик из 6 палочек, а затем переложить две палочки так, чтобы получился флажок.



3. «Подбери слово по смыслу» (10 мин). Проводится в группе.

Кровать — лежать, стул — (сидеть).

Воробей — птица, окунь — ...

Малина — ягода, девять — ...

Овца — стадо, буква - ...

Волк — пасть, птица — ...

Паровоз — вагоны, лошадь — ...

Птица — гнездо, человек - ...

Лошадь — жеребенок, корова — ...

Пробка — плавать, камень — ...

Нога — костыль, глаза — ...

4. «Шестерка» (5 мин).

Все участники группы встают в круг. Каждый человек (начиная с ведущего) по очереди называет числа: 1, 2, 3... Запрещается называть числа, содержащие цифры 6 и 9.

Если игроку достались эти цифры, он должен молча подпрыгнуть и хлопнуть в ладоши. Тот, кто ошибся, выбывает из игры. Играть можно до трех оставшихся, наиболее внимательных игроков.

### Занятие 3.

*Цель:*

- снятие эмоционального и физического напряжения;
- выявление характера логических связей и отношений между понятиями.

1. «Насос и мячи» (5 мин) — преодоление скованности и напряженности участников группы, тренировка мышечного расслабления.

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением насоса «мячи» начинают надуваться. Дети распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и встают в полный рост. Через несколько секунд ведущий выдергивает затычку из мяча, игроки с шипением (ш-ш-ш!) расслабляются и постепенно опускаются на корточки. (Можно повторить 2—3 раза.)

2. «Домино» (15 мин).

На рисунке изображены картинки домино. Расположение костяшек на рисунке, а также количество точек на домино подчинено определенному правилу. В каждом задании имеется пустая костяшка, количество точек на ней не обозначено. Необходимо проставить количество точек в половинах пустой фишки.

3. Формирование умений устанавливать связи между понятиями.

Задача состоит в том, чтобы последовательно выявлять существенные признаки для установления аналогий. Выполняется индивидуально. Детям перечисляют слова, имеющие отношение к определенному предмету. Из общего списка слов надо выбрать два таких, без которых данный предмет не существует (рука — кольцо, палец, ладонь — украшение, перчатка).

#### 4. «Веселые кружочки» (10 мин).

Под музыку необходимо дорисовать в определенной последовательности нарисованные на листке бумаги кружочки.

#### Занятие 4.

*Цель:* - снятие эмоционального напряжения;

- развитие творческого мышления;

- формирование способностей оперировать смыслом; - исследование уровня мышления после проведения коррекционных мероприятий.

1. «Графическая музыка». Под музыку в течение 3—4 минут на листе бумаги дети рисуют произвольные линии простым карандашом. Музыка заканчивается. Дети пытаются найти в нарисованных линиях осмысленные изображения, которые выделяют, заштриховывая.

2. Формирование способностей оперирования смыслом (10 мин).

Инструкция: «Сейчас я прочитаю вам пословицы, а вы попробуйте подобрать к каждой из них подходящую фразу, отражающую ее общий смысл».

1. Семь раз отмерь, один отрежь	а) если сам отрезал неправильно, то не следует винить ножницы; б) прежде чем сделать, надо хорошо подумать; в) продавец отмерил 7 метров ткани отрезал.
2. Лучше меньше, да лучше	а) одну хорошую книгу прочесть полезней, чем 7 плохих; б) один вкусный пирог стоит десяти невкусных.
3. Поспешишь — людей насмешишь.	а) клоун смешил людей; б) чтобы сделать работу лучше, надо прежде хорошо подумать; в) торопливость может привести к нелепым результатам.
4. Куй железо пока горячо	а) кузнец кует горячее железо; б) если есть благоприятные возможности для дела, надо сразу их использовать; в) кузнец, который работает не торопясь, часто успеваеt больше, чем тот, который торопится.
5. Нечего на зеркало пенять, коли рожа крива	а) не стоит кивать на обстоятельства, если дело в тебе самом; б) хорошее качество зеркала зависит не от рамы, а от самого стекла; в) зеркало висит криво.
6. Не красна изба углами, а красна пирогами	а) нельзя питаться одними пирогами, надо есть ржаной хлеб; б) о чем-либо доме судят не по красивой обстановке, а по гостеприимству и радушию хозяев; в) один вкусный пирог стоит десяти невкусных.
7. Сделал дело – гуляй смело.	а) если выполнил работу хорошо, можешь отдохнуть; б) мальчик вышел на прогулку.
8. Умелые руки – не знают скуки.	а) Петр Иванович никогда не скучает; б) мастер своего дела любит и умеет трудиться; он не может долго сидеть праздно.
9. Не в свои сани не садись.	а) если не знаешь дела, не берись за него; б) зимой ездят на санях, а летом — на телеге;

	в) ездят только в своих санях.
10. Не все то золото, что блестит.	а) медный браслет блестит, как золотой; б) не всегда внешний блеск сочетается с хорошим качеством; в) не всегда то, что кажется нам хорошим, действительно хорошо.

### **Занятие 5.**

*Цель:* развитие способностей сравнения и обобщения.

Задача состоит в умении определять сходства и различия предметов.

Порядок проведения. Детям показывают напечатанные на маленьких белых карточках слова (каждое отдельно) и громко произносят: «банан» и «персик». Ребенка спрашивали: «Чем похожи друг на друга банан и персик?» Затем к двум первым словам присоединилось слово «картофель». И снова психолог задавал вопрос: «Чем картофель отличается от банана и персика?» И затем: «Что общего между бананом, персиком и картофелем?» Следующим присоединилось слово «мясо». Детей спрашивали: «Чем мясо отличается от банана, персика и картофеля?» Затем: «В чем состоит сходство между бананом, персиком, картофелем и мясом?» Эту процедуру продолжают до тех пор, пока не получится ряд, состоящий из следующих слов: банан, персик, картофель, мясо, молоко, вода, воздух, бактерия. В конце ряда присоединяют «контрастный» объект, о котором спрашивают, чем он отличается от предшествующих объектов. Например, слово «камень», которое завершает список «банан — персик». Затем тем же способом предлагался детям второй ряд слов: колокольчик, рожок, телефон, радио, газета, книга, картина, обучение — и по контрасту с предшествующими словами -«смущение».

Дети находятся во власти внешней видимости вещей — их цвета или пространственной близости. Необходимо сформировать умение детей выделять функции предметов, т. е. их практическое назначение, и сопоставлять их между собой.

### **Занятие 6.**

*Цель:* активизация самостоятельной познавательной активности детей.

Игра называется «Поиск информации».

Порядок проведения. Использовались два варианта игры и вопросы. Согласно первому варианту, детям показывали набор из 42 картинок, изображающих знакомые предметы, и задачей ребенка было отгадать, какой из предметов загадал экспериментатор. Дети могли задавать вопросы, но только в такой форме, чтобы на них можно было ответить лишь «да» или «нет».

Во втором варианте игры задача ставилась в следующей форме: «Один человек ехал в машине по дороге, машина съехала с дороги и врезалась в дерево. Узнай, как это случилось». Или в другом случае: «Мальчик уходит из школы в середине занятий. Что произошло?» И в этом случае ребенку также нужно найти ответ, задавая вопросы, рассчитанные на ответ «да» или «нет».

В обоих вариантах ребенку можно усложнить задачу, попросив его задать минимальное количество вопросов (подобная тенденция редко выступает как «натуральная» и у взрослых, и у детей).

Эти задания характеризуют способ познания ребенком мира.

### **Занятие 7.**

*Цель:* проведение психодиагностического исследования уровня сформированности логичности мышления, обобщающей функции мышления, опосредованного — непосредственного запоминания.

Диагностическим материалом служат методики «Исключение лишнего», «Существенный признак» и «Пиктограмма».

Задача исследования состоит в фиксации изменений мыслительной деятельности и мнемических функций.

Подобный цикл занятий рекомендуется проводить с интервалом в 2,5—3 месяца с тем, чтобы закрепить полученный эффект и использовать его в системе основных обучающих программ.

## **2.4 РАЗВИТИЕ ПРОГНОСТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ**

Программа для детей с ЗПР.

Боловина Т. // ШП, №32-99

Данная программа представляет собой систему поэтапного формирования прогностических навыков у младших школьников с задержкой психического развития. Она учитывает возрастные, физиологические и психические особенности таких детей. Программа содержит задачи разных уровней: начинается с простейших задач наглядно-действенного характера и заканчивается вербально-логическими.

Программа содействует развитию логического мышления учащихся, способности устанавливать связи и отношения между предметами и явлениями, расширению кругозора, развитию речи. Стимульный материал предъявляется в различных формах: в наглядно-образной, вербальной, символической (числовой).

Программа предназначена для общеобразовательных школ, классов выравнивания или компенсирующего обучения. Отдельные элементы программы могут быть реализованы в обычных классах массовой школы.

Программа предполагает индивидуальную работу с учащимися. Срок ее реализации - 2 месяца: 16 занятий продолжительностью 20 минут, по 2 занятия в неделю.

Программа апробирована в четвертом классе выравнивания средней общеобразовательной школы № 2 с углубленным изучением предметов г. Каширы.

### **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ**

Развитые прогностические способности являются одним из гарантов успешной деятельности человека. Опережающее отражение формируется у человека с момента рождения на перцептивно-сенсорном уровне. Оно постепенно усложняется, охватывая все большее количество исходных данных. Это дает возможность делать прогнозы большой временной протяженности и точности. Очевидно, что неумение прогнозировать результаты деятельности ведет к нерациональному выбору средств достижения поставленных целей, а также нередко и к неверной стратегии рассуждений и действий.

### **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Основной целью данной программы является формирование у младших школьников с задержкой психического развития следующих навыков: умения анализировать исходные данные; умения строить на основе этого анализа прогнозы различной временной продолжительности.

Решаются следующие задачи:

- формирование способности к логическим рассуждениям;
- формирование способности к классификации и анализу исходных данных, к вычленению решающих факторов, к оценке их влияния на результат деятельности;
- развитие воображения;
- привитие навыков планирования деятельности;
- расширение кругозора;
- развитие письменной и устной речи.

### **ПОРЯДОК ФОРМИРОВАНИЯ ПРОГНОСТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ**

Задержка психического развития ребенка — это, по сути, отставание в формировании у него основных психических функций. Поэтому проводится соответствующая

предварительная работа, основанная на доступном для учащихся материале. Это позволяет впоследствии освоить и более сложный вербально-логический материал.

**Первая серия** упражнений основана на использовании наглядно-действенного мышления. Задания ранжируются от простых (два параметра формы) до более сложных (четыре параметра формы и четыре параметра цвета). Ученикам предлагается выявить закономерность в чередовании геометрических фигур (по форме и цвету) и продолжить соответственно каждый ряд.

**Вторая серия** направлена в основном на развитие воображения. Ученикам надо сначала представить предмет, животное ли что-либо другое и затем составить это из предложенных геометрических фигур (помимо стандартных фигур — треугольника, квадрата, овала, круга и т. д., используются и нестандартные). Это также способствует формированию лабильности мышления.

**Третья серия** ориентирована на развитие отдельных операций мышления, предшествующих формированию прогностических навыков. Она состоит из заданий типа «Продолжи ряды...». Первые из них представляют собой чередование звеньев цепи — ребенку необходимо вычленить это звено. Последние — прогрессию, и от ребенка с помощью взрослого требуется выявить зависимость, с которой изменяются ее составляющие, и продолжить ряд с учетом этой зависимости.

**Четвертой серии** предшествует объяснение ребенку понятий «причина» и «следствие». Объяснение сопровождается примерами. В процессе диалога ребенок сам указывает причины и следствия своих поступков (родителей, друзей), событий и происшествий. После того как педагог убедился в том, что понятия усвоены, ребенку предлагается попробовать самостоятельно выполнить задания серии. Нужно, чтобы при этом ребенок обосновал свой выбор. В случае, где есть несколько причин или следствий, указывается на необходимость определить основное следствие (основную причину).

**Пятая серия** представляет собой построение цепи возможных событий. Ребенку задается исходное событие и предлагается подумать, что может за ним следовать (чем оно может закончиться, как могут развиваться дальнейшие события).

Каждое новое упражнение предполагает более длинную цепь событий. Психолог при выполнении ребенком заданий повторяет его последнюю фразу («зеркалит») и сопровождает ее вопросом «А что было потом?». Два задания данной серии рекомендуется выполнять совместно с психологом, остальные же — ребенок должен сделать самостоятельно.

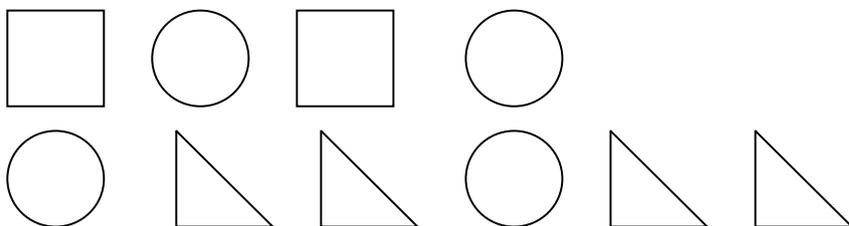
При работе с классом можно предложить что-то вроде соревнования, объявив конкурс на самую длинную историю. Важное условие — истории должны быть максимально правдоподобны.

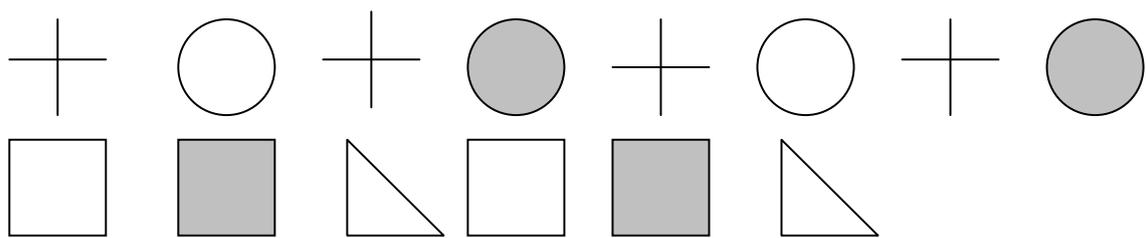
**Шестая серия** состоит из упражнений, где из трех возможных ответов надо выбрать правильный. Задание выполняется учениками самостоятельно, а затем обсуждается (обсуждать лучше с двумя-тремя учениками). Учащимся предлагается обосновать свой вариант ответа.

В случае если ответ выбран без учета данных условия, психолог указывает на исходные данные и дает возможность еще раз выбрать вариант ответа. Если самостоятельный анализ затруднителен, школьникам на помощь приходит психолог, объясняет влияние различных факторов и подает пример возможного анализа.

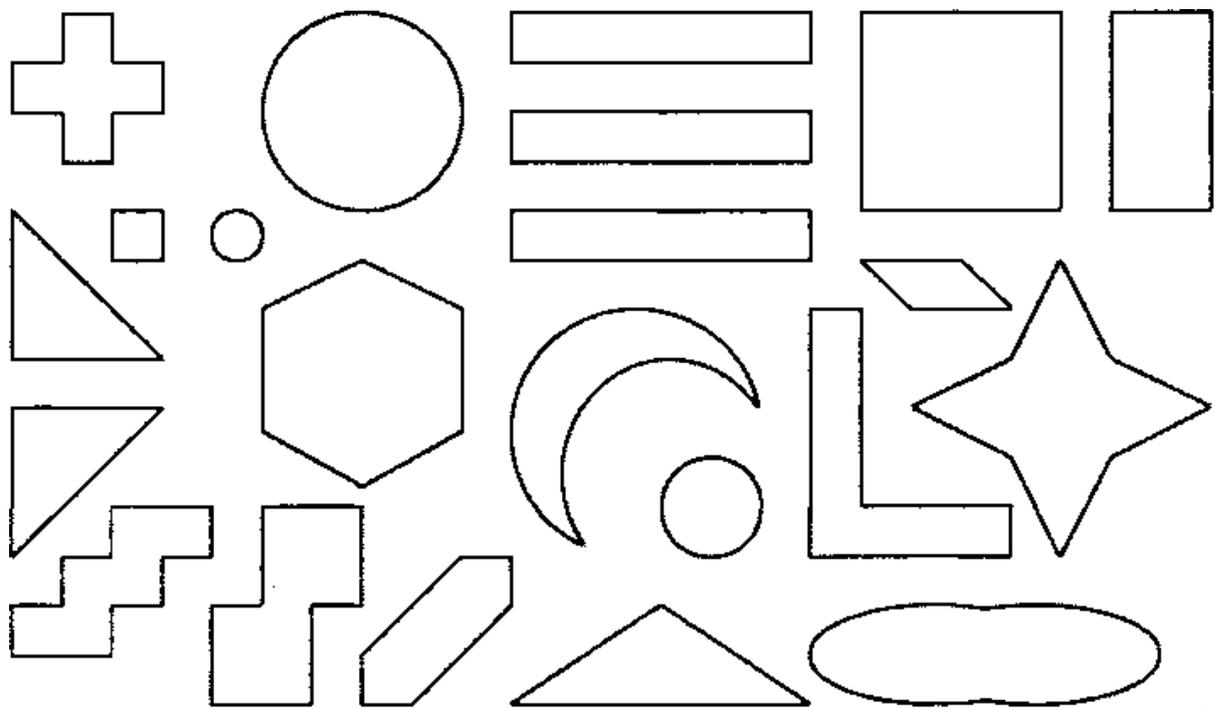
**Седьмая серия** представляет собой серию заданий «Мы идем в поход». Она учит ребят планированию

#### Первая серия





Вторая серия.



Третья серия

АБСАБСАБСАБСАБС...

1230123012301230...

АаААаААаААаААа...

АбсАБсАБсАБсАБс...

1 + 1, 1 + 2, 1 + 3, 1 + 4, 1 + 5, ...

10 + 1, 20 + 2, 30 + 3, ...

АбвГДеЁЖзИКл...

КССКСССККСССС...

2, 22, 3, 33, 4, 44, 5, 55, ...

1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, ...

24, 22, 20, 18, 16, 14...

4, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20...

3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24...

### Четвертая серия

1. Укажи причину и следствие (подчеркни причину черной ручкой, а следствие — красной):

а) Игорь поранил ногу при игре в футбол, и его команда проиграла.

б) Пешеход, который нарушает правила дорожного движения, создает угрозу собственной безопасности и здоровью других пешеходов и водителей.

в) В этом году стояла снежная зима. Весной снег растаял и наполнил собой реку. Река вышла из берегов и залила луга. Когда вода ушла, плодородный слой ила остался на полях и удобрил их. В этом году ожидается хороший урожай.

г) Зимой в лесу нет ягод и съедобных кореньев — они скрыты снегом. Для медведя мало доступной пищи. Поэтому медведи зимой спят, питаясь тем жировым запасом, который они накопили летом и осенью.

2. Определи и запиши причину:

а) Олег стал чемпионом школы по борьбе, потому что...

б) Теперь с Машей никто не дружит, потому что...

в) Ученые очень умные, потому что они...

3. Определи и запиши следствие:

а) Мама очень устала на работе и...

б) Саша самый старший из братьев, поэтому он...

в) Я хорошо выполнил домашнее задание и поэтому...

### Пятая серия

1. Я поранил ногу при игре в футбол ...

2. Я выиграл в лотерею 20 рублей...

3. Мне подарили на день рождения велосипед...

### Шестая серия

1. Две недели шел сильный дождь, вода затопила мост. Город оказался отрезанным от остального мира. В городе есть своя электростанция и пекарня, но нет аэродрома. ЧТО, СКОРЕЕ ВСЕГО, ОЖИДАЕТ ЖИТЕЛЕЙ?

а) Город останется без хлеба.	б) Город останется без электричества.	с) Город останется без почтового сообщения.
-------------------------------	---------------------------------------	---

Отметь наиболее вероятный ответ.

2. Водитель нарушил правила дорожного движения. К ЧЕМУ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ ПОВЕДЕНИЕ ВОДИТЕЛЯ?

а) Поведение водителя угрожает только пешеходам и строениям, находящимся около дороги.	б) Поведение водителя угрожает ему самому, пешеходам и другим водителям.	с) Водитель рискует только своей жизнью.
--	--	--

Отметь наиболее вероятный ответ.

3. Петя не отличник, но успевающий, трудолюбивый ученик. Из-за болезни он пропустил неделю учебных занятий. ЧТО ЗА ЭТИМ ПОСЛЕДУЕТ?

а) Петя будет посещать дополнительные занятия и вскоре догонит ребят.	б) Петя останется на второй год.	с) Петя и так впереди всего класса.
---	----------------------------------	-------------------------------------

Отметь наиболее вероятный ответ.

4. Иван увлечен конструированием. Он с удовольствием помогает отцу в гараже. КАКУЮ ПРОФЕССИЮ, СКОРЕЕ ВСЕГО, ВЫБЕРЕТ ИВАН?

а) Он будет водителем	б) Он будет механиком	с) Он будет художником
-----------------------	-----------------------	------------------------

5. Алеша – ученик 4 класса. Он – вратарь дворовой футбольной команды. Его любимые фильмы и книги — про войну, путешественников и географические открытия. Иногда в свободную минуту или во время тренировок он включает музыку. Рисует Алеша очень редко, только в школе. В 5 КЛАССЕ ЕГО ЛЮБИМЫМИ ПРЕДМЕТАМИ БУДУТ:

а) Математика, физика, музыка.	б) Рисование, география, физкультура.	с) Физкультура, география, история.
--------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

6. В Липецке два стадиона с футбольным полем, две гостиницы и четыре кинотеатра. В Кашире два стадиона (один в нерабочем состоянии), одна гостиница, музей и три музыкальные школы. В Ступино один стадион, один концертный зал и две гостиницы. В КАКОМ ГОРОДЕ ЛУЧШЕ ВСЕГО ПРОВЕСТИ СПОРТИВНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ?

а) В Липецке	б) В Ступино	с) В Кашире
--------------	--------------	-------------

Отметь наиболее вероятный ответ.

### Седьмая серия

Упражнение «Мы идем в поход».

Ребятам сначала предлагается подумать, какие вещи и предметы необходимы в походе, и записать их. Здесь целесообразно использовать соревновательный компонент: кто напишет больше. После того как все списки составлены, с детьми обсуждается, для чего нужны те или иные предметы.

Затем каждый должен внимательно посмотреть на свой список и переписать его с учетом необходимости каждой вещи (предмета). Задание формулируется так: «Сначала напиши только то, без чего в походе совсем обойтись нельзя, что необходимо в первую очередь. Потом — то, что тоже необходимо, но в меньшей степени. Далее — без чего в принципе можно обойтись, но иметь не помешает. В последнюю очередь — то, что совсем лишнее».

После этого проходит обсуждение, какие бывают походы (пешие, конные, водные и т. д.), куда можно пойти в поход (в горы, в лес, к морю и т. д.), для чего можно пойти в поход. В конце обсуждения школьник самостоятельно выбирает вид похода и формулирует его цель (отдых, спорт, знакомство с достопримечательностями).

Когда вид и цель похода выбраны, каждый ученик пересматривает и корректирует свой список необходимых предметов.

В заключение ребята составляют план похода: описывают последовательность событий. После этого дети самостоятельно проводят анализ использованных в походе предметов (что было использовано, а что нет).

## **2.5 ФОРМИРОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ (ФПП)**

Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога – М.:АРКТИ,2001

### **ПОКАЗАНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПРОГРАММЫ**

В качестве развивающей данная программа успешно может быть использована при работе с детьми (как дошкольного, так и младшего школьного возраста) с обоими вариантами задержанного развития, а также трудно переоценить эффективность ее использования для работы с детьми дошкольного возраста с дефицитным развитием.

Более того, как показывает практика, ее использование с этой же целью эффективно при работе с «условно нормативными» детьми старшего дошкольного возраста.

В качестве коррекционной программа ФПП используется как основная при следующих типах отклоняющегося развития:

- ✓ парциальная несформированность ВПФ преимущественно вербального, вербально-логического типа;
- ✓ парциальная несформированность ВПФ смешанного типа;
- ✓ тотальное недоразвитие всех типов (в случае аффективно-неустойчивого типа только после работы, направленной на формирование произвольной регуляции деятельности);
- ✓ дефицитное развитие у детей младшего школьного возраста;
- ✓ «мягкие» варианты искаженного развития преимущественно эмоционально-аффективной сферы (4-я группа РДА по О.С.Никольской);
- ✓ дисгармоничное развитие, осложненное парциальной несформированностью.

### **ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПРОГРАММЫ ФПП**

Нецелесообразно использовать программу в работе с детьми с искаженным развитием преимущественно когнитивной сферы (пусть даже имеющих «пробелы» в развитии пространственных представлений), поскольку это может привести к провоцированию новой сферы сверхценных увлечений и интересов, еще более искажая тем самым всю структуру психического развития ребенка.

### **ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Программа делится на 2 раздела, включающих 7 последовательных этапов, каждый из которых представляет собой самостоятельную часть в развитии пространственных представлений ребенка и как бы повторяет нормативное овладение ребенком пространственными и пространственно-временными представлениями в ходе его развития. Структура заданий от этапа к этапу усложняется: от наиболее простых топологических, координатных, метрических представлений вплоть до лингвистических представлений (пространство языка), наиболее поздно усваиваемых ребенком (то есть наиболее сложных).

Каждый этап разделен на несколько «тем», каждая из которых представляет собой работу на различных «уровнях» с обязательной соответствующей вербализацией всех представлений. Такими уровнями являются:

- ✓ уровень пространства собственного тела;
- ✓ уровень расположения объектов по отношению к собственному телу;
- ✓ взаимоотношения внешних объектов между собой;
- ✓ лингвистическое пространство включая временные представления (пространство

языка — квазипространственные характеристики).

Овладение каждым из этих уровней необходимо для прочного закрепления данного этапа, и только в этом случае допускается переход к следующему этапу программы. Такая организация программы оптимальна с точки зрения нормативного развития функций, реализации принципа замещающего развития.

Каждый этап программы включает серии контрольных и сенсублизированных заданий, в том числе интермодальных, позволяющих определить степень интериоризации сформированных представлений и закрепления их в речи ребенка, актуального использования.

В соответствии с возрастом детей и учетом ведущего типа мотивации (игровая, соревновательная, мотивация достижения, обучения, поощрения или избежания наказания) разрабатывается и вид проведения занятий.

Работа начинается с уровня тела (формирование схемы тела и соматогнозиса) с переходом к уровню овладения анализом пространственных взаимоотношений объектов во внешнем пространстве (в том числе рабочим пространством). Работа над овладением квазипространственными (языковыми) представлениями должна осуществляться только при условии овладения пространственными представлениями и свободной ориентации ребенка на предыдущих уровнях.

## РАЗДЕЛ I. ФОРМИРОВАНИЕ СОБСТВЕННО ПРОСТРАНСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ

**Этап 1.** На этом этапе осуществляется работа по формированию представлений о собственном лице, теле (уровень пространства собственного тела). Началом является работа непосредственно над схемой тела, а в дальнейшем продолжается на объектах, расположенных по отношению к телу с точки зрения «вертикальной организации» пространства тела (его вертикальной оси). На подэтапе 1А работа начинается перед зеркалом с анализа расположения частей лица по параметрам:

- выше всего: ...;
- ниже всего: ...;
- выше, чем: ... ;
- ниже, чем: ... .

В сопоставлении с этими представлениями в работу вводятся предлоги: «НАД», «ПОД», «МЕЖДУ»:

- что находится над ?..
- что находится под ?..

Анализируются различия между этими представлениями (в отношении характеристик частей лица).

На подэтапе 1Б в аналогичном ключе анализируется положение других частей тела:

- рук (пальцы, ладонь, запястье, локоть, плечо);
- непосредственно тела (шея, плечи, грудь, спина, живот);
- ног (стопа, голень, колено, бедро).

Работа точно так же проводится по вертикальной оси, вначале перед зеркалом, потом через этап движения, прощупывания (на уровне тактильных и проприоцептивных ощущений), а затем с закрытыми глазами.

Предлоги и слова, обозначающие взаиморасположение частей, вводятся в указанном выше порядке.

На подэтапе 1В основным является отработка и анализ расположения объектов во внешнем пространстве (уровень расположения объектов по отношению к собственному телу), но также непосредственно по вертикальной оси.

Через представления «ВЫШЕ, ЧЕМ...», «НИЖЕ, ЧЕМ...», предлоги «НАД», «ПОД» и «МЕЖДУ» анализируется взаиморасположение объектов, напоминает различие

между «ВЫШЕ» и «НАД», а также «НИЖЕ» и «ПОД».

Примечание 1. В этой части работы удобно использовать конструктивные материалы (в частности, конструкторы «ЛЕГО»).

Примечание 2. Если данная работа проводится в рамках развивающей программы с детьми дошкольного возраста, то на протяжении первого этапа параллельно с формированием пространственных представлений осуществляется работа над закреплением представлений о цвете, геометрических фигурах и их относительных размерах, качестве материала, из которого они изготовлены и т.п.

**Этап 2** посвящен работе по формированию представлений о собственном теле (продолжение работы над схемой тела), объектах, расположенных по отношению к телу, и взаимоотношении объектов с точки зрения «горизонтальной организации» пространства (по горизонтальной оси) - вначале только по формированию пространства «вперед».

Основными дидактическими материалами также являются конструктор «ЛЕГО», магнитная доска, фланелеграф.

На подэтапе 2А при активном участии детей анализируется, что «нельзя описать словами «ВЫШЕ», «НИЖЕ», «НАД», «ПОД» расположение частей тела, если оно находится в горизонтальном положении».

После этого возможен переход к объектам во вне и введение представления: «БЛИЖЕ К...», «ДАЛЬШЕ ОТ ...». В дальнейшей работе на подэтапе 2А анализ расположения объектов в горизонтальном пространстве производится только по отношению к себе как объекту (отсчет ведется от собственного тела).

Далее необходимо провести ряд упражнений по сопоставлению вертикальной и горизонтальной организации объектов в пространстве, включая собственное тело, и переносу понятий «ВЫШЕ», «НИЖЕ» в горизонтальную плоскость (то есть «рабочую» плоскость стола, учебной парты).

Примечание 1. Момент перехода от вертикальной оси (вертикальной организации пространства) к горизонтальной (пространства, в котором в основном и проходит учебная деятельность ребенка) является одним из наиболее важных, ключевых моментов овладения пространственными представлениями.

Примечание 2. Лишь после полного овладения горизонтальным пространством «вперед» возможен анализ метрической относительности расположения объектов («по отношению ко мне», «по отношению к человеку напротив меня»).

На подэтапе 2Б по аналогии с переходом от понятий «ВЫШЕ», «НИЖЕ» к понятиям «НАД», «ПОД» отрабатываются (вначале на уровне тела - в первую очередь рук --и только после этого на уровне внешних объектов) предлоги «ПЕРЕД» и «ЗА».

Подэтап 2В заключается в переходе анализа горизонтального пространства «вперед» в анализ «бокового» горизонтального положения. Работа происходит точно так же, начиная с собственного тела (рук, ног) с переходом на внешние объекты, расположенные в горизонтальной плоскости «сбоку» (в данном случае на этом этапе еще не важно: слева или справа), но анализируемые с позиций близости: «БЛИЖЕ, ЧЕМ...», «ДАЛЬШЕ, ЧЕМ...».

