

«На всеукраїнський конкурс авторських програм практичних психологів і
соціальних педагогів «Нові технології у новій школі»
Номінація «Просвітницькі програми»

Просвітницька програма

«Весь світ у моїх руках»

(Глиноterapia)



Автор: Прохоренко Наталія Олегівна

Рівне - 2022

Зміст

1. Пояснювальна записка.	3
2. Навчально-тематичний план просвітницької програми	8
«Весь світ у моїх руках»	8
3. Розробки занять просвітницької програми «Весь світ у моїх руках»	13
Заняття 1 «Знайомство».	13
Заняття 2. «Дослідники»	17
Заняття 3. «Мій герой»	19
Заняття 4. «Мій настрій»	21
Заняття 5. «Мої емоції та почуття»	24
Заняття 6 «Моя неповторність».	26
Заняття 7 «Мої улюбленці».	28
Заняття 8 «Мої улюблені страви»	30
Заняття 9 «Мої мрії та бажання».	33
Заняття 10 «Мої друзі».	35
Список використаної літератури	37
Додатки	38

Пояснювальна записка.

Переосмислення суспільством ставлення до дітей з особливими освітніми потребами, визнання їхніх прав на здобуття освіти, окреслення пріоритетних цілей, завдань, підходів зумовлює необхідність визначення оптимальної організації освітнього процесу де наявні сприятливі умови для розвитку дітей з особливими освітніми потребам.

Головним курсом Нової української школи є формування європейського, толерантного за своїми цінностями суспільства, яке вимагає від нас цінувати кожную особистість з усіма її особливостями, дбати про її розвиток і можливість самореалізації. Весь освітній процес навчання дітей з особливими освітніми потребами повинен бути спрямований на усунення перешкод для успішної інтеграції дитини у соціальне середовище, а не просто оволодіння певними знаннями.

Для досягнення позитивних результатів у роботі з дітьми з ООП дуже важливо використовувати гнучкі, ефективні та творчі види та методи психолого-педагогічного впливу.

З метою гармонізації емоційного та психофізичного стану дітей успішно використовується такий арттерапевтичний метод, як глиноterapia. Це ефективний спосіб реабілітації, що має в своїй основі роботу з пластичними матеріалами (глиною).

Глиноterapia використовують, як реабілітаційний засіб для корекції та розвитку координації рухів, дрібної та грубої моторики, максимальної активності обох рук, зміцнення пальців для дітей із функціональними моторними труднощами. Для дітей з інтелектуальними, соціоадаптаційними та мовленнєвими труднощами – глиноterapia використовують для корекції та профілактики негативних емоційних станів та врегулювання емоційно-вольової сфери..

Глина дуже необхідна дітям з навчальними труднощами у розвитку, а оскільки, частина таких дітей гіперактивна, а деякі мають особливості ЦНС, і тому заспокійливий, релаксаційний вплив даного природнього

матеріалу, просто безцінний. Властивості глини допомагають здобувачам освіти з ООП, діючи з нею, виплескувати свої емоції, позбаватися тривоги, м'язового напруження, занепокоєння, гніву.

Глина – найдоступніший і найбезпечніший матеріал у будь-якому віці. Як природний матеріал, вона володіє унікальними ресурсними можливостями для виявлення сенсорних відчуттів, а сенсорногармонійний організм спокійніше, впевненіше і успішніше розвивається та адаптується.

Робота з глиною не має протипоказів, підходить для дітей з різними труднощами будь-якого віку. Глинотерапія – найбільш наочний вид арт-терапії, який дозволяє терапевту спостерігати стан дитини. Глинотерапія для дітей проводиться як індивідуально, так і в групах. В процесі спільного ліплення діти ведуть бесіди, взаємодіють один з одним на новому рівні, діляться міркуваннями, думками, почуттями, відчуттями.

Зміст просвітницької програми за напрямом глинотерапії «Весь світ в моїх руках» спрямований на розвиток навичок соціально-психологічної та психофізичної адаптації дітей з ООП, за допомогою практичної творчої діяльності. Заняття з глинотерапії можна розглядати, як одну з інноваційних форм позакласної роботи, але ефективніше, щоб цю роботу проводив арт-терапевт або психолог, соціальний педагог.

Програма «Весь світ в моїх руках» розроблена для роботи з дітьми молодшого шкільного віку (6-10 років). Дана програма рекомендована до впровадження у формі позакласних додаткових занять для дітей з ООП (інтелектуальні труднощі, мовленнєві труднощі, соціоадаптаційні труднощі, функціональні моторні труднощі).

Мета програми:

Соціалізація дитини, активізація розвитку пізнавальних процесів, творчих здібностей, корекція та профілактика негативних емоційних та психофізичних станів, розвиток комунікативних навичок в процесі практичної творчої діяльності.

Завдання:

- ✓ розвивати пізнавальну, емоційно-вольову та комунікативну сфери;
- ✓ розкривати та реалізувати творчий потенціал особистості;
- ✓ підвищувати особистісну самооцінку дитини через створення «зон успіху» в різних видах творчої діяльності;
- ✓ розвивати дрібну та грубу моторику;
- ✓ розвивати сенсорну стимуляцію;
- ✓ формувати зорово-просторові уявлення;
- ✓ розвивати навички психічної саморегуляції та здатності до конструктивного вираження емоцій, що забезпечує успішну адаптацію в школі та в соціумі в цілому.

Цільова група: діти молодшого шкільного віку 6 - 10 років.

Методи роботи:

- бесіда;
- техніки та вправи глинотерапії (ліплення, вправи на розвиток дрібної та грубої моторики).
- соціально-психологічні ігри та вправи (вправи з сюжетними картками, ігри на розвиток навичок групової взаємодії, створення позитивного настрою).
- релаксаційні вправи (вправи з водою, піском, дихальна гімнастика,).

Вимоги до приміщення: спеціально обладнане приміщення для здійснення професійної діяльності практичного психолога.

Матеріально-технічне оснащення: матеріали для творчості: глина, дошки для ліплення, скелі, ємкості, контейнери для води та піску.

Строки та етапи реалізації програми: програма складається з 10 занять, тривалістю 1 година, кожне з яких має свою спрямованість і разом з тим, завдяки впливу арттерапії, дозволяє вирішувати декілька завдань одночасно.

Заняття проводяться 1-2 рази на тиждень протягом 2 місяців.

Форма роботи – індивідуальна та в мікрогрупах (до 4 осіб). Змістовна наповненість та тривалість заняття корегується залежно від віку та нозології дітей.

Методичну основу програми складають праці Л.О. Белозорової, Т.Г. Казакової, Т.Є. Комарової, Г.В. Лабунської В.В..

Структура заняття:

- привітання (створення позитивного настрою групи)
- вправа для активізації учасників (включення в роботу)
- індивідуальна практична творча діяльність (ліплення)
- презентація роботи
- релаксаційні вправи
- рефлексія
- прощання (підсумки)

Очікувані результати

1. Підвищення рівня емоційної та психофізичної стабільності.
2. Розвиток та удосконалення пізнавальних вмінь та навичок.
3. Розвиток та удосконалення комунікативних вмінь та навичок.
4. Розвиток активного пізнавального інтересу до оточуючого світу, себе та інших в цьому світі.
5. Розвиток вміння аналізувати та усвідомлювати свої внутрішні переживання, емоційні стани, оволодіння прийомами самопізнання та саморозкриття.
6. Гармонізація внутрішнього світу, системи особистісних цінностей.
7. Ефективна реалізація творчого потенціалу особистості.

8. Сформованість та подальший розвиток навичок психічної саморегуляції та здатності до конструктивного вираження емоцій.

Показники ефективності програми: апробація просвітницької програми «Весь світ у моїх руках» здійснювалась впродовж 2018-2021 років.

У програмі взяли участь 43 дитини. Були задіяні діти нормотипового розвитку та діти з ООП (мовленнєві труднощі - 8, інтелектуальні труднощі - 9, соціоадаптаційні труднощі - 3, функціональні моторні труднощі - 7).

За результатами вхідної діагностики дітей з ООП (27 дітей), згідно результатів спостережень та анкетування батьків та вчителів

Рівень соціальної адаптації (Дод.1):

5 дітей (19%) -високий рівень;

14 дітей (52%) -середній рівень

11дітей (41%)-низький рівень дитини

Рівень психофізичної адаптації (Дод.2):

4 дітей (15%) -високий рівень

11 дітей (41%) середній рівень

12 дітей (44%) – низький рівень

Рівень тривожності (Дод. 3): - 7дітей (26%) -низький рівень,12 (44%) дітей -середній рівень, 8 дітей (30%) -високий рівень

Рівень агресивності (Дод. 4) – 7 дітей (26%)– низький рівень агресивності; 9 дітей (33%) – середній рівень агресивності; 11 (41%) – дітей – високий рівень агресивності.

За результатами вихідної діагностики дітей з ООП (27 дітей), згідно результатів спостережень та анкетування батьків та вчителів

підвищився рівень соціальної адаптації - 20 дітей (80%);

підвищився рівень психофізична адаптації – 18 дітей (78%);

знизився рівень тривожності - 12 дітей (60%);

знизився рівень агресивності - 14 дітей (70%).

Також, за результатами спостереження, можна було відмітити значне покращення комунікації дітей в міжособистісній взаємодії з однолітками, включення в спільну діяльність, розширення кола спілкування.

2. Навчально-тематичний план просвітницької програми

«Весь світ у моїх руках»

№	Тема	Зміст	Кількість годин	Кількість занять
1.	Заняття 1 «Знайомство».	1. Вправа «Привітання - побажання». 2. Інформаційне повідомлення «Знайомство з глиною». 3. Вправи з глиною. 4. Вправи з водою. 5. Рефлексія. 6. Вправа «Побажання на прощання».	1 година	1 заняття
2.	Заняття 2. «Маленькі дослідники»	1. Вправа «Привітання - побажання». 2. Інформаційне повідомлення «Глина у різних станах». 3. Практична діяльність (дослід - спостереження за розчиненням глини у воді).	1 година	1 заняття

		4. Вправи з глиною. 5. Вправи з піском. 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання».		
3.	Заняття 3 «Мій герой».	1. Вправа «Привітання -побажання» 2. Бесіда «Мій улюблений герой». Вправи з сюжетними картками «Казкові герої». 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення образу героя). 5. Вправи з водою. 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання».	1 година	1 заняття
4.	Заняття 4. «Мій настрій»	1. Вправа «Привітання -побажання». 2. Гра «Що впливає на настрій». 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення настрою)	1 година	1 заняття

		5. Релаксаційна вправа «Посмішка». 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання».		
5	Заняття 5 «Мої емоції та почуття».	1. Вправа «Привітання-побажання». 2. Гра «Вгадай емоцію». (Вправи з картками Домана «Емоції») 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення емоцій.) 5. Вправи з водою. 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання»	1 година	1 заняття
6	Заняття 6 «Моя неповторність».	1. Вправа «Привітання-побажання» 2. Гра «Сонце промінцем торкнулось...» 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення, відбитки). 5. Вправи з водою,	1 година	1 заняття

		релаксаційна вправа «Корабель і вітер». 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання»		
7	Заняття 7 «Мої улюбленці»	1. Вправа «Привітання-побажання». 2. Бесіда «Люди та тварини». 3. Вправи з сюжетними картками «Люди і тварини». 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення образу домашнього улюбленця). 5. Релаксаційна вправа «Спляче кошеня». 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання».	1 година	1 заняття
8	Заняття 8 «Мої улюблені страви».	1. Вправа «Привітання-побажання». 2. Гра «Варим борщ». 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення «Торт Щастя»). 5. Релаксаційна вправа «Озеро».	1 година	1 заняття

		6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання».		
9	Заняття 9 «Мої мрії».	1. Вправа «Привітання-побажання». 2. Бесіда «Для чого людині мрії». 3. Вправи з глиною. 4. Практична творча діяльність (ліплення «Чарівного глечика») 5. Релаксаційна вправа «Хмаринка». 6. Рефлексія. 7. Вправа «Побажання на прощання».	1 година	1 заняття
10	Заняття 10 «Мої друзі».	1. Вправа «Привітання-побажання». 2. Бесіда «Дружба в нашому житті» 3. Вправи з сюжетними картками «Дружба». 4. Вправи з глиною. 5. Практична творча діяльність (ліплення, «Символ дружби») 6. Вправи з водою. 7. Рефлексія.	1 година	1 заняття

		8. Вправа «Побажання на прощання».		
--	--	------------------------------------	--	--

3. Розробки занять просвітницької програми «Весь світ у моїх руках»

Заняття 1 «Знайомство».

Мета: розвиток навичок міжособистісної взаємодії, з метою сприяння саморозкриттю учасників, розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження, розширення знань про навколишнє.

Матеріали: глина, ємкості для води, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суши), вологі та сухі серветки.

1. Вправа «Привітання – побажання»

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших

Психолог. Добрий день, діти. Я рада вас сьогодні бачити. У мене чудовий настрій і я хочу побажати кожному з вас чудового настрою та цікавого заняття. Зараз кожен із вас може повідомити нам своє ім'я та щось розповісти як він себе почуває, який у нього настрій. Може хтось захоче розповісти про своє улюблене заняття, улюблену іграшку, про те, що в нього найкраще виходить. Також ви можете висловити свої побажання всім нам.....

Діти по черзі називають своє ім'я, розповідають про себе (передають з рук в руки невеличку іграшку). В кінці діти нагороджують себе оплесками.

Психолог: Я хочу запропонувати послухати та повторити за мною, плескаючи в долоні, веселе привітання, яке ми будемо промовляти під час наших зустрічей :

Ми прийшли сюди погратись,

Позайматись, посміятись...

Раді всіх ми привітати,

Гарний настрій побажати!!!

2. Інформаційне повідомлення «Знайомство з глиною».

Мета: розвиток уваги, розширення знань про навколишнє, розвиток уваги, зосередженості.

Психолог. Сьогодні ми з вами будемо знайомитися з глиною. Глина – це цікавий і різноманітний за своїми властивостями матеріал, який утворюється при руйнуванні скельних порід. Знайти її можна під верхнім шаром землі – для цього досить викопати невелику яму, хоча іноді вона залягає і досить глибоко.

У сухому стані глина легко кришиться в руках, але варто її тільки намочити, як вона стає пластичною, клейкою, з неї можна ліпити різні речі, як з пластиліну. А після висихання вона твердне і зберігає свою форму.

Колір у глини дуже різноманітний. Вона може бути і білою, і блакитною, і сірою, і червоною, і зеленою.

Глина відома своїми корисними властивостями вже багато тисячоліть. Ще до винайдення паперу люди писали на глиняних табличках загостреними паличками, а після цього висушували їх на сонці. Вчені археологи знаходять цілі бібліотеки таких табличок.

В даний час глину використовують дуже широко. Вона потрібна в будівництві – з глини роблять цеглу, цемент, будують хати-мазанки. Так як глина абсолютно не боїться високих температур, з неї навчилися виготовляти посуд.

Глина відома і своїми лікувальними властивостями, тому вона застосовується в медицині. Глина використовується і в приготуванні фарб для малювання, паперу, гуми.

Зазвичай глина добувається в тих місцях, де колись протікали річки (там її особливо багато). Щоб її добути риють цілі кар'єри. При видобутку використовують таку важку техніку, як екскаватори, бульдозери, автотранспортувачі, конвеєри та ін. Спочатку віддаляється верхній шар землі, а потім машини зрізають глину цілими шарами.

Видобувають глину цілий рік. Хоча взимку, щоб ґрунт не промерзав, кар'єр доводиться утеплювати за допомогою торфу, тирси та іншого

матеріалу. Потім глину вантажать на самоскиди і відвозять на переробні заводи, де глину очищають і роблять з неї потрібні і корисні в побуті речі.

3. Вправи з глиною.

(Див. Додаток 11).

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження, м'язевих затисків.

Діти беруть шматок глини та починають практичне знайомство з природним матеріалом.

☐ Візьміть глину в долонь. Яка вона?

-холодна, важка, волога.

-Що ви відчуваєте.?

☐ Накрийте глину другою долонькою та ніби зігрійте її.

Можете на неї подмухати, зігріти її своїм теплом.

☐ візьміть шматок глини та стисніть його в кулаку.