**Этап 3** посвящен работе над дальнейшим совершенствованием схемы тела с упором на «ПРАВО-ЛЕВУЮ» ориентировку (относительно основной вертикальной оси ребенка, то есть его позвоночника), с последующей ориентацией на анализ взаиморасположения объектов в пространстве с точки зрения «сторонности» по отношению, в первую очередь, к собственному телу.

Работа на подэтапе 3А начинается с анализа расположения объектов (окружающих ребенка предметов) вокруг его собственного тела с формированием таких понятий, как «СЛЕВА», «СПРАВА», «ЛЕВЕЕ», «ПРАВЕЕ».

Примечание 1. 1. Необходимо постоянно возвращаться к уже усвоенным представлениям: «ВВЕРХУ», «ИНИНУ», «НПКРЕДИ», чередуя эти представления с тем, что

освоено на 3-м этапе.

Примечание 2. Работу на этом этапе необходимо начинать с маркировки руки ребенка (как правило, левой). В качестве маркировки могут выступать часы, браслеты, плетения из бисера или ниток (так называемые «фенечки»). Основным условием является то, что эти «маркеры» присутствуют постоянно: ребенок не снимает их ни днем, ни ночью.

Продолжение подэтапа 3А характеризуется работой над теми частями собственного тела, которые могут отражать метрические соотношения по оси: «ПРАВО-ЛЕВО». На этом этапе используется комплекс заданий, требующих анализа расположения отдельных частей рук, а затем ног. В первую очередь работа проводится с ведущей рукой ребенка (соответственно ведущей ногой):

- в отношении правой руки — то, что «ДАЛЬШЕ», то «ПРАВЕЕ»;
- в отношении левой руки — то, что «ДАЛЬШЕ», то, соответственно, «ЛЕВЕЕ».

По аналогии с этим комплексом заданий указанные представления отрабатываются и закрепляются соответственно на правой и левой ногах.

Подэтап 3Б формирования пространственных представлений заключается в переходе к анализу взаиморасположения объектов во внешнем пространстве с позиции «право-левой» ориентировки.

Отрабатываются представления: «СЛЕВА ОТ...», «СПРАВА ОТ...», «ЛЕВЕЕ, ЧЕМ...», «ПРАВЕЕ, ЧЕМ ...». Необходимо постоянно возвращаться к уже усвоенным ранее представлениям: «ВЫШЕ», «НИЖЕ», «НАД», «ПОД», «ПЕРЕД», «ЗА», «ДАЛЬШЕ», «БЛИЖЕ», чередуя эти пространственные представления (и их вербальные обозначения) с осваиваемыми в этот момент.

### **ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ РАЗДЕЛА 1**

Для завершения овладения топологическими, координаторными и метрическими представлениями с выходом на целостное представление о пространстве необходимо отработать пространственное представление «СЗАДИ» как в его метрической части — ближе ко мне (сзади), дальше от меня (сзади), так и координаторной части — сзади сверху, сзади снизу, сзади слева, сзади справа.

Комплекс контрольных заданий в целом аналогичен контрольным заданиям каждого этапа раздела. Необходимо обратить внимание на степень автоматизации и интериоризации сформированных навыков в целостном комплексе метрических и координатных представлений ребенка.

Примечание 1. Представление «СЗАДИ» рекомендуется формировать с детьми не младше 5-летнего возраста.

Примечание 2. В случае затруднений при выполнении ребенком тех или иных заданий предполагается возврат к работе над формированием пространственных представлений с опорой на задания предыдущего, уже отработанного этапа.

### **РАЗДЕЛ 2. ФОРМИРОВАНИЕ КВАЗИПРОСТРАНСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ**

Этап 4. Этот этап посвящен формированию в первую очередь числовых порядковых, временных и через них — иных квазипространственных и собственно лингвистических представлений. Таким образом, именно на этом этапе формируется общность представлений о количественных пространственно-временных понятиях и их соотношениях. Одновременно происходит закрепление материала предыдущих этапов.

На подэтапе 4А чрезвычайно важной является возможность закрепления числового ряда (или овладения им) через последовательное изображение тех или иных объектов в определенном направлении (слева-направо). Например: первым (в крайней левой позиции) изображается яблоко, вторым - груша, третьим — банан, и так до десяти изображений. После чего стрелкой (вектором) слева-направо анализируется направление, в котором рисовались предметы. Далее определяется то, что было нарисовано

«ДО» какого-либо из изображений и, соответственно, «ПОСЛЕ» него (рис 4.2).



Рис. 4.2.

По аналогии анализируется число «перед» каким-либо (то есть предшествующее число) и число «после» какого-либо или «за» каким-либо (то есть последующее число). При этом акцент делается на том, что, определяя число «за каким-либо», мы движемся по ходу вектора (стрелки), а определяя число «перед каким-либо», - как бы против стрелки (вектора) (рис. 4.3).

Точно так же проводится аналогия и отрабатывается понимание того, что число «перед каким-либо» находится слева от него в числовом ряду, а число «после (него)» - справа от него в числовом ряду.

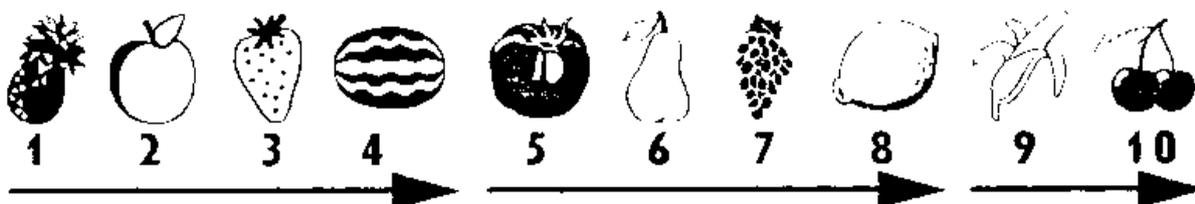
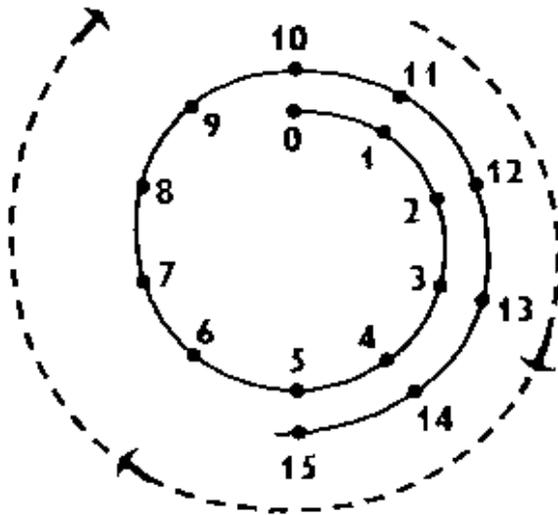


Рис. 4.3.

После отработки этой темы необходимо (для детей школьного возраста) «опредмечивание» перехода через десяток, то есть работа над пропедевтикой трудностей определения разрядности числа и устного счета с переходом через десяток.

Удобно использовать, для этого схему (рис. 4.4), на которой первый десяток изображен в виде части спирали, где каждое кольцо спирали представляет из себя соответствующий десяток, то есть разряд числа. Особое внимание в данном случае должно быть уделено «направлению» движения по вектору увеличения числа, где точно так же, как и в предыдущей схеме, число «за» будет находиться по ходу стрелки, а число «перед», соответственно, — против направления вектора. Опыт показывает, что такое «опредмечивание» разряда существенно более доступно для понимания сущности разрядности числа, чем используемые в настоящее время «лесенки» или «линейки».



й

Рис. 4.4

Подэтап 4Б целесообразно начинать с анализа временного распорядка дня ребенка. Для этого анализируется, что ребенок обычно делает в первую очередь ПОСЛЕ того, как он проснулся, что делает ПОСЛЕ этого и так далее.

Затем схематичным образом (см. рис. 4.5 а,б) прописывается распорядок дня, дается четкое направление хода времени. Со зрительной опорой на схему у ребенка формируется понятия «РАНЬШЕ», «ПОЗЖЕ», соответственно — «ДО» и «ПОСЛЕ», на конкретном материале распорядка дня.

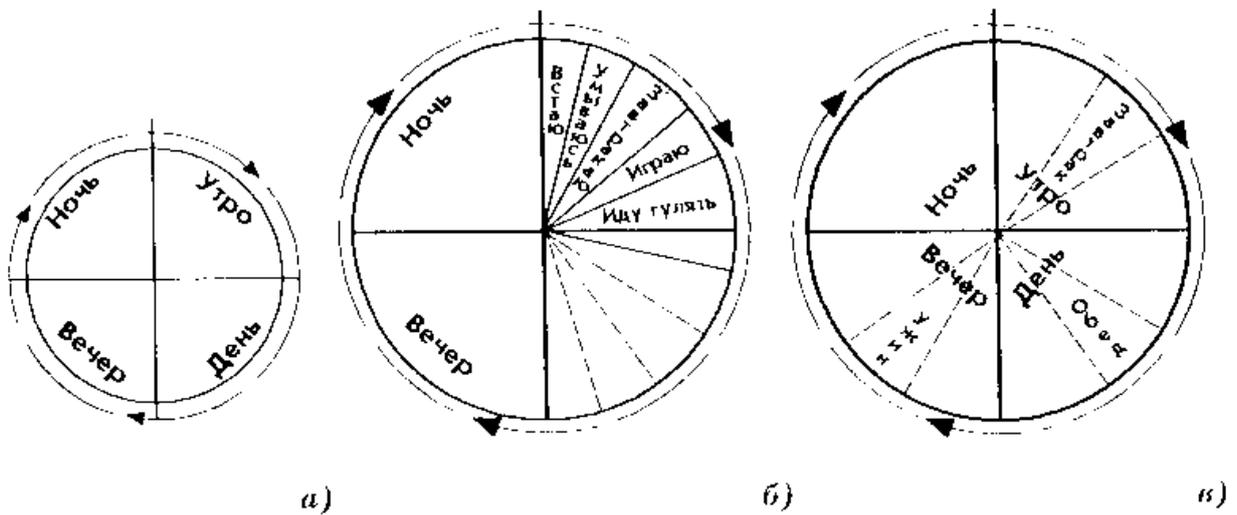
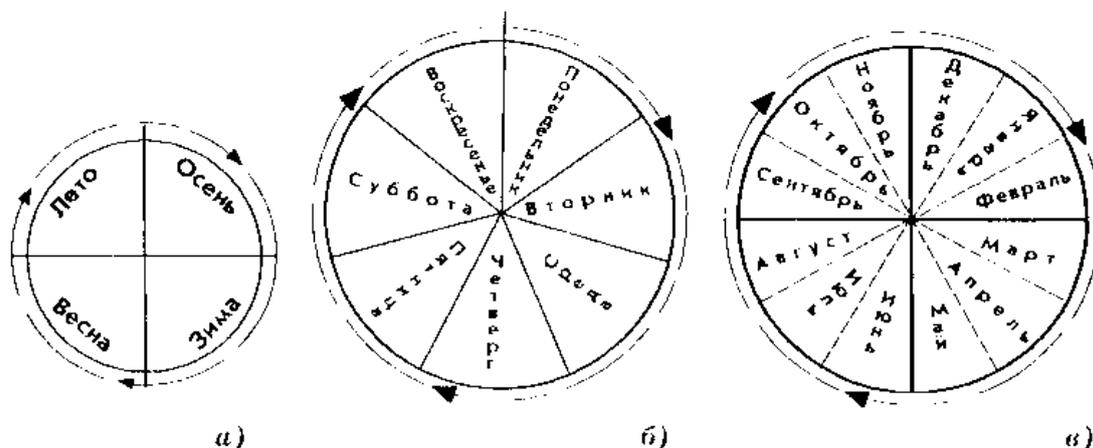


Рис. 4.5

Далее на аналогичной схеме прописываются последовательности:

- времени суток (рис. 4.5в);
- времен года (рис. 4.6а): анализируется, какое время года было «ДО», какое — «ПОСЛЕ», какое — «МЕЖДУ»;
- дней недели (рис. 4.6б);
- месяцев в году (рис. 4.6в).

Рис. 4.6



Параллельно отрабатывается понимание сложных временных конструкций и возможность их актуализации. Например, понимание конструкций:

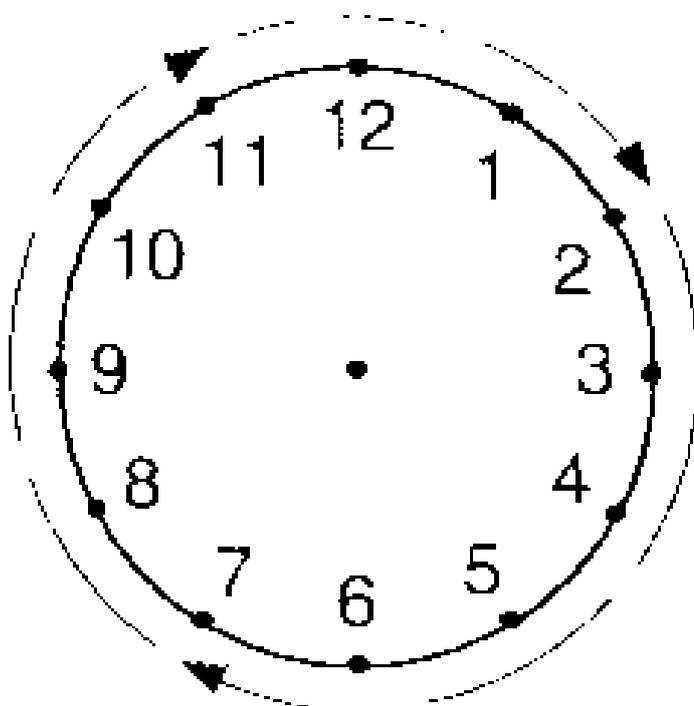
- после какого времени года наступает...
- перед каким временем суток бывает... И т.п.

Примечание. Для детей дошкольного возраста последовательность «Месяцы года» не анализируется, так как, по современным нейропсихологическим данным, в этом возрасте дети испытывают трудности удержания порядка элементов даже при их относительно небольшом объеме (6-7 элементов).

В качестве контрольного материала можно использовать анализ прочитанных текстов или речевых конструкций, содержащих определенную последовательность событий, «событийный» анализ серии последовательных сюжетных картин (особенно в случае выявления суженного объема слухоречевого

**Этап 5.** На этом этапе формируются навыки ориентировки и анализа времени на циферблате стрелочных часов (рис. 4.7). Анализируются представления: «что было раньше», «что позже», «что до ...», «что после ...», то есть что произошло вначале, а что -- потом. В последнюю очередь, после сформированного представления по этим позициям,

отрабатывается узнавание времени на всем циферблате.



Примечание. Этот этап целиком опирается на прочное усвоение этапов 1-3, но может потребовать более

длительного времени при работе с леворукими детьми.

На этом же этапе проводится работа по пропедевтике трудностей решения задач на время, расстояние и т.п.

**Этап 6** посвящен формированию сравнительных степеней прилагательных. Формируется понимание и анализ континуумов качества (в рамках работы с антонимами).

На этом этапе прорабатываются пространственные признаки качества, начиная с уже знакомых и отработанных пространственных понятий, таких как «ВЫСОКИЙ—НИЗКИЙ», «ШИРОКИЙ—УЗКИЙ», «ТОНКИЙ—ТОЛСТЫЙ» и т.п.

Далее проводится работа с эмоционально значимыми понятиями в парах: «ДОБРЫЙ—ЗЛОЙ», «ХОРОШИЙ—ПЛОХОЙ» через все пространство (континуум) заданного качества.

Аналогичным образом проводится работа по формированию сравнительных степеней прилагательных, наречий (маленький; чуть больше, чем...; еще больше, чем...; большой и т.п.)

**Этап 7** является завершающей частью программы и представляет собой серию заданий, в которых необходимо не только понимание, но использование, формирование ребенком сложных речевых конструкций. Предполагается работа с инвертированными или пассивными речевыми конструкциями. Так, например, дети должны успешно справляться с заданиями типа «Закончи предложение»:

Перед тем как прийти домой,...

Перед тем как идти гулять, я...

Дети стояли по росту в ряду. Последним стоял самый высокий. Первым стоял...

Вместо того, чтобы надеть сапоги, я...

Кроме того, на этом этапе можно предлагать вопросы типа:

Что длиннее: час или сутки?

Что короче: день или секунда?

Что длится меньше: перемена или урок?

Какое время года бывает перед осенью?

Какой день недели бывает перед средой?

После какого дня недели наступает пятница?

Какой месяц является первым месяцем зимы?

Какой месяц является последним месяцем весны?

Примечание. Для детей с различными вариантами тотального недоразвития высших психических функций занятия по данной программе могут продолжаться и в средней школе ввиду сложности программы для указанной категории детей.

Таким образом, предложенная программа не ограничивается формированием пространственных представлений, позволяет, помимо этого, решать и такие задачи, как:

1. развитие вербального анализа и вербально-логического мышления;
2. работа над расширением словарного запаса и увеличением объема общей осведомленности ребенка;
3. коррекция ошибок оптико-пространственного типа, слитного написания предлогов в письменной речи;
4. ориентация во временных представлениях, в пространстве времени, временных интервалах;
5. коррекция трудностей понимания сложных грамматических конструкций, в том числе инвертированных, пассивных, пространственно-временных и квазипространственных;
6. профилактика трудностей овладения числовым рядом, решением математических задач, в том числе задач на движение;
7. развитие умения работать со схемами и планами;

## 8. развитие навыков самостоятельной творческой работы.

### 2.6 ОСОБЕННОСТИ МОТОРИКИ

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

Моторика относится к высшим психическим функциям. У детей с ЗПР наблюдаются отклонения в развитии двигательной сферы: нарушение произвольной регуляции движений, недостаточная координированность и четкость произвольных движений, трудности переключения и автоматизации. Наиболее страдает у детей данной категории моторика кистей и пальцев рук. Отклонения в развитии моторной сферы у детей с ЗПР создают определенные трудности в учебной деятельности, особенно неблагоприятно влияют на овладение навыками письма, рисования, ручного труда.

Несовершенство функций двигательной сферы, степень развития ручной ловкости у детей 7-9 лет можно определить по числу бросков мяча диаметром 10 см в стену с расстояния 1 м. Если в течение 30 с ребенок бросил мяч более 20 раз, координация его рук хорошая, от 20 до 15 - удовлетворительная, менее 15 раз - плохая. Используют и другие приемы.

Поочередное прикосновение кончиком большого пальца к кончикам других пальцев той же руки, начиная с мизинца: предложить наибольшей скоростью прикоснуться по очереди кончиком большого пальца к кончикам пальцев 4-, 3-, 2-го той же руки, потом проделать это же в обратном порядке - 2-, 3-, 4-й в течение 5 с.

Одновременное чередование кулака и ладони.

Отстукивание ритма 1-11-1-11.

Лабиринт: по сигналу провести непрерывную линию до выхода из лабиринта.

Удерживание в течение 10 с положения на короточках с горизонтально вытянутыми руками.

Стояние с закрытыми глазами в течение 10 с попеременно на правой и левой ноге.

При максимальном прыжке вверх ударить в ладони не менее трех раз.

### УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ РУЧНОЙ МОТОРИКИ

1. Упражнения на развитие и совершенствование статической координации движений.

«Деревья» - поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы (локти опираются на стол).

«Стол» - правую руку сжать в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку.

«Гнездо» - пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.

«Дом», «Крыша», «Башня» - держа пальцы вверх, соединить кончики пальцев левой и правой руки.

«Магазин» - руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательные пальцы расположить в горизонтальном положении перед «крышей».

«Коза» - вытянуть указательный палец и мизинец, остальные пальцы прижать к ладони. Сначала упражнение выполнять правой, затем левой рукой, потом обеими руками вместе.

«Кошка» - пальцы в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательный палец и мизинец слегка согнуть.

«Очки» - образовать два кружка из указательного и большого пальцев обеих рук, соединить их.

«Зайчик» - вытянуть вверх указательный и средний пальцы, а кончики безымянного и мизинцев соединить с кончиком большого. Упражнение выполнять сначала правой, потом

левой рукой, обеими руками.

## 2. Упражнения на развитие и совершенствование динамической координации движений.

«Звонок» - на столе перед детьми настольный звонок – кнопка или ее рисунок. Учащиеся сначала выборочно любым пальцем нажимают кнопку. Затем последовательно от большого к мизинцу, слева направо и наоборот.

«Пальчики здороваются» - кончики пальцев одной руки прикасаются к кончикам пальцев другой.

«Оса» - выпрямить указательный палец правой руки и вращать им в разных направлениях. Затем поменять руку.

«Человечек» - указательный и средний пальцы бегают по столу.

«Птички летят» - пальцами обеих рук, поднятых над столом тыльной стороной кверху, производить движения «вверх-вниз» - птички летят, машут крыльями.

«Игра на пианино» - имитация игры на пианино. Можно имитировать игру на других музыкальных инструментах («Веселый оркестр»).

«Катаем лодочку» - пальцы обеих рук сложены вместе, плавные движения кистей рук в горизонтальном положении.

«Курочка пьет воду» - локти опираются на стол, пальцы сложены в виде клюва, ритмичные наклоны рук вперед с подключением кистевого замаха.

«Веселые маляры» - движения «кистью» влево-вправо, вверх-вниз.

«Погладим котенка» - плавные движения рукой, имитирующие поглаживание.

## 3. Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость.

Они способствуют совершенствованию слухозрительных анализаторов. Данные упражнения дети выполняют по образцу (схеме), слуховому восприятию, после показа. Упражнения выполняются сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе.

«Ладонь - кулак» - кисть руки спускается на стол ладонью вниз, затем сжимается в кулак.

«Ладонь - кулак - ребро» - кисть руки спускается на стол ладонью вниз, затем сжимается в кулак, потом разжимается и ставится ребром.

«Оса - кольцо», «Зайчик - кольцо» - переходы из одной статической позы в другую.

«Отстукивание» - карандашом, ручкой, деревянной палочкой воспроизводится определенный ритмический рисунок, образец которого дает учитель.

## 4. Упражнения с предметами.

«Мозаика» - выкладывание рисунков из разных геометрических фигур по образцу, словесной инструкции, самостоятельно, по памяти. Рисунки могут быть одноцветными, разноцветными.

«Работа с бусами» - учитель раскладывает бусины разного размера формы, цвета. Детям предлагается, например, составить бусы, где чередуются бусинки большие и маленькие, круглые и овальные, разные по цвету.

При выполнении этих заданий важно продеть нитку в отверстие бусинки, удержать в памяти инструкцию, чередования по цвету, форме, величине.

Упражнения «Шнуровка», «Застегивание и расстегивание пуговиц», «Перебор крупы», «Составление контуров предметов из палочек: по образцу, по памяти, словесной инструкции».

## 5. Графические работы.

Выполняются в тетрадях, альбомах, на отдельных листах и заключаются в:

- обводке контуров, лекал;
- воспроизведении изображения с помощью опорных точек;
- штриховке в разных направлениях;
- дорисовывании недостающих деталей у цветов, предметов,

- раскрашивании картинок;
- соединении точек, нанесенных на листе бумаги.

6. Игры для развития тонкой моторики и координации движений.

«Трудные виражи». Для игры нужно нарисовать дорожки разной длины, в одном конце машина, в другом - дом. Затем сказать ребенку: «Ты водитель и тебе надо провести свою машину к дому. Дорога, по которой ты поедешь, непростая. Поэтому будь внимательным и осторожным». Ребенок должен карандашом, не отрывая руки, «проехать» по изгибам предложенных дорожек.

«Съедобное и несъедобное» (эта игра с мячом широко известна и не требует подробного описания).

«Зеркало». Ребенку предлагается быть зеркалом и «отражать» все движения взрослого. Роль ведущего может быть передана ребенку, который сам придумывает движения.

«Тир». Попадание в цель мячом, кольцами, стрелами.

Кроме вышеперечисленного, для развития моторики можно использовать работу с конструктором, лепку, выкладывание мозаики, аппликацию, вырезание из бумаги (особенно эффективны плавные движения, когда ножницы не отрываются от бумаги), шитье, вышивание, вязание, плетение.

Развитию общей моторики способствуют и спортивные игры, физические упражнения, занятия танцами, ритмикой.

## 2.7 ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ СФЕРА

Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с ЗПР. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2003

Эмоциональная сфера играет огромную роль в жизни человека. Она помогает внутренней регуляции поведения. Эмоции могут служить способом познания мира, общения, насыщают жизнь красотой богатством переживаний.

Эмоциональное сочувствие - не только фактор развития личности оно выполняет ряд важных функций в воспитательных отношениях. Эмоциональные переживания во многом определяют отношение школьника к воспитательной ситуации. Положительный настрой является мощным мотиватором деятельности: с особым энтузиазмом выполняется то, что привлекательно, приятно, насыщает радостью.

С учетом этого в педагогической практике применяют специальную группу «эмоциональных стимуляторов»: игру, соревнование, средства литературы и искусства и другие разнообразные психотехнологии.

У детей с ЗПР эмоциональное развитие задержано: они постоянно испытывают трудности со средой адаптации, что нарушает их эмоциональный комфорт и психическое равновесие. Они более чем обычные дети, нуждаются в снятии напряжения, педагогической помощи, в специальном расширении и обогащении сенсорного пространства. Одна из важных защитных и реабилитационных форм воспитательной работы с данными детьми - создание положительного эмоционального состояния посредством комплексной медико-психолого-педагогической поддержки детей:

- медицинской помощи, предполагающей для детей с хроническим тревожным отрицательным настроением необходимость врачебной помощи по реабилитации их психосоматического здоровья;
- психокоррекционной помощи, предполагающей использование школьным психологом арсенала психотренинговых технологий для психокоррекции настроения учащихся;
- применения педагогических технологий, направленных на создание эмоционального благополучия каждого ребенка;
- гуманистического стиля педагогического общения: безоценочного принятия ученика, соучастного выслушивания его, искреннего самовыражения в общении с ним, тактичного проявления к настроению ребенка, ровного терпеливого отношения к проявлению отрицательных эмоций, чувств;
- совершенствования технологий обучения: насыщения учебного процесса и учебной среды эмоциональными стимуляторами - игрой, соревнованием, иллюстрациями, образностью изложения, положительными эмоциями уверенности, успеха, достижения;
- предупреждения и устранения причин эмоционального дискомфорта на уровне школы, оказания соответствующей помощи, многократных упражнений, напоминаний, указаний, сочетания подготовительных (практических) и основных (научных) разделов обучения; преподнесения учебного материала небольшими дозами, использования дополнительных способов облегчения трудных заданий; оценивания всех этапов в усвоении изучаемых тем; положительного восприятия даже самых незначительных успехов учащихся, эмоционального отношения к результатам труда ученика.

Обязательно объяснить, за что ученик получил ту или иную отметку, а при опросе учащихся ориентироваться на индивидуализированные формы.

Необходимо больше времени отводить на опрос, применять «тихий опрос» по методу В.Д. Шаталова, давать задание с детальной инструкцией; предоставлять возможность повторно отвечать учебный материал малыми порциями;

- введения щадящего режима, особенно в начальных классах, четкого последовательного чередования умственного труда и отдыха, смены видов занятий на уроке, предупреждающей утомление и восстанавливающей работоспособность детей.

Диагностировать эмоциональное самочувствие детей с ЗПР в классе целесообразно систематическим обследованием эмоционального климата детского коллектива и эмоционального самочувствия конкретного ребенка в разных жизненных зонах.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР:

Пособие для психологов и педагогов. – М.: ВЛАДОС, 2003

Любое отклонение от нормы в развитии предполагает нарушение не только отдельной функции. Полноценность ребенка снижается во всех его жизненных проявлениях, в том числе и в эмоциональной сфере, которая определяет содержание мотивов деятельности и тем самым регулирует его поведение (К.С. Лебединская).

ЗПР характеризуется глубокими изменениями в структуре и качественных характеристиках эмоциональных реакций и состояний ребенка, что предполагает включение в систему коррекционной работы программы занятий по оптимизации изменений его эмоциональной сферы.

Структура коррекционной программы включает в себя:

- 1) первичное диагностическое обследование уровня сформированности и особенностей эмоциональной сферы детей;
- 2) направленное коррекционное воздействие с целью оптимизации нарушенных эмоциональных реакций и состояний детей;
- 3) рекомендации родителям по осуществлению коррекционно-воспитательных воздействий на детей;
- 4) заключительное психодиагностическое обследование для определения эффекта коррекционного воздействия.

Психодиагностическое исследование включает описанные в предшествующей части книги методы исследования, выбираемые в зависимости от конкретной цели коррекционной работы.

Для определения результативности коррекционного воздействия психодиагностическое обследование необходимо осуществлять непосредственно до и после проведения программы.

Содержание коррекционного воздействия. Оно включает в себя индивидуальные и групповые формы работы с целью коррекции эмоциональных нарушений детей с ЗПР через оптимизацию межличностного взаимодействия. Программа включает в себя 8 занятий. Время одного занятия 25—35 минут. Программа рассчитана на детей младшего школьного и младшего подросткового возраста.

Если занятие проводится в группе, то группа должна быть однородна по возрасту, число участников группы 6—8 человек.

### Занятие 1. Как видит себя ребенок в окружающем мире.

*Цель:* дать возможность ребенку с помощью вербальных и невербальных приемов объяснить окружающим свое понимание себя в окружающем его мире.

*Стимульный материал:* цветные карандаши, фломастеры, большие листы ватмана, маленькие призы. *Порядок проведения.* Детям предлагается выбрать образ сказочного героя, с которым бы они могли себя сравнить, или представить себя сказочным героем, который им больше всего нравится.

Затем каждому ребенку дают возможность объяснить, почему он выбрал именно этого сказочного персонажа и что в нем больше всего привлекает.

После этого каждому ребенку предлагается нарисовать свой образ сказочного персонажа на карточке и потом эту карточку приколоть к одежде. С детьми договариваются, что при общении с другими людьми они будут вести себя как их герой.

В заключительной части детям предлагается объяснить, что именно привлекало их в манере общения того или иного сказочного персонажа.

#### Занятие 2. Умею ли я слушать другого человека.

*Цель:* формирование положительных эмоциональных реакций ребенка в отношениях с другими людьми.

*Стимульный материал:* музыкальные фрагменты с записями спокойной и агрессивной музыки. Порядок проведения. Детям рассказывается сказка о том, как жили-были в одной стране разные сказочные герои (те герои, которых выбрали сами дети), а потом каждому ребенку дается возможность рассказать, как жили, что делали, как общались между собой сказочные герои. После этого специалист, включая фрагменты с записями агрессивной музыки, обращает внимание детей на негативные формы общения сказочных героев. Затем, включая благозвучную и спокойную музыку, он воспроизводит позитивные формы общения. После этого вместе с детьми необходимо сделать вывод о том, как важно уметь внимательно слушать другого человека, а также одобрить положительное эмоциональное реагирование детей.

#### Занятие 3. Хочу сказать приятное другому человеку.

*Цель:* формирование эмпатических реакций ребенка.

Порядок проведения. Задание состоит в том, чтобы сказочные персонажи, по очереди входя в помещение, сначала похвалили других, а потом и себя. По ходу выполнения задания психолог обращает внимание на ту похвалу, которая вызвала положительные реакции окружающих. Затем он просит рассказать о том, что чувствовали дети, когда их хвалили, и что больше им понравилось: слушать похвалу в свой адрес или самому хвалить другого.

В заключение психолог дает задание детям похвалить своих родственников, друзей, знакомых и даже незнакомых людей.

#### Занятие 4. Роли, которые играют люди.

*Цель:* формирование навыков эмоционально стабильных реакций детей в ситуациях отсутствия предварительного опыта.

*Стимульный материал:* разные атрибуты — шапочка доктора, указка учителя, кисточка художника и т. д. Порядок проведения. Детям предлагается сначала определить роли сказочных героев. Согласно выбранным ролям строится ситуация общения, после чего дети должны объяснить, как изменилось их эмоциональное состояние и поведение.

Вторая часть занятия включает в себя моделирование ситуаций, в которых сказочные герои действуют как профессионалы, используя соответствующие атрибуты. После этого дети должны объяснить, как изменились их эмоциональное состояние и поведение.

#### Занятие 5. Где мне сесть?

*Цель:* сформировать у детей представления о зависимости эмоциональных реакций от ситуаций общения.

Порядок проведения. На открытом пространстве детям предлагается приблизиться друг к другу на максимально удобное для общения расстояние. Психолог следит за тем, как дети осуществляют этот процесс, и затем просит их объяснить, почему они выбрали такое расстояние. После этого он предлагает детям удалиться друг от друга и общаться с этого расстояния, а потом объяснить, что они при этом испытывают и что изменилось. Выбрав наиболее комфортное пространственное размещение, дети должны объяснить, какое эмоциональное состояние они испытывают на различных дистанциях общения.

### Занятие 6.

*Цель:* создать возможности, чтобы ребенок мог задуматься о природе человеческой привлекательности и симпатии.

*Стимульный материал:* изображения человеческих лиц.

Порядок проведения. Психолог показывает детям изображения разных людей и просит отметить те, которые им более всего понравились. Затем выбирает те портреты, которые понравились большинству или всем, и просит объяснить, почему именно эти портреты привлекли внимание детей. Дети описывают свои эмоциональные реакции, возникающие при просмотре тех или иных изображений.

В следующем упражнении детям предлагается объяснить смысл поговорки: «Не все то золото, что блестит». В результате занятия психолог подводит детей к пониманию того, что не только внешняя привлекательность, но и внутренние достоинства человека позволяют нам признать его красоту.

### Занятие 7.

*Цель:* формирование у детей умений и навыков неконфликтных реакций.

Порядок проведения. В ходе занятия разыгрываются ситуации, в которых сказочные персонажи должны участвовать в решении спорных вопросов и проблем. Сначала сказочным персонажам предлагают самостоятельно разрешить эти вопросы, а затем психолог предлагает решение этих проблем с использованием приемов неконфликтного реагирования.

В заключение занятия детей просят объяснить, какие способы реагирования привели к положительному решению ситуации и почему.

### Занятие 8.

*Цель:* познакомить детей с тем, как важно испытывать сочувствие к другим людям.

Порядок проведения. В начале занятия конструируется сказочная ситуация, в которой персонажи помогают одному из них справиться со сложным положением, причем его дети выбирают сами. Затем психолог просит объяснить каждого ребенка, что он чувствовал, когда помогал другому, и в итоге подводит всех к выводу о том, что помощь может вызывать радостные чувства и у того человека, который ее оказывает.

## **2.8 ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИХ ДЕФОРМАЦИЙ У ДЕТЕЙ**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР:

Пособие для психологов и педагогов. – М.: ВЛАДОС, 2003

В структуре характерологических особенностей детей с ЗПР часто отмечаются деформационные изменения. В этой связи следует включить в программу коррекционной работы следующие методы:

*Метод коррекции нарушений характера.*

При использовании данного метода важно соблюдение следующих условий:

- 1) урегулировать питание и сон, пребывание на свежем воздухе, чередование физической активности и отдыха;
- 2) крайне целесообразны физические нагрузки (естественные движения, игры, пешеходные экскурсии, спорт).

*Метод фиктивной, мнимой коррекции* особенно пригоден в раннем детском возрасте в тех случаях, когда симулируются (выдумываются) отдельные расстройства. Он состоит в том, что ребенка уверяют, что если он выпьет это лекарство (вместо которого дается соленая или сладкая вода) (эффект плацебо), то он будет совершенно здоров.

*Метод коррекции заострения отдельных характерологических особенностей.* (Метод построен на стратегии профессора П.Г. Вельского.)

В состав метода входят следующие основные направления:

- 1) дружественная и эмоциональная связь психолога с ребенком вызывает его желание подчиниться требуемому режиму деятельности;
- 2) катарсис — очищение психики ребенка от предшествовавших переживаний путем «эмоциональных» бесед с психологом;
- 3) постепенный перевод эмоциональной энергии, освободившейся после катарсиса, на новые социально полезные цели на основе закона трансформации эмоций:
- 4) перевод одной эмоции на смежную с ней, близкую по природе другую эмоцию, например азарта - в спорт, физического мазохизма — в психический, т. е. перевод поэзии грусти нарциссизма (самовыставления, самолюбования) - в драматическую работу, исполнение красивых героических ролей в спектакле и т.п.;
- 5) изменение целевой установки данных эмоций (например, целесообразен перевод хаотической стихийной агрессивности в агрессивность по отношению к объективным социально враждебным феноменам), поручение ответственных заданий;
- 6) постепенный отрыв ребенка от индивидуальной связи с психологом и полное направление психической энергии на ближайшее окружение.

Представленная схема проведения коррекционных мероприятий с детьми может рассматриваться как система ориентиров, которая будет наполнена конкретным содержанием в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка.

Все перечисленные в главе программы могут быть включены в работу профильных учреждений (образовательных и медицинских), занимающихся проблемами детей с ЗПР.

Участие родителей обеспечивает эффективность стратегии и тактики коррекционной работы.

### Коррекционная программа для родителей, имеющих детей с ЗПР

Исходный уровень		Социальная апатия; раздражительность; аутизм; агрессивность; нет навыка сотрудничества в рамках совместной программы, отсутствует готовность к такому сотрудничеству; демонстрация девиантного поведения; высокая эмоциональная нестабильность; конфликтность и т. п.
Требуемое: психологические и социально-педагогические ожидания		Стабилизация эмоциональных реакций и состояний, формирование адекватности эмоционального реагирования, развитие бесконфликтных способов реагирования, расширение диапазона и качества положительных эмоциональных реакций, активизация позитивного опыта в использовании продуктивных эмоциональных реакций
Подход		Индивидуально-дифференцированный, гуманный, личностно-ориентированный
Коррекционная программа	Содержание	Снижение уровня личностной и ситуативной тревожности детей, агрессивности и фрустрированности реакций, активизация положительного эмоционального опыта в системе межличностных отношений, развитие эмпатических реакций
	Форма	Индивидуальные и групповые формы коррекционной работы; демонстрация позитивных образцов поведения; созерцание
	Средства	Игры, тренинг, беседы и т. п.
	Стиль	В зависимости от участника взаимодействия

## 2.9 УРОКИ ОБЩЕНИЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Сорокоумова Е.А.

Уроки общения в начальной школе: Мет.пос. – СПб.: АО «Мэрил», 1994

Общение имеет огромное значение для общего психологического развития ребенка, для становления ребенка как личности, развития его самооценки. Умение продуктивно общаться является одним из критериев, определяющих готовность ребенка к школе. Именно в общении, считает Н. Ф. Талызина (1988 г.), формируется у ребенка умение подчиняться правилам, ориентироваться на социальные нормы.

Предлагаемые разработки уроков общения для учащихся начальной школы ставят своей задачей развитие следующих коммуникативных умений:

- умение слушать и слышать другого;
- умение участвовать в свободной беседе;
- умение быть внимательным к самому себе и окружающим;
- умение понимать чувства и настроение другого;
- умение осмысливать свои поступки и поступки другого.

На уроках используются методы активного обучения: ролевые игры, анализ ситуаций, игры-упражнения на развитие внимания, памяти, воображения, мышления, даются первые понятия невербальных форм общения с помощью мимики, жестов, пантомимики.

Закреплению социально-поведенческих норм способствуют и «секреты общения», предлагаемые для запоминания:

- Называй друга по имени, и он будет обращаться к тебе так же!
- Будь внимателен к тем, кто тебя окружает, и люди будут уважать тебя!
- Будь вежлив, и у тебя будет много друзей!
- Умей внимательно слушать другого, и ты сможешь узнать много нового!
- Умей поставить себя на место другого и ты сможешь понять его!

На занятиях используются детские подвижные игры, психологические упражнения, адаптированные для младших школьников, а также стихи, "сказки, рассказы.

Первые занятия направлены на адаптацию ребенка к школе, знакомство с одноклассниками и учителями.

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ УРОКОВ

1. Для занятий отводятся специальные уроки продолжительностью 40—45 минут.
2. Занятия проводятся в специальном помещении, где обстановка отличается от классной комнаты (есть игрушки, которыми могут играть дети, стулья или кресла должны стоять полукругом), чтобы дети могли видеть лица друг друга.
3. Класс делится на две группы (12—15 чел.)
4. Занятия лучше проводить на последнем уроке, т. к. они помогают снять накопленное за день напряжение.

### РЕКОМЕНДАЦИИ УЧИТЕЛЮ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ.

Большое значение имеет руководство занятиями, которые требуют терпения, внимания, понимания, такта по отношению к детям.

Преподаватель должен создать непринужденную обстановку, чтобы ребенок не боялся, что его действия будут отрицательно оценены. Никаких оценок, порицаний, замечаний! Улыбкой, похвалой, добрым словом, ласковым прикосновением нужно показать, что принимаешь ребенка таким, каков он есть.

Не заставляй и не принуждай ребенка к выполнению упражнений, а стараться с помощью других «втянуть» его в занятия.

Атмосфера доверия, дружеское расположение к ребенку дают возможность «раскрыться» его внутреннему миру, позволяют ему поделиться с Вами своими проблемами, а Вам узнать и для себя по-новому открыть его.

Перед началом занятий детям предлагается завести альбомы, где они будут выполнять домашнее задание — рисунки, которые помогут им осмыслить свои действия, чувства, выразить свое настроение, отношение к себе и другому.

Рекомендуемая литература

Цен Н. В., Пахомов К. В. «Психологические игры в спорте». М., Физ-ра и спорт, 1985.

Чистякова М. И. «Психогимнастика». М., «Педагогика», 1990.

Литвинова М. Ф. «Детские подвижные игры народов СССР».

## ЗАНЯТИЕ № 1

Цель: Ознакомить с основными способами общения: речь, мимика, жесты.

Упр. 1. «Давайте познакомимся»

Упражнение проводится в кругу. Каждый называет себя по имени. Затем один из участников встает в центр круга и по очереди бросает мяч каждому, называя его по имени. Упражнение можно повторять несколько раз и на нескольких уроках.

Первый «СЕКРЕТ» общения — Называй друга по имени, и он будет обращаться к тебе так же!

Упр. 2. «Паровозик»

Ребята разбегаются по разным углам комнаты и выбирают себе место — это их «станция». Один из участников — «паровозик». Его задание — обойдя всех, собрать пассажиров под музыку или песню «Мы едем, едем, едем». Когда «паровозик» собрал всех, руководитель может спросить, кого он взял первым и почему. Это упражнение дает возможность определить выборы ребят.

Затем предлагается занять свои места на стульях. Руководитель знакомит с правилами общения между собой.

Упр. 3. «Лица»

Руководитель рисует на доске или вывешивает картинки:

- веселое лицо; — хитрое лицо;
- плачущее лицо; — удивленное лицо;
- хмурое лицо; — испуганное лицо.

Предлагается определить, что выражают эти лица. Преподаватель объясняет, что выражение лица называется «МИМИКА» (слово проговаривается хором, записывается на доске).

Упр. 4. «Маски»

Каждому из участников дается задание — выразить с помощью мимики горе, радость, боль, страх, удивление и т. д.

Остальные должны определить, удалось ли изобразить «маску».

Упр. 5. «Жесты»

Преподаватель объясняет, что разговаривать можно и с помощью жестов. Предлагается вспомнить, какие жесты знают ребята, какие используют при общении (как жестом остановить машину, попросить разрешения на уроке, поздороваться, попрощаться и т. д.)

Упр. 6. «Иностранец»

Вы попали в другую страну, не знаете языка, вас не понимают. Спросите дорогу: в зоопарк, в бассейн, на площадь, где стоит памятник, в кинотеатр, в кафе, на почту...

Упр. 7. «Эти разные слова»

Преподаватель говорит о значении Слова в общении. С помощью слова можно приласкать, прогнать, огорчить, согреть, обидеть. Просит привести примеры, как словом можно приласкать человека, как ободрить, как прогнать и т. д.

Упр. 8. «Тише, Танечка, не плачь»

Девочка упала, разбила коленку, ей больно. Найди ласковые слова, чтобы успокоить ее. Девочка должна с помощью мимики и жестов показать боль. Остальные по очереди должны выразить ей свое сочувствие.

В конце урока еще раз повторите способы общения (мимика, жесты, речь). Закрепляется новое понятие «мимика» и повторяется Первый «СЕКРЕТ» общения.

Ритуал прощания, будет повторяться в конце каждого урока. С помощью жестов сделай другу подарок. Преподаватель начинает первым. Передают цветы, книгу, солнце и т. д. и обязательно выясняют, понял ли ребенок, что ему подарили или передали. Д/з. К следующему уроку в альбоме сделать рисунок «Подарок другу».

## ЗАНЯТИЕ № 2

Цель: Развивать внимание к окружающим людям.

Урок начинается с рассмотрения домашних рисунков. Выясняется, что хотел подарить ребенок и кому, почему именно этому ребенку.

Повторяется материал предыдущего урока и несколько упражнений по выбору преподавателя.

Второй «СЕКРЕТ» общения — Будь внимателен к тем, кто тебя окружает, и люди будут уважать тебя!

Упр. 1. «Опиши друга»

Два человека стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, лицо, одежду другого; выясняется, кто оказался точнее при описании друга.

Упр. 2. «Маленький художник»

Один из участников — «художник». Он задумал нарисовать портрет друга. Он внимательно смотрит, выбирает «натуру», затем поворачивается спиной к ребятам и начинает «рисовать», т. е. дает словесный портрет. Остальные должны определить, кто был его моделью.

Упр. 3. «Тропинка»

Все встают вокруг и под музыку начинают движение. Делается команда «Копна» — все дети должны соединить руки над головой в центре круга. По команде «Кочка» — дети приседают, положив руки на голову. При команде «Тропинка» — присоединяются по ходу движения, опустив голову и положив руки на плечи впереди стоящего. (Упр. повторяется несколько раз.) Те, кто нарушил правила, садятся на свои места. В конце игры определяются самые внимательные.

Далее преподаватель просит вспомнить, что видели дети по дороге в школу, что необычного они заметили сегодня.

Упр. 4. «Белые медведи»

Снежная Королева заморозила мальчика. Чтобы его разморозить, надо попасть в Царство Снежной Королевы. Вход туда стерегут белые медведи. Они загадывают загадки и пропускают только тех, кто эти загадки отгадал.

Выбираются два «белых медведя». Ребята по очереди подходят к ним и слушают загадки. Тот, кто не может отгадать, отправляется в «лес» — в конец комнаты, где разложены ответы на загадки. Это могут быть предметы, игрушки, вырезанные из бумаги фигурки или карточки с написанными отгадками. Преподаватель может взять на себя роль «Снежной Королевы» и помогать белым медведям загадывать загадки.

Попавшие в царство «Снежной Королевы» должны «разморозить» мальчика, который сидит на стуле в застывшей позе. Нельзя дотрагиваться до него руками, можно пользоваться только мимикой и жестами. Победил тот, кто «оттаял» замороженного. Тот заулыбался, заморгал, зашевелился.

Урок заканчивается ритуалом прощания (подарки, улыбки, добрые слова).

Д/з. Нарисовать «Что я видел по дороге в школу».

## ЗАНЯТИЕ № 3

Цель: Развитие умения слушать собеседника, тренировка наблюдательности.

Занятие начинается с рассмотрения и обсуждения домашних рисунков.

Вспоминаются выученные «СЕКРЕТЫ» общения и делаются упражнения на их закрепление (по выбору преподавателя или детей).

Упр. 1. (С мячом в кругу) — «Назови по имени»

Упр. 2. «Прикосновения»

Один из участников садится в центре круга на стул, глаза его закрыты, трое ребят по очереди подходят к нему и дотрагиваются до рук сидящего. Тот должен определить, кто к нему прикоснулся (назвать по имени).

Упр. 3. «Испорченный телефон»

По кругу передают на ухо друг другу какое-нибудь слово. Последний должен назвать это слово вслух. Выясняется, какое слово начали передавать, где «телефон» испортился.

Упр. 4. «Слушаем тишину»

Предлагается всем детям закрыть глаза и послушать тишину: в коридоре, в комнате, на улице. Затем выяснить, кто и что услышал.

Третий «СЕКРЕТ» общения — Умей внимательно слушать другого, и ты узнаешь много нового!

Упр. 5. «Интонация»

Детям предлагается повторить с разной интонацией предложение (радостно, зло, задумчиво, с обидой): «Я получил два!»

Упр. 6. «Сочиняем сказку»

Предлагается всем взять из коробки по одной картинке (вырезки из журналов, сюжетные картинки). Начинаем сочинять сказку. Каждый ребенок должен придумать 1—2 предложения, используя свою картинку. Сказка должна иметь общий сюжет. Затем обсуждение: получилась или нет сказка, почему.

Упр. 7. «Я садовником родился»

Ребятам раздаются картинки цветов (или каждый из участников может выбрать название цветка). Выбирается садовник.

Садовник: — Я садовником родился, не на шутку рассердился, все цветы мне надоели, кроме ... (называет цветок). Цветок: — Ой! Садовник: — Что с тобой? Цветок: — Влюблен! Садовник: — В кого? Цветок: — В ... (называет цветок).

Тот, кто забывает название цветка или ошибочно называет выбывшего из игры, отдает фант. В конце игры выбирается «зеркало», и садовник называет фанты «зеркалу», которое определяет задание каждому игравшему. (Задания должны включать элементы из пройденного материала: выразить с помощью мимики какое-либо чувство, с помощью жестов спросить или изобразить что-либо, отгадать загадку и т. д.)

В конце занятия повторяется Третий «СЕКРЕТ» общения. Ритуал прощания.

Д/з. Рисунок «О чем я мечтаю».

#### ЗАНЯТИЕ № 4

Цель: Развивать воображение.

Урок начинается с рассмотрения рисунков. Обсуждается, о чем мечтают дети, есть ли у них общие мечты, что нужно сделать, чтобы мечта сбылась.

Упр. 1. «Если бы я был волшебником»

Руководитель предлагает каждому ребенку придумать рассказ-миниатюру на заданную тему.

Упр. 2. «Подарок»

Друг уезжает в далекое путешествие. Он уже сел в поезд. Вам хочется на прощание сделать ему подарок. Но в вагон уже не пускают. Подарок надо преподнести перед окном (с помощью мимики и жестов).

Упр. 3. «Встреча»

Два друга давно не виделись. Они мечтают о встрече. Дается задание показать, как встретятся два друга после долгой разлуки.

Упр. 4. «Царевна Несмеяна»

Чтобы развеселить Царевну Несмеяну, надо сказать ей добрые слова о том, какая она хорошая. (Дети по очереди говорят «царевне» о ее хороших качествах.) Эта игра позволяет проследить, как дети узнали друг друга.

Упр. 5. «Маленький художник»

Преподаватель предлагает вспомнить Второй «СЕКРЕТ» общения и повторяет игру «Маленький художник».

Упр. 6. «Опиши друга»

Упр. 7. «Сравнения»

Преподаватель предлагает детям сравнить своих друзей и себя с каким-либо цветком, деревом, зверюшкой и т. д. Затем спрашивается, почему выбрано такое сравнение.

Упр. 8. «Волшебные картинки»

Преподаватель показывает картинки с изображением (или рисует на доске):

- шары на веревочке;
- два вложенных друг в друга круга;
- четыре соединенных треугольника.

Каждый из участников должен придумать названия для этих рисунков.

Упр. 9. «Дорисуй»

Преподаватель раздает каждому ребенку листы с нарисованными фигурами:

- круг;
- прямоугольник;
- треугольник и круг;
- треугольник и прямоугольник.

Предлагается превратить эти фигуры в любые картинки, дорисовав необходимые детали.

Затем обсуждается, чьи рисунки лучше, кто придумал больше картинок.

Урок заканчивается ритуалом прощания.

Д/з. Рисунок «Я и мои друзья в группе».

## ЗАНЯТИЕ № 5

Цель: Развитие уважения, вежливого отношения к людям.

Урок начинается с рассмотрения и обсуждения домашних рисунков.

Упр. 1. «Что можно сделать для друга»

Руководитель предлагает детям подумать и сказать, что можно сделать для друга.

- утешить — повторяется упр. «Царевна Несмеяна»;
- сделать подарок — упр. «Подарок»;
- поиграть — упр. игра «Путаница», «Испорченный телефон» и т. д.

Далее руководитель предлагает игру в вежливые слова.

Упр. 2. «Вежливые слова»

Игра проводится в кругу с мячом. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова.

Затем упражнение усложняется. Преподаватель предлагает называть только слова приветствия (прощания, извинения, благодарности) .

В конце упражнения спрашивается о том, какие чувства вызывают вежливые слова.

Упр. 3. «Розовое слово „привет"»

Руководитель читает рассказ Дж. Родари «Розовое слово „привет"». «Один мальчик растерял все хорошие слова. Остались у него только плохие. Тогда мама отвела его к доктору. Тот сказал: „Открой рот, высуну язык, посмотри вверх, посмотри на кончик своего носа, надуй щеки". Потом велел мальчику найти поискать хорошие слова. Сначала мальчик нашел слово »У-у-уФ" — тоже нехорошее слово, затем слово „отстань", тоже плохое. Наконец он обнаружил розовое слово „привет". Положил его в карман и отнес домой и после этого научился говорить хорошие слова и стал хорошим, добрым мальчиком.»

Дети получают роли: мамы, мальчика, доктора и с помощью мимики, жестов и слов играют эту сцену.

Упр. 4. «Ссора»

Двое детей стоят спинами друг к другу и притоптывают ногами, руки на поясе или за спиной. Затем помирились! Берутся за руки, улыбаются, обнимаются.

Упр. 5. «Магазин вежливых слов»

На полках в магазине стояли вежливые слова благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста), приветствия (здравствуйте.

добрый день, доброе утро, добрый вечер), извинения (извините, простите, жаль), прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи). Но вдруг подул ветер и все слова упали и перепутались. Надо их снова расставить по полкам.

(Преподаватель заранее пишет слова на карточках. Ребята берут по очереди карточки со словами и расставляют их на полки.)

Четвертый «СЕКРЕТ» общения — Будь вежлив, и у тебя будет много друзей!

В конце урока ритуал прощания (ребята говорят друг другу вежливые слова).

Д/з. Рисунок на тему «Мой хороший поступок».

## ЗАНЯТИЕ № 6

Цель: Развитие сочувствия, внимания, взаимоуважения.

Занятие начинается с рассмотрения и обсуждения рисунков.

Что значит хороший поступок?

Упр. 1. «Хороший поступок»

Руководитель читает рассказ Осеевой «Просто старушка».

По улице шли мальчик и девочка. А впереди них шла старушка. Было очень скользко, старушка поскользнулась и упала.

- Подержи мои книжки! — крикнул мальчик, передал девочке свою сумку и бросился на помощь старушке. Когда он вернулся, девочка спросила его:

— Это твоя бабушка?

— Нет, — ответил мальчик.

— Мама? — удивилась подруга.

— Нет!

— Ну, тетя, или знакомая?

— Да нет же, нет! -- ответил мальчик. — Это просто старушка!

Далее руководитель задает вопросы:

— Кто совершил хороший поступок?

— Как мальчик помог старушке?

— Почему он поступил так?

— Как бы поступила девочка, если бы была одна на улице?

— Как бы ты повел себя на месте этих детей?

Руководитель предлагает вспомнить «СЕКРЕТ» общения: «Будь внимателен к тому, что тебя окружает, и перед тобой откроется целый мир!»

Можно провести несколько упражнений на внимание: «Тропинка», «Маленький художник», «Опиши друга» и т. д.

Затем предлагается вспомнить вежливые слова (с мячом в кругу) и секрет «Будь вежлив, и у тебя будет много друзей!»

Повторяется упражнение «В магазине вежливых слов».

Упр. 2. «Лужа»

Прошел сильный дождь, маленькая девочка осталась одна посередине большой лужи. Сама она не могла выбраться.

Помоги ей!

(Если ребята затрудняются в выполнении, предлагают перекинуть бревнышко, маленькие дощечки, подать руку и т. д.)

Урок заканчивается ритуалом прощания (пожелание хорошего настроения).

Д/з. «Я и мое настроение» — рисунок.

### ЗАНЯТИЕ № 7

Цель: Развивать умение выражать свое настроение и чувствовать состояние другого.

Занятие начинается с рассмотрения и обсуждения домашних рисунков.

Обсуждается вопрос: «Что значит понимать настроение другого?»

Руководитель предлагает рассмотреть фотографии (вырезки из журналов) и определить настроение изображенных на них людей.

Упр. 1. «Маски»

Упр. 2. «Интонации»

Упр. 3. «Цветопись настроения»

Руководитель объясняет, что настроение может соответствовать определенному цвету.

Вывешивает заранее подготовленную таблицу «Цветопись настроения», а на занятии объясняет:

- красный цвет — соответствует восторгу;
- оранжевый — выражает радость, веселье;
- желтый — соответствует светлому, приятному настроению;
- зеленый — спокойному состоянию;
- синий — грустному, неуверенному состоянию;
- фиолетовый — тревожному, напряженному состоянию;
- черный — соответствует упадку, унынию;
- белый — страху.

Упр. 4. «Цветик-многоцветик»

Это упражнение помогает определять эмоциональное состояние детей и может быть использовано на уроках.

В коробочках лежат вырезанные из цветной бумаги лепестки цветов. Руководитель предлагает каждому выбрать лепесток в соответствии с его настроением (или обозначить цветом настроение, с каким ребенок идет в школу, на урок, приходит домой и т. д.)

Из лепестков на доске или на специальной таблице составляется цветок.

Упр. 5. «Краски»

Это упражнение проходит в виде ролевой игры. Руководитель раздает роли.

— Покупатель;

— Продавец;

— Все остальные дети — краски, которым предлагается с помощью мимики изобразить заданный или выбранный цвет.

Приходит покупатель, стучится. Продавец: «Кто там?»

— Покупатель

— Зачем пришел?

— За краской.

— За какой?

— За ... (называет краску. Покупатель должен постараться по настроению, которое изображает ребенок, определить заданный цвет). Если покупатель ошибается, то он становится «краской».

Побеждает тот, кто сумел отгадать больше красок.

Повторяется Второй «СЕКРЕТ» общения. Урок заканчивается ритуалом прощания.

Д/з. Рисунок «Я и мои шалости».

### ЗАНЯТИЕ № 8

Цель: Установление психологического дискомфорта, агрессии, формирование умения учитывать позицию другого. Урок начинается с рассмотрения и обсуждения домашних рисунков.

Упр. 1. «Так будет справедливее»

Руководитель читает рассказ: «Мама ушла в магазин. Как только за ней закрылась дверь, братья стали баловаться. Они то бегали вокруг стола, то кидались подушками. Вдруг щелкнул замок — это вернулась мама. Старший брат быстро сел на диван, а младший продолжал подбрасывать подушку и разбил люстру. Мама рассердилась и поставила его в угол. Старший брат поднялся с дивана и встал рядом. „Почему ты так поступи,!“ — спросила мама. „Так будет справедливо“,—ответил мальчик.»

Далее руководитель задает вопросы детям:

- Почему старший брат ответил так?
- Как ты думаешь, что сделает мама?
- Как бы ты повел себя на месте старшего брата?

Упр. 2. «Ссора»

Упр. 3. «Встреча»

Пятый «СЕКРЕТ» общения: Умей поставить себя на место другого, и ты сможешь понять его поступки.

Упр. 4. «Жмурки»

Упр. 5. «Ключ»

Руководитель зачитывает детям ситуацию и просит изобразить ее с помощью мимики и жестов.

1. Ребенок потерял ключ от квартиры. Он очень расстроен

2. Ребенок дома один. Ему скучно, грустно (выражение грусти). Но вот мама пришла с работы (выражение радости).

Упр. 6. «Найди ведущего»

Упражнение проводится в кругу. Выбирают ведущего и наблюдателя. Ведущий показывает движения, остальные участники за ним повторяют. Наблюдатель должен найти ведущего.

Упр. 7. «На узкой тропинке»

Двое детей идут по «узкой тропинке» навстречу друг другу» (Она может быть нарисована мелом на полу). С одной стороны гора, а с другой — пропасть. Как можно разойтись на этой узкой тропинке?

В конце урока повторяется Пятый «СЕКРЕТ» общения.

Ритуал прощания — в словесной форме, высказывая друг другу пожелания.

Д/з. Рисунок на тему «Путешествие».

### ЗАНЯТИЕ № 9

Цель: Развитие умения задавать вопросы, вежливого обращения, внимания. Урок начинается с рассмотрения домашних рисунков.

Упр. 1. «Иностранец»

Упр. 2. «На улице»

Руководитель предлагает детям спросить с помощью вежливых слов, как пройти к:

- зоопарку;
- бассейну;
- метро;
- музею и т. д.

Вспоминают Четвертый «СЕКРЕТ» общения.

Упр. 3. «Интервью»

Руководитель предлагает детям ситуацию «Вы прилетели из далекой страны, где были на экскурсии. В аэропорту вас встречает корреспондент газеты и просит вас ответить на его вопросы.»

«Корреспондент» выбирается ребятами или назначается руководителем. Он задает каждому из участников вопросы, связанные с путешествием, и выслушивает ответы.

Упр. 4. «Да и Нет не говорите»

Руководитель предлагает поиграть в игру, где есть специальные условия — нельзя говорить «Да» и «Нет» и выбирать черный и белый цвета.

«Вам король прислал пакет, а в пакете 100 монет. Что хотите, то берите, но черный с белым не берите, „Да" и „Нет" не говорите.»

Далее руководитель задает каждому ребенку вопросы. Если ребенок нарушает условия — он платит «фант».

В конце игры выбирается «зеркало», которое определяет задание для каждого «фанта». (Задания должны включить элементы из пройденного материала: выразить с помощью мимики и жестов что-либо, отгадать загадку и т. д.) Вспоминают Третий «СЕКРЕТ» общения.

Урок заканчивается ритуалом прощания.

Д/з. Нарисовать то, что особенно запомнилось на занятиях.

#### ЗАНЯТИЕ № 10

Цель: Умение выразить свои чувства, симпатии, взаимопонимание.

Это занятие заключительное. На нем предлагается повторить выученные секреты общения и наиболее понравившиеся упражнения.

Занятие начинается с рассмотрения домашних рисунков.

В заключение предлагается упражнение «Пожелания».

Ребята по очереди дарят друг другу (или высказывают) свои пожелания.

## 2.10 КОРРЕКЦИЯ ПОВЕДЕНИЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ СРЕДСТВАМИ ИСКУССТВА

Шамарина Е.В. Обучение детей с ЗПР: организация индивидуальных и групповых занятий в классе коррекционно-развивающего обучения. Пособие для учителей начальных классов и психологов коррекционно-развивающего обучения. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003

Для данного направления работы характерны два типа занятий.

**ПЕРВЫЙ ТИП ЗАНЯТИЙ** - использование средств искусства для коррекции поведения детей с задержкой психического развития.