Потім зробіть те саме іншою рукою.

☐ Стискайте глину по черзі, витягуючи руки, поки вона не «вилізе» з вашого кулачка

☐ Створіть з глини кульку.

- Яка вона?

- Чи стала вона тепліше?

- М'якше?

- Твердіше?

☐ Візьміть глиняну кульку в руку та кидайте її з силою вниз на дошку, по-черзі кожною рукою, поки кулька не змінить свою форму на пласку.

☐ Побийте глину кулаками

☐ Розгладьте глину по дошці

☐ Покладіть руки в глину

☐ Зробіть отвори в глині

☐ Проколiть глину паличками

- ☐ Знову зберіть глину в кульку
 - ☐ Розкачайте її по дошці, (спочатку однією рукою, а потім двома) перетворіть її на «ковбаску».
 - ☐ Відривайте глину невеличким шматочками, по-черзі кожною рукою. Спочатку повільно, а потім швидше.
 - ☐ Зберіть глину знову.
 - ☐ Візьміть свій шматочок глини двома руками, відчуйте її.
- Тепер ви її добре знаєте?
- Коли діти виконують дії з глиною порібно запитувати дітей:
- Вам подобається, що ви зараз робите?
- Як ви себе зараз відчуваєте?

4. Вправи з водою.

Мета: зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

Психолог. Занурюємо наші руки у воду, повільно-повільно наші руки плавають, а пальчики допомагають... Вперед -назад, вперед- назад...

А тепер наші пальчики стрибають, стрибають, стрибають..

А тепер сховались під водою...

Поплескали долоньками по водичці, погладили водичку...

Намалювали кола по воді двома руками одночасно... і т. д.

До уваги психолога! Вправи з водою доцільно проводити під музичний супровід «Звуки дельфінів»

5. Рефлексія.

- Як ви себе зараз відчуваєте?
- Що вам найбільше запам'яталось?
- Що вам не сподобалось?
- Що сподобалось найбільше?

6.Вправа «Побажання на прощання»

Добре ми сьогодні грались,

Говорили та займались.

Ми в кінці всі посміхались,

Один з одним попрощались!!!

Заняття 2. «Маленькі дослідники»

Мета: розвиток навичок міжособистісної взаємодії, створення позитивної, довірливої атмосфери в групі, з метою сприяння саморозкриттю учасників, зниження психоемоційного напруження, м'язевих затисків, розширення знань про навколишнє, розвиток уваги, спостережливості.

Матеріали: глина, пісок, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), вологі та сухі серветки.

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших

2. Інформаційне повідомлення «Глина у різних станах»

Мета: розвиток уваги, розширення знань про навколишнє, розвиток уваги, зосередженості.

Психолог. На минулому занятті ми познайомились з вами з глиною. Сьогодні ми продовжуємо наше знайомство. Візьміть кульку з глини та натисніть на неї. Чи змінить вона форму? Яка вона? М'яка чи тверда?

Тепер візьміть іншу кульку (дітям пропонують попередньовиготовлену, вже затвердівшу глиняну кульку), натисніть на неї. Чи змінить вона форму? Яка вона? Тверда? М'яка?

Отже, ми визначили, що глина може бути у м'якому стані, тоді з неї добре ліпити, змінювати її форму, створювати глиняні вироби. І може бути у твердому стані. Цей стан глини необхідний для будівництва, для того, щоб глиняні вироби зберігали свою форму.

Діти, подивіться навколо, які предмети в нашому кабінеті м'які, а які тверді?

3. Практична діяльність. (Дослід-спостереження за розчиненням глини у воді)

Мета: Розширення знань про навколишнє, розвиток уваги, спостережливості.

Психолог. Візьміть склянку з водою та покладіть в неї маленький шматочок глини. За допомогою дерев'яної палички, починаємо розмішувати глину у воді.

Спочатку в одному напрямку, а потім іншому. Спочатку повільно, а потім швидше.

Діти, що вам нагадують ці рухи? Коли в повсякденному житті ми їх виконуємо? (Так ми розмішуємо цукор, коли підсолоджуємо чай).

Подивіться, будь-ласка, у склянку, чи бачите ви свою глиняну кульку? Її не стало. А якою стала вода? Якою була спочатку?

Давайте ми з вами трохи зачекаємо та повернемося до нашого дослідження після вправ з глиною. (Через певний час глина осідає у воді, а вода стає більш прозорою. Це означає, що глина не розчиняється повністю у воді.)

4.Вправи з глиною.

Мета: зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

Закріплення вправ з попереднього заняття. (Див. Заняття 1)

5. Вправи з піском. (Малювання по піску)

Мета: розвиток творчої уяви, дрібної моторики, зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

Психолог. Діти, зараз ми пограємось з пісочком. Я впевнена, що ви всі це любите. Зараз ми відчуємо його. Але ми будемо не просто гратися, а малювати на пісочку. І не просто малювати, а малювати із закритими очима.

Я ввімкну музику, а ви будете її слухати та малювати.

До уваги психолога! Перед виконанням даної техніки, дітям потрібний певний час, щоб погратися з піском так, як вони бажають. Попересипати, занурити пальчики, порозгрібати...

6. Рефлексія (Див. Заняття 1)

7. Вправа «Побажання на прощання» (Див. Заняття 1)

Заняття 3. «Мій герой»

Мета: Розвиток творчої уяви, комунікативних навичок, розвиток навичок міжособистісної взаємодії. Розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження.

Матеріали: глина, пісок, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), вологі та сухі серветки, сюжетні картки «Казкові герої».

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1).

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Бесіда «Мій улюблений герой».

Мета: розвиток творчої уяви, комунікативних навичок, критичного мислення, аналізу.

Психолог. Діти, у кожного з нас є улюблена казка, мультфільм. І подобаються вони нам через персонажів, героїв, які є в них. Ці герої нам подобаються своїми якостями, вчинками, зовнішнім виглядом.

- Які у вас улюблені мультики ?
- Казки ?
- Герої ?
- Чому вони вам подобаються ?
- Які вони? (Добрі, погані, веселі, злі....)
- Що вони люблять робити?

До уваги психолога! Дітям буває важко відразу виокремити, пригадати та назвати улюбленого героя. Тому доцільно використовувати сюжетні картки «Улюблені герої» (Див. Додаток 5).

Сьогодні ми з вами будемо створювати свого, власного героя. І це не обов'язково має бути герой казки чи мультика. Ви можете його вигадати самі. І створити його так, як забажаєте за зовнішністю, за характером.

Але спочатку, давайте привітаємось з глиною, розімнемо наші пальчики, перед тим, як створювати свого героя.

3. Вправи з глиною.

Мета: зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

(Див. Заняття 1)

4. Ліплення «Мій герой».

(Див. Додаток 12).

Мета: Розвиток творчої уяви, комунікативних навичок. Розвиток дрібної моторики, зниження психоемоційного напруження.

Діти створюють образ свого героя. По закінченню роботи діти розповідають про свого героя. Кожна презентація нагороджується оплесками.

Питання для обговорення.

- Як ти себе почуваєш?
- Чи подобається тобі твій герой?
- Як його звуть?
- Розкажи нам про нього, який він?
- Що він любить робити?
- Яка його улюблена страва?
- Чи є у нього друзі?
- Він боїться чогось?
- Про що він мріє?
- Щоб ти хотів би йому побажати, подарувати?

4. Вправи з водою (Див. Заняття 1)

Мета: зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

5. Рефлексія (Див. Заняття 1)

6. Вправа «Побажання на прощання» (Див. Заняття 1)

Заняття 4. «Мій настрій»

Мета: Розвиток навичок контролю та аналізу емоційних станів. Формування навичок групової взаємодії. Розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження.

Матеріали: глина, ємкості для води, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), качалка, вологі та сухі серветки, аудіо запис збірка «Класика для дітей».

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Гра «Що впливає на настрій»

Мета : створення позитивного настрою, розвиток навичок групової взаємодії, саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших, актуалізація позитивних емоцій, розвиток уваги.

Психолог. Діти, сьогодні ми з вами поговоримо про настрій...Іноді ми буваємо веселі, грайливі, радісні, а іноді - засмучені, схвильовані. Іноді нам хочеться сміятися, а іноді плакати, іноді ми – бадьорі, а іноді нам нічого не хочеться робити... Чому так буває? Що впливає на наш настрій? Від чого він залежить? (Діти висловлюють свої думки.)

Зараз ми з вами будемо грати в гру «Гарний – поганий настрій». Я кидатиму вам м'яч та промовляти фразу. Ви маєте уважно слухати і якщо я говорю про щось хороше, радісне, від чого покращується настрій – ви маєте зловити м'яч і промовити: «Гарний настрій!». Якщо я буду говорити про щось, що може нас засмутити та зіпсувати настрій – ви маєте відкинути м'яч і промовити «Поганий настрій!».

- День народження
- Погана оцінка
- Друзі прийшли до тебе в гості
- Світить яскраве сонечко
- Друзі посварились

- Смачненький торт
- Ти захворів
- Ви з мамою готуєте вечерю і т. д.

Можна використовувати різні варіації, враховуючи індивідуальні особливості дітей, специфіку групи.

До уваги психолога! В ході гри необхідно щоб кожна дитина отримала різні варіанти відповідей, закінчити гру необхідно на позитивному вислові. Гра проводиться по принципу гри «Істинне – неістинне».

3. Вправи з глиною.

Мета: зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

(Див. Заняття 1)

4. Практична творча діяльність (малювання настрою по глині під музичний супровід).

(Див. Додаток 13).

Мета: розвиток навичок контролю та аналізу емоційних станів, творчої уяви, актуалізація та візуалізація позитивних емоцій. Розвиток дрібної моторики, просторових уявлень.

Психолог. Діти, а хто з вас любить малювати? (Відповіді дітей)

Чудово, я також дуже люблю це заняття. Які засоби, зазвичай, ми використовуємо під час малювання? (папір, олівці, пензлі, фарби і т. д.)

Сьогодні ми також будемо створювати малюнок, але незвичайними засобами... Ми будемо малювати по глині, застосовуючи дерев'яні палички. А малювати ми будемо настрої і не просто настрої, а настрої музики.....

Діти розкатують пласт глини по дошці, за допомогою качалки. Остаточню розрівнюють поверхню долоньками та пальцями, при потребі зволожуючи водою. За допомогою дерев'яних паличок діти створюють малюнок настрою під музику різного емоційного характеру (підсилено-експресивна, лірична, жвава, весела). Після малювання кожного настрою діти вирівнюють глиняну поверхню,

До уваги психолога! Слід починати прослуховування з музичних творів підсилено-експресивного характеру, що асоціюються з негативним настроєм. Закінчувати музичними творами спокійного або жвавого характеру, що асоціюються з позитивним настроєм, щоб підсилити ефективність даної техніки.

Питання для обговорення:

- Як ти себе відчуваєш?
- Чи сподобалось тобі малювати?
- Які настрої ви намалювали?
- Який малюнок тобі сподобався найбільше?
- Як ти гадаєш, чому?

5. Релаксаційна вправа «Посмішка» (Див. Додаток 7)

Мета: зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок самовідновлення.

6. Рефлексія.

7. Вправа «Побажання на прощання» (Див. Заняття 1)

Заняття 5 «Мої емоції та почуття».

Мета: Розвиток навичок контролю та аналізу емоційних станів. Формування навичок групової взаємодії. Розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження.

Матеріали: глина, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), качалка, вологі та сухі серветки, картки Домана «Емоції».

Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Гра «Вгадай емоцію» (Вправи з картками Домана «Емоції»)

(Див. Додаток 6).

Мета : створення позитивного настрою, розвиток навичок групової взаємодії, саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших, актуалізація позитивних емоцій, розвиток емпатійних здібностей.

Психолог. Кожен день ми відчуваємо безліч емоцій та почуттів. Давайте пригадаємо, які ми знаємо емоції. Це сум, радість, страх, сміливість, злість, любов, спокій, подив, образа, задоволення....

Давайте перевіримо, наскільки добре ми на них розуміємося..

Діти працюють з картками «Емоції». Кожна дитина отримує картку з негативною емоцією та картку з позитивною.

Завдання: визначити як саме емоцію відчуває зображена дитина на картці та спробувати визначити причини появи тої чи іншої емоції. Інші учасники заняття можуть допомагати, висловлювати свої думки.

Питання для обговорення:

- Що це за емоція, почуття?
- Коли діти можуть відчувати таку емоцію, почуття?
- А ти відчуваєш таку емоцію? Коли?
- Як часто це буває?
- Хто з твоєї сім'ї (твоїх друзів) може відчувати такі емоції?

- Як би ти хотів себе почувати?
- Що для цього потрібно?

До уваги психолога! Починаємо працювати з карткою негативної емоції, а закінчуємо на позитивній.

3. Вправи з глиною (Див. Заняття 1).

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження.

4. Практична творча діяльність (ліплення образів емоцій).

(Див. додаток 14).

Психолог. Сьогодні ми будемо ліпити емоції. Скажіть будь ласка, діти яка емоція, почуття вам найбільш не подобається, є для вас неприємною (страх, злість, образа). Давайте спробуємо її зліпити (діти створюють образ негативної емоції).

Психолог. А тепер скажіть будь ласка, яке почуття, емоція, вам найбільш приємна, вам добре коли ви її відчуваєте (радість, спокій, любов, веселість). Коли ви її відчуваєте?. Давайте спробуємо перетворити погану емоцію на хорошу (діти перетворюють образи з негативного в позитивний)

Питання для обговорення:

- Як ти себе відчуваєш?
- Які емоції ти створював?
- На що вони схожі?
- Чи сподобалось тобі змінювати (переліплювати) образи емоцій?
- Яку емоцію тобі сподобалась ліпити найбільше ?

5. Вправи з водою. (Див. Заняття1)

Мета: зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

6.Рефлексія.

7.Вправа «Побажання на прощання». (Див. Заняття1)

Заняття 6 «Моя неповторність».

Мета: усвідомлення дитиною своєї унікальності та неповторності, підвищення самооцінки, самоповаги, розвиток уяви, творчих здібностей, розвиток комунікативних навичок. Розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження.

Матеріали: глина, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), вологі та сухі серветки.

Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1).

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2.Гра «Сонце промінцем торкнулось тих, хто....»

Психолог: Зараз ми з вами пограємо в гру. Я буду казати фразу «Сонце промінцем торкнулось тих, хто....(і називати якусь ознаку, якщо це буде відноситись до вас, ви плескаєте в долоні).

Можливі варіанти:

- народився взимку.
- має молодшу сестричку
- вміє плавати
- любить малювати
- любить співати
- любить танцювати
- має гарний настрій.....і т. д.

3. Вправи з глиною.

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, навичок саморегуляції

4. Практична творча діяльність (ліплення, відбитки).

Мета: усвідомлення власної унікальності, неповторності, розширення знань про навколишнє. Формування позитивного ставлення до себе.

Психолог. Всі люди чимось схожі, чимось відрізняються одне від одного. У багатьох людей є схожі інтереси, захоплення, риси характеру. Але в світі

немає двох повністю однакових людей, навіть близнюки мають різні характери. Це тому, що кожна людина унікальна та неповторна. Так само як неповторні і відбитки пальців кожного з нас... І це зовсім не випадково, тому що саме своїми руками кожна людина створює своє життя та залишає свій особистий відбиток, слід в ньому.

Зараз я пропоную вам зробити відбитки своїх долоней на глині та порівняти їх з відбитками інших учасників.

(За бажанням діти можуть прикрасити свої відбитки декоративними камінчиками, дрібними мушлями)

5. Вправи з водою. Релаксаційна вправа «Корабель і вітер» (Див. Додаток 7)

Мета: Зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок самовідновлення.

6.Рефлексія. (Див. Заняття 1)

7.Вправа «Побажання на прощання».(Див. Заняття 1)

Заняття 7 «Мої улюбленці».

Мета: збагачення знань про навколишнє, словникового запасу, формування гуманного ставлення до тварин, розвиток творчих, комунікативних та пізнавальних здібностей, логічного мислення. Розвиток дрібної та грубої моторики.

Матеріали: глина, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), качалка, вологі та сухі серветки, сюжетні картки «Люди та тварини»

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Бесіда «Люди і тварини».