#### Задачи:

- снять эмоциональную напряженность;
- создать ситуацию успеха;
- прививать младшим школьникам с задержкой психического развития новые формы поведения (умение довести начатое дело до конца, дисциплинированность);
- дать возможность детям данной категории почувствовать себя самостоятельными и уверенными в себе;
- воспитывать чувство прекрасного.

В качестве примера приведем конспекты нескольких занятий первого типа.

**Тема занятия. Игровые графические упражнения: научиться проводить дугообразные и замкнутые линии.**

**Цель занятия:** развивать моторику руки, формировать графические навыки работы карандашом путем многократного повторения одних и тех же изобразительных действий. Помочь детям поверить в собственные силы, создавать эмоционально приподнятое настроение.

Занятие проводится психологом или дефектологом в индивидуальной или групповой форме. Упражнения, предложенные в содержании занятия, может использовать учитель при подготовке детей к письму в период обучения грамоте.

Содержание занятия. Все упражнения проводятся в игровой форме, при этом учащиеся рисуют и на классной доске (после показа психологом), и у себя в тетрадях. Навыки отрабатываются на разнообразном графическом материале. Для этого к занятию

подготавливаются рабочие листы с постепенно усложняющимися заданиями, представленными на рис. 1 («Летит самолет», «Плывет кораблик по волнам», «Плывет рыба» и др.). Кроме того, учащимся предлагается нарисовать, как перелетает бабочка с цветка на цветок, как прыгает лягушка, как «скачет» мяч (рис. 2).

Для многократного воспроизведения круговых изобразительных действий целесообразно давать такое игровое задание, как «Намотай большой и маленький клубок ниток» (рис. 3). Для этого лучше сразу пользоваться цветными карандашами («нити синие», «нити зеленые» и т. д.). Чтобы помочь детям разместить клубки на листе бумаги, необходимо заранее поставить ориентиры - синие и зеленые точки.

Рис. 1

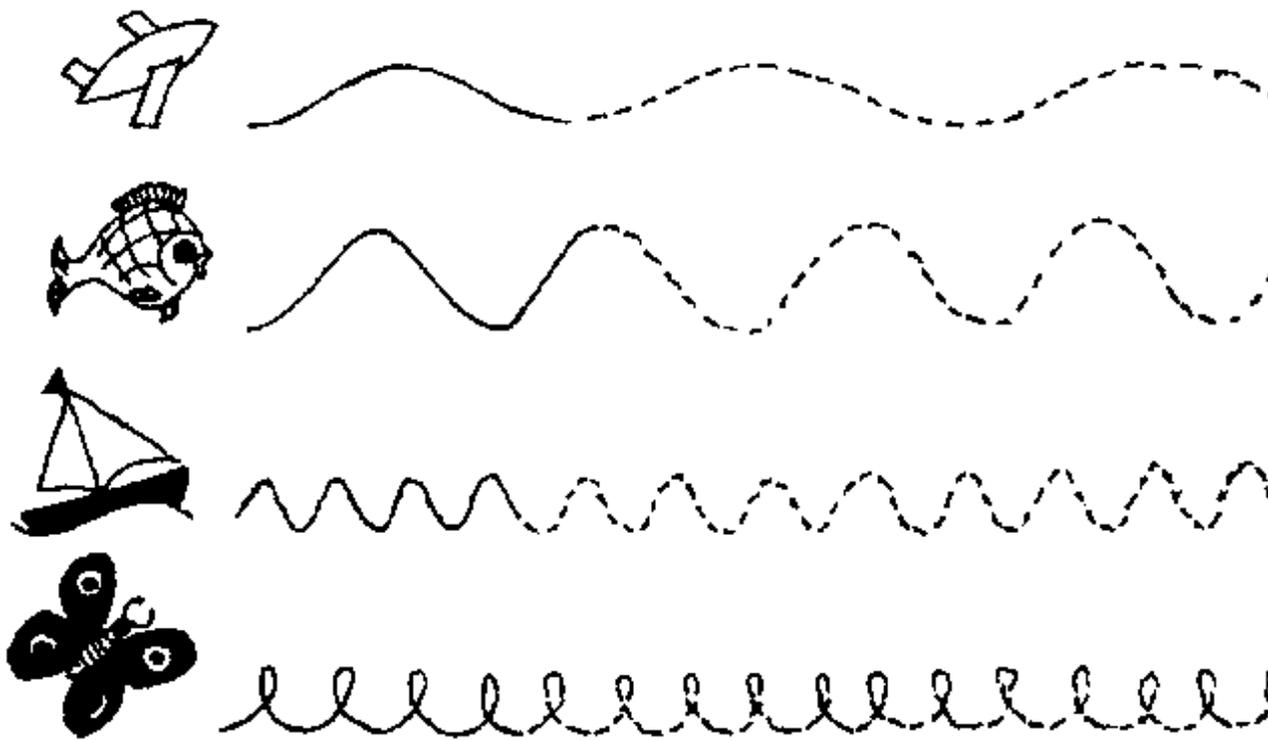
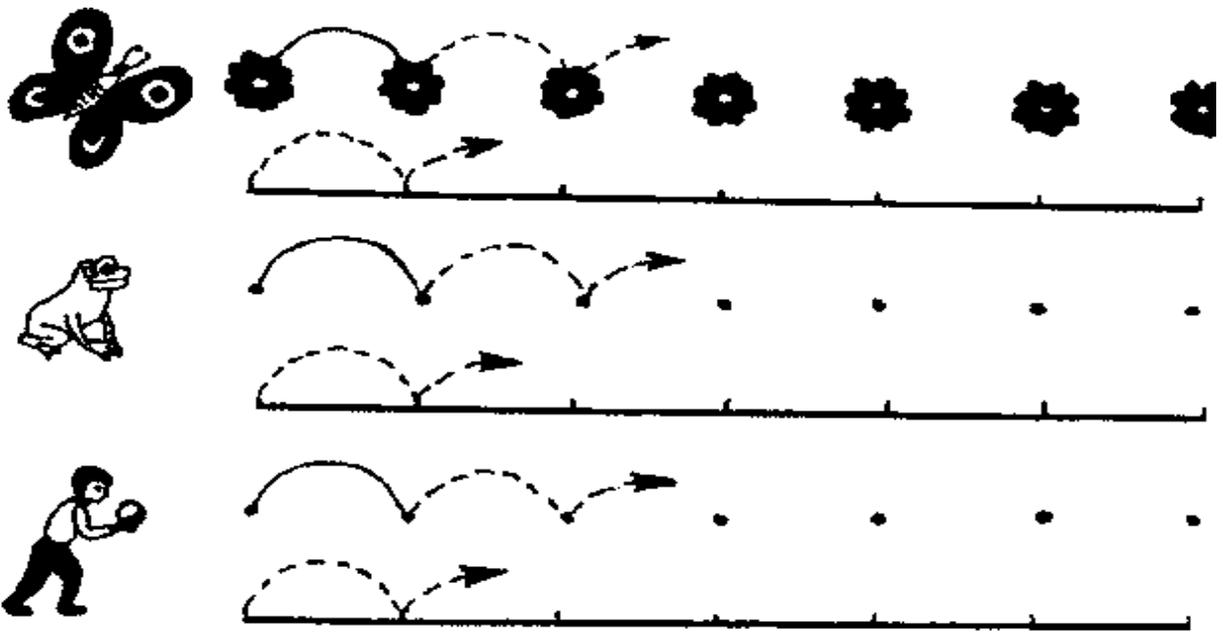


Рис.



2

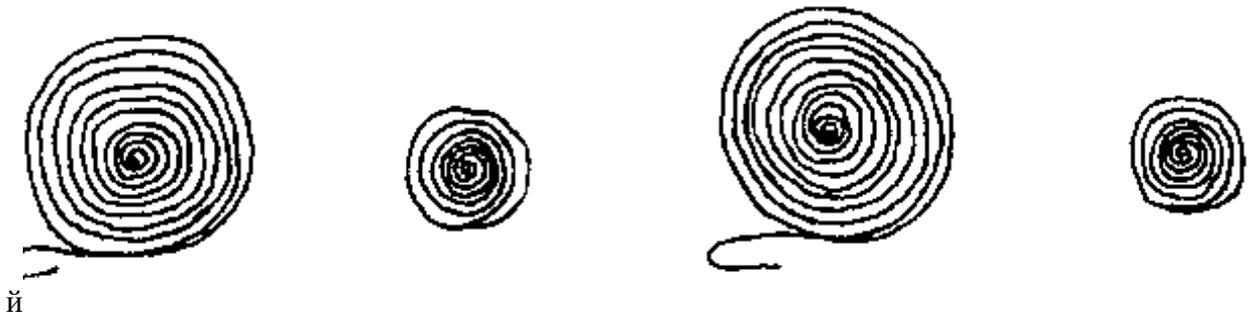


Рис.3

В заключительной части занятия учащимся предлагается игра «Графическая музыка».

#### «Графическая музыка»

Цель: учить детей воспринимать музыку и находить ей соответствующие образы.

Младшим школьникам предлагается под музыку, закрыв глаза, проводить на бумаге линии в соответствии с восприятием мелодии. Найти в этих линиях образы и обвести их карандашами разного цвета. Одна и та же линия может использоваться в создании нескольких образов. Примечание: лучше использовать мелодию без текста. Например, «Времена года» П.И.Чайковского или звуки живой природы в сопровождении романтических мелодий. В конце занятия с целью определения эмоционального состояния школьников психолог может предложить им игру «Изобрази свое настроение».

#### «Изобрази свое настроение»

Цель: упражнять учащихся в умении передавать свое настроение.

Материал: гуашь или акварель, белая бумага.

Психолог предлагает школьникам выбрать по желанию цвет краски, нарисовать цветовые пятна, линии. Примечание. Использование ребенком черных и коричневых цветов свидетельствует о депрессивном настроении, большом количестве страхов.

#### Тема занятия. Рисование предметов округлой и овальной формы.

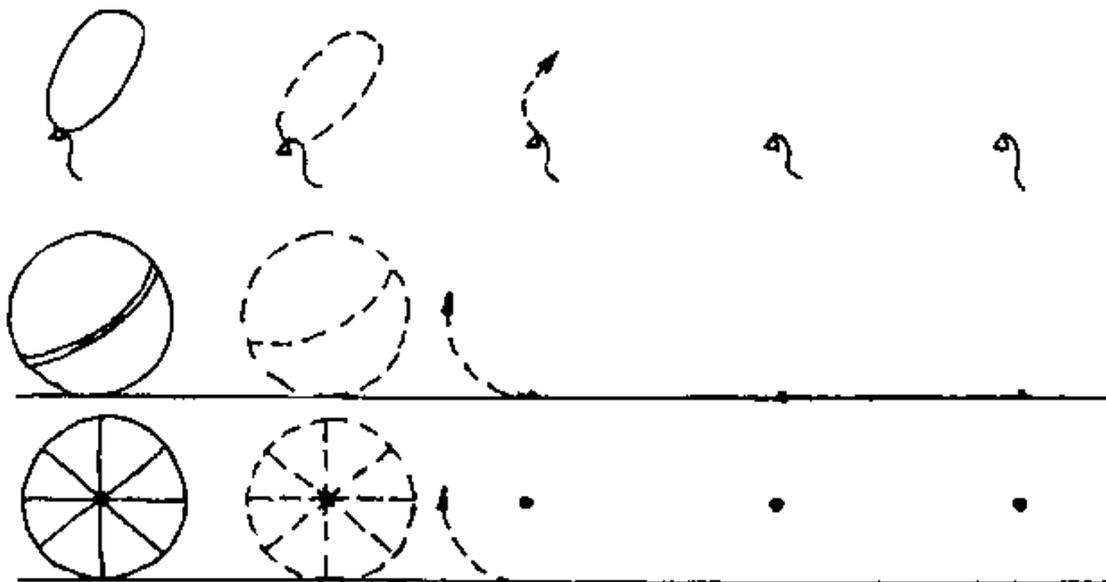
Цель занятия: сопоставлять предметы круглой и овальной формы с геометрическими фигурами - кругом и овалом. Учить детей изображать предметы разного цвета и размера, похожие на круги и овалы, красиво располагая их на листе бумаги. Воспитывать самостоятельность при выборе цветного карандаша.

Занятие проводит психолог или дефектолог.

**Содержание занятия.** Геометрические фигуры (круг и овал) большого размера прикреплены к доске. На столе лежат предметы круглой (мяч, колесо, бублик, апельсин) и овальной (воздушный шар, яйцо, ракетка, слива) формы.

Психолог показывает одну из фигур, предлагает назвать ее форму, после чего найти предмет такой же формы и положить его рядом с этой фигурой. Если ребенок правильно выполнил задание, учащиеся хлопают в ладоши. Если он ошибся, психолог просит обвести фигуру и предмет указательным пальцем ведущей руки. Этот прием (моделирование формы) помогает ученику правильно выполнить задание. Затем учащиеся по очереди выходят к доске и мелом рисуют круглые и овальные предметы. В процесс изображения включается счет, например: «Саша нарисовал два мяча. Сосчитаем, сколько мячей нарисовала Таня». Далее учащиеся получают заранее подготовленные листы бумаги с изображением предметов круглой и овальной формы (рис.4), дети рисуют сразу цветными карандашами: обводят контурные изображения, дорисовывают предметы с учетом имеющихся ориентиров.

Рис.4



Во второй части занятия учащиеся получают задание нарисовать на отдельных листах (формат 21x30 см) круглые и овальные предметы равной величины и окраски: разноцветные шары - большие и маленькие, разноцветные колеса - большие и маленькие. Изобразительная задача может быть усложнена. Для этого предлагается последовательно уменьшать размеры изображаемого предмета: большой, меньше, еще меньше, совсем маленький.

В конце занятия следует предложить детям игру «Матрешки».

### «Матрешки»

Цель: развитие произвольной памяти детей, мелкой моторики пальцев рук.

Учащимся необходимо прослушать стихотворение и по памяти нарисовать те предметы, о которых в нем говорится.

Матрешек будем рисовать:

Раз, два, три, четыре, пять.

Всех больше первая матрешка:

Зеленый сарафан, кокошник.

А за ней сестра вторая.

В желтом платье выступает.

Третья меньше второй:

Сарафанчик голубой.

У четвертой матрешки

Рост поменьше немножко,

Сарафанчик синий,

Яркий и красивый.  
Пятая матрешка –  
В красненькой одежке.  
Всех запомнить постарайся  
За рисунок принимайся!

Примечание. При необходимости стихотворение может быть прочитано еще раз.

Итог занятия: работа с пиктограммами.

#### «Пиктограмма»

Цель: выявить эмоциональное состояние школьников после проведенного коррекционно-развивающего занятия

Каждому учащемуся класса учитель предлагает три кружочка с различными выражениями лица (красный кружок - радость, желтый - равнодушие, зеленый - огорчение). Ребенок должен выбрать только то выражение лица, которое больше всего соответствует его настроению и повесить на белый лист бумаги, прикрепленный к доске.

**Тема занятия. Копирование изображений по образцу с использованием опорных точек. Упражнения на дорисовывание двусторонне-симметричных контурных изображений.**

Цель занятия: развивать пространственно - аналитическую деятельность учащихся, умение ориентироваться в графических элементах изображаемых предметов, соотносить каждую опорную точку с аналогичной точкой на образце. Учить детей дорисовывать недостающие части симметричных контурных изображений, соизмеря левую и правую половины.

Занятие проводится психологом или дефектологом в индивидуальной форме.

Оборудование. Для каждого ребенка психологготавливает (ксерокопирует) образцы несложных по конфигурации изображений (домик, флажок, лесенка), рядом с которыми поставлены опорные точки (рис. 5); кроме того, дети получают незаконченные контурные рисунки двусторонне-симметричных предметов (рис.6). При подготовке к занятию важно определить наиболее целесообразные размеры изображения. Для первоклассников они не должны превышать, как правило, 5x5 см. Задания предполагают дорисовывание как правой, так и левой половины рисунка. Поэтому для каждого ученика следует готовить два варианта упражнений.

Рис.5

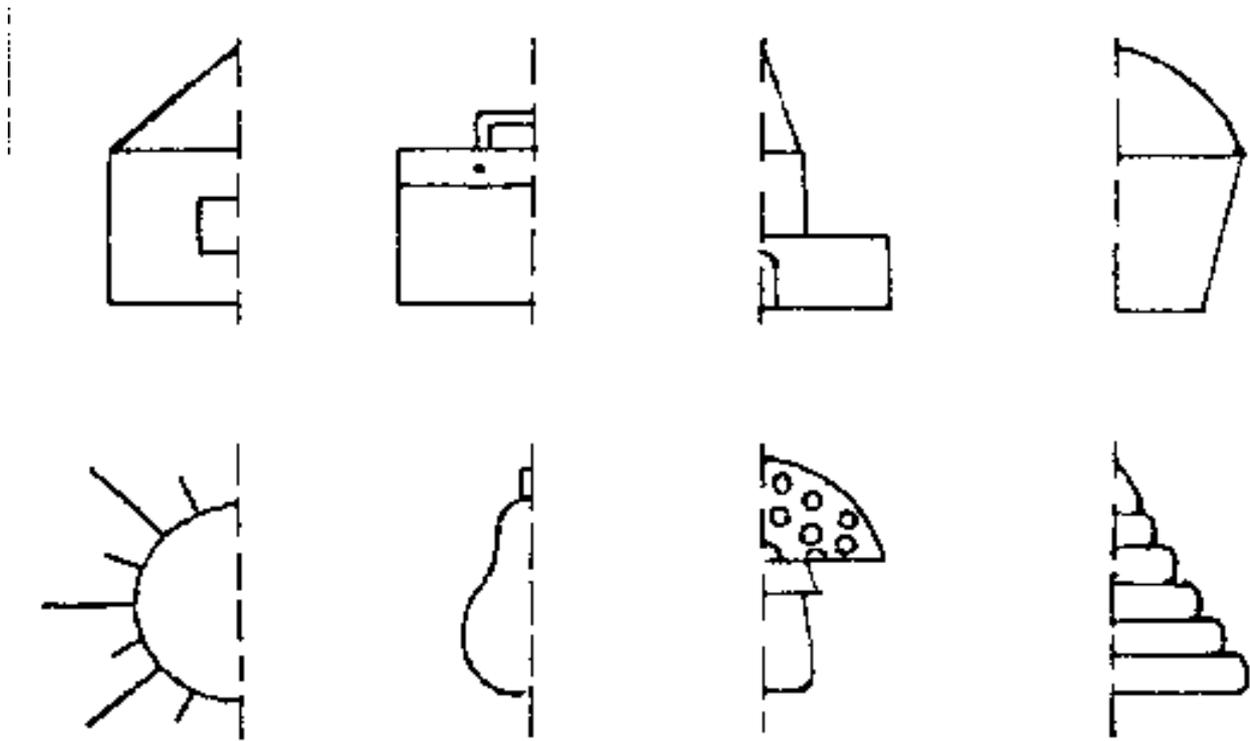
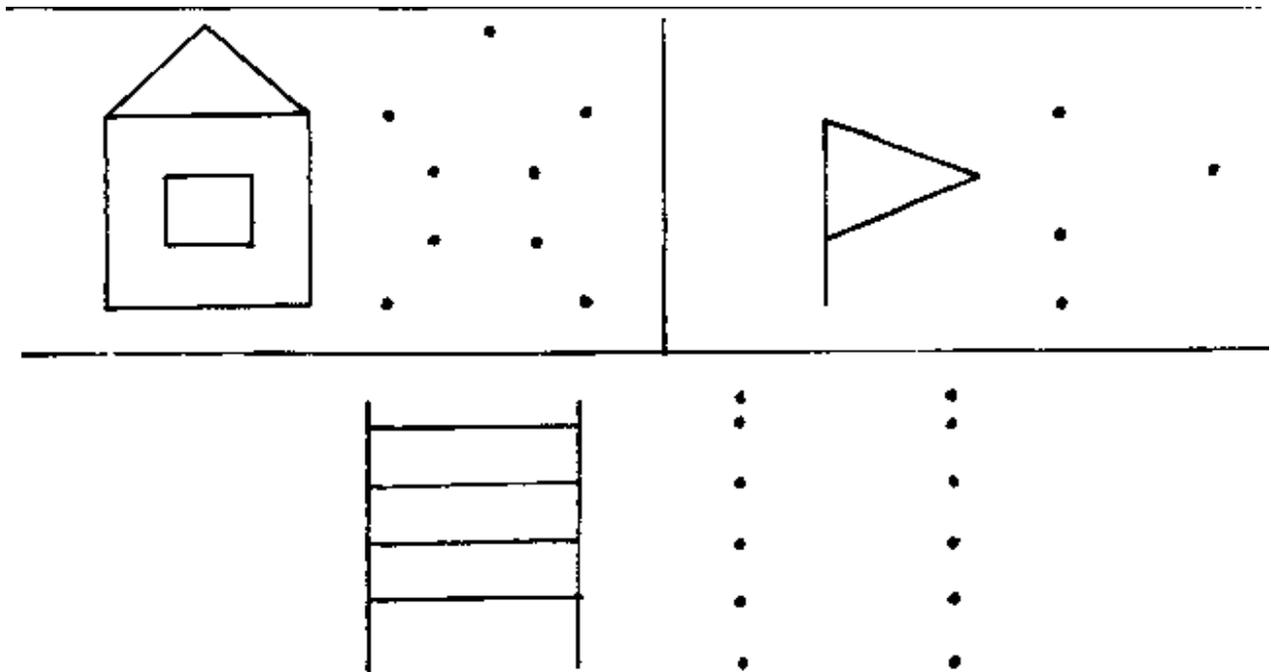


Рис.6



**Содержание занятий.** В начале занятия анализируется таблица с контурными изображениями домика, флажка, лесенки. Учащиеся по очереди выходят к доске, называют и обводят указкой формообразующие элементы: крыша, стены, окошко и т. д. Затем дети обозначают цветным мелом основные ориентиры (опорные точки) непосредственно на готовом рисунке. Психолог объясняет, что любая точка требует остановки или смены направления движения руки, а учащиеся, в свою очередь, соотносят каждый линейный элемент на образце с соответствующим воспроизводящим движением между двумя точками во вновь создаваемом изображении. Существенное значение имеют рассуждения ребенка типа «отсюда - сюда», «здесь - так и здесь - так», которые следует поощрять.

После предварительного разбора каждого рисунка-образца учащиеся на своих листах бумаги соединяют точки прямыми линиями. Полученные рисунки раскрашивают цветными карандашами, соблюдая направление штрихов (крышу домика - по косой, стенку - сверху вниз, флажок - слева направо).

Во второй части занятия учащиеся выполняют упражнения на дорисовывание двусторонне-симметричных предметов.

Итог занятия - игра «Изобрази свое настроение».



В качестве вспомогательного средства на коррекционно-развивающих занятиях необходимо использовать музыку. С давних пор музыка используется как лечебный фактор. В.М. Бехтерев писал, что с помощью музыкального ритма можно установить равновесие деятельности нервной системы ребенка, успокоить слишком возбужденные темпераменты, урегулировать резкие движения учащихся.

Организация других коррекционных занятий может осуществляться посредством таких видов деятельности, как пуантилизм - пальцевая живопись, кляксография, пластилиновая живопись.

#### **Пуантилизм - пальцевая живопись**

Цель: учить детей самостоятельно создавать образ.

Психолог предлагает детям нарисовать предмет или несколько предметов, накладывая цветные пятна одним или несколькими пальчиками или используя палочки.

Примечание. Можно нарисовать контурное изображение предмета. Лучше использовать гуашь.

#### **Кляксография**

Цель: развивать умение видеть образ, проявлять самостоятельность в творчестве и создании образа.

Детям предлагается поставить кляксы на листе бумаги, используя гуашь, тушь или жидкую акварельную краску, и, направляя лист бумаги, дать возможность краске растечься. Увидев образ, дорисовать его элементы (ушки, хвостик, лапки), придумать ему название.

#### **Пластилиновая живопись**

Цель: развивать уверенность в себе, совершенствовать движения руки.

Материал: картон, пластилин, стека. Учитель, нарисовав предварительно контурное изображение предмета, предлагает размазать немного пластилина на поверхности картона. Желательно использовать несколько цветов, накладывая один на другой (светлый на темный), чтобы придать объемность образу. Стекой можно изменить фактуру предмета или снять лишний слой пластилина, так как этот прием не лепка, а рисование.

**ВТОРОЙ ТИП ЗАНЯТИЙ** - использование игр и этюдов для коррекции поведения и эмоционально-личностной сферы младших школьников с задержкой психического развития.

#### **Задачи этапа:**

- 1) коррекция аффективного поведения и эмоционально-личностной сферы детей с

- задержкой психического развития;
- 2) регулировка поведения учащихся рассматриваемой категории в коллективе;
  - 3) формирование у младших школьников с задержкой психического развития моральных представлений.

Рассмотрим примеры игр и этюдов, которые можно использовать на занятиях второго типа.

### **Игра «Два друга»**

Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить свое; коррекция поведения учащихся.

Ход игры.

Дети слушают в исполнении взрослого стихотворение Т. Волиной «Два друга»:

Пришли два юных друга на речку загорать.

Один решил купаться - стал плавать и нырять.

Другой сидит на камушке и смотрит на волну,

И плавать опасается: «А вдруг я утону?»

Пришли зимой два друга кататься на коньках.

Один стрелою мчится - румянец на щеках!

Другой стоит растерянный у друга на виду.

«Тут место очень скользкое, а вдруг я упаду?!»

Гроза дружков застала однажды на лугу

Один пробежку сделал - согрелся на бегу.

Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи:

Лежит под одеялами - «Кха - кха!.. Апчхи!»

Дети оценивают поведение ребят, распределяют роли. Ведущий снова читает стихотворение, а дети его иллюстрируют.

### **Этюд «Так будет справедливо»**

Цель: учить детей осознавать отрицательные черты своего характера, понимать, какое поведение какой черте характера соответствует и как оно оценивается.

Ход этюда. Психолог читает детям рассказ.

«Мама ушла в магазин. Как только за ней закрылась дверь, братья стали баловаться, они то бегали вокруг стола, то боролись, то кидали друг другу, словно это мячик, диванную подушку.

Вдруг щелкнул замок - это вернулась мама. Старший брат, услышав, что дверь открывается, быстро сел на диван, а младший не заметил мамино прихода и продолжал играть с подушкой. Он подбросил подушку вверх и попал в люстру. Люстра стала раскачиваться. Мама, рассердившись, поставила провинившегося в угол. Старший брат поднялся с дивана и встал рядом с братом.

- Почему ты встал в угол, я тебя не наказывала? - спросила мама.

- Так будет справедливо, - серьезно ответил ей старший сын. - Ведь это я придумал кидаться подушкой.

Мама растроганно улыбнулась и простила обоих братьев».

После прочтения рассказа психолог и учащиеся оценивают поведение старшего брата.

### **Этюд «Встреча с другом»**

Цель: развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое; развивать выразительные движения.

Ход этюда. Психолог рассказывает детям историю.

«У мальчика был друг. Настало лето и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями отдыхать. Скучно в городе без друга. Прошел месяц.

Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!»

Младшие школьники разыгрывают эту сценку. Выразительные движения: объятия, улыбка, грусть, эмоция радости.

Коррекции поведения и эмоционально-личностной сферы учащихся с задержкой психического развития способствовали музыкальные игры.

### **Игра «Дружная семья»**

Цель: развивать эмоционально - выразительные движения рук, научить использовать жесты; отражать сложившиеся взаимоотношения в классе.

Ход игры. Дети сидят на стульях, расставленных по кругу. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто - рисует, кто - вяжет и т. п. Приятно смотреть на семью, в которой все так дружно работают.

Дети должны производить руками манипуляции так, словно в руках у них не воображаемые предметы, а реальные. Игра сопровождается музыкой Р.Паулса «Золотой клубочек».

### **Игра «Три характера»**

Цель: коррекция эмоциональной сферы детей с задержкой психического развития.

Ход игры. Дети слушают 3 музыкальные пьесы Д.Кабалевского: «Злюка», «Плакса», «Ревушка» и вместе с учителем дают моральную оценку злости и плаксивости, сравнивают эти состояния с настроением ревушки. Трое детей договариваются, кто какую девочку будет изображать, а остальные должны догадаться по мимике и жестам, кто есть кто.

## **2.11 ТРЕНИНГ ОПТИМИЗАЦИИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ С ЗПР В СРЕДЕ СВЕРСТНИКОВ**

Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с ЗПР: Пособие для педагогов и психологов. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003

В целом ряде исследований выявлено, что дети с ЗПР с трудом адаптируются в социальной среде, особенно в среде сверстников. Можно выделить две линии в системе межличностных отношений:

1. ребенок с ЗПР — дети с аналогичным уровнем развития;
2. ребенок с ЗПР -- нормально развивающиеся сверстники.

Это деление достаточно условно, но в школьной среде именно по этой логике формируются отношения (в общеобразовательной школе существуют классы для детей с ЗПР и классы для нормально развивающихся детей). Поэтому следует включить в систему практической работы с детьми с ЗПР **программу тренинга оптимизации межличностных отношений в среде сверстников.**

**Целью тренинга** является развитие продуктивных стратегий межличностного взаимодействия в системе ребенок с ЗПР — сверстники.

### **Задачи:**

1. освоение тактики продуктивного взаимодействия ребенка с ЗПР в среде сверстников;
2. формирование у детей с ЗПР представлений о стратегии продуктивных

межличностных отношений со сверстниками посредством активной совместной деятельности;

3. закрепление и перенос умений и навыков продуктивного взаимодействия в реальные жизненные ситуации.

При формировании группы необходимо учитывать особенности детей с ЗПР, которые предполагают ограничения в количестве детей -- участников группы (их число не должно превышать 10 человек). Время проведения занятия 45—50 минут, количество занятий – 8. Для более успешной работы рекомендуется соблюдать следующие условия:

1. желательно, чтобы занятие проводили одновременно два тренера;
2. желательно, чтобы был часовой-получасовой перерыв между началом проведения тренинговых занятий и занятиями в школе;
3. желательно проводить тренинг в подготовленном помещении, в котором достаточно свободного пространства и есть необходимое оборудование.

Основная форма проведения тренинга с детьми с ЗПР - практическая работа, во время которой отрабатываются конкретные навыки эффективного взаимодействия. В работе используются такие **методические средства тренинга, как ролевая игра, методы проективного рисования, психогимнастика и др.**

Содержание тренинга взаимодействия оформляется с учетом возрастной категории детей, с которыми этот тренинг будет проводиться.

#### **Структура тренинга включает в себя:**

1. организационный этап, в рамках которого проводится беседа с родителями и учителями, психодиагностическое обследование детей с ЗПР, изучение заключения психолого-медико-педагогического консилиума. Итогом работы на этом этапе является формирование группы и информирование детей о порядке предстоящей работы, а также их мотивация по отношению к тренингу;
2. основная часть (8 занятий);
3. заключительное психодиагностическое обследование;
4. анализ результатов тренинговой работы с детьми с ЗПР.

Вашему вниманию предлагается **программа тренинга продуктивных стратегий межличностного взаимодействия, разработанная и проводимая с детьми с ЗПР младшего подросткового возраста.**

#### **Занятие 1.**

Упражнение 1. «Приветствие».

Дети стоят по кругу. Ведущий называет свое имя и делает приветственный жест. Затем перебрасывает мяч одному из играющих. Ребенок должен поймать мяч, назвать свое имя и со своим приветственным жестом бросить мяч другому участнику.

Упражнение 2. «Договор».