Мета: збагачення знань про навколишнє, словникового запасу, формування гуманного ставлення до тварин, розвиток уваги, зосередженості.

Психолог. Діти, скажіть, будь ласка, кого ми називаємо «брати наші менші»? Так ми називаємо тварин.

- Яких тварин ви знаєте? (Відповіді дітей)
- Які тварини дикі, а які свійські? (Відповіді дітей)
- Кого ми називаємо «Домашній улюбленець» ?
- Сьогодні ми будемо говорити про наших домашніх тварин.
- Для чого ми заводимо тварин?
- Як потрібно ставитися до тварин?

Ставитись до тварин потрібно з турботою та любов'ю, і тоді вони будуть вам довіряти та любити вас. Тварини дуже віддані та надійні друзі, тому це потрібно пам'ятати, коли ви заводите домашнього улюбленця, пам'ятати про те, що це не іграшки, а живі істоти, які все розуміють і відчувають.

3. Вправи з сюжетними картками «Люди і тварини».

(Див. Додаток 8).

Мета: формування гуманного ставлення до тварин, розвиток пізнавальних здібностей, комунікативних навичок.

Діти отримують картки та складають невелику розповідь за нею, що вони бачать на картці, яку тварину, чи правильно доглядають за твариною і т. д. (За бажанням дитина може розповісти про свого домашнього улюбленця, як доглядає, грається з тваринкою)

4. Вправи з глиною (Див. Заняття 1).

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, навичок саморегуляції.

5. Практична творча діяльність (ліплення образу домашнього улюбленця). (Див. Додаток 15).

Мета: розвиток творчих здібностей, комунікативних навичок, дрібної моторики.

Питання для обговорення:

- Як ти себе відчуваєш?
- Чи подобається тобі твій улюбленець?
- Як його звуть?
- Розкажи нам про нього, який він?
- Що він любить робити?
- Яка його улюблена страва?
- Хто турбується про нього?
- Чи є у нього друзі?
- Він боїться чогось?
- Про що він мріє?
- Щоб ти хотів би йому побажати, подарувати?

6. Релаксаційна вправа «Спляче кошеня» (Див. Додаток 7).

Мета: зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок самовідновлення.

7. Рефлексія (Див. Заняття 1).

8. Вправа «Побажання на прощання» (Див. Заняття 1).

Заняття 8 «Мої улюблені страви»

Мета: збагачення знань про навколишнє, словникового запасу, формування гуманного ставлення до тварин, розвиток творчих, комунікативних та пізнавальних здібностей, логічного мислення. Розвиток дрібної та грубої моторики.

Матеріали: глина, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), качалка, вологі та сухі серветки, дидактичні картки «Овочі та фрукти», дві невеликі каструлі.

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Бесіда «Людина та їжа»

Мета: розширення знань про навколишнє, формування навичок здорового харчування, розвиток комунікативних навичок.

Психолог. Сьогодні ми з вами будемо говорити про їжу, про те, що ми їмо про наші улюблені страви.

- Діти, а для чого людині потрібна їжа? (Відповіді дітей)
- Так для того, щоб рости, розвиватися, бути здоровими...
- А чи вся їжа корисна? Які продукти корисні, а які можуть шкоду нашому - організму? (Відповіді дітей)
- Скільки разів людина їсть за день?
- А що любите їсти ви?
- Яка ваша найулюбленіша страва?

В кінці бесіди підводиться підсумок про шкідливу та корисну їжу та про необхідність режиму харчування

3. Гра «Варим борщ»

Мета : створення позитивного настрою, розвиток логічного мислення, уваги, комунікативних навичок, навичок групової взаємодії.

Психолог Зараз ми будемо варити обід. Будемо готувати борщ та компот.

- Хто знає, з чого варять борщ ?

- Компот?

Діти разом з психологом називають складові страв. Дітям роздаються картки з овочами та фруктами (кожній дитині – різні) (Див.додаток 10). На столі стоять дві каструлі: для борщу та для компоту. Діти повинні визначити, що з карток, які в них є, можна використати для приготування тої чи іншої страви, та кладуть у відповідну каструлю.

3. Вправи з глиною. 4. Вправи з глиною (Див. Заняття 1).

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, навичок саморегуляції.

5. Практична творча діяльність (ліплення «Торт Щастя»).

(Див. Додаток 16).

Мета: розвиток творчих здібностей, комунікативних навичок, дрібної моторики, актуалізація та візуалізація позитивних емоцій.

Психолог. Сьогодні ми з вами будемо створювати торт. Але це не звичайний торт. Це буде торт Щастя. Ми його зліпимо з усього, що нам приносить щастя.

Отже, починаймо ...

Наше глиняне «тісто» ви вже добре «замісили» (після вправ з глиною), можемо починати створювати перший шар нашого тортика. Коли ми відчуваємо себе щасливими? Звичайно, коли ми відчуваємо любов.

- Діти, а хто любить вас?

- А кого любите ви?

Перший шар нашого тарту – Любов.

- А коли ми ще буваємо щасливими?

- Звичайно, коли ми відчуваємо радість ?

- Діти, а коли вам буває радісно?

- Другий шар нашого тарті - Радість

- Коли ми ще відчуваємо себе щасливими?

Звичайно, коли ми здорові, коли ми жваві та енергійні, коли здорові наші рідні друзі..

Третій шар нашого торту – Здоров'я.

(За бажанням діти прикрашають шари торту додатковими елементами з глини або декоративними прикрасами, дрібними камінчиками, мушлями)

Питання для обговорення:

Як ти себе відчуваєш ?

Чи подобається тобі твій торт Щастя ?

Він смачний ?

Для кого ти хотів би зробити такий саме торт ?

Ти поділишся з кимось своїм тортом чи будеш ласувати сам ?

5. Вправи з водою, релаксаційна вправа «Озеро» (Див. Додаток 7).

Мета: зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок самовідновлення творчої уяви.

6. Рефлексія (Див. Заняття 1).

7. Вправа «Побажання на прощання» (Див. Заняття1).

Заняття 9 «Мої мрії та бажання».

Мета: актуалізація власних бажань та прагнень, збагачення знань про навколишнє, словникового запасу, розвиток творчих, комунікативних здібностей. Розвиток дрібної та грубої моторики.

Матеріали: глина, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), качалка, вологі та сухі серветки, дидактичні картки «Овочі та фрукти», дві невеликі каструлі.

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Бесіда «Для чого людині потрібні мрії»

Мета: розширення знань про навколишнє, формування навичок міжособистісної взаємодії, культури спілкування, розвиток комунікативних навичок.

Психолог. Кожна людина має свої, особисті мрії та бажання. Мрії необхідні нам для того, щоб прагнути до чогось кращого, думати про найкраще та докладати зусиль, щоб наші мрії та бажання здійснились.

А про що мрієте ви?

Як ви гадаєте, про що можуть мріяти ваші батьки? Друзі?

3. Вправи з глиною

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

4. Практична творча діяльність (ліплення «Чарівного глечика»).

(Див. Додаток 17)

Мета: розвиток творчих здібностей, дрібної моторики, актуалізація власних бажань та прагнень

Психолог. Діти, давайте пригадаймо з казок, яких чарівників, що здійснюють бажання ми знаємо? (Відповіді дітей)

Так, я бачу ви добре знаєте казки. І ви назвали серед чарівників, що здійснюють бажання - джина. Де живуть джини? (відповіді дітей.) Так, вони живуть в різних посудинах: лампах, глечиках, пляшках...

Як раз сьогодні ми з вами будемо створювати Чарівний глечик для джина. Уявіть собі, що кожен з вас має свого власного знайомого джина... Як ви з ним познайомились? В якому глечикі він живе? Де знаходився його глечик? У пустелі, печері, лісі, морі, небі... можливо ще десь... Який характер у вашого джина? І т. д....

Питання для обговорення:

- Як ти себе відчуваєш?
- Чи сподобалось тобі ліпити глечик для свого джина ?
- Де ти знайшов свого джина? (Де знаходився глечик)
- Як ви познайомились?
- У нього є ім'я?
- Який характер у твого джина?
- Як часто ти звертаєшся до нього по допомогу?
- Кому ти міг би розказати про чарівний глечик для джина?
- Хто ще може загадувати йому бажання?
- Де ти будеш зберігати глечик ?

5. Релаксаційна вправа «Хмаринка» (Див. Додаток 7).

Мета: зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок самовідновлення.

6. Рефлексія (Див. Заняття 1).

7. Вправа «Побажання на прощання (Див.Заняття1).

Заняття 10 «Мої друзі».

Мета: Формування навичок міжособистісної взаємодії, взаємоповаги, взаємодовіри та взаємопідтримки. Розвиток емпатійних та творчих здібностей, комунікативних навичок. Розвиток дрібної та грубої моторики.

Матеріали: глина, ємкості для води та піску, дошки для ліплення, стекі, дерев'яні палички (можна використовувати палички для суші), качалка, вологі та сухі серветки, сюжетні картки «Дружба».

1. Вправа «Привітання – побажання» (Див. Заняття 1)

Мета: створення позитивного настрою, розвиток навичок саморозкриття, формування позитивного сприйняття себе та інших.

2. Бесіда «Дружба в нашому житті»

Мета: розширення знань про навколишнє, формування навичок міжособистісної взаємодії, культури спілкування, розвиток комунікативних навичок.

Психолог. Дружба – це найкраще почуття.

Кожна людина, дитина чи дорослий прагне мати друга...

- Діти, як ви гадаєте, а для чого нам потрібні друзі? (Відповіді дітей)

- Як треба поводитись з друзями? (Відповіді дітей)

- А у вас є друзі? (Відповіді дітей)

Так, дружити це чудово! Необхідно поважати та берегти це чудове почуття. А для цього необхідно запам'ятати правила дружби:

Дружба — це правда і чесність кожного.

Що вимагаєш від друга, насамперед вимагай від себе.

Ніколи нікого не обманюй, не ображай.

Ні до кого не чіпляйся, грай чесно, не дражнись.

Поважай тих, з ким дружиш.

Будь терплячим, не засмучуйся через невдачу.

Ти не кращий за всіх, але й не гірший!

Якщо вмієш добре грати, то навчи іншого.

3. Вправи з сюжетними картками «Дружба».

(Див. Додаток 9).

Мета: розширення знань про навколишнє, розвиток логічного мислення, засвоєння норм та правил міжособистісної взаємодії

Кожна дитина отримує картку, на якій зображена певна ситуація. Завдання дитини розповісти, про те що, на її думку, відбувається між дітьми на картці (дружать вони чи сваряться, добре поведуться одне з одним, чи погано). Зробити висновок, як поотрібно поводитись з друзями.

4. Вправи з глиною (Див. Заняття 1).

Мета: розвиток дрібної та грубої моторики, зниження психоемоційного напруження, зняття м'язевих затисків.

5. Практична творча діяльність (ліплення «Символ дружби»).

(Див. Додаток 18).

Мета: розвиток творчих здібностей, дрібної моторики, актуалізація та візуалізація позитивних емоцій та почуттів, розвиток комунікативних навичок, розвиток дрібної моторики.

Психолог. Сьогодні ми будемо створювати символ Дружби. Подумайте, що ви відчуваєте коли поруч з вами є справжній друг?

Так, звичайно, на серці відразу стає добре та затишно, хочеться посміхатися та співати, все навколо здається пречудовим....

Отже, давайте створимо символ Дружби.

(Дітям пропонується зліпити сердечко та прикрасити його смайликами, сонечками, квітами, всім тим з чим асоціюється дане почуття.

5. Вправи з водою (Див. Заняття1).

Мета: зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок самовідновлення.

6. Рефлексія (Див. Заняття 1).

7. Вправа «Побажання на прощання» (Див. Заняття1).

Список використаної літератури

1. Акімова Г. Е. Зростаю, граю, розвиваюся! / Г. Е. Акімова. – Євпаторія : Факторія, 2005. – 72 с.
2. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М., 1968. – 452 с.
3. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков / под ред. Д. Б. Эльконина и Т. В. Драгуновой. – М. : Просвещение, 1967. – 360 с.
4. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский. – СПб., 1997. – 96 с.
5. Копытин А. И., КортБ. Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия. - СПб.: Речь, 2007.
6. Копытин А. И. Системная арт-терапия / А. И. Копытин. - СПб.: Питер, 2001. - 216с. - (Практикум по психотерапии).
7. Крюкова С. В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь, радуюсь / С. В. Крюкова. – М. : ГЕНЕЗИС, 2002. – 480 с.
8. Лебедева Л. Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н. А. Энциклопедия при знаков и интерпритаций в проективном рисовании и арт-терапии — СПб.; Речь, 2006. - 336с.
9. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий — СПб.:Речь, 2005.- 256с2002.
- 10.Скворчевська О. В. Ігрові методики роботи з учнями 1-4 класів / О. В. Скворчевська. – Х. : Основа, 2007. – 208 с.
- 11.Розвивальні та корекційні заняття психолога / упоряд. Т. Гончаренко. – К. : Ред. Загальнопед. газ., 2005. – 120 с.

Додатки

Додаток 1.

Соціальна адаптація.

1. Чи задоволена ваша дитина взаєминами з однокласниками?
 - А) задоволена
 - Б) задоволена не зовсім
 - В) незадоволена взагалі
2. Чи задоволена ваша дитина взаєминами з вчителями?
 - А) задоволена
 - Б) задоволена не зовсім
 - В) незадоволена взагалі
3. Чи задоволена ваша дитина взаєминами з класним керівником?
 - А) задоволена
 - Б) задоволена не зовсім
 - В) незадоволена взагалі
4. Чи подобається дитині відвідувати навчальний заклад?
 - А) подобається
 - Б) подобається не зовсім
 - В) не подобається взагалі

Додаток 2.

Психофізична адаптація

1. Останнім часом ваша дитина, хворіє
 - А) частіше, ніж раніше
 - Б) рідше, ніж раніше
 - В) так само, як і раніше
2. Останнім часом сон вашої дитини
 - А) погіршився, став важким, неспокійним
 - Б) став кращим, ніж раніше
 - В) не змінився
3. Останнім часом, апетит вашої дитини

А) погіршився

Б) покращився

В) не змінився

4. Дитину турбують інші порушення здоров'я

4. Вцілому, самопочуття вашої дитини

А) незадовільне

Б) задовільне

В) відмінне

Додаток 3

Анкета для педагогів та батьків щодо вивчення проявів тривожності у дитини (автори Г. Лаврентьєва, Т. Титаренко)

Інструкція: Позначте ті ситуації, що стосуються поведінки вашої дитини.

Текст анкети

1. Не може довго працювати, не втомлюючись.
2. Їй важко зосередитися на чомусь.
3. Будь-яке завдання викликає зайве занепокоєння.
4. Під час виконання завдань дуже напружена, скута.
5. Ніяковіє частіше за інших.
6. Часто говорить про можливі неприємності.
7. Як правило, червоніє в незнайомій обстановці.
8. Скаржиться, що бачить страшні сни.
9. Руки зазвичай холодні і вологі.
10. Нерідко бувають розлади шлунку.
11. Сильно пітніє, коли хвилюється.
12. Має поганий апетит.
13. Спить неспокійно, засинає важко.
14. Полохлива, багато чого викликає у неї страх.
15. Зазвичай неспокійна, легко засмучується.
16. Часто не може стримати сльози.
17. Погано переносе очікування.

18. Не любить братися за нову справу.
19. Не впевнена в собі, в своїх силах.
20. Боїться стикатися з труднощами.

Обробка результатів

За кожну відповідь «так» нараховується 1 бал.

Інтерпретація отриманих даних

Висока тривожність – *15-20 балів*;

Середня тривожність – *7-14 балів*;

Низька тривожність – *1-6 балів*.

Додаток 4

Анкета для батьків та педагогів, щодо визначення рівня агресивності у дитини (Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.)