Психолог предлагает внести определенность в отношения детей в ходе тренинговых занятий. Он предлагает им сформулировать общие условия, принимаемые всеми членами группы, обсудить их, а фактом принятия «подготовленного договора» станут подписи детей. Вместо подписи ребенок может поставить и отпечаток своего пальца, предварительно обмакнув его в какую-нибудь краску.

Упражнение 3. «Дом».

Детям раздается равное количество спичечных коробков и предлагается из них что-

нибудь построить. Из малого количества коробков красивого сооружения не получится. Это тот вывод, к которому должны прийти дети. Тогда тренер предлагает им сгруппироваться по несколько человек и построить вместе дом из общего количества коробков. Дети, разделившись на группы, строят вместе 2—3 домика, но красивых домов все равно не получается, так как недостает нужного количества деталей.

Психолог просит детей объяснить, почему их единичные усилия не дают желаемого результата.

### **Занятие 2.**

Оборудование: спичечные коробки, оклеенные цветной бумагой, в количестве 35—40 штук, спичечные коробки не оклеенные, цветная бумага, ножницы, цветной картон, клей, резиновый мяч.

#### **Упражнение 1. «Приветствие».**

Тренер задает вопрос о том, какое настроение в данный момент у каждого ребенка. Затем просит тех детей, которые оценивают свое настроение как положительное, поделиться им с теми, у кого оно недостаточно хорошее. Для этого ребенок свое настроение перекидывает другому ребенку вместе с резиновым мячиком. Вновь ведущий интересуется настроением каждого участника группы.

#### **Упражнение 2. «Черепашка».**

Тренер встает у одной стены, остальные участники располагаются вдоль противоположной стены. По сигналу ведущего начинается движение. Тренер говорит о том, что двигаться надо очень медленно, как черепаха, но игра будет успешной, если все участники одновременно дотронутся до противоположной стены. Однако останавливаться нельзя, только выполнив все инструкции, группа получит приз.

Это упражнение может повторяться 2—3 раза. После того как упражнение успешно завершено, ведущий обсуждает с группой, трудно ли было соотносить свои действия с действиями других и что помогало детям выполнить инструкцию. Затем — обещанный приз.

#### **Упражнение 3. «Дом».**

Детям предлагается из всех имеющихся спичечных коробков построить дом, такой красивый, какой бы они могли себе представить. В том случае, если им не хватит деталей, они имеют возможность сделать их сами из спичечных коробков и цветной бумаги. После того как дети справились с работой, ведущий задает им вопросы: нравится ли им собственный дом, и мог ли бы он быть лучше? Чего не хватает для того, чтобы сделать его еще более привлекательным? Все предложения детей фиксируются ведущим, и он обязуется вернуться к ним на следующей встрече.

### **Занятие 3.**

Оборудование: спичечные коробки, оклеенные цветной бумагой, в количестве 35—40 штук, спичечные коробки не оклеенные, цветная бумага, ножницы, цветной картон, клей.

#### **Упражнение 1. «Приветствие».**

Психолог предлагает каждому ребенку приветствовать других каким-то необычным образом, но с обязательным условием, что это приветствие вызвало бы только положительные реакции у других.

#### **Упражнение 2. «Архитекторы».**

Психолог напоминает детям о строительстве дома на прошлом занятии и о тех предложениях по его улучшению, которые дали сами дети. Он возвращается к тем предложениям, в которых была заложена идея совместного планирования работы, а не спонтанного строительства. После чего дети разделяются на две подгруппы. В обеих группах дети готовят свой проект дома из тех деталей, которыми они располагают, и тех, которые они могли бы еще изготовить. Затем следует обсуждение представленных проектов. Если дети выбирают один из проектов лучшим, то вся группа готовит общую стройплощадку. Если каждая подгруппа отстаивает свой вариант проекта, то все готовят

стройматериалы для двух площадок. Занятие завершается подготовкой стройплощадок.

#### **Занятие 4.**

Оборудование: спичечные коробки, оклеенные цветной бумагой, в количестве 35—40 штук, спичечные коробки не оклеенные, цветная бумага, ножницы, цветной картон, клей.

Упражнение 1. «Приветствие».

Каждый участник группы встает и произносит какую-либо фразу, обращенную ко всем остальным: «Добрый день!» или «Рад вас видеть!». Ведущий просит, чтобы фразы и пожелания не повторялись.

Упражнение 2. «Стройплощадка».

Согласно определенному плану и выбранному проекту на стройплощадке разворачивается строительство. Психолог предлагает детям определиться, кто какие функции в этом строительстве будет выполнять. В том случае, если возникают какие-то противоречия, ведущий или исключает вызвавшие спор роли, или предлагает свои. Согласно определенным ролям дети приступают к строительству. Хорошо, если есть возможность использовать видеосредства для регистрации действий детей в ходе строительства. Занятие заканчивается завершением строительства дома.

#### **Занятие 5.**

Упражнение 1. «Приветствие».

Ведущий просит детей приветствовать друг друга, не используя при этом слова, только с помощью выражения лица и жестов, как это делали бы в Японии, Америке, Англии, туземцы Африки и т. д.

Упражнение 2. «Кто здесь будет жить?»

Дети обращаются к своей постройке. Ведущий просит похвалить и положительно оценить их дом, предваряя высказывания детей фразой: «Какой хороший дом мы построили!» После того как похвалы прозвучали, ведущий задает детям вопрос: «Кто в этом доме будет жить?» Он принимает предложения детей, останавливаясь на тех, в которых дети предлагают жить в этом доме вместе, после чего начинается заселение дома и его благоустройство. Дети должны рассказать не только о том, где они будут жить, в каких комнатах, но и о том, как будут выглядеть их комнаты, как будут строиться их отношения. Дети рассказывают только о хороших аспектах отношений, как правило, исключая противоречия. Психолог указывает на то, что в реальной жизни часто встречаются ситуации, в которых отношения строятся как конфликты, и предлагает детям так же, как они вместе строили дом, вместе разрешать конфликты.

Упражнение 3. «Конфликты».

Психолог моделирует ситуацию «из жизни соседей», в которой задействованы несколько человек, предлагает распределить роли в этой ситуации, а затем разрешить ее таким образом, чтобы дети по-прежнему могли хорошо жить в построенном доме, — так же, как они об этом говорили.

#### **Занятие 6.**

Упражнение 1. «Приветствие».

Психолог предлагает детям сначала поздороваться друг с другом так, будто они только недавно расстались, а потом предлагает поздороваться так, будто они давно друг друга не видели.

Упражнение 2. Игра «Угроза».

Психолог сообщает детям, что их красивый дом, который они построили и в котором поселились, стал объектом посягательств влиятельного могущественного человека, который

хотел бы этот дом забрать. И только они сами смогут найти способ не отдать свой дом и сделать так, чтобы он оставался таким же красивым и привлекательным. Только сохраняя хорошие отношения, дети имеют шанс остаться жить в этом доме.

Чтобы выполнить свой план, мистер У. решил разобщить и перессорить жителей дома между собой. Сначала он стал предлагать различные соблазны, и психолог излагает детям варианты предложений, которые дал мистер У. Дети реагируют на предложения, после чего психолог помогает им понять, как им удалось справиться с этими попытками мистера У.

Следующий шаг мистера У. — это открытая угроза. Психолог рассказывает о его угрозах детям. Дети выражают свою реакцию, после чего психолог помогает им сделать вывод, как им удалось справиться с этими угрозами мистера У.

И, наконец, последняя попытка мистера У. - это лесть и обман. Он расхваливает жителей дома, обманным путем пытается втереться в их доверие. После чего вновь следует анализ, и психолог просит детей сделать вывод о том, как и почему им удалось сохранить дом.

### **Занятие 7.**

#### **Упражнение 1. «Выражение доверия».**

Психолог предлагает каждому ребенку выразить свое доверие всем членам группы. Он может сделать это и по отношению к каждому в отдельности. Положительным откликом на оказанное доверие должны стать улыбки. Если улыбки доверия возникают на лице, значит, доверие принято, оно было искренним.

#### **Упражнение 2. «Город».**

Психолог говорит детям, что если им удалось построить и сохранить свой дом, то теперь они могут построить и свой город. Только теперь совсем не обязательно строить его из цветных спичечных коробков. Его можно создать с помощью стабильных продуктивных взаимоотношений. Психолог предлагает детям не строить идеальные отношения, а научиться преодолевать сложности в реальных отношениях и дорожить теми отношениями, которые они имеют.

### **Занятие 8.**

Оборудование: краски, цветная бумага, листы ватмана, фломастеры, цветные карандаши, ножницы, клей.

#### **Упражнение 1. «Связь».**

Психолог просит детей с помощью условных символов, например колец, изобразить, как они оценивают сложившиеся отношения в группе, а потом просит сказать, как они собираются эти отношения сохранить.

#### **Упражнение 2. «Мир».**

Каждый ребенок должен с помощью мимики и жестов объяснить другим детям, какую черту мира, которым он дорожит, он изображает. После того как каждый ребенок показал свой образ мира, дети с помощью красок, цветной бумаги и больших листов ватмана изображают его на бумаге.

#### **Упражнение 3. «Спасибо».**

Дети благодарят друг друга и объясняют, чему они научились на занятиях и как планируют использовать полученный опыт взаимодействия в реальной жизни (в школе, семье и т. д.).

**2.12. Программа «Тропинка к своему Я» разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой, Москва,2001.**

Программа предназначена для обучающихся 1-4 классов.

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния
- способность справляться со страхами, обидами, гневом
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам
- умение справляться с негативными эмоциями
- стремление к изучению своих возможностей и способностей
- успешная адаптация в социуме.

Цель курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Формы контроля: входная, итоговая диагностика.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

1 класс

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

2 класс

Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников
- учиться прогнозировать последствия своих поступков

- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.
- строить речевое высказывание в устной форме

#### Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото)
- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

#### Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

#### 3 - 4 класс

#### Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

#### Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

#### Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей

- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

## Содержание программы

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы:

### Первый класс

#### Раздел 1. Я школьник (10 часов)

- Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.
- Как зовут ребят моего класса.
- Зачем мне нужно ходить в школу?
- Мой класс.
- Какие ребята в моем классе.
- Мои друзья в классе.
- Мои успехи в школе.
- Моя «учебная сила».

#### Раздел 2. Мои чувства (14 часов)

- Радость, Что такое мимика?
- Радость. Как ее доставить другому человеку?
- Жесты.
- Радость можно передать прикосновением.
- Радость можно подарить взглядом.
- Грусть.
- Страх.
- Страх, его относительность.
- Как справиться со страхом.
- Страх и как его преодолеть.
- Гнев. С какими чувствами он дружит?
- Может ли гнев принести пользу?
- Обида.
- Разные чувства.

### Второй класс.

#### Раздел 1. Вспомним чувства (4 часа)

- Мы рады встрече.
- Понимаем чувства другого.
- Мы испытываем разные чувства.

#### Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга? (11 часов)

- Люди отличаются друг от друга своими качествами
- Хорошие качества людей.

- Самое важное хорошее качество
- Кто такой сердечный человек.
- Кто такой доброжелательный человек.
- Трудно ли быть доброжелательным человеком.
- Я желаю добра ребятам в классе.
- Очищаем свое сердце.
- Какие качества нравятся друг другу.
- Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.
- Люди отличаются друг от друга своими качествами.
- В каждом человеке есть светлые и темные качества.

### Раздел 3. Какой Я – Какой ты. (8 часов)

- Какой Я?
- Какой ты?
- Трудности второклассника в школе, дома, на улице.
- Школьные трудности
- Домашние трудности.

### Третий класс

#### Раздел 1. Я – фантазер (8 часов)

- Я – третьеклассник.
- Кого можно назвать фантазером?
- Я умею фантазировать!
- Мои сны
- Я умею сочинять!
- Мои мечты.
- Фантазии и ложь.

#### Раздел 2. Я и моя школа (4 часов)

- Я и моя школа
- Что такое лень?
- Я и мой учитель.
- Как справиться с «Немогучками»

#### Раздел 3. Я и мои родители (4 часов)

- Я и мои родители
- Я умею просить прощения
- Почему родители наказывают детей?
- Я и мои друзья.

#### Раздел 4. Я и мои друзья (4 часа)

- Настоящий друг
- Умею ли я дружить?
- Трудности в отношениях с друзьями.
- Ссора и драка.

#### Раздел 4. Что такое сотрудничество? (5 часов)

- Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:
- -из умения понять другого;
- - из умения договориться;
- - из умения уступить, если это нужно для дела;
- --из умения правильно распределить роли в ходе работы.
- Что значит понимать другого и как можно этому научиться?
- Как научиться договариваться с людьми?
- Что такое коллективная работа?

#### Четвёртый класс

##### Раздел 1. Мои силы, мои возможности (11 часов)

- Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому –четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?
- Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля!
- Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?
- Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».
- Мой выбор, мой путь.
- Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.
- Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.
- Мой внутренний мир.
- Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.
- Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.
- Что значит верить?
- Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

##### Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (5 часов)

- Моё детство.
- Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?
- Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.
- Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.

- Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

### Раздел 3. Моё будущее (5 часов)

- Как заглянуть во взрослый мир?
- Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.
- Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

### Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)

- Поведение человека зависит от его качеств.
- Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека.
- Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем?
- Что такое идеальное Я?
- У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

### Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?

(5 часов)

- Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?
- Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».
- Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»?
- В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».
- Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

#### 2.13. Н.П. Слободяник "Я учусь владеть собой"

*Коррекционно-развивающая программа формирования эмоциональной стабильности и положительной самооценки у детей младшего школьного возраста*

Начало школьной жизни — серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс. Они должны привыкать к новому коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям. Как правило, ребята стремятся стать школьниками, но для многих из них школьный распорядок слишком регламентирован и строг. Особенно сложно "перестроиться" тем детям, которые еще эмоционально не готовы к роли школьника — для них период адаптации к школе может быть травмирующим.

Особенность психологии ребенка младшего школьного возраста заключается в том, что он еще мало осознает свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. На трудности в школе ребенок чаще всего отвечает эмоциональными реакциями — гневом, страхом, обидой.

Многие дети в это время нуждаются в поддержке и помощи взрослых, поэтому важно, чтобы родители и учителя вместе с психологом вникли в проблемы ребенка, его переживания. Только тогда они смогут оказать ребенку эффективную помощь.

Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Если не сделать этого, неотреагированные чувства будут долго определять жизнь ребенка, создавая все новые субъективные трудности.

В младшем школьном возрасте у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии. Поэтому именно на этом этапе ребенок может успешно овладевать средствами и способами анализа своего поведения и поведения других людей. Предлагаемая программа формирования эмоциональной стабильности и положительной самооценки у детей направлена на решение этих задач.

Идея игрового персонажа, который становится центральным при проведении игр и организации общения в рамках данной программы, была заимствована у американского психолога Джилла Андерсона, автора программы "На пути к совершенству". На ее основе была создана оригинальная разработка, предназначенная для учащихся российских школ.

*Основной целью* этой программы является помощь детям в адаптации к школе, что подразумевает, в частности, развитие эмоциональной регуляции поведения детей, предупреждение и снижение тревожности и страхов, повышение уверенности в себе и т.д.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. В основном используются следующие методы:

- имитационные и ролевые игры;
- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- элементы групповой дискуссии;
- техники и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения.

Эти методы являются хорошим средством формирования у детей навыков эмоциональной регуляции поведения.

*Отработка навыков проходит в три этапа:*

- получение информации о содержании того или иного навыка;
- применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка);
- перенос навыков, освоенных на занятиях, в повседневную жизнь ребенка.

Важно отметить, что последнее осуществимо только при тесной связи педагога-психолога с учителями и родителями детей, посещающих занятия.

*Общие рекомендации по проведению занятий:*

— Перед началом работы по программе ведущему имеет смысл провести беседы, консультации или семинары с учителями и обязательно встретиться с родителями детей. Контакты с учителями и родителями желательно поддерживать на протяжении всего курса.

— Занятия включают в себя элементы социально-психологического тренинга, поэтому проводить их лучше в кабинете психолога или в специальном помещении, в котором участники могут свободно располагаться и передвигаться.

— Продолжительность занятия не должна превышать 40 минут (время одного школьного урока).

— Оптимальная периодичность встреч участников программы — 1-2 раза в неделю.

— Программа рассчитана на работу в группе из 10-12 человек, поэтому рекомендуется делить учебный класс на подгруппы.

— Ведущий должен специально работать над созданием доверительной обстановки в классе во время занятий, чтобы каждый ребенок имел возможность проявить себя, быть открытым и не бояться ошибок.

- Тематика и планы занятий могут меняться в зависимости от задач и проблем конкретной группы детей. Но необходимо соблюдать последовательность, взаимную преемственность тем, и обязательно оставлять время на закрепление приобретенных навыков.

Сюжеты историй и рассказов (текстов для обсуждения) объединяет игровой персонаж — дракончик Памси. Дети "преодолевают" возникающие проблемы и "усваивают" приемы саморегуляции вместе с ним. Сюжеты рассказов можно брать непосредственно из реальной жизни детей или придумывать их заранее. В ходе занятия рассказы обсуждаются и обыгрываются детьми.

Каждая тема прорабатывается на 1-4 занятиях с использованием Разных приемов. Способы подачи материалов могут меняться в зависимости от состава и особенностей каждой конкретной группы детей.

Для проведения занятий по этой программе ведущему (психологу или педагогу) понадобятся:

- мягкая игрушка, лучше такая, которая надевается на руку;
- палас или ковер на полу;
- магнитофон;
- аудиокассеты с музыкой для релаксации.

*Примерные темы занятий:*

1. Такие разные настроения... (3 занятия).
2. Как справиться с плохим настроением? (3 занятия).
3. Как стать уверенным в себе? (3 занятия).
4. Как делать выбор? (3-4 занятия).
5. Как добиваться успеха? (3 занятия).
6. Трудное слово "нет" (2 занятия).
7. Чем мы отличаемся друг от друга? (2 занятия).
8. Учимся говорить себе "стоп" (2 занятия).
9. Как победить свой страх? (1 занятие).
10. Подведение итогов (1 занятие).



Я учусь владеть собой

### Занятие 1

#### Цели:

- создать в группе доверительную обстановку, позволяющую детям проявлять свои чувства и говорить о них;
- ознакомить детей с понятием "настроение",
- ввести наглядные образы, символизирующие разные настроения.

#### Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- три стакана с водой;
- блестки;
- кусок глины;
- плакат "Три настроения";
- текст рассказа "Памси грустит" (начало);
- аудиокассета с записью песенки "Танец утят".

#### Ход занятия:

##### 1. Знакомство

Ведущий рассказывает о том, что на занятиях ребята будут учиться справляться с проблемами, которые нередко возникают у школьников и портят им настроение. Часто не получается сделать что-то так, как хотелось бы, иногда бывает грустно без близких людей, бывает обидно и т.д. Затем ребята знакомятся с игровым персонажем — дракончиком Памси, и ведущий объясняет, что Памси будет учиться справляться с трудностями вместе с ними.

##### 2. Работа с текстом

Ведущий читает детям начало рассказа "Памси грустит".

#### Памси грустит (начало)

На краю луга среди диких цветов есть каменная пещера. В пещере живет маленький дракончик по имени Памси. Памси — особенный дракончик. Дело в том, что он умеет думать. Памси очень любит учиться! Он уже умеет считать и знает названия всех цветов, растущих на лугу около пещеры. Но самое удивительное у Памси — это его мысли. Мысли Памси бывают очень разными. Иногда они похожи на праздничный салют — яркие, быстрые, как разноцветные искорки. Когда его мысли похожи на салют, они блестят, играют, мчатся, а мир вокруг кажется Памси таким разноцветным! В его голове появляются замечательные идеи. Когда мысли у Памси такие, то у него прекрасное настроение, и он мечтает, чтобы это продолжалось как можно дольше.

Но мысли не всегда похожи на салют, иногда они как озеро в центре весеннего луга — спокойные и тихие, очень-очень светлые. Все краски — как отражение в чистой и прозрачной воде. Когда его мысли такие, то он чувствует себя хорошо и уверенно. Он мечтает, чтобы так было всегда, и тогда душевное спокойствие никогда не покинет его.

Но иногда Памси чувствует себя очень плохо, даже отвратительно. То, что происходит с ним, напоминает что-то неприятное и мрачное. И тогда мысли Памси похожи на мутную лужу в плохую погоду. Они темные и вязкие. Памси называет их гадкими. Когда у Памси такие неприятные мысли, он чувствует себя просто несчастным! Ему очень плохо, он расстроен. В такие моменты Памси хочет только одного: чтобы поскорее прошло неприятное состояние. Он ждет, ждет и ждет...

Памси даже устает от этого ожидания, и ему хочется знать, когда же снова будет хорошо, когда же он снова почувствует себя счастливым? Он понимает: для того, чтобы плохие мысли ушли, что-то должно произойти, а что именно — Памси не знает.

Он лежит и ждет, ждет, ждет...

После чтения рассказа ведущий берет три стакана с водой и говорит следующее:

— Когда Памси чувствует себя хорошо, у него все получается, он 'сем доволен и всех любит. В это время его настроение похоже на чистую воду, и мысли у него ясные и "чистые" (показывает стакан с чистой водой).

— Когда в его голову приходят отличные идеи, то настроение бывает прекрасным, радостным и мысли становятся похожи на салют: они блестят и переливаются, как вода в этом стакане (бросает во второй стакан блестки и палочкой их размешивает).

— Когда в его голову приходят отличные идеи, то настроение бывает прекрасным, радостным и мысли становятся похожи на салют: они блестят и переливаются, как вода в этом стакане (бросает во второй стакан блестки и палочкой их размешивает).



— Но бывает, что его мысли грусны и неприятны, ему или плохо, <sup>ли</sup> обидно. Тогда его мысли похожи на темную, мутную воду (бросает кусочек глины в третий стакан).

### 3. Обсуждение

Примерные вопросы для обсуждения:

— Бывало ли у вас такое грустное настроение, как у дракончика Памси? Когда?

— Что вы чувствовали при этом?

— О чем вы думали?

— Как вы выходили из грустного состояния?

— Нужно ли ждать, когда пройдет плохое настроение?

— Что же нужно делать, чтобы оно прошло? Ведущий вывешивает на доску плакат

"Три настроения".

### 4. Учим правило

Ведущий открывает детям "правило-секрет": наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение, думай о хорошем.

Затем ведущий приводит примеры мыслей, которые создают хорошее или плохое настроение, и записывает их на доске, например:

*Я плохой*

*Я не умею*

*Я не справился*

*Меня обидели*

*Я боюсь*

#### 5. Домашнее задание

Предложите детям:

*Я справлюсь*

*У меня получится*

*Я научусь*

*Все будет хорошо*

*Я не буду бояться*

Плакат "Три настроения"

— в течение недели последить за своим настроением, отметить, <sup>!аким</sup> оно чаще всего бывает;

— если настроение станет плохим, попытаться "исправить" его при помощи хороших мыслей;

— принести на следующее занятие рабочие тетради и изготовить карточки, изображающие три настроения ("чистое", "блестящее", "темное").

#### 6. Завершение занятия

Закончить занятие можно "танцем с дракончиком". Танец основан на игре "Дракон ловит свой хвост" и исполняется под музыку веселой песенки "Танец утят". Ведущий, стоящий первым, держит персонаж-игрушечку на поднятой руке. Дети, взявшись за руки (цепочкой), изображают хвост дракона, подпрыгивая под музыку. Ребенок, замыкающий цепочку, управляет "хвостом", поворачиваясь в разные стороны.

На первом занятии "головой" дракона обязательно должен быть ведущий, а на последующих — те дети, которые отличились на занятии.

На этом занятии вводится ритуал приветствия и прощания: в конце занятия Памси всегда прощается с детьми, произнося слово "Пока!", а при встрече на следующем занятии говорит: "Привет!"

Комментарии для ведущего:

Представляя Памси (это может быть также и любой другой персонаж), следует рассказать немного о нем. Ему столько же лет, сколько и детям (7 лет). Он уже многое знает, умеет считать, знает буквы и т. д. Но он еще не научился справляться с плохим настроением и не знает, как прогонять плохие мысли.

Желательно, чтобы ведущий дал возможность "пообщаться" с игрушкой каждому ребенку (например, потрогать ее, поздороваться с ней). Это помогает детям включиться в игровую ситуацию, почувствовать себя свободнее.

Цели:

— развивать у детей умение управлять своим настроением;

— дать детям представление о взаимосвязи, существующей между мыслями и настроением;

— развивать способность детей к рефлексии.

Материалы:

— мягкая игрушка — дракончик Памси.

— карточки, изображающие три настроения ("чистое", "блестящее", "темное");

— плакаты, на которых перечислены положительные и отрицательные мысли: "Такие мысли всегда помогут мне", "Такие мысли мне мешают";

— наклейки для поощрения;

Ход занятия: 1. *Повторение*

Обсуждается предыдущее занятие. Примерные вопросы для обсуждения: Деле?

— О каких трех настроениях Памси мы узнали? - Какое настроение чаще всего бывало у вас на прошедшей не-

— Что вы при этом чувствовали, и какие у вас были мысли?

Ведущий предлагает вспомнить, в каком настроении дети остави-<sup>ли</sup> Дракончика на прошлом занятии и подумать над вопросами:

— Чего ждет Памси?

— Умеет ли он что-нибудь делать со своим настроением? - Нужно ли ждать, пока плохое настроение само пройдет?

— Что нужно делать? Кто расскажет, как это сделать? 2. *Работа с текстом*

Ведущий читает окончание рассказа "Памси грустит". Памси грустит (окончание)

У Памси есть настоящий друг, очень близкий. Его имя Стефан. Это обычный мальчик. Памси зовет его просто Друг.

Друг знает о разных настроениях, он многое знает и о плохих мыслях. Но главное — Стефан знает, как избавиться от этих плохих мыслей. Стефану тоже семь лет, он первоклассник, и он хорошо научился прогонять плохие мысли.

Однажды Памси и Стефан гуляли среди высоких луговых цветов. У Памси было очень мрачное настроение.

— О! — повторял Памси, — неужели это настроение никогда не пройдет?! Я так устал! Будет ли мне снова хорошо? Когда же это случится?!

— Что же должно случиться? — спросил Стефан.

— Я не знаю, — ответил Памси, — но очень хочу, чтобы что-нибудь произошло, и мое настроение изменилось.

— Памси, не обязательно ждать, пока что-то или кто-то поможет тебе. Ты и сам можешь изменить свое настроение, — сказал Стефан.

— Я сам могу сделать так, что мне станет лучше? Но как? — удивился Памси.

— Я научился избавляться от плохого настроения сам, и если ты тоже хочешь научиться, я помогу тебе, — ответил Стефан

Памси заволновался.

— Вот это да! — сказал он. — Я сам смогу избавляться от темных мыслей! Что же для этого нужно? Мои сильные лапы? Мой больш<sup>ой</sup> хвост? Мое свирепое дыхание? Или все это вместе?

— Нет! — засмеялся Стефан, — ничего этого тебе не понадобится. Все, что являлось причиной твоей беды — это же и поможет ее преодолеть.

Памси очень удивился.

— Как так может быть? — спросил он.

— Если твои плохие мысли приносят тебе неприятности, то твои хорошие мысли всегда помогут тебе, они самые верные твои помощники, — сказал Друг. — Хорошие мысли никогда не покидают тебя. Возможно, тебе иногда покажется, что они покинули тебя, но на самом деле они всегда с тобой, ты просто забыл про них.

Как это здорово, — воскликнул Памси. — Какой ты молодец, Стефан! Я тоже хочу этому научиться. Давай начнем прямо сейчас!

— Хорошо, — сказал Стефан, — но ты тоже будешь мне помогать, мы будем помогать друг другу.

— Отлично! — засмеялся Памси и начал плясать на траве.

Они веселились на лугу, думая о том, как замечательно узнать обо всех возможностях своих хороших мыслей.

3. *Упражнение "Мысли и настроение"*

Ведущий перечисляет мысли, отображенные на плакатах "Такие мысли всегда помогут мне" и "Такие мысли мне мешают", например: "я не умею", "я боюсь", "я справлюсь", "у

меня получится", "все будет хорошо" и т.п., а дети при помощи карточек "называют" (показывают) настроение, которое этим мыслям соответствует. Угадавшие получают наклейки.

#### 4. Домашнее задание

Предложите детям, чтобы они, если их будет что-то огорчать, попытались подумать иначе о том, что их расстраивает, попробовали изменить свое отношение к этому.

Комментарии для ведущего:

Проверив, как дети поняли содержание предыдущего занятия и <sup>1К</sup> они сделали домашнее задание, отметьте тех из них, кому удалось успешно справиться с этой задачей. Можно использовать цветные наклейки: дарить их детям или приклеивать на тетради, чтобы в конце года каждый мог увидеть, как успешно он поработал. Наклейки можно заменить игрушечными штампиками-печатами. Свою веселую печать может ставить на обложки тетрадей ребят сам дракончик Памси.

Если ученики уже умеют писать, то "хорошие" мысли можно записать в тетради.

Такие мысли всегда помогут мне  
Я справлюсь У меня получится  
Я научусь Все будет хорошо Я не буду бояться  
Плакат "Такие мысли всегда помогут мне"  
Такие мысли мне мешают  
Я плохой  
Я не умею  
Я не справился  
Меня обидели  
Я боюсь

Плакат "Такие мысли мне мешают"

*Я учусь владеть собой*

#### Занятие 3

Цели:

— учить детей различать эмоциональные ощущения, определять их характер (хорошо, радостно, неприятно);

— знакомить их с разными способами выражения эмоций;

— тренировать умение выражать эмоции в мимике.

Материалы:

— мягкая игрушка — дракончик Памси;

— раскраски двух видов для каждого ребенка;

— цветные карандаши или фломастеры;

— аудиокассета с записью спокойной, грустной и веселой музыки;

— карточки с изображением трех настроений для каждого ребенка.

Ход занятия:

#### 1. Игра-разминка

Ведущий просит детей показать при помощи мимики:

— свое сегодняшнее настроение;

- то настроение, которое наиболее часто было у них на прошедшей неделе;

— грустное настроение;

— как справляться с плохим настроением.

При выполнении этого задания нужно, чтобы дети вспомнили по-Южительные мысли, помогающие улучшить настроение.

#### 2. Работа с раскрасками

Ведущий раздает детям по две раскраски (на одной Памси изоб-<sup>а\*</sup>ен в грустном настроении, а на другой — в веселом) и просит раскрасить их цветными карандашами или фломастерами. Затем дети все вместе рассматривают рисунки, обсуждают, как они раскрашены. Важно, что-бы дети пришли к выводу, что когда нам плохо, то все вокруг

кажется мрачным, темным, неприятным, а когда хорошо — все изменяется, светлеет, словно оживает.

### 3. Работа с музыкальными отрывками

Звучат отрывки веселой, грустной и спокойной мелодий. Дети должны поднять карточку, которая соответствует настроению каждого отрывка.

### 4. Завершение занятия

Ведущий предлагает детям "станцевать с дракончиком" (см. занятие 1). На этот раз "головой" дракона будет ученик, хорошо поработавший на уроке.

### 5. Домашнее задание

Предложите детям попробовать дома самостоятельно нарисовать дракончика Памси.