1. Злий дух часом вселяється в неї.
2. Вона не може змовчати, коли чимось незадоволена.
3. Коли хтось її образить, вона обов'язково прагне поквитатися так само.
4. Часом їй без усякої причини хочеться вилятися.
5. Часом вона із задоволенням ламає іграшки, щось розбиває, шматує, рве книжки.
6. Інколи вона так наполягає на чомусь, що людям навколо уривається терпець.
7. Вона не відмовиться від того, щоб подразнити тварин.
8. Взяти верх у суперечці з нею майже неможливо.
9. Дуже сердиться, коли вважає, що хтось кепкує з неї.
10. Здається, що інколи у неї спалахує бажання зробити якусь шкоду, шокувати оточення.
11. У відповідь на звичайні розпорядження прагне зробити все навпаки.
12. Часто не за віком сварлива.
13. Сприймає себе як самостійну і рішучу.
14. Любить бути першою, верховодити, підкоряти собі інших.
15. Невдачі надзвичайно дратують її, намагається шукати винних.

16. Легко свариться, вступає в бійку.
17. Старається спілкуватися з молодшими й фізично слабкішими.
18. У неї часті напади похмурої дратівливості.
19. Не рахується з однолітками, не поступається, не ділиться нічим.
20. Упевнена, що будь-яке завдання виконає краще за інших.

Позитивна відповідь на кожне запропоноване твердження оцінюється 1 балом.

Підрахуйте, скільки тверджень, на вашу думку, стосується досліджуваного.

Висока агресивність: 15-20 балів.

Середня агресивність: 7-14 балів.

Низька агресивність: 1-6 балів.

Додаток 5. Сюжетні картки «Улюблені герої» (Заняття 3)



Додаток 6.

Картки Домана «Емоції»



ДОБРИЙ



СУМНИЙ



ВЕСЕЛА



ВИНУВАТИЙ



СПОКІЙНА



ЩАСЛИВА



ЗДИВОВАНИЙ



ПОХМУРИЙ

Додаток 7. Релаксаційні вправи.

Вправа «ХМАРИНКА».

Сядь, будь ласка, зручно. Закрий очі. Дихай спокійно і рівно.

Уяви себе маленькою, легенькою хмаринкою. Вітерець гойдає тебе: «Гойда-гойда!» Визирнуло сонечко. Погладило тебе по голівці, ручках, ніжках, обняло, пригорнуло. Тобі тепло і затишно. Ти відпочиваєш, набираєшся сил, щоб бути сильним, здоровим, розумним, веселим, добрими. Повільно розплющуються оченята. Ти - молодець! Ти – найкращий!

Вправа «СПЛЯЧЕ КОШЕНЯ».

Уяви, що ти веселе кошеня... Кошеня ходить, вигинає спинку, махає хвостиком... Але ось кошеня втомилося... почало позіхати, лягати на килимок і засинати.

У кошеняти рівномірно піднімається й опускається животик, воно спокійно дихає (повторити 2 - 3 рази). Йому сниться щось приємне... Кошеня посміхається, йому добре... Прийшов час кошеняті прокидатися. Воно знову бадьоре та активне. Попрощайся з ним до наступної зустрічі... І на рахунок «3» прокидайся.

Вправа «КОРАБЕЛЬ І ВІТЕР».

Уяви, що твій корабель пливе по хвилях і раптом зупиняється. Допоможемо йому і запросимо на допомогу вітер. Вдихни повні легені повітря, сильно втягни щоки... А тепер шумно видихни через рот повітря на вітрила. І нехай вітер, що вирвався на волю, підганяє корабель. Спробуймо ще раз. Я хочу відчутти силу вітру (можна повторити кілька разів).

Вправа «УСМІШКА».

Сядь зручно. Розслаб ручки, ніжки й все тіло. Заплющ очі...

Уяви, що ти бачиш перед собою гарне сонечко, рот якого розплився в широкий посмішці. Посміхнися у відповідь сонечку і відчуй, як посмішка і радість переходить у ручки, доходить до долонь. Зроби це ще раз і спробуй посміхнутися ширше.

Розтягуються твої губи, напружуються м'язи щічок ... Дихай і посміхайся... твої ручки та долоньки наповнюються силою добра і радості подарованого сонечком. Повертайся у кімнату... Прокидайся.

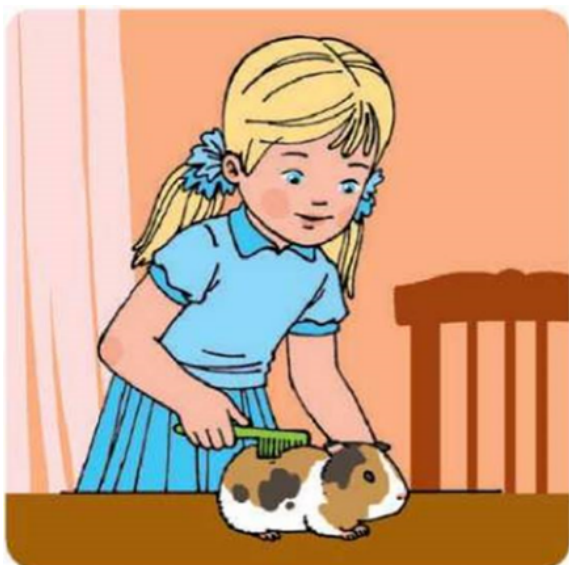
Вправа «ОЗЕРО».

Сядь зручно. Розслаб ручки, ніжки й все тіло. Заплющ очі...

Уяви собі чудовий сонячний ранок. Ти знаходишся біля прекрасного, тихого озера. Чути лише твоє дихання і плескіт води. Навколо тихо і спокійно. Сонце світить яскраво і це змушує тебе почуватися все краще і краще, ти відчуваєш, як сонячні промені зігрівають тебе. Це тепло проходить через усе тіло наповнюючи його силою. Повітря чисте й прозоре, ти спокійний. Ти відпочиваєш... Тобі добре... Плескіт води поступово стихає і ти повертаєшся до кімнати. Потягнися і на рахунок «3» відкрий очі. Ти чудово відпочив!

Додаток 8. Сюжетні картки «Люди та тварини» (Заняття 7)

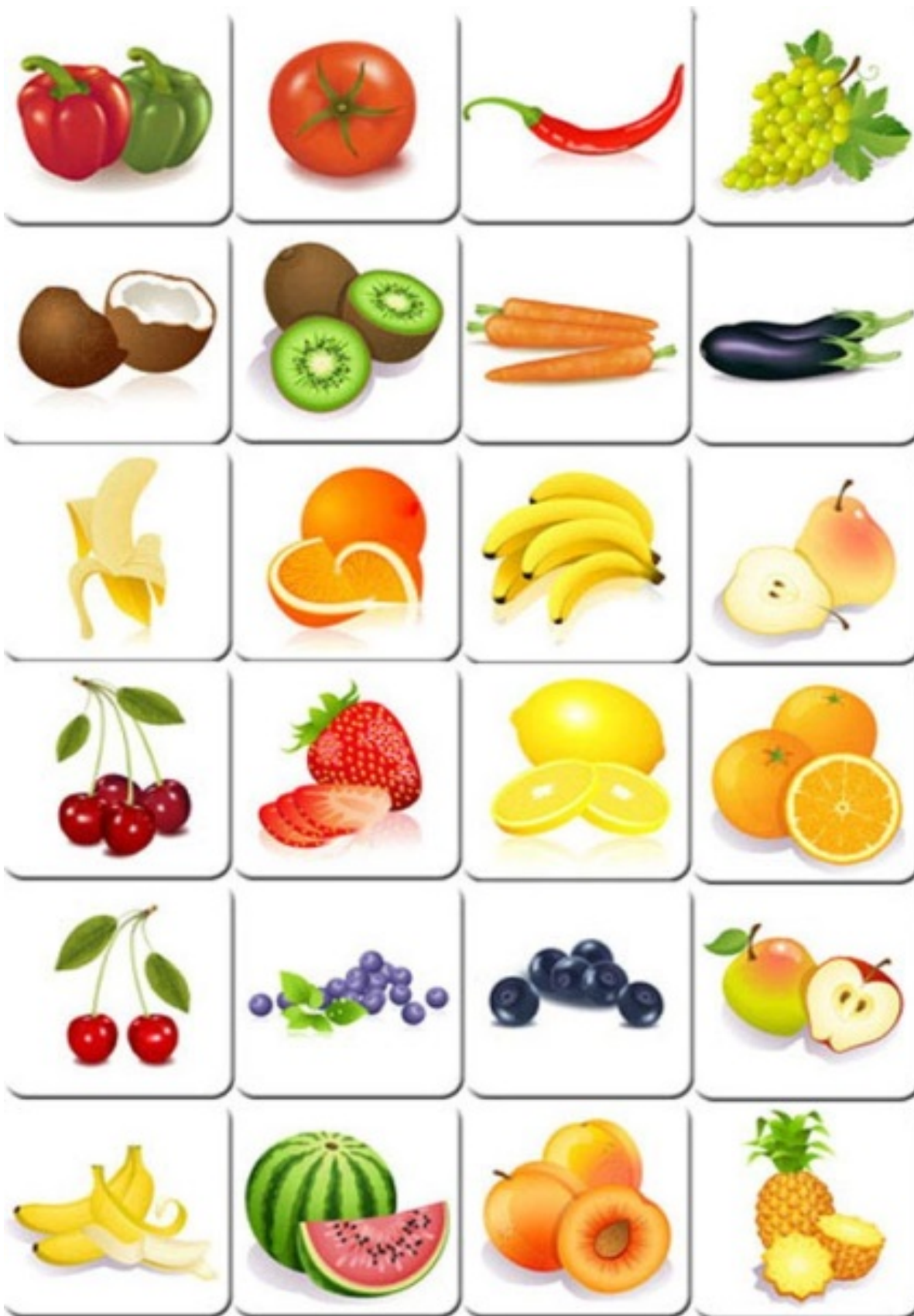


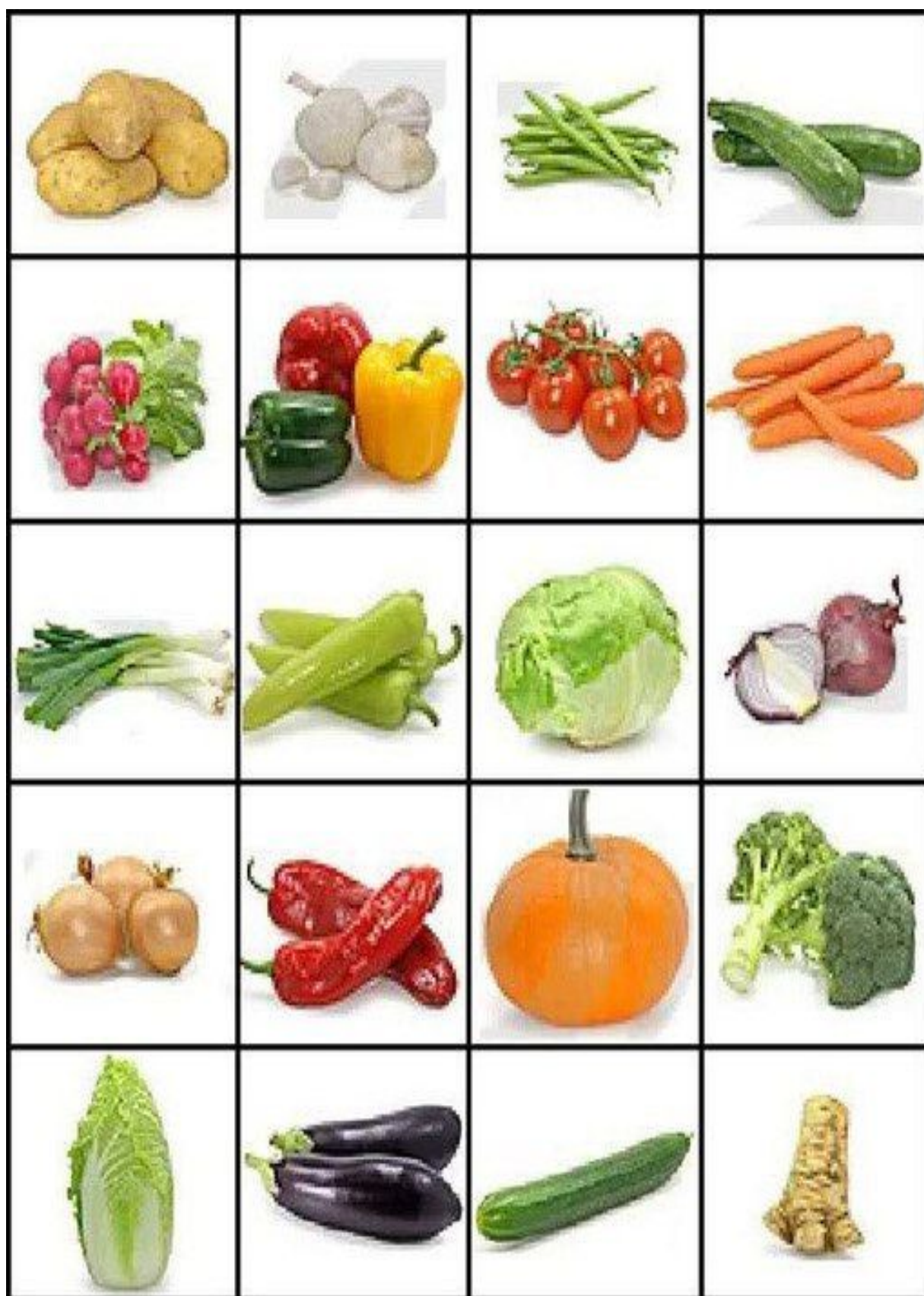


Додаток 9. Сюжетні картки «Дружба» (Заняття10)



Додаток 10. Дидактичні картки «Овочі-фрукти» (Заняття 8)





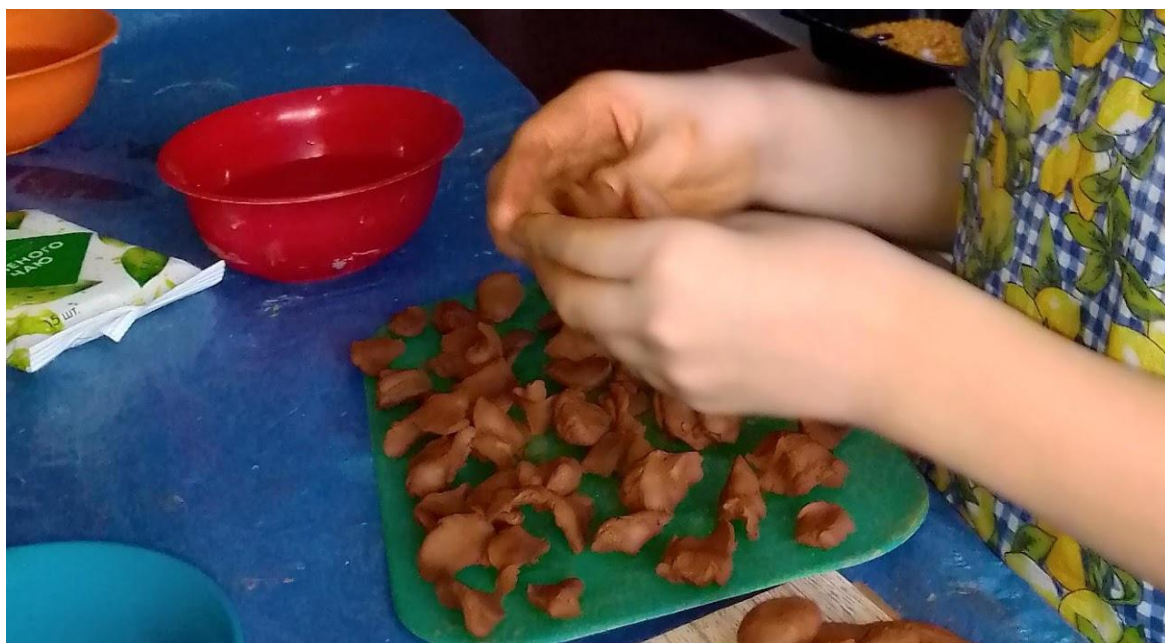
Додаток 11.

Вправи з глиною (Заняття 1)



Додаток 12.

«Мій герой» (Заняття 3).





Додаток 13. «Малюнок настрою (Заняття 4)



Додаток 14. «Ліплення образу емоції» (Заняття 5)



Додаток 15.

«Мій улюбленець (Заняття 7)





Додаток 16.

«Чарівний глечик для джина» (Заняття 8)

Додаток 17. «Торт Щастя»(Заняття 9)



Додаток 18. «Символ дружби»» (Заняття 10).