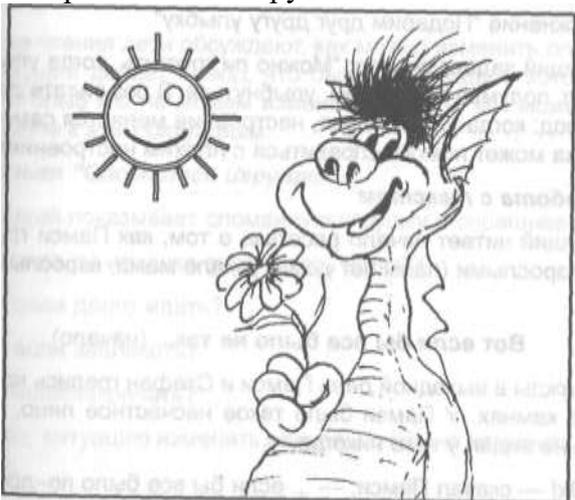
Комментарии для ведущего:

Для этого занятия следует заранее приготовить рисунок-раскраску и сделать копии по количеству детей. После окончания работы дети забирают раскраски домой.

Заключительный танец — игра с дракончиком может стать своего рода ритуалом завершения занятий.



Раскраска "Памси грустит"



Раскраска "Веселый Памси"

### Занятие 4

Цели:

- учить детей управлять своим настроением;
- учить детей искать выход из трудных ситуаций.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- сломанная игрушка;
- текст рассказа "Вот если бы все было не так..." (начало).

«Ход занятия:

### 1. Эмоциональный настрой

Упражнение "Подарим друг другу улыбку"

Ведущий задает вопрос: "Можно ли грустить, когда улыбаешься?" и предлагает, подумав о грустном, улыбнуться. В результате дети должны сделать вывод: когда улыбаешься, настроение меняется само собой, поэтому улыбка может помочь справиться с плохим настроением.

### 2. Работа с текстом

Ведущий читает начало рассказа о том, как Памси грустит из-за проблем с взрослыми (папы нет дома, уехала мама, взрослые не играют с ним и т.д.).

Вот если бы все было не так... (начало) Однажды в выходной день Памси и Стефан грелись на солнышке, лежа на камнях. У Памси было такое несчастное лицо, какого ДрУ<sup>Г</sup> раньше не видел у него никогда.

— Эх! — сказал Памси, — ... если бы все было по-другому!

— Что ты имеешь в виду? — спросил Друг.

— А то, — ответил Памси, — что я могу быть счастлив только тогда, когда все будет не так, как сейчас. — С этими словами Памси сделал вздох великого несчастья и отчаяния.

— Вот если бы я умел выдыхать огонь, как взрослые драконы!.. Вот если бы моя чешуя была такой же блестящей, то я был бы, как взрослый... Вот если бы наш папа жил с нами, то я бы с ним чаще общался... Вот если бы мне не надо было гулять с младшим братиком, то у меня было бы больше времени на игры с друзьями...

Тогда Друг ответил так:

— Памси, у всех вещей и явлений есть свои светлые и темные стороны, а ты видишь только темные стороны. Тебе нужно научиться видеть и светлые стороны, тогда ты будешь чувствовать себя отлично. Если видеть только темную сторону, то будешь чувствовать себя плохо, тебе всегда будет грустно. Научись выбирать.

— Я хочу, чтобы мне было хорошо, но не знаю, как это сделать, — сказал Памси. — Я хочу различать и правильно выбирать свои мысли. Хочу прогнать плохое настроение. Научи меня, Друг!

### 3. Обсуждение

После чтения дети обсуждают, как можно изменить описанную ситуацию. Ведущий делает вывод, что бывают ситуации, которые нам не нравятся, которые мы не можем изменить, но зато мы можем изменить свое отношение к этим ситуациям.

### 4. Опыт "Сломалась игрушка"

Ведущий показывает сломанную игрушку и спрашивает:

— Может ли игрушка вновь стать целой?

— А если долго ждать?

— А если заплакать?

— А если закричать?

Вывод: ситуацию изменить нельзя, но можно изменить наше отношение к ней.

### 5. Домашнее задание

Г-

Предложите детям подумать над тем, как Памси может изменить отношение к ситуациям, которые его огорчают.

Комментарии для ведущего:

В этом задании не обязательно показывать именно сломанную игрушку, можно показать разорванную книгу, разбитую чашку и т.д. Главное — продемонстрировать детям ситуацию, которая подтверждает, что "слезами горю не поможешь", и настроить детей на поиск выхода из создавшейся ситуации.

## *Я учусь владеть*

### *Занятие 5*

#### Цели:

- научить детей поиску выхода из трудной ситуации, изменить которую невозможно;
- ознакомить детей с "позитивным переформулированием" как способом изменения отношения к ситуации.

#### Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- крупные макеты двух цветков;
- текст рассказа "Вот если бы все было не так..." (окончание);
- плакаты "Такие мысли всегда помогут мне", "Такие мысли мне мешают".

#### Ход занятия:

##### *1. Повторение*

Дети предлагают свои варианты изменения отношения к ситуациям Памси. Затем ведущий просит ребят привести примеры ситуаций, когда их что-то огорчает, но изменить этого они не могут.

##### *2. Работа с текстом*

Ведущий читает окончание рассказа "Вот если бы все было не так...".

Вот если бы все было не так... (окончание)

Памси был очень удивлен, что можно прогонять темные мысли, когда только пожелаешь. Ему очень хотелось узнать, как же можно сделать это, и он с нетерпением ждал, когда же Друг научит его.

- Итак... Ты, Памси, грустишь из-за того, что не выдыхаешь <sup>О</sup>гонь, как это делают взрослые драконы, и твоя шерсть не такая гладкая, как у них. Твой папа не живет с вами, и тебя это очень огорчает. У тебя остается мало времени для развлечений с друзьями из-за того, что тебе нужно гулять с младшим братом. Ты не можешь все это изменить, но ты можешь изменить свои мысли об этом. Попробуй подумать обо всем этом по-другому, как бы с другой стороны, а мысли выбирай только светлые.

Памси был удивлен.

— Как это — только светлые? — спросил он.

— Очень просто! Ты собирал когда-нибудь цветы на лугу? Ты выбираешь лишь те, которые тебе нравятся, — Друг наклонился и сорвал два цветка.

— Назовем один из них "Даже если...", а другой — "В любом случае...". Это один из способов избавления от темных мыслей. Мы постараемся обо всем, что тебя огорчает, думать по-другому при помощи этих слов. Говори их вместо слов сожаления, которые ты повторял, когда грустил ("вот если бы все было по-другому..."). Теперь ты говори так: "Даже если я не умею выдыхать огонь, как взрослые, в любом случае, у меня есть друзья, такие же, как я, и хотя они тоже пока многого не умеют делать, как взрослые, нам бывает очень хорошо вместе. Даже если папа не живет с нами, я могу с ним видаться, когда захочу. Даже если мне приходится гулять с младшим братом, в любом случае, нам с ним бывает очень весело, и у меня остается время поиграть с друзьями".

Памси сделал большие глаза — оказалось, что изменять мысли не так уж и сложно!

— Неужели, это помогает прогонять темные мысли и исправлять плохое настроение? — спросил он Стефана.

— Очень даже помогает, но иногда приходится повторять эти слова много раз, пока настроение не станет лучше.

— Как твое настроение сейчас? — спросил Друг.

— О! Намного лучше! Но я хочу еще потренироваться. Это гораздо лучше, чем ждать, когда все пройдет само собой.

##### *3. Обсуждение*

После обсуждения рассказа ведущий говорит детям о том, что у каждого из нас бывают ситуации, которые нас огорчают, однако не стоит долго "застревать" на грустных мыслях. Вместе с детьми он приходит к

выводу — мы не можем изменить ситуацию, но можем сами выбирать, о чем думать и как думать.

#### 4. Учим правило

Для иллюстрации возможности выбора ведущий просит детей помнить, как они собирают цветы на лугу (срывают только те, которые нравятся). И вводит правило: "Мысли нужно выбирать, как цветы — выбирай только красивые (положительные)". Затем он показывает два цветка, один из которых будет называться "Даже если...", а другой — "В любом случае...".

#### 5. Упражнение "Даже если..." — "В любом случае..."

Дети распределяются на группы по трое. Группы выполняют упражнение по очереди.

Первый ученик произносит название первого цветка: "Даже если...", второй продолжает фразу, называя проблему: "... мне плохо, я невезучий, у меня нет папы...", третий называет второй цветок: "В любом случае...", ведущий заканчивает: "... я что-нибудь придумаю, но плакать и грустить не буду, это бесполезно".

Каждая следующая группа должна предлагать новую, еще не названную проблему. Упражнение проводится до тех пор, пока в нем не примут участие все дети. После этого ведущий подводит детей к пониманию того, что нет безвыходных ситуаций, и обо всем, что нас огорчает, можно думать по-другому.

#### 6. Домашнее задание

Нарисовать два цветка и потренироваться при помощи фраз "Даже если..." и "В любом случае..." изменять свое настроение, искать выход из сложной ситуации.

Комментарии для ведущего:

На данном занятии дети рассматривают сложные ситуации (желательно, чтобы это были реальные ситуации из жизни, с которыми чаще всего сталкиваются дети конкретной группы) и ищут возможные выходы из них. Они ищут ответы на вопрос, что же зависит именно от них в ситуации, которую они сами изменить не в состоянии.

Главный вывод, к которому подводит детей ведущий — многие ситуации мы не можем изменить (родители не живут вместе, в семье не хватает денег, тяжело болел кто-то из близких и т.д.), но мы можем изменить наши мысли о них, а значит и свое настроение, и свое состояние.

Для того, чтобы детям было легче понять достаточно сложную Д<sup>я</sup> учеников начальной школы установку на саморегуляцию, объяснения Дополняются правилом: "Мысли нужно выбирать, как цветы — выбирай только красивые (положительные)". Это правило дает наглядно-образную опору, которая поможет сформировать у детей навыки саморегуляции. Важно помочь детям понять, что к любой, даже очень трудной ситуации всегда можно изменить отношение.

После этого занятия плакаты "Такие мысли всегда помогут мне" и "Такие мысли мне мешают", а также рисунки двух цветков вывешиваются в помещении и остаются там на все время проведения занятий.

#### Занятие 6

Цели:

— закрепить умение менять отношение к трудной ситуации.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- две баночки с надписями: "Я справился", "Я не справился";
- фишки;
- текст рассказа "Я не могу этого вынести!" (начало).

Ход занятия:

##### 1. Повторение

Дети вместе с ведущим рассматривают рисунки цветков, выполненные дома. Вспоминают, как меняли свое отношение к трудной ситуации при помощи цветов и фраз "Даже если..." и "В любом случае..."

## 2. Работа с текстом

Ведущий читает начало рассказа "Я не могу этого вынести!". Я не могу этого вынести! (начало)

Однажды Стефан пришел в гости к Памси, который только что вернулся с прогулки. Памси был в ярости. Он метался по пещере, бил с силой хвостом по полу. Когда Друг вошел к нему в пещеру, то услышал, как он кричал: "Я не могу этого вынести!"

— Чего ты не можешь вынести? — спросил Стефан.

— Я не могу вынести, когда другие драконы корчат мне рожи и дразнят меня! Они выводят меня из себя!!!

— Успокойся, Памси, — сказал Друг, — ты сейчас очень *рассержен*, и мы не сможем поговорить, если ты не успокоишься. Мы что-ни-

*Я учусь владеть собой*

будь обязательно придумаем, когда ты сможешь спокойно все объяснить. Я тоже не люблю, когда меня дразнят.

— О, Стефан, как обидно, когда другие корчат мне рожи и обзывают меня! Мой светлый ум куда-то прячется от обиды, а темные мысли прыгают в голове, как хищники.

— Памси, разве от тебя зависит, что говорят и делают другие драконы? Разве можешь ты заставить их думать и действовать по-другому?

— Конечно, нет, — ответил Памси, — это же их мысли и их действия.

— Но ты забыл, Памси, что у тебя есть что-то, что ты можешь изменять, если захочешь. Что это, Памси?

— Да, да я помню — это мои мысли, но поверь, что когда ты слышишь, как тебя обзывают, то трудно думать в этот момент о чем-то хорошем.

Друг улыбнулся, его глаза заблестели озорными искорками.

- Ты совсем забыл, Памси, что у тебя есть еще и блестящие мысли. Это как раз то, что тебе нужно сейчас! Светлые и блестящие мысли могут очень многое.

Памси и Друг стали что-то придумывать, постоянно перешептываясь и хихикая. О чем они шептались, могли слышать разве что бабочки да луговые цветы. Было заметно, что им весело, и что они что-то придумали. Это был план!

## 3. Обсуждение

После того, как дети прослушали рассказ, ведущий просит их ответить на вопрос: "Как помочь Памси найти выход из этой ситуации?" Обсуждаются все предложенные детьми варианты.

## 4. Упражнение "Я справился!"

Ведущий предлагает детям различные ситуации, например: "Тебя эзняют", "Друг не пригласил тебя на день рождения", "Тебе не купили по-Равившуюся игрушку" и т. д. Желаящие предлагают свои способы действий, которые затем обсуждаются всеми остальными. Если ребенку,

Сложившему свой вариант, удалось, по мнению остальных, справиться с ситуацией, то фишку он бросает в баночку "Я справился", если нет-в баночку "Я не справился".



#### 4. Домашнее задание

Попросите детей подумать вместе с родителями, как помочь Пам-си выйти из трудной ситуации, а также приготовить дома баночки или коробочки с надписями "Я справился", "Я не справился" и опускать в них фишки (пуговицы, бусинки): в случае победы над сложной ситуацией — в первую баночку, в случае неудачи — во вторую.

(Комментарии для ведущего:

На этом занятии идет закрепление полученных знаний. Дети пробуют применять их, связывая новые знания с конкретными ситуациями из своей жизни.

Для лучшего осознания этого способа саморегуляции дома дети с помощью баночек (или коробочек) могут фиксировать ситуации, с которыми им удастся справиться. На последующих занятиях ведущий должен периодически спрашивать ребят о том, сколько фишек накопилось в их баночках, или просить их рассказать о тех ситуациях, с которыми они справились.

#### Занятие 7

Цели:

— дать представление о связи между мыслями и поведением.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- текст рассказа "Я не могу этого вынести!" (окончание);
- баночка с надписью "Я справился";
- фишки.

Ход занятия: 1. Повторение

Дети приводят примеры трудных ситуаций, из которых они смогли выйти с помощью приобретенных навыков.

Ведущий спрашивает, удалось ли детям разгадать план Памси.

Дети предлагают различные варианты поведения Памси в сложившейся ситуации:

- дразнить обидчиков;
- пожаловаться взрослым;

— наказать, обратившись к друзьям постарше;

— не обращать внимания и др.

Ведущий вместе с детьми разбирает каждый предложенный вариант.

## 2. Работа с текстом

Ведущий читает окончание рассказа "Я не могу этого вынести!" (окончание)

На следующий день Памси снова вышел погулять к другим драконам. Самый большой из них, дракон по имени Воден, который часто задибался и обижал других, вышел вперед и начал обзывать Памси и корчить ему рожи. Обычно Памси старался спрятаться, но только не на этот раз. Он уже хорошо потренировался, поэтому уверенно подошел прямо к обидчику и спокойным, но громким голосом сказал: "Послушай, это же твои глаза, твой рот и твой нос. Все принадлежит тебе, и ты можешь использовать их как угодно: кривляться, гримасничать. Но есть один недостаток, который нужно исправить: твои уши не участвуют в этом деле, хотя они имеют полное право на это. Мне кажется, что ты должен шевелить ушами, когда корчишь рожу". Сказав это, Памси повернулся и ушел, оставив застывшего от изумления Бодена и всю его компанию.

Позднее Памси и Друг обсуждали произошедшие события.

— Как ты думаешь, перестанет теперь Воден строить тебе рожи и обзывать тебя? — спросил Друг.

— Может быть, перестанет, а может — нет, — ответил Памси. — Это его право, но я уже больше не собираюсь убегать и плакать из-за этого.

— Что же ты будешь делать, если он снова начнет дразниться?

— Я напомню ему про уши, — хихикнув, ответил Памси.

Каждый раз, как только Воден начинал дразнить Памси, он был готов ответить ему. В первый день после своей победы, когда Воден попытался снова дразнить его, Памси сказал, что Бодену нужно еще потренироваться шевелить ушами. На второй день он сказал, что нужно еще долго тренироваться. На третий день он сказал, всплеснув руками: "О! Ты никогда не научишься!"

И задира Воден, не выдержав, убежал. Он был страшно зол. Вбежав в свою пещеру, он закричал: "Я не могу этого вынести!" Воден бил хвостом по каменному полу и топал ногами так сильно, что когда его брат вошел в пещеру, он очень удивился и спросил:

— Что с тобой? Кто тебя так разозлил?

*Я учусь владеть собой*

— Я не могу больше терпеть того, что этот маленький Памси не реагирует на мои оскорбления, и даже смеется надо мной! Ему безразлично, что я строю рожи, он говорит, что если это мое лицо, то я могу с ним делать все, что захочу. Он даже советует мне, как строить рожи получше, и говорит, что нужно еще и шевелить ушами!

— Да! Ты здорово разозлился! Что же ты теперь будешь делать? — спросил брат.

— Я поищу кого-нибудь другого, кому можно строить рожи и кого легко вывести из себя.

На следующее утро Памси проснулся в прекрасном настроении и был полон сил и энергии. Он чувствовал себя повзрослевшим. Еще недавно было столько всего, чего он не мог вынести, а сейчас он понимал и ощущал, что сможет выдержать многое, и это было замечательное чувство.

Памси знал, что в этом ему помогают его светлые и блестящие мысли. Он улыбался, думая об этом. Все чаще Памси стал замечать, что его мысли и чувства соответствуют друг другу.

## 3. Обсуждение

— Что помогло Памси справиться с трудной ситуацией?

— Как он научился действовать?

— Какие мысли использовал Памси?

— Какую часть плана ему помогли составить "чистые" мысли, какую — "блестящие"?

— Что еще понадобилось Памси, чтобы научиться так вести себя? (смелость, уверенность, юмор)

#### 4. Игра "Я справлюсь"

Ведущий предлагает детям различные ситуации. Тот, кто считает, что сможет справиться — поднимает обе руки вверх, а кто не знает выхода из предложенной ситуации — прячет руки за спину.

Можно предложить следующие варианты: тебя дразнят; у тебя отобрали любимую игрушку; тебе не разрешают смотреть телевизор; те-

*Я учусь владеть собой*

*Я учусь владеть собой*

бе не подарили обещанный подарок; друг обиделся; ты поссорился с братом или сестрой и т.д.

Идет обсуждение. Ребята рассказывают, как будут себя вести в этих ситуациях. Если предложенный вариант одобряет большинство детей, то следует положить фишку в баночку "Я справился".

#### 5. Домашнее задание

До следующего занятия при каждой победе над трудной ситуацией опускать фишку (бусинку, пуговку) в баночку с надписью "Я справился".

(Комментарии для ведущего:

На этом занятии очень важно дать возможность всем ребятам высказать свои предложения. Возможно, кто-то продумал свои варианты дома с родителями, у кого-то ответ возник только что, главное — дать поучаствовать в обсуждении каждому.

#### Занятие 8

Цели:

- закрепить навыки работы с "позитивными мыслями";
- закрепить представление о том, что мысли могут управлять нашими поступками.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- баночки с надписями "Я справился", "Я не справился";
- фишки;
- текст рассказа "Мне плохо!" (начало).

Ход занятия:

#### 1. Повторение

Ведущий спрашивает детей о том, насколько успешно им удалось справляться с трудными ситуациями, и задает им следующие вопросы:

- Кто уже положил хотя бы одну фишку в баночку с надписью "Я справился"?
- Кто может рассказать о том, как это было?

#### 2. Работа с текстом

Ведущий читает начало рассказа "Мне плохо!" о том, как что-то произошло по вине Памси, хотя он этого совсем не хотел.

Мне плохо! (начало)

Один раз в году, в самом начале лета, у всех живущих в долине Драконов бывает замечательный праздник. Он называется "Праздник Дракона".

- Крюкова, Н. П. Слободяни

Этот праздник любят все драконы и с нетерпением ждут его целый год.

В этот праздничный день невозможно застать дома ни одного дракона — все выходят к берегу океана. Они берут с собой лопаты, ведра, совки для песка, а также приносят одеяла и угощения. Каждый год в этот день драконы все вместе строят огромный песочный замок. Он гораздо выше самих драконов, поэтому они берут с собой лестницы. Огромные стены и башни замка украшаются розовыми флажками, а глубокий ров вокруг замка наполняется водой. Чтобы построить такой замок, необходимо целый день работать многим драконам. Когда строительство замка заканчивается, все драконы встают вокруг замка, берутся за руки

и водят хоровод, поют свои любимые песни, смеются и радуются. Затем они наблюдают, как набегающие волны прилива медленно размывают стены песочного замка. Все садятся на одеяла, угощаются и отдыхают.

Пришел Праздник Дракона и в этом году. Памси пригласил поучаствовать и повеселиться на празднике своего друга Стефана.

Замок был построен, драконы уже взялись за руки, чтобы спеть песни, как вдруг Памси почувствовал какое-то неприятное щекотание в носу. Он задышал быстрее, его грудная клетка наполнилась воздухом, ему показалось, что он сейчас взорвется! Памси постарался задержать дыхание, попытался потереть нос, закрыл глаза, но ничего не помогало.

Не сумев справиться, Памси чихнул. Да так сильно, что замок зашатался от вырвавшегося из его груди воздуха. Со звуком "Бум!!!" он осыпался в ров с водой и полностью исчез.

Все драконы восприняли это очень спокойно, хотя и огорчились, но никто из них не стал обвинять Памси в том, что произошло, они понимали, что у него это получилось нечаянно.

Они даже пытались успокоить себя и Памси, говоря, что к вечеру замок все равно бы смыли волны: "Главное, что мы его построили и великолепно потрудились, нам было очень хорошо работать всем вместе".

Даже задира Воден был сдержан и вежлив с Памси.

Но Памси был безутешен! Замок погружался в воду, а Памси погружался в темное настроение.

— О, Стефан, какой я невезучий! Я всегда что-то делаю не так! Я не гожусь ни на что! Я испортил замок и наш общий праздник!

Чем больше он прислушивался к темным мыслям, тем хуже себя чувствовал.

— Мне очень плохо! Никто не захочет приглашать меня на праздники, если я приношу одни неприятности! Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! — повторял и повторял Памси.

### 3. Обсуждение

— Бывали ли вы причиной какого-то происшествия, хотя это случилось нечаянно? Например, разбились что-то, забыли сделать, нечаянно толкнули, что-то сломали или испортили...

— Как вы выходили из этой ситуации?

— Как поступил Памси?

— Что бы вы ему посоветовали?

— Как мы себя чувствуем, если не можем что-то изменить?

- О чем может подумать Памси, чтобы не погрузиться в плохие мысли?

— Всегда ли помогает нам жалость к себе?

— Бывало ли так, что вы уставали от жалости к себе?

- Как избавиться от жалости к себе? (Заняться чем-то интересным, почитать, погулять, порисовать.)

### 4. Упражнение

Ведущий предлагает детям проверить, как слова и мысли влияют <sup>3</sup> состояние человека. С этой целью дети выполняют следующее упражнение.

Ведущий подходит по очереди к каждому ребенку и просит его вытянуть вперед руку. Затем он старается опустить руку ребенка вниз, а вторая я на нее сверху. Ребенок должен удержать руку, говоря при этом

*Я учусь владеть собой*

вслух: "Я сильный!" На втором этапе выполняются те же самые действия но уже со словами "Я слабый".

Попросите детей о том, чтобы они произносили слова с соответствующей их смыслу интонацией. Затем обсудите, в каком случае им было легче удерживать руку и почему.

Постарайтесь подвести детей к выводу о том, что поддерживающие слова помогают нам справиться с трудностями и побеждать.

## 5. Домашнее задание

Попросите детей поразмышлять о том, как наши мысли влияют на наши возможности.

Комментарии для ведущего:

Мышечный тренинг очень хорошо демонстрирует, как слова и мысли влияют на действия человека. Важно, следить за тем, чтобы дети произносили фразы с соответствующей интонацией (уверенности или, наоборот, неуверенности, сомнения). Дети должны почувствовать влияние слов и внутренней установки: при словах "я слабый" рука словно слабеет и наоборот, слова "я сильный" повышают уверенность в своих силах и помогают противостоять воздействию.

### Занятие 9

Цели:

- учить детей применять полученные навыки изменения отношения к ситуации;
- учить детей способам саморегуляции.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- баночки с фишками;
- наклейки-поощрения;
- аудиокассета с записью спокойной, медленной музыки; - текст рассказа "Мне плохо!" (окончание).

Ход занятия:

#### 1. Повторение

Ведущий спрашивает:

- У кого в баночке с названием "Я справился" уже много фишек?
- Можете ли вы рассказать хотя бы о некоторых случаях, когда вам удалось справиться с непростой ситуацией?
- Что для этого потребовалось?

#### 2. Работа с текстом

Ведущий читает окончание рассказа "Мне плохо!". Мне плохо! (окончание)

Темные мысли еще никогда так не захватывали Памси. Обычно Стефан был выдержан и терпелив, он объяснял Памси, как справляться с темными мыслями, но не сейчас!

Друг подошел к Памси, который убежал подальше ото всех, и сказал:

— Памси, ты мой лучший друг и самый необыкновенный дракон которого я только знаю. Ты уже многое знаешь и умеешь, и ты прекра!сно понимаешь, какие мысли завладели сейчас тобой. Ты решил жалеть себя, это значит — оставаться со своими темными мыслями. Но я сделал другой выбор и не хочу иметь дело с темными мыслями. Если ты передумаешь и захочешь изменить свои мысли, —ты знаешь, как это сделать. Тогда приходи, я буду очень рад.

С этими словами Стефан встал и зашагал туда, где шел праздник и было весело.

Памси очень хотелось возразить, сказать, что у него нет темных мыслей, но он понимал, что это они заставляют его думать, будто все плохо, и жалеть себя. Он понимал, что может избавиться от них, но решил остаться с темными мыслями столько, сколько сможет.

"Так, — думал Памси,- если темные мысли заставляют меня говорить, что мне плохо, то буду это говорить столько, сколько смогу". И он начал повторять:

— Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо!

Он повторил эти слова только семь раз, а решил произнести их сто раз. Как это еще долго! Памси попытался говорить быстрее:

— Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! Он зевнул и продолжал:

— Мне плохо! Мне плохо! Мне плохо! Ему уже приходилось заставлять себя.

"Ох! Это же становится смешным! Зачем я здесь сижу и жалею себя, когда все веселятся, и я мог бы быть с ними", — подумал Памси вскочил и прокричал:

— Я не хочу оставаться с темными мыслями! Мне надоело жалеть себя, и это просто глупо! Почему я сижу здесь, когда вокруг столько приятного и интересного?! Он побежал по берегу догонять Стефана и так сильно разбежался, что от радости чуть было не сбил его с ног. А Друг так обрадовался Памси, что даже этого и не заметил.

### 3. Обсуждение

- Как вел себя Друг на этот раз?
- Почему он не стал помогать Памси? (Он уже учил Памси, теперь выбор был за ним.)
- Какой выбор сделал Памси?
- Смог ли Памси справиться сам?
- Жалел ли себя Памси?
- Часто ли вы жалеете себя?
- Уставали ли вы когда-нибудь от жалости к себе?
- Как долго нужно жалеть себя?

Постарайтесь, чтобы дети поняли: мы можем немного пожалеть себя, но если слишком увлекаемся жалостью к себе и не можем остановиться, то это чувство начинает мешать нам. Перестать жалеть себя — это словно выбросить "темные" мысли в мусорное ведро.

### 4. Игра-упражнение "Мусорное ведро"

Дети пишут на листах бумаги: "Мне плохо", "Мне жаль себя" и пр. столько раз, сколько они смогут и захотят. Затем читают вслух и обсуждают:

- Какие это мысли?
- Нужны ли они нам?
- Помогают ли эти мысли нам жить?
- Зачем же их читать?
- Зачем же их хранить?

Учитель просит детей скомкать листочки, порвать их со словами: <sup>Эт</sup>и мысли мне мешают, они мне не нужны!" и выбросить в мусорное ведро.

### 5. Упражнение "Рисуем картинку в уме"

Под спокойную музыку ведущий тихим голосом медленно говорит'

*Сядьте удобно, плечи опущены, руки свободно лежат на коленях, голова чуть наклонена вниз. Дышите ровно и свободно. Пред-ставьте, что вы справились с трудной ситуацией. Вы испытали гор. дость. Вам приятно, и вы говорите себе: "Я справился". Вам приятно ощущать себя сильнее ситуации. Вы мысленно говорите: "Я умею владеть собой". От этих слое силы наполняют вас еще больше, и ваши плечи выпрямляются, голова гордо поднимается, вы словно растете. Откройте глаза и скажите три раза: "Я умею владеть собой".*

### 6. Домашнее задание

Предложите детям попробовать использовать прием "Мусорное ведро" у себя дома тогда, когда им будет плохо, и поучиться перед сном рисовать "картинки в уме".

Комментарии для ведущего:

Игра-упражнение "Мусорное ведро", как показала практика, очень нравится детям. Они его быстро осваивают и используют чаще, чем другие приемы саморегуляции. Ребятам, которые не достаточно хорошо овладели письмом, можно предложить рисовать ситуации на тему "мне плохо".

Важно обратить внимание детей на то, что события и обстоятельства, огорчающие нас, будут всегда, но нельзя слишком увлекаться жалостью к себе, лучше попытаться найти выход из ситуации и помочь себе.

Перед выполнением упражнения, включающего в себя элементы релаксации, ведущему необходимо научить детей правильному дыханию. Для этого надо предложить им сделать глубокий и медленный вдох, а затем — медленный и полный выдох (3 раза). Следует объяснить, что "картинки в уме" будут более четкими, если ребята научатся правильно дышать.

Для релаксации подходит любая музыка, используемая обычно в таких целях (спокойная, приятная).

Первые девять занятий (они укладываются по времени проведения в первую четверть), помогают детям адаптироваться к школьной жизни. Как правило, эту задачу удается выполнить еще до наступления осенних каникул. Возвращаясь после каникул, дети рассказывают о том, как они скучали по школе, урокам, учителям и Памси. Они приносят для Памси свои рисунки и с интересом обсуждают то, что узнали на занятиях.

Следующие занятия направлены на формирование прочных навыков саморегуляции, на усвоение новых понятий, на анализ внутренних состояний. Игре по-прежнему придается большое значение в проведении занятий, однако все больше внимания уделяется обсуждению, дискуссии, анализу поступков и поведения. Дети учатся отвечать на вопросы и делать выводы, обобщать, анализировать и логически рассуждать. По каждой теме проводятся упражнения на саморегуляцию, в занятиях используются приемы самовнушения.

Форма проведения занятий остается достаточно свободной. Ребята не только слушают и отвечают на вопросы, но и общаются с игровым персонажем Памси. Они задают ему свои вопросы, дают советы.

Работу во второй четверти можно начать с дополнительного занятия по теме "Моя доброта" (занятие 10).

Количество занятий по темам (и сами темы) можно менять в зависимости от особенностей конкретного класса и его проблем. Для классов коррекционной направленности можно уменьшить количество тем, соответственно увеличив число занятий по каждой теме для закрепления и отработки новых понятий и навыков.

#### *Занятие 10*

Цели:

- осознание понятия "доброта".

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси.
- аудиокассета с музыкой для релаксации;
- плакат "Чашка доброты".

«Ход занятия:

#### *1. Повторение*

Ведущий с помощью вопросов выявляет уровень усвоения предыдущего материала:

- Кто из вас пытается исправлять свое плохое настроение?
- Кто может рассказать нам о том, как ему это удавалось сделать?
- Кто из вас добрый?
- Что такое доброта?
- Какие мысли помогают быть добрым?

#### *2. Упражнение "Волшебная чашка"*

Дети под музыку для релаксации выполняют задания ведущего-

*Сядьте удобно, прикройте глаза, дышите спокойно, ровно и глубоко. Расслабьтесь.*

*Представьте себе белый экран, сосредоточьтесь на нем. Вообразите, что вы видите на нем свою любимую чашку-Раскрасьте ее так, как вам хочется. Еще раз внимательно рассмотрите чашку. Наполните ее до краев вашим любимым напитком.*

736

*ставьте и постарайтесь мысленно нарисовать рядом с вашей чашкой другую, чужую. Она пустая. Отлейте из своей чашки в пустую. Рядом еще пустая чашка, еще и еще... Отливайте из своей в пустые и не жалейте. А сейчас посмотрите снова в свою чашку. О! Она снова полна до краев! Что же с ней случилось? Почему так произошло?.. Ваша чашка особенная — волшебная. Мы можем отливать из нее, а она всегда будет полной. Эта чашка — твоя! Она наполнена твоей добротой! Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажем: "Это я! У меня есть такая чашка!"*



### Плакат "Чашка доброты" 3. Обсуждение

Завершив упражнение, дети рассказывают о том, какие чашки видели, обмениваются мнениями, почему чашка всегда оставалась полной. Памси показывает плакат со своей чашкой. Ведущий задает вопросы:

- Почему чашка становилась все полней, хотя из нее отливали ;Эпиток в другие чашки? (Чем больше отдаешь доброты другим — тем <sup>3</sup>ольше доброты получаешь обратно.)
- Как узнать о доброте другого человека? доброта".
- Кто может назвать добрых людей?
- Кто очень добрый в школе (классе)?
- Как вы узнали об их доброте?
- Можно ли всем стать добрее? Как?

### 4. Домашнее задание

Нарисовать дома свою чашку доброты и написать на ней "Моя до-

### Занятие 11

Комментарии для ведущего:

Данное занятие является связующим между первой и второй учебными четвертями. Его основная цель — помочь детям настроиться на продолжение обучения приемам саморегуляции, вспомнить, чему они научились ранее, уточнить, что из пройденного материала используют дети в повседневной жизни. Тема доброты помогает детям легче понять, что за мыслями всегда следуют дела, мысли руководят нашими поступками. Как правило, каждый из ребят считает себя добрым, однако многие дети выясняют, что добрыми их считают не все в классе. Ведущий объясняет, что для того, чтобы все узнали, какой ты добрый, нужно проявлять свою доброту, а это значит — совершать добрые поступки. Чем больше добрых поступков, тем ты добрее, как в случае с чашкой, поэтому она и называется "Чашка доброты".

Цели:

- ознакомить детей с понятием "выбор";
- учить детей прогнозировать ситуацию.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- рассказ "Памси выбирает" (начало);
- плакат "Памси выбирает".

Ход занятия: 1. Повторение

Ведущий вместе с детьми рассматривает чашки доброты, нарисованные дома. Далее он задает вопросы:

- Удалось ли вам за эти дни хотя бы один раз проявить свою доброту?
- Кто может об этом рассказать?
- А кто наблюдал доброту других?

2. Работа с текстом  
Памси выбирает (начало)

Однажды вечером Памси лежал, свернувшись в клубок, у камина. Ему было тепло и удобно.

— Памси, — позвала его мама, — ты уже сделал уроки?

— Еще нет, — отозвался Памси. Он решил взяться за уроки через минуту. "Но сначала я подложу дров в огонь", — подумал он. Кинув в огонь последнее полено, он опять вспомнил про уроки, но, услышав голос младшего брата, решил, что тому скучно одному, и пошел немного с ним поиграть. Через некоторое время он наконец-то сел за уроки. Он взял в руки карандаш и решил его поточить. "Конечно, у меня есть другой, хорошо заточенный карандаш, но пусть этот будет запасным", — подумал Памси. Когда он закончил точить карандаш, то услышал голос мамы:

— Уже поздно, пора спать! И Памси отправился спать.

На следующий день учительница собирала тетради с домашним заданием.

— Памси, где твоя тетрадь? — спросила учительница. Памси опустил глаза и ответил:

— Я забыл ее, то есть я хочу сказать, что мне надо было следить за огнем, потом я приносил дрова, а еще моему брату было скучно, и я играл с ним, а когда сел делать уроки, мне понадобилось поточить карандаш. Я помнил про уроки, но делать их было уже поздно, поэтому я не виноват...

### 3. Обсуждение рассказа

Ребята отвечают на следующие "вопросы:

— Что выбрал Памси вместо уроков?

— Сколько раз он выбирал вместо уроков что-то другое?

— Что было для него важнее: уроки или дрова; уроки или карандаши; уроки или игра с братом?

• Что такое выбор?

— Что произойдет в школе?

— Пожалеет ли Памси о своем выборе?

— О чем ему нужно было подумать, чтобы сделать правильный выбор?

— Какую отметку получит Памси за домашнее задание?

В процессе обсуждения ведущий должен подвести детей к пониманию того, что, выбирая между делами, надо, прежде всего, подумать о том, что будет потом.

После обсуждения ведущий показывает плакат "Памси выбирает".



Плакат "Памси выбирает"

Необходимо ответить на вопрос: "Какие мысли помогут Памси сделать правильный выбор?"

### 4. Учим правило

Ведущий предлагает детям записать в тетрадях правило: "Выбирая, думай, что будет потом".

Затем задает вопросы:

— Подумайте, что будет потом, если...

— не беречь игрушки, книги?

— дергать за хвост собаку?

— не выполнять домашнее задание?

— обижать других?

— А можно ли этого избежать? 5. *Домашнее задание*

Предложите детям ответить на вопрос: "Часто ли приходится делать выбор?" и вспомнить о ситуациях, в которых приходилось делать выбор.

Комментарии для ведущего:

По теме "Выбор" проводятся три занятия. На первом обсуждается понятие "выбор". Нужно подвести детей к необходимости задумываться о последствиях того или иного выбора.

Тем самым ведущий учит детей анализировать ситуацию, задумываться о последствиях своих поступков.

### *Занятие 12*

Цели:

— ознакомить детей с понятием ответственности за свой выбор.

Материалы:

— мягкая игрушка — дракончик Памси;

— атрибуты для игры "Магазин" (книги, игрушки и т.д.);

— текст рассказа "Памси выбирает" (окончание).

Ход занятия:

#### *1. Повторение*

Ведущий начинает занятие с вопросов:

— Приходилось ли вам за эти дни делать выбор хоть один раз?

— Как сделать правильный выбор?

— А что мы получим, сделав выбор? (То, что выбрали.)

#### *2. Работа с текстом*

Памси выбирает (окончание)

На уроке перед самой переменной учительница поставила на парту перед Памси коробку.

— Памси, — сказала она, — кто-то в нашем классе сделал выбор — не делать уроки дома, и он должен будет остаться и сделать их на перемене. Подумай, кто это? Напиши его имя на листке и опусти листок в коробку.

Памси совсем не хотелось признавать свою вину, оставаться на перемене и делать уроки, когда все весело играют и отдыхают. Он начал думать о хорошем: о летних каникулах, праздничной ярмарке.

Он вспомнил, как на летней ярмарке он участвовал в лотерее, где нужно было угадать, под какой из чашек спрятаны ягоды. Он выбрал чашку правильно и получил приз — целую горсть вкусных лесных ягод. Вспомнив об этом сейчас, Памси понял, что это был его выбор а ведь ты всегда получаешь то, что выбираешь.

"Я был единственным, кто не сделал уроки дома, это был мой выбор. Значит, работать во время перемены должен я", — подумал Памси. Он написал на листке бумаги свое имя, опустил в коробку и принялся делать уроки.

#### *3. Обсуждение*

Дети обсуждают текст по вопросам:

— Как Памси понял, что это ему надо отвечать за свой выбор?

— Что он получил?

Дети приходят к выводу, что мы всегда получаем то, что выбрали.

#### 4. Ролевая игра "Магазин"

В процессе игры дети выбирают книги, игрушки, сладости и объясняют свой выбор.

#### 5. Домашнее задание

Предложите подумать над вопросом: "Помогают ли "светлые" мысли делать выбор?"

Комментарии для ведущего:

На втором занятии по теме "Выбор" следует особо обратить внимание детей на последствия выбора — на то, что происходит, когда выбираешь и не задумываешься о том, что будет потом. Важно подвести детей к пониманию того, что мы всегда получаем то, что сами выбрали, а значит, мы сами отвечаем за это.

#### Занятие 13

Цели:

- закрепить знания о правилах осуществления выбора;
- учить детей анализировать свои поступки и поступки других людей.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- аудиокассета с записью спокойной музыки для релаксации выбор.

Ход занятия:

#### 1. Повторение

Дети рассказывают о том, как "чистые" мысли помогли им делать

#### 2. Упражнение "Рисуем картинку в уме"

Под спокойную музыку ведущий тихо и медленно говорит:

*Сядьте поудобнее, расслабьтесь, дышите ровно и спокойно. Глаза прикройте, голову чуть наклоните вперед...*

*Представьте себе белый экран. Мысленно нарисуйте на нем три коробки. Первая коробка — большая. Это — ваши желания. Вторая, средняя — это ваш выбор. Третья, маленькая — то, что мы получаем в результате выбора.*

*Теперь сложите в большую коробку все ваши желания. В среднюю — все, что вы выберете из желаний. А в маленькой постарайтесь представить то, что вы получите.*



#### 3. Игра-упражнение "Догадайся, из какой коробки?"

Ведущий предлагает детям определить, из какой коробки взяты эти утверждения, и объяснить свое решение:

- хочу в кино;
- съел много мороженого;
- не пошел в кино из-за домашних дел;
- получил двойку;
- заболело горло.

#### 4. Игра-упражнение "Догадайся о выборе, если..."

Ведущий предлагает варианты возможных последствий тех или иных действий ребенка:

- родители довольны;

— друг поблагодарил;

— учитель огорчился.

Затем он напоминает детям схему: *ситуация (желания) — выбор — последствия выбора* и просит их придумать историю, в которой определенный выбор ребенка привел бы к перечисленным выше событиям.

#### 5. Домашнее задание

Предложите детям вспомнить ситуации, в которых им удавалось сделать правильный выбор.

Комментарии для ведущего:

Это занятие является последним по теме "Выбор", поэтому важно закрепить уже полученные знания и помочь детям попробовать применить эти знания на примере их собственных конкретных ситуаций.

### Занятие 14

Цели:

— дать представление о понятии "успех".

Материалы:

— мягкая игрушка — дракончик Памси;

— рассказ "Контрольная работа" (начало).

Ход занятия:

#### 1. Повторение

Домашнее задание проверяется по вопросам:

— Удастся ли вам делать правильный выбор?

— Хорошо ли вы умеете выбирать мысли?

— Всегда ли вам помогают "светлые" мысли?

#### 2. Работа с текстом

Контрольная работа (начало)

Памси учился в первом классе уже несколько месяцев. В один из дней учительница сказала, что завтра будет первая контрольная работа, и к ней нужно подготовиться. "О, я знаю, как готовиться к контрольной — нужно думать только о хорошем, нужно выбирать только хорошие мысли, — думал Памси. — Я справлюсь! У меня все получится! Я получу самую лучшую оценку!"

Так он думал весь вечер, радовался, танцевал и прыгал.

На следующий день Памси не мог дождаться, когда же он начнет писать контрольную работу. Получив задание, он сказал себе: "Я смогу это выполнить!" И, не задумываясь, начал быстро писать. Памси первый сдал свою тетрадь на проверку и побежал отдыхать.

#### 3. Обсуждение

Прочитав только первую часть рассказа, ведущий особо обращает внимание детей на то, что Памси не готовился к контрольной работе, но был уверен, что напишет ее, так как считал: главное — это верить в то, что все будет хорошо.

Затем ведущий задает вопросы:

— Как вы думаете, какую оценку получит Памси?

— Почему вы так считаете?

— Достаточно ли только одной уверенности в успехе для того, чтобы его добиться?

— Что еще для этого нужно? 4. Упражнение "Я смогу!"

Дети встают на одну ногу и стараются ровно и четко написать другой ногой в воздухе свое имя, повторяя про себя: "Я смогу!"

Одной рукой дети гладят голову, а другой — круговыми движениями — свой живот, повторяя про себя: "Я смогу!"

Одной рукой ребята пишут свое имя, а ногой в это же время фамилию, повторяя про себя: "Я смогу!"

После выполнения упражнений ведущий задает вопросы:

- Всем ли было легко выполнять это упражнение?
- Что нужно для того, чтобы все получилось?
- Достаточно ли только верить и говорить себе: "Все получится! Я смогу!"
- Что еще нужно?

Затем вместе с ребятами ведущий делает вывод: чтобы добиться чего-то, нужно верить в успех, но не только... Надо еще и добиваться это-<sup>го</sup> Добрыми делами, усилиями и тренировкой.

#### 5. Домашнее задание

Подумать и ответить на вопрос:— В каких случаях нужно быстро решать и делать, а в каких — нужно хорошо и основательно подумать и только потом делать?

Комментарии для ведущего:

Это занятие — первое по теме "Успех". Обучение в этом тематическом блоке проводится в той же последовательности, что и в остальных: получение информации о содержании того или иного навыка и применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка).

На занятии следует обратить особое внимание детей на один из компонентов успеха — положительный настрой. Дети должны вспомнить о том, как нам помогают хорошие мысли (в конкретном случае — это мысли о том, что все получится). В качестве синонима слова "успех" можно использовать слово "удача", уточнив, что оно образуется от слова "удается". Чтобы добиться цели, чтобы задуманное удалось, и все получилось необходимо в это верить.

#### Занятие 15

Цели:

- дать детям знание об условиях достижения успеха.
- дать наглядное представление о составляющих успеха.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- рассказ "Контрольная работа" (окончание);
- плакат "Звезда удачи";
- макет звезды, состоящей из двух половинок.

Ход занятия: 1. Повторение

Дети вспоминают содержание первой части рассказа "Контрольная работа", отвечая на вопросы:

- На что надеялся Памси?
- Чего он не знал?

#### 2. Работа с текстом

Контрольная работа (окончание)

На следующий день Памси шел в школу и думал, какую оценку получит за контрольную работу. В классе, когда учительница всем раздала тетради, Памси увидел, что в его тетради стояла самая плохая оценка. Он очень удивился и огорчился.

После школы Памси отправился к своему Другу и рассказал ему о контрольной работе.

— Я не понял, что произошло. У меня были такие хорошие мысли, почему же ничего не получилось...

Друг ответил:

— Когда ты выбираешь правильные мысли, это хороший выбор он придает тебе силы и уверенности, но ты забыл спросить себя: "д все ли я сделал, что мне надо было сделать?" Если ты хочешь чего-то добиться, ты должен приложить для этого усилия. Ты должен не только думать, но и действовать... Видишь толстую веревку над ручьем, привязанную к дереву? Ты всегда хотел научиться качаться на ней над водой и не падать. Но для этого надо не только об этом думать, но и тренироваться.

Они вместе схватились за веревку и с веселым криком полетели над ручьем.

#### 3. Обсуждение

Ведущий спрашивает детей:

- Как вы думаете, чего не сделал Памси?
- Зачем нужны действия, дела, тренировка?
- А нужны ли были хорошие мысли? (Да, нужны, но этого мало.)
- Почему он получил плохую отметку? (Не готовился.)

#### 4. Работа с плакатом

Ведущий показывает плакат "Звезда удачи" и макет звезды, состоящей из двух половинок, на одной написано — "Мысли", а на второй — "Дела". При их соединении на обратной стороне получается слово "Удача".

Далее следуют вопросы:

- Похожа одна половинка на звезду?
- А другая?
- А если соединить их вместе?

Следует обратить внимание детей на то, что отдельно "Мысли" и "Дела" еще не составляют "Удачу". Успеха можно добиться, если есть и то, и другое. Затем ведущий объясняет, почему "Удача" изображена на плакате в виде звезды: когда что-то не удается, то нам кажется, что это так никогда не получится, что удача далеко-далеко от нас, как звезда. Но стоит поверить и начать добиваться цели, как все получается.



Плакат "Звезда удачи" 5. Домашнее задание

- Подумать и ответить на вопросы:
- Чего вы когда-то не умели делать, чему хотели научиться и затем научились?
- О чем вы думали? Что вы для этого делали? •— Нарисовать "Звезду удачи".

Комментарии для ведущего:

На этом занятии вводится представление о двух компонентах ус-<sup>Пе\*</sup>а: позитивном настрое и действиях, направленных на достижение це-

*Я учусь владеть собой*

ли. Добиться своей цели можно, когда не только веришь в удачу, но и добиваешься ее делами, усилиями, тренировкой.

Макет разрезанной на две половинки звезды дает наглядное представление об этих компонентах и помогает закрепить знания.



### Макет "Звезда удачи"

#### Занятие 16

##### Цели:

- закрепить представление о составляющих успеха;
- учить детей применять полученные знания.

##### Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- макет "Звезда удачи";
- рисунки детей;
- аудиокассета с записью музыки для релаксации.

##### Ход занятия: 1. Повторение

Дети рассказывают о том, как им удавалось добиться успеха в чем-либо, и показывают свои "Звезды удачи".

##### 2. Ролевые игры

###### Ситуация Знакомство

О чем нужно подумать и что сделать, чтобы познакомиться с кем-то? Какие нужны мысли и какие действия? (Мысли — "Я хочу познакомиться с ним, я спрошу его о чем-то или узнаю его имя". Действия — подойти, улыбнуться, сказать то, что хотел.)

###### Ситуация "Подари подарок другу"

Дети должны придумать, что подарить другу и решить, о чем нужно подумать и что сделать, чтобы подарить свой подарок.

Ребята разыгрывают ситуации по желанию, после чего можно за-следующие вопросы:— Было ли это просто?

- Что проще: продумать, как действовать или выполнить действие?

##### 3. Упражнение "Рисуем картинку в уме"

Под музыку ведущий спокойно и медленно говорит:

*Сядьте поудобнее, расслабьтесь, дышите ровно и спокойно. Представьте себе белый экран. Пусть на нем появится то, что вы загадали. Нарисуйте на нем свое желание в виде звезды. Первая половина — то, о чем вы мечтаете и на что надеетесь. Вторая — то, что вы делаете, чтобы добиться успеха.*

*Рисуйте до тех пор, пока не почувствуете, что достигли цели и вам удалось то, к чему вы стремились.*

*Мысленно порадитесь:*

— Я сделал это!

— Я думал об этом!

— Я заслужил удачу! *Насладитесь своей удачей. Откройте глаза и скажите уверенно вслух: "Я смогу сделать то, что мне надо сделать!"*

#### 4. Домашнее задание

Попробовать применить полученные знания: поставить перед собой задачу и постараться добиться успеха с помощью "Звезды удачи".

Комментарии для ведущего:

На этом занятии дети, используя уже знакомые им приемы саморегуляции, закрепляют полученные знания.

#### *Занятие 17*

Цели:

- учить детей говорить "нет!";
- помочь детям осознать ответственность за свой выбор.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- текст рассказа «Когда трудно сказать "нет!"» (начало).

Ход занятия: 1. *Повторение*

Дети, которым удалось хотя бы раз добиться успеха, рассказывают об этом, используя знания, полученные на занятиях.

2. *Работа с текстом*

Когда трудно сказать "нет!" (начало)

Когда Памси был маленьким, он очень любил говорить слово "нет". Его спрашивали: "Ты вымыл руки?" — "Нет", — отвечал Памси. "Ты любишь кашу?" — "Нет". "Ты убрал игрушки?" — опять "нет". Когда Памси подрос, он по-прежнему легко мог сказать "нет", если ему предлагали что-то невкусное или заставляли делать уроки и не смотреть долго телевизор.

Но он заметил, что все чаще ему стало трудно говорить "нет". Это случалось тогда, когда его приятели звали Памси делать что-то, что было, по его мнению, опасно, вредно и нехорошо. Если в таких случаях он не мог сказать "нет", то потом чувствовал себя очень плохо. Что-то мешало ему сказать "нет". Это были мысли: "Если я скажу "нет", то я кого-то обижу, если я скажу "нет", то со мной не будут играть, если я скажу "нет", то меня будут считать трусом". Эти мысли так надоели Памси, что однажды он не выдержал и все рассказал Другу-

— Я понимаю, откуда идут эти мысли — это мой страх. Я не могу сказать "нет" из-за страха и очень злюсь на себя за это. Эти темные мысли управляют моим поведением, портят мое настроение и мешают мне. Я хотел бы знать, смогу ли я сам справиться с этим?

3. *Обсуждение*

Обсуждение рассказа ведется по вопросам:

- Что мешало Памси сказать "нет!"?
- Бывали ли у вас в жизни ситуации, когда вам было трудно сказать "нет!"?
- Что можно посоветовать Памси?
- Может ли "Звезда удачи" помочь Памси в этой ситуации?
- Зачем нужно научиться говорить "нет!", даже когда это нелегко?

4. *Учимся говорить "нет!"*

Сначала ведущий задает детям вопросы, на которые им легко ответить "нет!"

- Вам хотелось бы спать в ледяной пещере?
- Вы хотели бы всю свою жизнь просидеть дома и никогда не выходить на улицу?
- Вы любите горькую пищу?
- Просто ли было вам говорить "нет!"? Почему? А затем ведущий перечисляет ситуации, в которых детям бывает нелегко отказаться, например, когда им предлагают:
  - обидеть кого-то,
  - сказать кому-то неправду,
  - съесть мороженое, когда болит горло,
  - покататься на машине с незнакомым человеком.

Далее обсуждаются вопросы:

— Что мешает нам быть решительным и сказать твердое "нет!"

— Что может произойти, если не сказать "нет"? (Дети приводят свои примеры.)

— Поможет ли вам тренировка сделать выбор и сказать "нет!", когда это необходимо?

В результате обсуждения дети должны прийти к выводу, что если вовремя не сказать "нет!", то это может привести к печальным последствиям, и они за это в ответе.

#### 5. Домашнее задание

Продолжать учиться говорить "нет!", да<sup>а</sup> когда это трудно.

#### Занятие 18

Цели:

— учить детей говорить "нет!", используя приобретенные знания о выборе и успехе.

Материалы:

т «

— мягкая игрушка — дракончик Памси<sup>а</sup> -%>«• •

— рассказ о Памси «Когда трудно сказать<sup>а</sup> "нет!"» (окончание);

— плакат «Памси говорит "нет".

#### Ход занятия: 1, Повторение

Дети рассказывают о тех случаях, когда им было трудно сказать "нет", но они это сделали, а затем вспоминают о том, что мешало Памси сказать "нет!".

#### 2. Работа с текстом

Когда трудно сказать "нет!" (окончание)

Памси понимал, что ему необходимо научиться говорить "нет" даже тогда, когда это бывает трудно. "Я смогу сделать то, что мне надо сделать", — решил Памси. Он сложил лапы рупором и крикнул: "Нет!", да так громко, что эхо разнесло по ущелью это слово три раза: "Нет! Нет! Нет!". Это было больше, чем просто звук его голоса, это был звук его силы, звук победы над своим страхом.

Памси знал, что нужно тренироваться для того, чтобы чего-то добиться. Он сел на краю ущелья и начал тренироваться. Памси вспомнил случай, когда его звали разорять птичьи гнезда, а он боялся сказать "нет", потому что думал, что с ним тогда перестанут дружить. И сейчас он крикнул: "Нет!", вспоминая это. Эхо снова повторило это

#### Я учусь владеть собой

слово три раза: "Нет! Нет! Нет!". "Нет!" — темным мыслям, "Нет!" — страху, "Нет!" — плохим друзьям.

Памси знал, что сказать "нет" ему будет непросто и теперь, но такая тренировка стала хорошим началом. Он понял, что справится.



Плакат «Памси говорит "нет!"» 3. *Обсуждение*

Ведущий предлагает детям следующие вопросы для обсуждения::

- Откуда шел страх Памси?
- Как он сделал выбор? Верный ли это выбор?
- Добьется ли Памси успеха?
- Какие мысли и действия ему помогли?
- Будет ли Памси всегда легко говорить трудное "нет"? Почему?
- Сможете ли вы поступить так же, не побояться, что вас будут дразнить и с вами не захотят играть?

#### 4. *Работа с плакатом*

Дети рассматривают плакат «Памси говорит "нет!"» и обсуждают, в каких ситуациях важно уметь говорить "нет!".

#### 5. *Домашнее задание*

Предложите детям придумать и нарисовать в виде запрещающих знаков то, от чего они хотели бы научиться отказываться, чему они хотели бы научиться говорить "нет!".

Комментарии для ведущего:

Теме «Трудное слово "нет!"» также отводится три занятия, и они строятся в той же последовательности, что и занятия по другим темам: введение понятия «трудное слово "нет!"», отработка и закрепление навыка.

На данном занятии идет закрепление умения делать выбор и умения добиваться успеха.

#### *Занятие 19*

Цели:

- закрепить знания о том, как говорить "нет!", когда это необходимо.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- плакат «Памси говорит "нет!"»;
- аудиокассеты с записью музыки для релаксации.

Ход занятия:

#### 1. *Повторение*

Дети вместе рассматривают сделанные дома рисунки, на которых нарисовано, чему они хотят сказать "нет!", и обмениваются мнениями.

#### 2. *Упражнение-тренинг*

Ведущий говорит:

— Представьте, что кто-то пытается заставить вас сделать что-то неприятное, опасное, просто плохое. Что подсказывает вам ваш ум?

"Темные" мысли:

— Если я скажу "нет!", со мной не будут дружить.

— Если я откажусь, то они станут дразнить меня.

— А вдруг я останусь один, если скажу им "нет"? "Чистые" мысли:

— Это мой выбор!

— Я смогу победить свой страх!

— Это нужно сказать, и я сделаю это!

— Памси смог, и я смогу!

— Я не испугаюсь! 3. Упражнение

Под музыку ведущий спокойно и медленно говорит:

*Сядьте удобно, расслабьтесь. Закройте глаза. Дышите роено и медленно. Вдох — сила и погружение, выдох — уверенность и спокойствие. При каждом вдохе силы нарастают. Это приносит удовольствие. Эти силы помогают сделать правильный выбор в любой ситуации. Силы помогут сказать "нет!" в любой ситуации. Ваше тело почувствовало силу. Вообразите, как ваш голос произносит: "Нет!". Все силы, которые вам нужны, находятся в вас. Это ваша сила! Она поможет сделать все так, как нужно! Решайте, когда ее использовать. Это ваша сила! Ясные мысли помогут ее использовать. Никто не сможет отнять у вас вашу силу. Ваш ясный ум — только ваш! Ваша сила — только ваша сила!*

*Теперь пошевелили пальцами, рукой, открыли глаза и сказали вслух: "Я смогу сказать "нет!", когда это нужно!"*

#### 4. Домашнее задание

В течение недели обращать внимание на те ситуации, в которых вам придется отказываться от чего-либо, и учиться говорить "нет!".

#### Занятие 20

Цели:

- закрепить полученные знания;
- развивать у детей уверенность в себе.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- рассказ "Соревнования".

1. Ход занятия:

##### 1. Повторение

Дети вспоминают, чему они учились на предыдущих занятиях, об суждают, что они уже умеют делать.

Ведущий задает следующие вопросы:

- Кому помогают наши занятия справляться с проблемами?
- Бываете ли вы не уверены в себе? Когда?
- Когда вы чувствуете себя неуверенно, ждете ли вы поддержки от других?
- А если вас не поддерживают, можете ли вы справиться?
- Как вы помогаете себе сами?

##### 2. Работа с текстом

Соревнования

В первый летний день все динозавры собираются в ущелье на ежегодный праздник, который называется "Спортивная ярмарка". Это праздник отдыха, развлечений и соревнований. Здесь есть все: и музыка, и веселые игры, и соревнования. Все веселятся и отдыхают.

*Я учусь владеть собой*

Драконы соревнуются друг с другом в силе, ловкости и умениях, в некоторых соревнованиях участвуют все драконы, соревнуются команды, а в некоторых соревнованиях драконы принимают участие по одному.

Каждый год появляется какое-нибудь новое соревнование, и о нем никто не знает заранее. Ведущий объявляет соревнование, забравшись на высокую гору, чтобы все его видели и слышали.

В этом году первое соревнование называлось "Сдвинь тяжелый камень-валун". Этот отвалившийся кусок скалы, большой и тяжелый, даже по форме напоминал динозавра. Победители получали приз — большой сладкий пирог.

Несколько динозавров-силачей встали вокруг камня, а другие стали их поддерживать криками: "Давай! Давай! Вы сможете!" От этих криков драконы почувствовали себя еще более сильными, они сделали глубокий вдох и сдвинули скалу. Им вручили приз — большой ягодный пирог. Среди этих силачей был и Боден.

Потом были драконы бега. Все драконы выстроились на линии старта, и, когда судья дал свисток, началась гонка. Нужно было пробежать под палящими лучами солнца до дальней скалы и дотронуться до нее, а затем вернуться назад. Зрители кричали и поддерживали бегущих. "Давай! Давай! Вы сможете!" Это подбадривало бегунов, они чувствовали себя сильными, хотя бежать было нелегко. Первым прибежал дракон Зеда. Он тоже получил приз.

Затем началось соревнование "Чей огонь лучше". Нужно было выдохнуть как можно больше красивого огня. В этом соревновании участвовали многие драконы. Каждый год побеждал Боден, хотя и Зеда очень старался. Болельщики кричали: "Молодцы! Вы лучше всех!". Боден и в этом году выдохнул самый большой и красивый огонь, он опять победил.

Настало время для соревнования, о котором никто не знал. Ведущий объявил, что оно называется "Перейди по тоненькому мостику через речку". Казалось, это самое простое соревнование, его сложность заключалась лишь в том, что болельщики должны были кричать не в поддержку, а наоборот, например, "Упадешь!", "Не сможешь!". Дело было не в том, что болельщики были недобрыми, просто таким было условием соревнования.

*Я учусь владеть собой*

Первым пошел Зеда, а за ним Боден. Они были очень опытные спортсмены и хотели это показать. Как только Зеда вступил на мостик, все закричали: "Упадешь!", и Зеда от неожиданности покачнулся и упал в мелкую речку. Казалось, пройти так легко, и ему было непонятно, почему же он упал. Тогда на мостик вступил Боден. Он был просто уверен в победе. Но как только он вступил на мостик, все закричали: "Упадешь! Не получится!" И Боден тоже пошатнулся и упал! Тогда все поняли, как это трудно — идти под крики "Упадешь!". Если не справились такие сильные спортсмены, то кто же сможет?

Тогда отважился маленький Памси. Все соревнования он наблюдал за происходящим и размышлял над тем, как же удастся другим побеждать. Он был меньше других спортсменов, еще не умел выдыхать огонь, у него не было столько сил, чтобы сдвинуть скалу, и его ноги не были такими длинными, как у взрослых драконов, чтобы обогнать их в бегах.



Он встал на мостик и пошел, расставив лапки. Сначала все при-тихли, но, вспомнив про условие, закричали: "Упадешь, малыш! Не получится!".

Памси ступал аккуратно и спокойно, он шел и шел, и добрался до конца мостика. Тогда все закричали: "Ура! Молодец!", побежали к нему, взяли его на руки.

Он получил приз — свой любимый пирог с ягодами. Всем хотелось понять, как же ему удалось победить, все были очень рады, кроме Бо-дена. Он был очень зол и не понимал, как такой маленький Памси смог победить его, Бодена — опытного спортсмена. Памси подошел к Бодену и спокойно, доброжелательно сказал ему:

— Знаешь, ты не сердись, но дело было не в том, как идти, а в том, как и о чем думать!

### 3. Обсуждение

Вопросы к детям:

— Как Памси удалось выиграть в этом очень трудном соревновании?

— Почему упали другие драконы?

Ведущий должен постараться подвести детей к пониманию того, что произошло: Памси *верил в свои силы*, он не слушал других драконов, а *слушал свои мысли*.

— Что для вас является трудным?

— Кто верит, что справится со своими проблемами?

Далее ведущий просит детей вспомнить слова самоподдержки. ("Я смогу!", "У меня получится!", "Я справлюсь!", "Все будет хорошо!") И делает вместе с детьми вывод: если вы *захотите*, то всегда найдете поддержку в себе.

### 4. Домашнее задание

Учиться поддерживать себя в трудных ситуациях.

Комментарии для ведущего:

Начиная с 20-го занятия, рассказы уже не делятся на две части, а каждая история прочитывается (или рассказывается) целиком на одном занятии. В этих историях Памси применяет те навыки, которым он обучался вместе с детьми.

На занятиях-тренингах происходит отработка полученных знаний и навыков. На таких занятиях желательно дать детям возможность поиграть, подвигаться. Дети должны самостоятельно обыгрывать ситуации.

Проблемных задач ребята не решают, однако полезно останавливать рассказ на кульминации, чтобы выяснить мнение детей, узнать, что бы они сделали в данной ситуации, как бы использовали то, чему научились на занятиях.

*Я учусь владеть собой*

## Занятие 21

### Цели:

- выработать у детей умение самостоятельно помогать себе.

### Материалы:

- мягкая ифушка — дракончик Памси;
- палка-мостик (можно нарисовать мост на полу мелом)
- шест для балансирования.

### Ход занятия:

#### 1. Повторение

Дети вспоминают предыдущее занятие, отвечая на вопросы ведущей:

- Как Памси удалось победить в соревновании?
- Что кричали другие дракончики?
- Почему упали другие спортсмены?
- Как Памси помогал себе победить?
- Что он использовал? ("Светлые" мысли; веру в свои силы; умение владеть собой.)
- Как вы понимаете слова Памси: "Главное не в том, как нужно было *идти*, а в том, как *и о чем* думать!""?

#### 2. Упражнение-тренинг

Ведущий кладет палку-мостик (или рисует мост мелом на полу) и предлагает детям по очереди пройти по такому мостику приставным шагом, не дотрагиваясь при этом до пола за линией ограничения. Можно предложить держать в руках шест для балансирования. По условию у ребенка есть три попытки, во время которых:

- все болельщики поддерживают идущего словами: "Молодец!";
- все молчат;
- все кричат идущему: "Упадешь!";

#### Обсуждение Когда было идти легче?

- Что вам мешало и когда?
- Чем вы себе помогали?
- Что вы мысленно себе говорили? ("Я смогу! У меня получится!")

#### 4. Домашнее задание

Потренироваться делать то, что не получается, используя полученные навыки самоподдержки.

## Занятие 22 Цели:

### Я учусь владеть собой

- дать детям представление об индивидуальности, неповторимости каждого из них;
- диагностика самооценки.

### Материалы:

- игрушка — дракончик Памси;
- текст рассказа "Разноцветные камешки";
- бланки для диагностики самооценки.

### Ход занятия:

#### 1. Игра-разминка

Ведущий предлагает детям изобразить графически (не пользуясь буквами) слово "Радость". После выполнения задания дети рассматривают все рисунки, а ведущий задает вопрос:

- Почему все рисунки разные?
- Следует подвести детей к выводу: все мы очень разные.

#### 2. Работа с текстом

### Разноцветные камешки

Однажды воскресным утром Памси спросил свою маму:

- Я особенный, не такой как другие?
- Да, конечно же, ты особенный!

— Но почему? Что во мне особенного?

Мама пошла в другую комнату и принесла небольшой мешочек. Она высыпала из него на стол разноцветные камешки. Камешки сверкали и переливались.

— Я отдам тебе эти камешки и надеюсь, они помогут тебе узнать, что в тебе есть особенного, — сказала мама.

— Я могу взять эти камешки с собой на прогулку? — спросил Памси.

— Конечно, — ответила мама, — теперь они твои.

Памси сложил камешки в мешочек и отправился на прогулку. Он очень радовался, что наконец-то узнает, чем отличается от других, что в нем особенного. Памси дошел до мостика через речку, сел там и стал разглядывать камешки и размышлять, как же они помогут ему узнать, почему он особенный.

Вдруг он услышал чей-то жалобный плач на другой стороне реки. Он повернулся и увидел маленького дракончика, который сидел под деревом и плакал. Памси встал и пошел к нему, чтобы помочь. Дракончику нужно было, чтобы его кто-нибудь выслушал. Пока дракончик рассказывал Памси свою историю, он успокоился и перестал плакать. Памси вынул из мешочка один камешек и подарил дракончику, а сам вернулся на мостик.

Через некоторое время он увидел своих друзей, они бежали к нему, чтобы вместе поиграть. Памси долго играл с друзьями, и им было очень весело вместе. Когда все устали и легли на полянке отдохнуть, Памси достал свой мешочек и на прощание подарил каждому по камешку.

По дороге домой Памси услышал мелодию своей любимой песни и направился туда, откуда доносилось пение. Вскоре он увидел того, кто пел. Это был обыкновенный дракончик с красивым голосом, и Памси решил его отблагодарить за радость, которую он ему доставил. Он достал из своего мешочка голубой, как небо, камешек и подарил певцу.

Наконец, Памси вернулся домой. Мама уже ждала его и сразу спросила:

• Ну как, Памси, узнал, что в тебе особенного?

— Нет, — ответил Памси и рассказал маме о своей прогулке.

— Как, ты не понял, что в тебе особенного? Ведь ты не смог пройти мимо плачущего дракончика, ты нужен своим друзьям и умеешь ценить дружбу, любишь прекрасное и понимаешь музыку. Это все замечательные особенности, которые я очень в тебе люблю, — сказала мама.

— Мама, — спросил Памси, — а ты не перестаешь любить меня, когда я не слушаюсь и огорчаю тебя?

— Даже если я сержусь на тебя или наказываю, то все равно продолжаю любить тебя.

Памси попросил маму закрыть глаза и положил в ее руку самый красивый и яркий камешек.

### 3. Обсуждение

После чтения рассказа ведущий задает детям вопросы:

— Что можно сказать о Памси? Какой он?

— А вас интересовал вопрос, чем вы отличаетесь от других?

— А что вы можете сказать о своих одноклассниках?

— Кто самый добрый?

— Кто самый веселый?

— Кто самый смелый?

— Кто самый умный?

### 4. Диагностика самооценки "Самый-самый"

Ведущий предлагает детям бланки, на которых нарисованы лесенки (по десять ступенек в каждой):

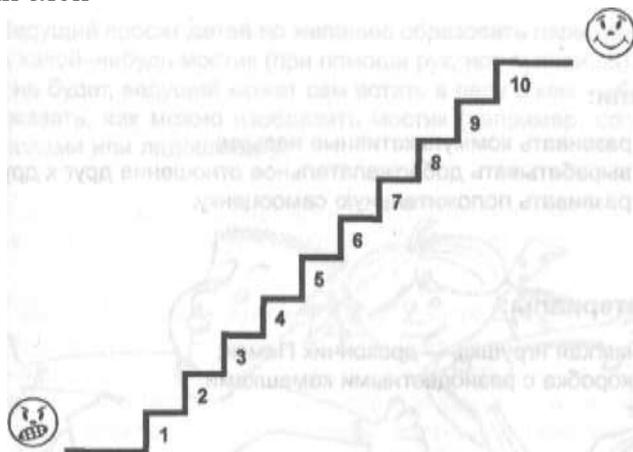
— самый добрый — самый злой;

— самый веселый — самый грустный;

— самый смелый — самый трусливый;

— самый умный — самый глупый.

самый злой



самый добрый

Образец бланка для диагностики самооценки

Ведущий говорит детям, что на самой верхней ступеньке лестницы располагаются те дети, у которых качество (например, доброта) выражено в максимальной степени, а на нижней — те, у кого в максимальной степени присутствует противоположное качество (злость). Затем он просит детей оценить себя по этим качествам и поставить букву "Я" на то место, которое соответствует их самооценке.

### 5. Домашнее задание

Предложите детям попросить родителей, чтобы они оценили их таким же способом.

### Занятие 23

Цели:

- развивать коммуникативные навыки;
- вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу;
- развивать положительную самооценку.

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- коробка с разноцветными камешками.

Ход занятия: 1. *Повторение*

Ведущий просит желающих рассказать о том, как их оценили родители. Затем он задает детям следующие вопросы:

— Как вы считаете, остаетесь ли вы для своих родителей самыми любимыми, лучшими и единственными даже после ваших шалостей?

— А для учителей?

— А для друзей?

— Что, кроме нашей внешности, делает нас непохожими на других? (Наши мысли, наши чувства, наши мечты, надежды и т.д.)

2. *Упражнение "Подари камешек"*

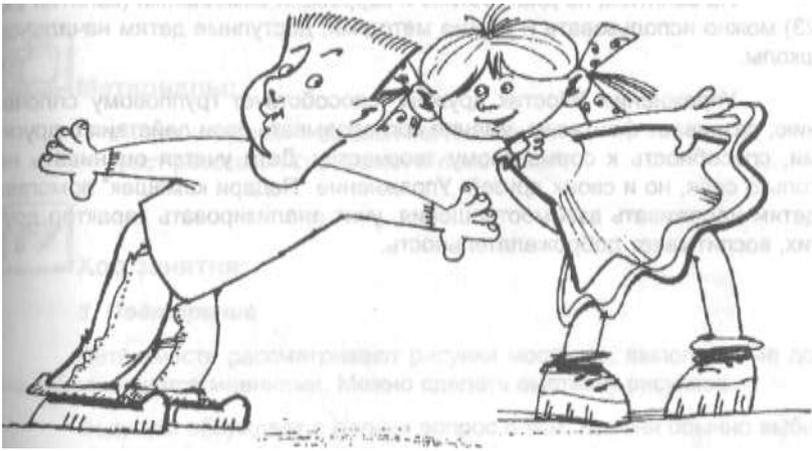
Ведущий предлагает детям взять из коробки по одному или по два разноцветных камешка и подарить их тому, кому они захотят, но обязательно со словами: "Я дарю тебе камешки, потому что ты самый..."

Тем детям, которым ничего не досталось, камешки дарит ведущий, обязательно отмечая при этом лучшие качества каждого ребенка, которому он делает подарок.

*Я учусь владеть собой*

3. *Упражнение "Мостик дружбы"*

Ведущий просит детей по желанию образовать пары, придумать и показать какой-нибудь мостик (при помощи рук, ног, туловища). Если желающих не будет, ведущий может сам встать в пару с кем-нибудь из детей и показать, как можно изобразить мостик (например, соприкоснувшись головами или ладонками).



Затем он спрашивает, кто из детей хотел бы "построить" мостик втроем, вчетвером и т.д. до тех пор, пока будут находиться желающие. Заканчивается упражнение тем, что все берутся за руки, делают круг и поднимают руки вверх, изображая "Мост дружбы".

#### 4. Игра "Если нравится тебе, то делай так!"

Дети стоят в кругу, кто-нибудь из них показывает любое движение, произнося при этом первые слова песенки "Если нравится тебе, то делай так...", остальные дети повторяют движение, продолжая песенку: "Если нравится тебе, то и другим ты покажи, если нравится тебе, то делай так...". Затем свое движение показывает следующий ребенок, и так до тех пор, пока не завершится круг.

#### 5. Домашнее задание

Придумать и нарисовать необыкновенные мостики (дружбы, счастья, радости, мечты и т.д.)

Комментарии для ведущего:

На занятиях по диагностике и коррекции самооценки (занятия 22, 23) можно использовать и другие методики, доступные детям начальной школы.

Упражнение "Мостик дружбы" способствует групповому сплочению, развивает фантазию, умение согласовывать свои действия с другими, способность к совместному творчеству. Дети учатся оценивать не только себя, но и своих друзей. Упражнение "Подари камешек" помогает детям налаживать взаимоотношения, учит анализировать характер других, воспитывает доброжелательность.

#### Занятие 24

Цели:— дать детям представление о саморегуляции в критических ситуациях; —вести понятие "тайм-аут".

Материалы:

- мягкая игрушка — дракончик Памси;
- текст рассказа "Кто хозяин в песочнице";

Ход занятия:

##### 1. Повторение

Дети вместе рассматривают рисунки мостиков, выполненные дома, обмениваются мнениями. Можно сделать выставку рисунков.

Ведущий обсуждает с детьми вопрос о том, как они обычно выбирают себе друзей.

Затем ведущий задает детям следующие вопросы:

- А ссоритесь ли вы со своими друзьями?
- В чем причины ваших ссор?

##### 2. Работа с текстом

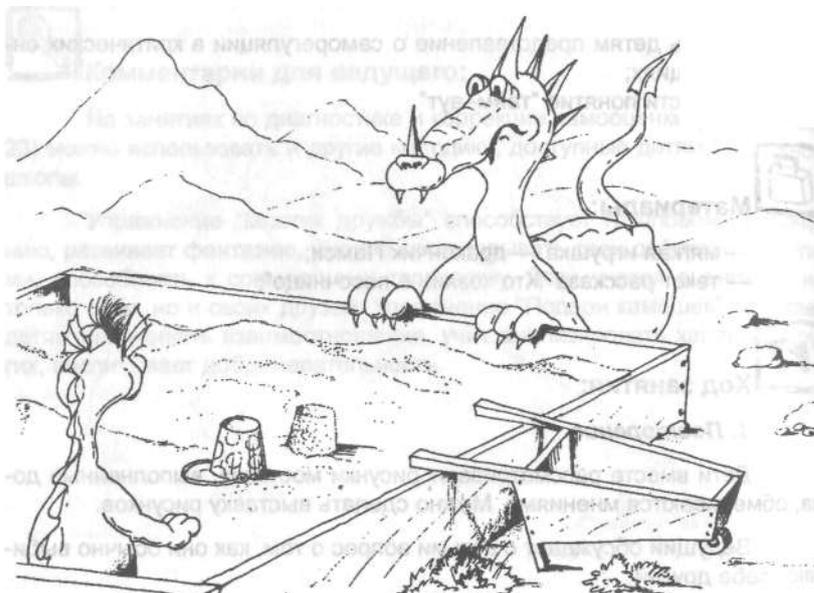
Кто хозяин в песочнице?

Недалеко от пещеры, где живет Памси, есть песочница. Памси очень любит там играть, и когда друзья ищут его, они всегда сначала идут в песочницу. В этой песочнице есть любимая игрушка Памси — тележка. Когда Памси играет с ней, он представляет себя водителем большого грузовика, который перевозит песок. Он так увлеченно играет, что не замечает ничего вокруг.

*Я учусь владеть собой*

Однажды Памси, как обычно, играл с тележкой и вдруг услышал как кто-то сказал грубо:

- Отдай мою тележку!



Памси оглянулся и увидел злого задиру Бодена.

— Яне отдам тележку, я первый взял ее поиграть! — ответил Памси.

Воден схватился за край тележки и попытался отнять ее, но Памси крепко держал тележку и не хотел уступать. Каждый тянул тележку на себя, пока, наконец, между ними не завязался настоящий бой. Они боролись, катаясь в песке, поднимая клубы пыли. А тележка одиноко стояла на краю песочницы.

Наконец они устали, и Памси предложил:

— Давай сделаем перерыв — возьмем тайм-аут! — Вот ты и бери перерыв! — ответил Воден.

— Нет, ты бери перерыв! — заспорил Памси. И они снова начали бороться.

— Давай, разделим тайм-аут пополам, — я возьму одну половину, а ты другую! — предложил Памси, и Воден согласился. Они сели в разных углах песочницы спиной друг к другу и задумались.

"Мне нужно было сразу отдать тележку Бодену, — подумал Памси, — ведь мы могли ее сломать". А Воден подумал: "Я не должен был отнимать тележку, можно было подождать, когда Памси наиграется".

Когда тайм-аут закончился, Воден сказал:

— Я никогда раньше первым не останавливался и не делал перерыв.

— Я тоже, — ответил Памси, — во время перерыва я успокоился и понял, что мог бы уступить и отдать тебе тележку сразу!

— А я, — сказал Воден, — во время перерыва понял, что нам не надо было драться из-за тележки, мы могли бы играть в нее по очереди или даже вместе.

— Это было бы очень здорово! — воскликнул Памси, — мы могли бы подружиться.

— Отлично! — сказал Воден, — ты будешь моим первым другом!

### 3. Обсуждение

После чтения рассказа проводится обсуждение:

— Что бы случилось, если бы они вовремя не остановились? (Потеряли друга, потеряли время, испортили настроение, сломали игрушку.)

— Трудно ли вам останавливаться в момент ссоры, драки?

— Нужно ли этому учиться?

— Зачем нужен тайм-аут в подобных случаях?

Делается вывод о том, что тайм-аут нужен, чтобы успокоиться, подумать и принять правильное решение.

4. *Игра "Если нравится тебе, то делай так"*

См. занятие 23.

5. *Домашнее задание*

В сложных ситуациях вспоминать про тайм-аут, особенно тогда когда дети на кого-то сердятся, хотят отомстить кому-то, ударить кого-то...

*Занятие 25*

Цели:

— тренировка умения останавливаться, регулировать свое агрессивное поведение, т.е. брать тайм-аут;

— развитие коммуникативных навыков

Материалы:

— мягкая игрушка — дракончик Памси;

— мягкие игрушки;

— сценарии игровых ситуаций.

Ход занятия:

1. *Повторение*

Ведущий просит детей рассказать, были ли у них за эту неделю ситуации, когда им удавалось справиться с ситуацией при помощи тайм-аута?

2. *Разыгрывание ситуаций*

Ведущий предлагает детям, используя мягкие игрушки, разыграть ситуацию, придумав для нее окончание.

Ситуация 1

Мишка сделал крышу из капустного листа, а заяка не знал, что это крыша мишки, и съел ее. Проснулся мишка, а заяка крышу доедает ... (далее дети придумывают и доигрывают сами).

Ситуация 2

Подарил ежик лисичке букет цветов на день рождения. Лисичка понюхала их, а там сидела пчела, и она ужалила лисичку в нос ... (далее дети придумывают и доигрывают сами).

Ситуация 3

Слоненок решил помочь белочке полить огород, но не заметил, что под листьями спит ежик, и облил его водой, а ежик ... (далее дети придумывают и доигрывают сами).

Ведущий может предложить ситуации из реальной жизни детей. Важно дать возможность детям обыграть ситуации и понять, для чего нужно брать тайм-аут, как важно останавливаться, чтобы успокоиться, подумать, не обидеть друзей.

3. *Обсуждение*

После проигрывания ситуаций ведущий задает детям вопросы:

— Что мы учились делать? -Трудно ли это?

— Нужно ли этому учиться?

4. *Домашнее задание*

Потренироваться вовремя останавливаться в сложных ситуациях, брать тайм-аут.

Комментарии для ведущего:

Занятия 24, 25 направлены на развитие умения регулировать свое состояние в критических ситуациях. На занятии 24 учащиеся получают представление о том, как важно останавливаться в критических ситуациях, чтобы действовать осознанно, иными словами, о том, что необходимо регулировать свои эмоции. На занятии 25, разыгрывая ситуации, дети упражняются в умении регулировать свое состояние, учатся анализировать ситуации, развивают способность проявлять свои эмоции в поведении (в мимике, пантомимике, жестах, интонациях).

## Занятие 26

Цели:

— предупреждение и коррекция страхов.

Материалы:

— мягкая игрушка — дракончик Памси;  
— рассказ "Ночные страхи";  
— бумага и цветные карандаши.

Ход занятия:

### 1. Рисуем свой страх

Ведущий задает детям вопросы:

— Что такое страх?  
— Нужен ли страх?  
— Чего боитесь вы?

Ведущий предлагает детям нарисовать свой страх. Затем все рисунки вывешиваются на доску, и все дети рассматривают их.

### 2. Работа с текстом

Ночные страхи

Вот уже несколько ночей подряд Памси не спал. Как только выключали свет, и становилось темно и тихо, в углу комнаты что-то начинало шевелиться и блестеть. Это очень пугало Памси, он залезал под одеяло с головой, закрывал глаза и уши, но страх все равно не давал ему уснуть. Но однажды Памси не выдержал, он встал на кровати и громко сказал:

— Эй, кто там? Ты кто такой? Отвечай сейчас же!

В углу все сразу стихло. Памси спросил еще раз:

— Есть там кто-нибудь?

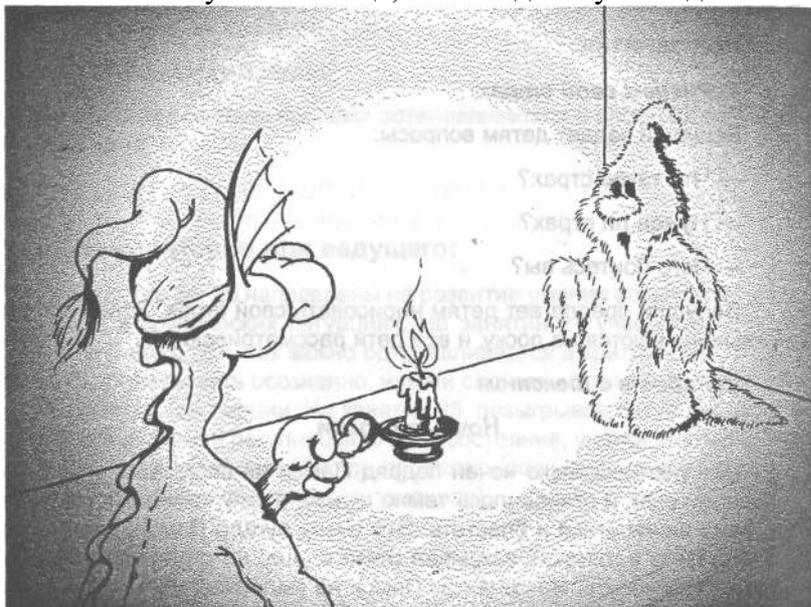
Эти слова помогли ему немного успокоиться, и он уже не так боялся. Через некоторое время в углу снова что-то зашевелилось, и раздался очень тихий, робкий голос:

— Ты не мог бы мне помочь?

— Помочь?! — переспросил Памси, — разве привидению нужна помощь?!

Он считал, что привидения могут только пугать.

— Если тебе нужна помощь, то выходи из угла и давай поговорим — сказал Памси.



— Хорошо, только ты, пожалуйста, не бойся меня, — раздался шепот из угла, и оттуда вышло маленькое пушистое Привидение с добрыми светящимися глазами.

Оно рассказало Памси, что давно хотело познакомиться с кем-нибудь, но почему-то все пугались и убегали от него.

— Меня можно увидеть только в темноте, — сказала Привидение, — но темнота многих пугает, а я так хочу, чтобы кто-нибудь научил меня танцевать.

— Если ты хочешь, — сказал Памси, — то я с удовольствием научу тебя танцевать.

Он взял Приведение за руки, и они начали весело кружиться и подпрыгивать.

### 3. Обсуждение

— Чего боялся Памси?

— Чего боялось Приведение?

— Как им удалось справиться со страхом?

— Можно ли сказать, что страх — это боязнь неизвестности?

— Как справиться с неизвестностью?

— Вам удавалось справляться со страхом?

### 4. Игра "Найди способ выйти из круга"

Все дети встают в круг, взявшись за руки. Один ребенок стоит внутри круга и должен постараться любым способом выйти из него.

### 5. Работа с рисунками

Ведущий предлагает детям нарисовать рядом со своим страхом себя (как можно крупнее), а затем зачеркнуть свой страх и оставить только себя. Если кому-то жаль зачеркивать свой рисунок, можно предложить назвать рисунок по-другому, например, "Чего я уже не боюсь".

Комментарии для ведущего:

Это занятие направлено на предупреждение и коррекцию детских страхов. Его можно построить на содержании тех страхов, которые характерны для конкретной группы детей (по обращениям родителей).

Важно научить детей понимать, что часто мы боимся чего-то неизвестного. Чтобы победить такой страх, нужно сначала понять, чего конкретно мы боимся. Например, если ребенок боится темноты, то нужно помочь ему понять, что если включить свет, то в комнате никого не будет, а значит, мы боялись того, чего нет.

### Занятие 27

Цели:

— обобщить и закрепить полученные знания и навыки;

— вручение сертификатов "Я умею владеть собой".

Материалы:

— игрушка — дракончик Памси;

— плакаты по всем темам;

— сертификаты "Я умею владеть собой";

— аудиокассета с записью "Танца утят" или другой танцевальной музыки.

Ход занятия:

#### 1. Эмоциональный настрой

"Подарим Памси улыбку"

Ведущий от лица Памси сообщает о том, что очень полюбил всех ребят, благодарит их за дружбу, помощь и хорошие советы. Ребятам предлагается сказать несколько добрых слов Памси и друг другу о занятиях.

#### 2. Повторение

Вспомнить все темы и попросить рассказать о том, что у ребят изменилось к лучшему после этих занятий, что стало хорошо получаться, чему еще нужно учиться.

#### 3. Награждение

Памси вместе с ведущим награждают ребят дипломами-сертификатами "Я умею владеть собой", давая каждому напутствия, высказывая пожелания.



#### 4. Завершение

Под музыку "Танец утят" дети играют в любимую игру Памси — "Поймай свой хвост".

Комментарии для ведущего:

На последнем занятии необходимо создать очень теплую и праздничную обстановку. Повторение материала должно происходить в игре. Дети обращаются к игровому персонажу с пожеланиями и рассказывают о том, какие занятия им особенно запомнились, какие очень помогли, какие приемы саморегуляции они чаще всего используют.

Дипломы-сертификаты нужно изготовить заранее, на них можно написать общие или индивидуальные пожелания детям, перечислить основные приемы саморегуляции.

Литература

Anderson Jill. In pursuit of excellence. Storybook. Oregon, 1987.

Бендас Т.В., Нагаев В.В. Психология чувств и их воспитание. — М., 1982.

Захаров А.И. Как преодолеть отклонения в поведении ребенка. — М., 1989.

Захаров А.И. Как преодолеть страх у детей. — М., 1989.

Изард К.Е. Эмоции человека. — М., 1980.

Казанский О.А. Игры в.самих себя. — М., 1994.

Фамилия, имя, отчество ребенка	
Дата рождения и возраст	
Домашний адрес и телефон	
Место учебы и класс	
Год поступления в 1 класс (в данную школу)	
Основные жалобы со стороны родителей и педагогов, особенности проявляемых трудностей	
Образовательная программа и форма обучения	

Диагноз (медицинский)	
-----------------------	--

Внешний вид и физические особенности ребенка.

.....  
.....  
.....  
.....

Поведение ребенка в процессе обследования

.....  
.....  
.....  
.....

Запас общих представлений об окружающем мире (анализ результатов по тесту Д. Векслера и из вступительной беседы)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Особенности внимания (анализ результатов по тесту Тулуз-Пьерона, скорость включения в деятельность, устойчивость внимания и т.д.)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Особенности памяти (объем непосредственного и опосредованного, отсроченного запоминания, эффективность запоминания и т.д.)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Особенности мышления (анализ результатов по тесту Д. Векслера, понимание переносного смысла пословиц и метафор, обучаемость и т.д.)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Особенности восприятия (узнавание геометрических фигур, ориентация в пространстве, времени, узнавание изображений и т.д.)

.....  
.....  
.....

.....  
.....  
.....

Развитие графической деятельности и мелкая моторика (анализ результатов по Бендер-гештальт тесту и других рисуночных проб)

.....  
.....  
.....  
.....

Особенности эмоционально-личностной сферы (эмоциональные установки по отношению к школе, дому, другим людям; понимание эмоциональных состояний людей, эмоциональная эмпатия, самооценка, профиль реагирования, склонность к мстительности и т.п.; тревожность личностная и школьная, ригидность, результаты обследования по тесту ПДО, преобладающий тип поведения и т.д.)

.....  
.....  
.....  
.....

Межличностные отношения (потребность в общении, ее удовлетворенность, социально-психологический статус, референтная группа и т.д.)

.....  
.....  
.....  
.....

Заключение:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Диагностический инструментарий:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

.....  
 .....  
**Динамика развития внимания**

Дата обследования	Скорость обработки информации		Точность обработки информ. (концентрация внимания)		Устойчивость внимания	Скорость включения в деятельность	Тип ММД
	показатель	зона	показатель	зона			

№п/п	Тип нарушения	Старт показател	Дата начала КРР	Содержание коррекционно-развивающей работы. Название программы (с указанием источника)	Дата оконч. КРР	Итого впоказател	Результат КРР работы (динамика)

ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ ПАМЯТИ

Дата обследования	Объем непосредственного запоминания («10 слов»)	Эффективность запоминания	Объем отсроченной памяти	Объем опосредованного запоминания (пиктогр.)

№п/п	Тип нарушения	Старт показател	Дата начала КРР	Содержание коррекционно-развивающей работы. Название программы (с указанием источника)	Дата оконч. КРР	Итого впоказател	Результат КРР работы (динамика)

№п/п	Тип нарушения	Старт	Дата начал	Содержание коррекционно-развивающей работы. Название программы (с указанием	Дата оконч	Итого впока	Результат КРР работы
------	---------------	-------	------------	---	------------	-------------	----------------------

		показатель	а КРР	источника)	. КРР	зател ь	(динамика)

### Динамика развития восприятия

Дата обследования	Узнавание геометрических фигур	Ориентация в пространстве	Ориентация во времени	Узнавание изображений (зашумлен.,перевер., т.п.)

№п/п	Тип нарушения	Старт показатель	Дата начала КРР	Содержание коррекционно-развивающей работы. Название программы (с указанием источника)	Дата окончания КРР	Итого впоза зател ь	Результат КРР Работы (динамика)

### ДИНАМИКА В ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЕ

Дата обследования	Эмоциональная установка по отношению к		Эмоционально привлекательные люди	Враждебное отношение к	Эмоциональный фон СО	Энергетика ВК	Внутриличностные конфликты	Понимание эмоциональных состояний людей
	дому	школе						

Дата обследования	Эмоциональная эмпатия	Самооценка	Склонность к враждебности, агрессивности, мстительности; профиль реагирования	Тревожность		Ригидность
				личностная	школьная	


Дата обследования	Акцентуация характера	Склонность к				Наличие психопатии	Другие особенности	Преобладающий тип поведения
		суициду	психо-активным веществам	ранней половой жизни	депрессиям			

№п/п	Тип нарушения	Старт показател	Дата начала КРР	Содержание коррекционно-развивающей работы. Название программы (с указанием источника)	Дата оконч. КРР	Итого впоказател	Результат КРР работы (динамика)

### Динамика в межличностных отношениях

Дата обследования	Потребность в общении, ее удовлетворенность	Социально-психологический статус	Референтная группа

№п/п	Тип нарушения	Старт показател	Дата начала КРР	Содержание коррекционно-развивающей работы. Название программы (с указанием источника)	Дата оконч. КРР	Итого впоказател	Результат КРР работы (динамика)


Общие выводы и заключение:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Дата:

Подпись психолога:

