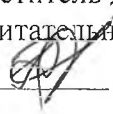


Принята решением
педагогического совета
протокол № 1 от 09 августа 2021 года.

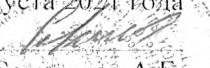
СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-
воспитательной и реабилитационной работе


О.Н. Рыкова

09.08.2021

«Утверждаю»
Приказ № 1355
от «09» августа 2021 года
Директор


Савченко А.Е.



**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Разноцветный мир»
(1-13 лет)**

Автор: Захарова Инна Владимировна
педагог-психолог

р.п. Дубровка 2021 год

Разноцветный мир

1. Пояснительная записка.

Вследствие органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР процессы восприятия, памяти, мышления, речи, двигательных и других функций нарушены или искажены, поэтому формирование предметных действий происходит со значительной задержкой. У многих детей с ТМНР, достигших школьного возраста, действия с предметами остаются на уровне неспецифических манипуляций. В этой связи ребенку необходима специальная обучающая помощь, направленная на формирование разнообразных видов предметно-практической деятельности. Обучение начинается с формирования элементарных специфических манипуляций, которые со временем преобразуются в произвольные целенаправленные действия с различными предметами и материалами. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФГОС у/о) предусматривает создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей обучающихся с умственной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития предполагают комплекс мероприятий в виде коррекционно-развивающих занятий, направляющих на вовлечение ученика в различные виды курса внеурочной деятельности в процессе обучения.

В следствие органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР, достигших школьного возраста, действие с предметами остаются на уровне неспецифических манипуляций. В

этой связи ребенку необходима специальная обучающая помощь, направленная на формирование разнообразных видов предметно -практической деятельности. Обучение курса внеурочной деятельности начинается с формирования элементарных специфических манипуляций, которые со временем преобразуются в произвольные целенаправленные действия с различными предметами и материалами.

Цель программы: содействие развитию и выявлению положительных сторон личности, сглаживанию отрицательных, воспитание детей наиболее трудоспособными и полезными членами общества.

Для глубоко умственно отсталых детей эта цель остается актуальными, но при их осуществлении необходимо учитывать значительно более низкий уровень достигнутых успехов, применять особые методические приемы, уделять внимание воспитанию внешних навыков и привычек культурного поведения и самообслуживания.

Задачи программы:

- коррекция недостатков восприятия внимания, зрительно – двигательной координации, пространственных представлений, наглядно – действенного и наглядно – образного мышления детей;

-развитие недостатков речи, мелкой моторики, зрительного и слухового внимания;

-формирование основных навыков и приемов умственной деятельности на сенсорном, предметно – практическом уровне;

-формирование у детей произвольных целенаправленных действий с различными предметами и материалами;

- снизить эмоциональное напряжение, создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого; развивать способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое; обучать приемам ауторелаксации;

- помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов, уменьшить тревожность, воспитать уверенность в себе, снизить эмоциональное напряжение;

- корректировать поведение с помощью игр, упражнений, учить распознавать эмоции по внешним сигналам, формировать моральные представления, снять эмоциональное напряжение, тренировать психомоторные функции;

- дать возможность почувствовать себе самостоятельным и уверенным человеком, прививать новые формы поведения, учить самостоятельно, принимать верные решения, учить навыкам саморасслабления;

- корректировать поведение с помощью игр, формировать адекватные формы поведения, учить осознавать свое поведение, работать над выразительностью движений, регулировать поведение в коллективе.

2.Общая характеристика курса внеурочной деятельности.

Умственная отсталость - это особая форма психического и умственного недоразвития, выражающаяся в стойком снижении познавательной деятельности у детей, вследствие поражения ЦНС (коры головного мозга) в перинатальной (внутриутробной), natalной (при родах), или постнатальной.

Характерно для умственно отсталых наличие патологических черт в эмоционально-волевой сфере: повышенная возбудимость или, наоборот, инертность; трудности формирования интересов и социальной мотивации деятельности. У многих умственно отсталых детей наблюдаются аномалии в физическом развитии: аномалии роста, нарушения обмена веществ, нарушения моторики, трудности формирования двигательных рабочих навыков и др.

Формирование элементарных специфических манипуляций, которые со временем преобразуются в произвольные целенаправленные действия с различными предметами и материалами.

Курс внеурочной деятельности – это средство, помогающее учить ребенка развивать его. Практическая деятельность в ее простых видах наиболее понятна и доступна детям. Здесь все дано в наглядном, легко воспринимаемом виде. Разнообразие видов заданий на курсе внеурочной деятельности обеспечивает разностороннюю и активную работу всех анализаторов.

На курсе внеурочной деятельности «Разноцветный мир», дети практически знакомятся с материалами, их свойствами и назначением, учатся их узнавать,

усваивают доступные приемы их обработки. Дети учатся правильно пользоваться инструментами, практически осваивают правила техники безопасности при работе с ними, овладевают основами трудовой культуры.

Курс внеурочной деятельности «Разноцветный мир» предполагает обучение детей с интеллектуальной недостаточностью умению подражать действиям взрослого, использованию предметов как орудий в деятельности. Важно показать детям, что большинство действий в быту, связанных с трудом, с удовлетворением жизненных потребностей, человек производит, используя предметы-орудия, вспомогательные средства (стул, ложка, чашка, ножницы...). Направления работы на индивидуальном коррекционном занятии определяются с учетом квалификационных характеристик детей с особенностями в развитии.

Индивидуальные коррекционные занятия проводятся по специальным планам, с учетом особенностей каждого ребенка:

- для детей с **умеренной и тяжелой** интеллектуальной недостаточностью (умеренной, тяжелой умственной отсталостью) – занятия по формированию культуры поведения, развитию речи, эмоциональному развитию;

- для детей с **глубокой** интеллектуальной недостаточностью (глубокой умственной отсталостью) – занятия, направленные на формирование необходимых для жизни социально значимых навыков, в отдельных случаях игровое взаимодействие.

Программа составлена по трем видам умственной отсталости: глубокая умственная отсталость, тяжелая умственная отсталость, умеренная умственная отсталость. В каждом разделе программы даются характеристики особенностей степеней умственной отсталости. В программе разработаны разноуровневые упражнения и игры по всем психическим процессам для каждой степени умственной отсталости.

Цель каждого занятия – улучшить поведение детей, снять моторное беспокойство, чувство тревоги, страха, заставить проявить волевое усилие в решении простейшей задачи.

Процесс формирования того или иного навыка у ребенка – олигофрена происходит с большим трудом и требует длительного времени. Он может быть разделен на следующие этапы:

- Подготовительный. Не продолжительно по времени. Задача - создать у детей положительное отношение , например, к умыванию (основной метод – метод разъяснения).

- Дидактический. Обучение прием выполнения, установление их логической последовательности (основной метод – метод показа).

- Практическое усвоение гигиенического навыка . Самый продолжительный этап. Осуществляется при помощи методов требования и упражнения. Особое внимание уделяется проведению режимных моментов.

- Контроль усвоения детьми навыка с целью определения уровня его сформированности. При формировании определенного навыка возможно дробление этапов усвоения с учетом возможностей детей на отдельные операции (вдевание шнурка в нижнее отверстие ботинка, складывание шнуров «накрест», продолжение шнуровки до конца.Завязывание шнурков на один бантик, завязывание шнурков на два банта.) Огромное значение в формировании навыка играют многократные повторения и упражнения (до автоматизации).

3.Описание места курса внеурочной деятельности в учебном плане.

Курс внеурочной деятельности входит в образовательную область «коррекционные занятия», примерной основной образовательной программы для умственно-отсталых детей. На его изучение отведено: 1 занятие в неделю.

Годовой учебный план курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир»

1 (дополнительный), 1 – 4 классы

Класс	Кол-во часов в год
<i>1 дополнительный класс</i>	33 часа
<i>1 класс</i>	33 часа
<i>2 класс</i>	34 часа
<i>3 класс</i>	34 часа
<i>4 класс</i>	34 часа

Недельный учебный план курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир»

1 (дополнительный), 1 – 4 классы

Класс	Кол-во часов в неделю
<i>1 дополнительный класс</i>	1 час
<i>1 класс</i>	1 час
<i>2 класс</i>	1 час
<i>3 класс</i>	1 час
<i>4 класс</i>	1 час

Годовой учебный план курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир»

5 - 12 классы

Класс	Кол-во часов в год
<i>5 класс</i>	34 часа
<i>6 класс</i>	34 часа
<i>7 класс</i>	34 часа
<i>8 класс</i>	34 часа
<i>9 класс</i>	34 часа
<i>10 класс</i>	34 часа
<i>11 класс</i>	34 часа
<i>12 класс</i>	34 часа

Недельный учебный план курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир»

5 - 12 классы

Класс	Кол-во часов в неделю
<i>5 класс</i>	1 час
<i>6 класс</i>	1 час
<i>7 класс</i>	1 час
<i>8 класс</i>	1 час
<i>9 класс</i>	1 час
<i>10 класс</i>	1 час
<i>11 класс</i>	1 час
<i>12 класс</i>	1 час

4. Личностные и предметные результаты курса внеурочной деятельности.

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной тяжелой, глубокой, умственной отсталостью, с ТМНР

результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. Основным ожидаемым результатом освоения обучающихся АООП 2 варианта является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с физическими и психическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение социальных контактов и жизненного опыта.

Личностные результаты: Минимальный уровень:

Формирование минимального интереса к обучению, труду, предметному рукотворному миру. Овладение элементарными навыками курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир» как необходимой основой для самообслуживания, коммуникации, изобразительной, бытовой и трудовой деятельности. Минимальный опыт конструктивного воздействия с взрослыми и сверстниками. Минимальное умение воздействовать в группе в процессе учебной, игровой, других видах доступной деятельности.

Достаточный уровень: Формирование интереса к обучению, труду, примерному рукотворному миру. Овладение навыками предметно-практической деятельности как необходимой основой для самообслуживания, коммуникации, изобразительной, бытовой и трудовой деятельности. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия опыт конструктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками умение взаимодействовать в группе в процессе учебной игровой, других видах доступной деятельности. Потребность участвовать в совместной с другими деятельности, направленной на свое жизнеобеспечение, социальное развитие и помощь близким.

Предметные результаты: Минимальный уровень:

- Освоение на элементарном уровне простых действий с предметам

- Использование в работе доступных материалов (пластилин, природный материал, бумага, картон, нитки, ткань).

- Умение фиксировать взгляд на предметно-манипулятивной деятельности педагога (с привлечением внимания голосом).

- Уметь захватывать и удерживать предмет

- Умение сминать лист бумаги

- Умение открывать емкости для хранения

- Умение погружать руки в сухой бассейн

- Умение отбирать крупы (единичные представители круп)

Достаточный уровень:

- освоение простых действий с предметами и материалами

- умение следовать определенному порядку (алгоритму, расписанию) при выполнении предметных действий.

- умение рассматривать различные по качеству материалы: бумагу, ткань, природный материал и т.д.

- умение фиксировать взгляд на предметно-манипулятивной деятельности педагога

- умение фиксировать взгляд на движущемся предмете и объекте

- умение захватывать, перекладывать, удерживать предмет на правой и левой руке

- выполнять последовательно организованные движения - играть с кубиками, карандашами, палочками и т.д...

- уметь погружать руки в сухой бассейн

- уметь доставать из сухого бассейна предмет
- уметь пересыпать крупы из одного стакана в другой
- уметь сортировать крупы (3 вида)
- разминать пластилин двумя руками, расплющить его на дощечке, между ладошек, разрывать пластилин на мелкие и большие части, соединять пластилин, отщипывать пластилин пальцами, раскатывать пластилин прямыми и круговыми движениями.
- играть с учителем в элементарные сюжетные игры (кукла пришла в домик, села на стул, и т.д.)
- узнавать материалы на ощупь, по звуку
- играть с конструктивными материалами
- формирование умения фиксировать взгляд на статичном и движущемся предмете и объекте
- формирование умения захватывать, удерживать, перекладывать предмет
- формирование умения погружать руки в сухой бассейн и доставать из него предметы.

Реализация программы курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир» позволяет выделять целевые ориентиры в виде следующих предполагаемых личностных и предметных результатов:

- умение воспринимать тактильные воздействия и отвечать на него доступным способом
- умение принимать пассивные движения руками и соприкосновение с различными материалами и предметами
- умение захватывать, удерживать, перемещать и отпускать предмет
- умение исследовать предметы окружающего мира доступным способом
- умение совершать целенаправленные действия одной и двумя руками.

- умение выделять функцию предмета и использовать предмет по назначению

- умение использовать отношения между целым и частью, выделять признаки предметов в элементарной деятельности.

5. Содержание курса внеурочной деятельности.

Методические рекомендации по организации коррекционных занятий с детьми с умеренной, тяжелой и глубокой интеллектуальной недостаточностью.

Современные требования к проведению курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир».

Категория детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью довольно разнообразна, требующая высокоорганизованного процесса обучения и воспитания. Коррекционное занятие - форма организации учебно-коррекционной работы, основная форма организации учебно-воспитательной работы в дошкольном и школьном учреждении, инвариантная часть учебного плана специальной школы и дошкольного учреждения любого типа.

При построении коррекционного занятия, необходимо определить на каком уровне ребенок будет усваивать предлагаемый материал:

- на уровне взаимодействия в процессе сопряженных (совместных) с педагогом действий;

- на уровне взаимодействия с помощью полусопряженных (частично совместных) с педагогом действий;

- на уровне восприятия (работа после обучающего эксперимента);

- на уровне применения знаний по образцу;

- на уровне речевой инструкции.

Современное содержание специального образования детей с особыми образовательными потребностями определяют ряд обязательных требований к коррекционному занятию, которые необходимо учитывать при построении структуры занятия:

Структура группового занятия.

№	Элемент тренинга	Комментарий
1	Ритуал приветствия	Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия. Ритуал может быть придуман самой группой.
2	Разминка – это воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности. (Психогимнастика, элементы музыкотерапии, танцевальной терапии, цветотерапии, телесной терапии, пальчиковые игры.)	Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную, групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение, другие напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
3	Основное содержание занятия – совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия. (Элементы игротерапии, сказкотерапии, проигрывание ситуаций, этюды.)	Приоритет отдается многофункциональным техникам направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому. (С учетом утомление детей).
4	Рефлексия занятия – оценка занятия. Элементы арттерапии, беседы.	Две оценки: эмоциональное (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно и зачем это делали).
5	Ритуал прощание.	По аналогии с ритуалом приветствия.

Занятия строятся на основе принципов интегрирования (включение элементов музо-, изо-, песко-, водо-, кукло-, танцевально-двигательной терапии). В занятиях должна прослеживаться системность и преемственность. Выбор тематики занятий должен определяться характером нарушения развития детей с особыми образовательными потребностями и подбором наиболее адекватной тактики коррекционной работы.

Формы работы должны определяться задачами занятия, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов (фронтальные и индивидуальные занятия), так и инновационных.

К инновационным приемам относятся следующие виды работ на занятии: включение ребенка в процесс взаимодействия с педагогом, группой детей или сверстником с использованием метода «аттракции» (называние по имени, активное включение в процесс рассматривания себя в

зеркале, телесный контакт с ребенком с целью расслабления, успокоение, вселение уверенности и т.д.); рисование под музыку, используя различные методики рисования – ладошкой, пальчиком, губкой, тампоном и т.д. (изотерапия); игры с песком (пескотерапия); игры с водой (водотерапия); игры с куклами (куклотерапия) и т.д.

К традиционным приемам относятся следующие виды работ на занятии:

- занятие должно включать как познавательный материал, так и различные релаксационные упражнения, которые способствуют развитию у детей коммуникативных умений, обогащают эмоциональный опыт, формируют личностное развитие; включение в структуру занятий заданий, способствующих развитию поисковых действий;

- изложение материала на занятии должно быть вариативным по своей структуре. В одних случаях предъявляется готовая информация в форме практического объяснения, сопровождающегося показом, демонстрацией определенных действий с простой речевой инструкцией. В других случаях используется частичная инструкция, регламентирующая частичное выполнение действия, задания с последующими усложнениями. Используются варианты сопряженных и полусопряженных действий с педагогом

Организация индивидуальной работы на занятии.

Индивидуализация обучения детей с особыми образовательными возможностями в структуре занятия – задача нелегкая.

1) перед началом любого занятия педагог должен четко представить какое практическое умение будет отрабатываться и каковы индивидуальные особенности ребенка.

2) на занятии, должен использоваться материал различной степени сложности, учитывающий интересы и возможности разных категорий детей.

3) на занятии, должна просматриваться самостоятельная работа с различной степенью трудностей практического характера, но подчиненная общему содержанию работы на занятии.

4) на занятии, необходимо в предметно-практической и коммуникативной деятельности базироваться на умениях прошлых занятий, внося коррективы к уже имеющимся умениям.

Упражнения для развития психических процессов у детей с глубокой степенью умственной отсталости:

Восприятие

Упражнение "Лови мячик", "Брось мяч", "Найди мяч".

Цель: развитие ручной моторики, развитие координации движений, ориентировка в пространстве.

Упражнение "Разборка складывание матрёшек"

Цель: развитие практического ориентирования ребёнка на величину предметов, различие соотносящих действий, понимания указательного жеста и умение подражать действием взрослого.

" Упражнение Парные картинки"

Цель: развитие зрительного восприятия предметных картинок, понимания жестовой инструкции.

Упражнение "Спрячь шарик"

Цель: продолжать учить ориентироваться в пространственном помещении, последовательно осматривать его, развивать внимания и память. Учить выделять из окружающего предметы, находящиеся в поле зрения

Упражнение "Чудесный мешочек"

Цель: Развивать мелкую моторику рук.

Упражнение "Возьми игрушку"

Цель: продолжать развивать ориентировку в ближайшем пространстве. Соотнесение моторной и зрительной моторики и зрительных анализаторов.

Упражнение "Доползи (Дойди) до игрушки"

Цель: продолжать учить воспринимать расстояния, обратить внимания на направление движения в пространстве и самостоятельно выбирать это направление

Упражнение "Запомни и найди"

Цель: развивать у детей восприятие представление о пространственном расположении предметов по отношению к друг другу.

Упражнение "Ладушки"

Цель: формирование эмоционального контакта со взрослым.

Упражнение "Иди ко мне"

Цель: формирование эмоционального контакта со взрослым.

Упражнение "Хоровод с куклой"

Цель: продолжать формировать эмоциональный контакт со взрослым, вызывать интерес к куклу.

Упражнение "Пришёл Петрушка"

Цель: продолжать формировать эмоциональный контакт со взрослым, вызывать интерес к куклу.

Упражнение "Тук-тук"

Цель: учить прислушиваться к звукам, вызывать внимание и интерес к ним. Развитие слухового восприятия.

Упражнение "Игра на детском пианино"

Цель: развивать мелкие движения пальцев на каждой руке, действовать по подражанию взрослому, продолжать вызывать положительное эмоциональное отношение к игрушкам, желание сотрудничать со взрослым.

Игра "Хоровод"

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза, передают мимикой своё настроение.

Игра "Музыкальная мозайка"

Цель: аутолереаксация, развитие умения двигаться под музыку.

Игра "Передай другому"

Цель: достижение взаимопонимания, сплочённости.

Игра-релаксация "Улыбка"

Цель: снятие психо-эмоционального напряжения.

Упражнения для развития психических процессов у детей с тяжёлой умственной отсталостью (Имбицильность F72):

Упражнение "Кто ловкий?"

Цель: развивать у детей сгибательные и разгибательные движения кистей рук.

Упражнение "Пирамидки "

Цель: знакомить с пирамидкой, упражнять в нанизывании колец. Складывать пирамидку опираясь на зрительное соотнесение величин.

Упражнение "Где такие?"

Цель: продолжать учить детей соотносить предметы по величине, зрительно проверяя правильность выбора.

Игра " Мозайка"

Цель: учить хватанию щёпотью, познакомить с указательным типом хватания, развивать внимание подражание, умение анализировать и воспроизводить не сложный образец.

Игра "Заборчик"

Цель: продолжать учить правильно брать отдельные предметы и группы мелких предметов, развивать координацию обеих рук, формировать целенаправленность действий и эмоциональное отношение к игре, подражать действием взрослого.

Игра "Помоги животным"

Цель: расширять и уточнять значения слов-названий животных и слов связанных с образом жизни животных.

Игра "Покорми животных (собаку, зайку, кошку, ежа, белку)"

Цель: продолжать обогащать и уточнять знание слов-названий животных, формируя представления о самих животных.

Игра "Угадай кто у меня"

Цель: та-же

Игра "Посмотри и назови"

Цель: продолжать расширять и уточнять словарь детей, развивать связную речь.

Игра "Лови и назови"

Цель: та-же

Упражнение " Узнавание предметов на ощупь"

Цель: учить узнавать на ощупь знакомые предметы, не просто держать предмет в руках, а ощупывать, передвигая ладонь и пальцы по предмету.

Игра "Обведи, покажи, назови"

Цель: учить узнавать предмет по обводящему движению, благодаря чему, осуществлять выбор по образцу, закреплять название предметов.

Игра "Угости зверюшек"

Цель: осуществлять выбор на ощупь по речевой инструкции, продолжать развивать внимание, желание действовать в игровой ситуации.

Игра "Найди картинку"

Цель: соотносить тактильно-двигательный образ предмета созрительным, называть предмет, опознанный на ощуп и его изображения.

Игра "Обведи и нарисуй"

Цель: учить воспринимать предмет с помощью обводящего движения и использовать полученный образ в изобразительной деятельности (в рисунке), называть предмет и его изображение.

Игра "Большие и маленькие шары"

Цель: находить словесные инструкции большие и маленькие предметы на ощупь.

Игра "Найди свою игрушку"

Цель: учить узнавать знакомые предметы среди других, развивать внимание, вызывать положительное положение к игрушке.

Игра "Что на картинке?"

Цель: узнавать предмет в рисунке, развивать внимания.

Игра "Запомни и найди"

Цель: продолжать узнавать одинаковые изображения, запоминать их и соотносить мысленно в представлении, закреплять знание названий предметов.

Игра "Что изменилось"

Цель: учить запоминать предметы и их изображение, расположение предметов и картинок в пространстве, воспитывать интерес к внешнему виду предметов и их различению, развивать внимание.

Игра "Птички"

Цель: учить детей подражать действием взрослого, развивать эмоциональный контакт взрослого и ребёнка.

Игра "Прокати шарик через воротца"

Цель: развивать зрительно двигательную координацию, закреплять хватание щёпачью, развивать соотносящие движения.

Игра "Покатай мотрёшек"

Цель: упрощать в соотносящих действиях, продолжать развивать совместные движения обеих рук, формировать внимание и целенаправленные действия, создавать положительные отношения к сюжетным игрушкам.

Игра " Кто тебя позвал?"

Цель: развитие слухового восприятия.

Игра "Поймай мяч"

Цель: учить хватать большие предметы двумя руками, развивать зрительно-двигательную координацию.

Упражнения, игры для развития психических процессов у детей с умеренной умственной отсталостью(F71):

«Путешествие в волшебный лес»

Цели: закрепление умения различать эмоциональные состояния других людей; развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние, снятие психоэмоционального напряжения, развитие умения выражать свои впечатления, чувства через рисунок, развитие воображения

Материалы: игра «Азбука настроений», блоки мягкого конструктора, бумага, фломастеры, магнитофон и кассета с записью музыки и звуков природы

2. Этюд «Растем»

Ведущий: Из чего вырастают цветы? Да, из семечек. Давайте присядем и сожмем в комочек как маленькие-маленькие семечки. И вот вы - маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно распрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до 10 (постепенно дети, ориентируясь на счет, поднимают голову, выпрямляют ноги, вытягивают руки вверх).

Затем сразу желателен переход к следующему этюду

3. Этюд «Потянулись-сломались»

Ведущий: Тянемся, тянемся вверх, выше, выше к солнышку, улыбнемся ему. Но вот наступила осень, подул ветер и листочки резко сломались (кисти резко опускаются, безвольно виснут). Теперь наши руки-веточки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломалась талия, подогнулись колени, упали на пол... Лежим расслабленно, удобно... Прислушайтесь к себе... Осталось ли где напряжение? Сбросили его!

Во время выполнения этюда ведущий обращает внимание детей на 2 момента:

1) показать разницу между выполнением команды «опустите кисти» и «сломались в кистях»

2) когда дети лежат на ковре, ведущий обходит каждого, проверяя, полностью ли расслаблено тело, указывая места зажимов, помогая сбросить напряжение

4. Этюд «Отдых на волшебной лесной поляне»

Дети слушают звуки леса в сопровождении спокойной музыки.

Ведущий говорит детям, что им всем снится один и тот же сон и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). Пауза. Ведущий

сообщает, что на счет три дети проснуться. Пауза. Звучит сигнал, дети встают.

5. Рисунок

Ведущий предлагает детям нарисовать то, что больше всего понравилось на занятии (нужно помочь в выборе предмета или сюжета для отображения).

Затем дети садятся в круг и рассказывают о том, что они нарисовали.

6. Прощание.

Наше занятие заканчивается и на прощание вы можете подарить свой рисунок кому захотите (обычно все рисунки дарятся ведущему)

Спасибо и до свидания

Удивительный мир эмоций

Цель: снижение эмоционального дискомфорта, повышение активности детей, коррекция самооценки, формирование эмоциональной устойчивости.

Приветствие: Передавая сенсорный мяч по кругу, дети называют имя товарища и говорят ему хорошие слова или пожелания. При этом происходит восприятие хороших качеств товарища, принятие своего имени, создание положительного эмоционального фона, зрительная и тактильная стимуляция.

Основная часть.

Педагог. Ребята, у вас в гостях, сказочные гномики, у каждого свое настроение. С каким настроением вы пришли сюда? Выберите гномика, у которого настроение такое же, как у вас. Поговорим о человеческих чувствах — радости и грусти.

Игра «Наши чувства»: учим распознавать эмоции по схематичному изображению: у каждого ребенка картинка, изображающая облако (грустное, испуганное, веселое и др.).

Игра «Зеркало»: учим понимать чувства, изображать и видеть их.

Работа с компьютером: повторение названия цвета, сопоставление его с настроением. Мир чувств можно передать в красках: радость — светлая, грусть, печаль — темные цвета.

Физминутка: снятие психологического напряжения, усталости, развитие вестибулярного аппарата, укрепление различных групп мышц, тренировка сердечнососудистой и двигательной системы.

Цель: Закрепление умения различать эмоциональные состояния других людей; развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние, снятие психоэмоционального напряжения, развитие умения выражать свои впечатления, чувства через рисунок, развитие воображения

Игра «Азбука настроений», блоки мягкого конструктора, бумага, фломастеры, магнитофон и кассета с записью музыки и звуков природы

«Коробка форм»

Методика включает задачи на размещение в ящике с прорезями объемных фигур-вкладышей, основания которых представляют собой простейшие геометрические фигуры, соответствующие по форме прорезям ящика. Задание требует от ребенка не только точности восприятия формы, но и правильного поворота фигуры в пространстве (учета ракурса). Методика направлена на оценку восприятия формы и пространственных отношений. При низком уровне выполнения задания ребенку дополнительно предлагаются задачи на выбор формы по образцу.

«Пирамидка» и «мисочки» (предметные действия)

Методика содержит задачи на выполнение действий с большим количеством элементов разной величины. Материалом служат разноцветные элементы одинаковой формы, которые могут быть упорядочены по величине как элементы сериационного ряда.

Методика выявляет уровень восприятия отношений предметов по величине и особенности организации деятельности ребенка. При низком уровне выполнения заданий ребенку на том же материале предлагается выбор большего элемента из двух, а затем из трех.

Тот же материал может быть использован для оценки восприятия цвета на основе выбора по образцу, а также для выяснения знания названий цветов.

«Разрезные картинки»

Методика содержит задания на складывание картинок из нескольких частей (от 2 до 6), выявляет степень овладения зрительным синтезом — объединением элементов в целостный образ.

«Конструирование по образцу» Методика включает задачи на воспроизведение нескольких вариантов размещения трех строительных деталей разной формы по образцу, предложенному взрослым. Методика выявляет уровень развития пространственного восприятия на основе анализа взаимного расположения объектов в пространстве.

«Свободный рисунок»

Ребенку предлагают нарисовать, что он хочет. Рисование может осуществляться цветными карандашами или простым карандашом по выбору ребенка. Задание служит предварительным по отношению к следующему и позволяет установить уровень овладения рисованием и развития мелкой моторики.

«Рисунок человека»

Ребенка просят нарисовать человека. По особенностям рисунка (какие части тела изображены, как расположены в пространстве, имеются ли дополнительные детали и др.) судят об уровне развития образного мышления, особенностях эмоционально-личностной сферы и общения ребенка с окружающими.

«Свободная игра»

Ребенку предлагают набор игрушек и различных предметов (неоформленный игровой материал). Ведется наблюдение за его игрой. Методика позволяет по уровню развития игровой деятельности (использование заместителей, возможности построения последовательных игровых действий и сюжета, принятие роли) судить о развитии мышления и воображения ребенка.

«Дорисовывание фигур»

Методика включает задачи на свободное дорисовывание незаконченных изображений. Материал методики состоит из карточек с нарисованными на

них фигурками неопределенной формы. Ребенок должен дорисовать каждую из фигурок так, чтобы получилась какая-нибудь картинка. Методика оценивает уровень развития воображения, способность создавать оригинальные образы.

«Повторение слов и предложений»

Методика фиксирует возможности детей запомнить и воспроизвести предложенный словесный материал. В качестве такого материала предлагаются: детям

3 лет три-четыре знакомых слова; детям 4 лет — пять—семь знакомых слов и простая фраза. Методика используется для проверки памяти.

«Вопросы по картинкам»

Детям предъявляют простые картинки, например, с изображением девочки, моющей руки, или мальчика, накрывающего на стол. Выявляется уровень развития активной речи ребенка по ответам на вопросы типа: «что здесь нарисовано?», «кто это?», «что она (или он) делает?».

«Дополнение фраз»

Ребенку последовательно предъявляется ряд предложений, в каждом из которых дается начало фразы и нужно придумать ее конец, указав либо последовательность событий, либо причинно-следственные связи. Используются предложения типа: «Девочка взяла кубик и...», «Мальчик весело смеялся, потому что...», «Если пойдет дождь, то...».

Методика выявляет способность детей последовательно рассуждать, устанавливать причинно-следственные связи, позволяет оценить уровень речевого развития. Она также может быть использована для выяснения особенностей личности и характера общения.

«КАТ»

Методика включает задания на составление рассказов по картинкам, обладающим особой стимулирующей силой для проявления особенностей личности ребенка. Ребенку последовательно предъявляют 10 рисунков с изображениями животных, выполняющих человеческие действия, и просят

сказать, кто нарисован на картинке, что происходит в данный момент, что было до этого, о чем думают и что чувствуют действующие лица, чем ситуация закончится. Картинки допускают неоднозначные интерпретации.

Методика используется как проективная для выявления особенностей эмоционально-личностной сферы ребенка (тревожности, демонстративности, агрессивности, страхов, конфликтности в общении и др.).

«Повторяй за мной» и «Игра в мяч»

Методики содержат задания на повторение простых движений, поз и действий с мячом по образцу, данному взрослым. Методики выявляют уровень развития крупной моторики.

«Бирюльки»

Ребенку предлагают сложить мелкие предметы (бирюльки, спички, бусинки) в коробок или баночку с узким горлышком. Дается указание: класть по одному предмету. Методика проверяет уровень развития мелкой моторики.

«Мисочки» (включение в ряд)

Методика использует тот же материал, что и методика «мисочки» (предметные действия) и содержит задачи на поиск места пропущенного элемента в сериационном ряду предметов, различающихся по величине. Методика выявляет способность устанавливать простейшие логические отношения.

«Рыбка»

Методика содержит задачи на конструирование предмета по цветной расчлененной схеме. Проверяется умение детей точно ориентироваться на схему, а также умение спланировать свои действия как по анализу схемы, так и по воспроизведению ее в конструкции, что является важным показателем развития образного мышления и организации деятельности.

«Классификация по заданному принципу»

Ребенку дается набор картинок. На некоторых изображен один предмет,

на других — несколько. Задание состоит в том, чтобы разделить картинки на

2 группы по принципу количества изображенных предметов. Методика направлена на выявление элементов логического мышления.

«Рисунок семьи»

Ребенка просят нарисовать свою семью. По величине фигур, их расположению на рисунке, особенностям расположения отдельных членов семьи, уменьшению или увеличению ее состава и другим показателям судят о взаимоотношениях, эмоционально-личностных трудностях самого ребенка.

«Два дома»

Методика специально предназначена для исследования общения. Для проведения методики применяется тот же материал, что и в методике, предназначенной для анализа взаимоотношений ребенка в группе детского сада, о которой говорилось выше. Отличие состоит в том, что в данном случае анализу подвергается ближайшее семейное окружение ребенка. Методика дает возможность судить о характере отношений в семье.

«Свободная классификация»

Ребенку предъявляется набор картинок, которые он должен разделить на группы, самостоятельно выделив основание группировки. Методика направлена на оценку развития элементов логического мышления.

«Самое непохожее»

Перед ребенком в случайном порядке выкладываются в ряд 8 фигур, различающиеся по трем признакам: по форме (круги и квадраты), по цвету (красного и синего цветов), по размеру (большие и маленькие). Затем предъявляется одна из этих фигур и ребенка просят выбрать из оставшихся «самую непохожую» на нее. Методика направлена на оценку логического мышления.

«Рассказ по картинкам»

Методика содержит задачи на установление причинно-следственных отношений на материале картинок (например, «семья», «бутон», «цветок»),

которые он должен разложить в порядке происходящих изменений, а затем объяснить, почему он положил их так, а не иначе. Методика направлена на выяснение способности устанавливать логическую последовательность событий и отражать ее в речевой форме.

«Пиктограмма»

Содержит задачи на запоминание слов с помощью рисунков. Ребенку предлагается запомнить ряд из 12 слов и словосочетаний, используя собственные свободные зарисовки. Методика направлена на исследование особенностей мышления и опосредствованного запоминания. Кроме того, в ней могут обнаруживаться особенности личностной сферы и уровень организации деятельности.

«Десять слов»

Ребенку дается задание запомнить и воспроизвести 10 слов. Предъявление повторяется 3—5 раз. Выясняется динамика запоминания. Методика применяется для оценки механического запоминания и имеет особое значение при диагностике патологии ЦНС.

«Несуществующее животное»

Ребенка просят нарисовать несуществующее животное, назвать его и описать его образ жизни. Методика используется как проективная для изучения личностных качеств и особенностей воображения.

«Три желания» и «шапка-невидимка»

Ребенка просят назвать три желания, которые он хотел бы высказать волшебнику, а затем ответить, хотел ли бы он, чтобы волшебник подарил ему шапку-невидимку, и что бы он с ней делал дома, на улице, в детском саду. По ответам ребенка судят о его воображении, ценностных ориентациях, потребностной сфере, а также о его взаимоотношениях с детьми и взрослыми.

«Игровая комната»

Ребенка просят представить себе, что он пришел в волшебную комнату, где есть любые игрушки и можно играть в любые игры. Далее ему

предлагается взять с собой двух знакомых ребят и придумать игру, в которую дети могли бы с ним поиграть. При этом задается ряд вопросов типа: «Как играть в такую игру?», «А если дети не захотят играть в нее, что ты будешь делать?» — и др. По рассказу ребенка и по ответам на вопросы можно судить о его ценностных ориентациях, об уровне развития общения со сверстниками, способности выходить из конфликтных ситуаций.

«Лестница»

Методика включает задачи на осуществление выбора по оценочным шкалам. Ребенку дают рисунок лестницы и говорят, что на ее верхних ступеньках находятся самые хорошие дети, а внизу — самые плохие. Ребенок должен показать свое место, а также место других детей (друзей, братьев, сестер) на этой лестнице. Применяются шкалы с различными характеристиками, например: «хороший — плохой», «умный — глупый» — и др. Методика направлена на диагностику самооценки.

«Выбор карточки»

Перед ребенком раскладывается ряд карточек, на обороте которых написаны разные задания. Карточки расположены в порядке возрастания номеров. Степень трудности задания соответствует величине порядкового номера карточки. Ребенку предлагается самому выбрать задание, которое он хочет выполнять. Методика направлена на выявление уровня притязаний ребенка.

"Фантастический образ"

Ребенку предлагаются изображения частей знакомых предметов: ухо, нос, рука, глаз, улыбка, усы, бантик, кружка, свеча, мышинный хвост, птичья нога и собачья пасть. Задача - построить (изобразить из всех элементов) образ существа или предмета, а затем дать ему название и описать, какими свойствами и признаками он обладает. Чем больше элементов включается в изображение, тем ярче и богаче воображение. Каждый раз можно использовать другой набор частей предметов, а для упрощения графической

задачи для малышей можно все элементы изобразить на отдельных карточках и составлять их них образ как из пазлов.

"Волшебники"

Ребенку предлагаются две совершенно одинаковых фигуры-схемы человечков в длинной одежде-балахоне с палочкой в руке. Задача - с помощью красок или карандашей дорисовать (превратить) одну фигуру в доброго, а другую - в злого волшебника.

"Три краски"

Предложите ребенку выбрать три краски, которые, по его мнению, подходят друг к другу и заполнить ими весь лист. После предложите придумать как можно больше названий к рисунку и пофантазировать на тему того, что в нем происходит.

"Неоконченный рисунок"

Ребенку предлагается от 5 до 12 и более кругов. Его задача превратить каждый круг в новый предмет с помощью дополнительных деталей. Чем больше и разнообразнее образов может придумать ребенок, тем выше уровень воображения.

"Рисунок в несколько рук"

Всем играющим предлагается задумать какой-либо образ. Первый игрок рисует один элемент своего образа, следующий, учитывая уже имеющееся изображение, должен дорисовать деталь из своего замысла, И так до тех пор, пока не поучаствуют все игроки. Результат не важен, важно увлеченность процессом.

"Постановка необычных проблем"

Ребенку предлагается нестандартная ситуация: "жук купил кресло, придумай, как доставить его к нему домой", или "холодильник начал поедать пищу, что делать", или "что произойдет, если все люди стали передвигаться на руках". Цениться оригинальность решений и сочетаемость в детских рассказах реального и вымышленного.

"Интонация"

Предложите ребенку проговорить несколько фраз с различной интонацией: строгой, веселой, грустно, ласково и т.д. детям будет веселее, если при формулировке задания взрослый продемонстрирует несоответствие слов и эмоций, и попросит смешную фразу говорить с печальной даже скорбной интонацией.

"Неоконченный рассказ"

Ребенку зачитывается начало небольшого рассказа так, что повествование обрывается на месте, где начинают разворачиваться главные события. Потом ребенка просят придумать окончание рассказа. Первая часть, предложенная взрослым должна быть лаконичной и увлекательной, а ребенок, продолжая не должен забывать о завязке, предложенной вначале.

"Веселые ассоциации"

Игроку или игрокам предлагается пара слов, которые нужно связать по смыслу, или ассоциации. Например, кошка - лампочка: кошка греется под лампочкой, кошку зовут Лампочка, у кошки глаза горят, как лампочки и др.

"Веселый ученый"

Ребенку предлагается пофантазировать на тему научных задач: как вырастить пальму на луне, построить машину для расчесывания собак, оживить куклу, сделать из мухи слона и т.д. В этом упражнении взрослому предоставляется возможность в увлекательной форме уточнить и расширить знания ребенка о мире, заинтересовать его новой информацией.

"Ожившие картинки"

Заранее заготавливаются несколько сюжетов. Затем команда игроков получает конверт со своим сюжетом. После подготовки одна команда демонстрирует свою картинку, а другая - пытается догадаться и точно описать сюжет. Затем команды меняются местами. Упражнение лучше использовать, когда ребята играют со взрослыми и тогда задача для детей становится посильной.

"Танец"

Ребенку предлагают прослушать небольшой музыкальный фрагмент и придумать свой танец под эту музыку, дать ему какое-то подходящее название.

"Пантомима"

Игрокам по очереди предлагается показать предмет или действие. Варианты могут предлагаться спонтанно или быть подобраны заранее. Все участники пытаются угадать, что показывает водящий, высказывают свои версии. Кто догадался становится водящим и сам старается изобразить предмет с помощью движений.

7. Описание материально-технического обеспечения.

Материально-техническое обеспечение – это общие характеристики инфраструктуры организации, включая параметры информационно-образовательной среды.

Оснащение кабинета педагога-психолога

- Неваляшка, пирамидка, машинка маленькая, мяч, массажные мячи, куклы, фиброоптические волокна маленькая, дорожка тактильная,
- Набор минипрожекторов «Бегущие огни», Подушки с гранулами.
- Полочки –стеллажи для хранения пособий.
- стол для детей
- стулья
- компьютер
- стеллажи для хранения игрушек, игр, пособий.

Пособия и материалы для курса внеурочной деятельности «Разноцветный мир»:

- слуховое восприятие: шумелки, погремушки, мешочки с различными наполнителями, баночки с сюрпризом.
- зрительное восприятие: краски, цветные шарики, баночки пустые, картинки с разными эмоциями.
- мелкой моторики рук: песок, стаканчики, матрешки, шнуровки, кубики, лего, пирамидки, пазлы, пластилин, трафареты.

- восприятие запаха: баночки с наполнителями.
- материалы и предметы для осуществления различных функциональных действий (захватывание, удержание, перемещение, нанизывание, вкладывание, внимание, откручивание, закручивание, встряхивание, бросание, катание).
- предметы, имеющие различные визуальные и акустические эффекты (музыкальные игрушки, игрушки-пищалки, погремушки, светящиеся предметы).
- материалы и предметы, имеющие различные характеристики (гладкий, колючий, шероховатый, твердый, мягкий, жидкий, вязкий, пластичный, сыпучий, холодный, теплый).

Список литературы:

1. Ермолаева М. В. Психология развивающей и коррекционной работы с дошкольниками. – М.: Московский Психолого-Социальный Институт; Воронеж: Изд-во НПО “МОДЭК”, 2002.
2. Хухлаева О. В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. – М.: Генезис, 2003.
3. Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е., Первушина И. М. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическое здоровье дошкольников. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
4. Борщанская, А. К. “К созданию специальной коррекционно-развивающей среды в школе VIII вида”. Дефектология №2, 2002г.
5. Власова Т. А., Певзнер М. С. “О детях с отклонениями в развитии”, М., Просвещение, 1973г.
6. Изучение, обучение и воспитание детей с глубокими нарушениями интеллекта”.
7. Сборник научных трудов Лурье Н. Б. “Воспитание глубоко умственно отсталого ребенка в семье”, М., 1972г.
8. Малер А. Р. “Ребенок с ограниченными возможностями”.
9. Аналитический научно-методический центр “Развитие и коррекция”. “Коррекционно-развивающая система развития и обучения детей-инвалидов в условиях специальных учреждений” (методическое пособие для учителя). М., 2001г.

*Приложение к программе
курс внеурочной деятельности «Разноцветный мир»
Содержание программы для индивидуальных и групповых психо-коррекционных
занятий для агрессивных детей.*

1. Схема проведения коррекционно-профилактической работы с агрессивными детьми.

Этап 1. Предварительный

- объединение в группы
- анализ диагностических материалов
- создание оптимального состава группы для коррекции

Этап 2. Основной - конструктивно-формирующий

I. рациональная психотерапия (А.И. Захаров) в форме анализа рассказов
сплочение группы, выработка механизмов эмпатии, сочувствия окружающим

II. сказки-драматизации
сплочение группы, выработка механизмов эмпатии, сочувствия окружающим, развитие произвольности поведения

групповая (2-3 занятия); работа вне корр. занятий

постановка сказок по желанию (русские народные - «Три медведя» и др.)

III. работа с пиктограммами
умение распознавать различные эмоции

индивидуальная ; групповая ,
мимика, пантомимика в рисунках

IV. музыкотерапия
умение распознавать различные эмоциональные состояния.

V. рисуночная терапия, игра в кляксы

Этап 3. Обобщающе-закрепляющий

1. Групповые психо-коррекционные занятия как средство эмоционального развития детей.

Проводя психологические занятия по эмоциональному развитию у дошкольников, осознавая важность и нужность такого развития, мы уделяем время не только обучению детей распознавать те или иные эмоции, и их контролировать, а пытаемся развить у детей способность к более тонкому чувствованию своего внутреннего мира и мира другого человека. Задания и упражнения построены таким образом, чтобы постепенно дети переходили от внешней к внутренней регуляции своего поведения, хотя в дошкольном возрасте это сделать очень непросто. Изучение и развитие эмоций у ребёнка, по мнению А.В. Запорожца, имеет большое психолого-педагогическое значение, так как для полноценного развития личности необходимо развитие не только всех познавательных процессов, овладение различными знаниями и навыками, но и формирование положительного эмоционального отношения к окружающей действительности, людям. Адекватное эмоциональное реагирование в различных ситуациях формируется на основе умения различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению – через мимику, пантомимику, жесты, позы. При этом ребенок, опираясь на внешнее проявление тех или иных эмоций, пытается угадать смысл поведенческих реакций, настроение и многое другое, а также изменять своё поведение в зависимости от другого человека.

Само по себе обучение во многом зависит от того уровня комфорта, который испытывает ребенок, находясь в коллективе сверстников, на то, как реагируют учителя и одноклассника на успехи и неудачи ребёнка. Развитие эмоциональных процессов тесно связано с развитием нравственных чувств ребёнка, умение понять плюсы и минусы разных поступков, выбрать свою линию поведения. Именно благодаря развитию всех этих процессов у ребёнка в дошкольном возрасте, проработка этих моментов на групповых занятиях по психологии способствует более глубокому и осознанному переходу к волевому поведению, к переходу от внешней регуляции к внутренней. Конечно же, такой быстрый переход к осознанному и сознательно регулируемому поведению, в

рамках норм и правил субкультуры не может быть совершён в короткие сроки, мы подготавливаем детей к этому периоду, который может наступить несколько позже. Создаём некий фундамент, на котором будет строиться отношение ребёнка к самому себе и другим детям. И способствуем, чтобы полученные навыки дети переносили из игровой деятельности в обычную жизнь.

Таким образом, мы можем сказать, что групповые занятия по развитию эмоциональных процессов помимо изучения самих эмоций несут в себе и другие важные характеристики психологического здоровья ребёнка: развитие эмоциональной сферы, сплочение коллектива, развитие нравственности, ответственности, сопереживания другим людям, более тонкое чувствование внутреннего мира других людей, развитие творчества, внимания, самоконтроля и многое другое.

Упражнения и игры по развитию эмоциональной сферы.

Упражнение «Шалтай-Болтай» (цель — снятие напряжения)

Ведущий:

— Здравствуйте, дети! Я рада вас видеть! Какие вы сегодня подвижные. Покажите-ка мне, как вы вертелись и шумели. (Дети вертятся и шумят.) Да вы просто Шалтай-Болтай! Покажем их еще раз: покажем их еще раз: болтаем руками, ногами, вертим головой.

Шалтай-Болтай

Сидел на стене,

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

(С. Маршак)

Дети поворачивают туловище вправо-влево, руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» наклоняют корпус тела вниз. Все это может показать и сам ведущий.

Ведущий:

— Смеемся! Еще лучше смеемся. Болтаем руками, ногами, вертим головой. Болтаем руками, ножками, вертим головой, нам очень весело и мы смеемся, смеемся, смеемся! Молодцы! Похлопали ладошками, потрясли руками. Похлопали ладошками. Молодцы!

Упражнение «Релаксация» (цель — снять утомление, расслабление)

«Игра с песком»

Ведущий:

— Сядьте удобно. Обопритесь на спинку стула. Закройте глаза.

Представьте, что вы на берегу реки. Песок прохладный, сыпучий.

Набрать в руки воображаемый песок. (Вдох). Сильно сжав пальцы в кулак, удерживать песок в руках (задержать дыхание). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (выдох). Уронить обессилено руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками.

(Упражнение повторить 2—3 раза).

«Игра с муравьем»

— Представьте, что вы в лесу. Сидите на пенечке. Под ногами мягкая трава. На пальцы ног залез муравей и бежит по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (вдох).

Прислушаться, на каком пальце сидит муравей (задержать дыхание), движением ноги вперед сбросить муравья с пальцев ног (выдох). Носки вниз, в стороны, расслабьте ноги. Ноги отдыхают.

(Упражнение повторить 2—3 раза).

3. Упражнение «Гимнастика» (цель — мобилизация готовности к деятельности)

Ведущий:

— Посмотрели (головой) направо, налево, вверх, вниз (повторить 4 раза).

— Подняли плечи — сбросили (4 раза).

Кулачок. Потереть по часовой стрелке затылок, погладить затылок и шею сверху вниз. Хорошо.

Два кулачка. Потереть по часовой стрелке поясницу. Как следует. Хорошо.

— Похлопали в ладошки. Отлично. Молодцы!

Упражнение «Хорошее настроение» (цель — мобилизация после релаксации, снятие речевых зажимов)

Ведущий:

— Построим 10-ти этажный дом!

(Дети берут воображаемые кирпичи поочередно и строят «голосом» дом.)

Дети:

- 1-й этаж! — хор: низкая тональность голоса, «кладут кирпич».

- 2-й этаж! — хор: тональность голоса повышается, «кладут кирпич еще»,

И т. д. и т. п.

- 10-й этаж! — хор: высокая тональность голоса, крик,

Здесь дети сильно оживляются и могут с криком вскочить: настроение законченного дела!

Упражнение «Споём»

Мелодичное соединение АЕОУЫИЕ, АЕОУЫИ поется, как песня, но по задачам-действиям:

1) укорить, пристыдить другого,

2) удивиться другому,

3) попросить прощения.

Ведущий:

— В заключение занятия давайте похлопаем в ладоши. Громче! Громче! Молодцы!

Упражнение «Поссорились два петушка» (цель — развитие раскованности, самоконтроля.)

Процедура. Звучит веселая музыка (желательно А. Райчева «Поссорились два петушка»). Дети двигаются по типу «броуновского движения» и слегка толкаются плечами.

Замечание: не разрешается, чтобы удары детей были слишком сильными и болезненными. Дети обязательно должны играть «по правде» и одновременно держать символизм игры («понарошку»).

Упражнение «Иголка и нитка» (цель — развитие произвольности)

Процедура. Выбирается водящий из детей. Под веселую музыку водящий играет роль иголки, а все другие дети — роль нитки. «Иголка» бежит между стульями, а «нитка» (группа детей друг за другом) — за ней.

Замечание: если в группе имеется зажатый, аутичный ребенок, то предложите роль «иголки» ему. В ходе игры, когда он будет водить за собой группу детей, у него будут развиваться коммуникативные и организаторские

Упражнение «Дракон кусает свой хвост» (цель — снятие напряженности, невротических состояний, страхов)

Процедура. Звучит веселая музыка. Дети встают друг за другом и крепко держатся друг за друга (за плечи). Первый ребенок — «голова дракона», последний — «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается — от нее.

Замечание: Следите, чтобы дети не отпускали друг друга. Следите также, чтобы роли «головы дракона» и «хвост» выполнили все желающие.

Упражнение «Лисонька, где ты?» (цель — развитие произвольности.)

Процедура. Дети становятся полукругом, ведущий — в центра. Дети отворачиваются и закрывают глаза. Ведущий тихо дотрагивается до плеча одного ребенка, что означает, что он будет играть роль лисы. Все остальные — зайцы.

По сигналу все открывают глаза и поворачиваются. Никто не знает, кто — лиса? Ведущий зовет: «Лисонька, где ты?». Лиса не отзывается. Ведущий зовет второй и третий раз. И только на третий раз лиса бросается ловить зайцев.

Если заяц успел присесть на корточки, его ловить нельзя. Пойманные зайцы выходят из игры.

Упражнение «Слушай команду» (цель — развитие способности к сосредоточению)

Процедура. Дети маршируют под музыку. Затем музыка внезапно прерывается и ведущий шепотом произносит команду (сесть на стулья, поднять правую руку, присесть, взяться за руки и т. д.).

Замечание: — Команда дается только на выполнение спокойных движений.

Игра выполняется до тех пор, пока дети хорошо слушают и контролируют себя.

Упражнение «Я не знал!» (цель — развитие эмоциональной сферы, развитие выразительных движений ребенка).

Процедура. Ведущий выбирает мальчика-незнайку. О чем его ни спросят, он ничего не знает. Дети задают незнайке разные вопросы, а он молчит, разводит руками: «не знаю», «ничего не видел».

Выразительные движения: поднятие бровей, опущение уголков губ, поднятие плеч, разведение руками.

Упражнение «Возьми и передай» (цель — развитие воображения.)

Процедура. Дети сидят на стульях по кругу и передают друг другу воображаемые предметы, называя их. Например, Саша передает Свете «тяжелый чемодан», она еле-еле его поднимает, демонстрируя, какой он тяжелый.

Упражнение «Раздумье» цель — укрепление способности к концентрации, успокоению.)

Процедура игры. Звучит спокойная музыка. Один из детей — «грибник» (пошел в лес по грибы), а другие — лесные деревья. Грибник ходит по лесу между деревьями и плутает, он заблудился. Затем, когда музыка кончается, он останавливается и задумывается: «Куда идти?»

Выразительные движения: ребенок стоит, руки скрещены на груди, смотрит перед собой (роль грибника должен сыграть каждый ребенок).

«Большие игры»

Вариант игр, направленных на развитие и коррекцию эмоциональной сферы детей начальных классов, предложен в книге «Практикум по психологическим играм с детьми и подростками» под ред. М.Р. Битяновой.

Игра «Рисуем настроение»

Игра предназначена для учащихся 2-4 классов.

Необходимые материалы:

- отрывки музыкальных произведений;
- листы бумаги А3 для каждого ребенка;
- восковые мелки или наборы цветных карандашей;
- стенды для размещения коллажа рисунков;
- фотоаппарат и фото пленка;
- свеча (для проведения обсуждения).

Этапы игры

1. Разминка «Цвет, музыка, движение».
2. «Рисуем настроение».
3. Создание общего портрета.
4. Обсуждение игры.

Эта игра проводится в актовом зале. Дети и педагоги становятся в общий круг.

Разминка «Цвет, музыка, движение»

Ведущий.

— Сейчас кто-то из участников (пусть в первый раз это будет взрослый) встанет в круг. Как только зазвучит музыка, участник в центре круга начнет совершать соответствующее музыке движение, а весь круг должен повторять за ним. После того как музыкальный фрагмент закончится, все должны подумать и сказать, какого цвета звучала музыка.

Звучит музыка, и учитель выполняет движения, дети повторяют за ним. После этого дети высказывают мнение о том, какого цвета звучала музыка. Затем выбирают следующего ведущего, и звучит второй музыкальный фрагмент. Все повторяется снова. Это упражнение (желательно закончить бодрой, живой музыкой) создает хороший настрой на дальнейшую работу.

Упражнение «Рисуем настроение»

Ведущие раздают детям наборы восковых мелков или цветных карандашей, большие листы бумаги (А3). Ребятам предлагается нарисовать свое настроение. Для выполнения этого задания ведущий предлагает каждому ребенку найти в зале удобное место и занять удобное положение: лежа, сидя. Под спокойную музыку дети выполняют упражнение. После того как все закончили рисовать, ведущий предлагает выбрать цвет, рядом с которым дети считают нужным повесить свои рисунки. Так могут появиться «желтые», «синие» и другие рисунки. Получившийся коллаж, будет отражать настроение детей.

Далее ведущий просит сесть в круг, он зажигает свечу, и дети должны рассказать, что они хотели сказать своими рисунками и почему выбрали именно тот или иной цвет. (Особое внимание уделяется тем детям, которые оказываются в своей цветовой группе одиночками).

Занятие Обида

Ритуал приветствия.

Дети здороваются друг с другом носиками, пальчиками, ручками.

На наш взгляд введение ритуала в групповые занятия необходимо, так как сразу настраивает детей на работу. Спустя несколько занятий позиция ведущего от авторитарного стиля, чем мы сегодня здороваемся, плавно переходит к тому, что дети сами говорят, чем они будут здороваться.

Мысленная картина.

Дети ложатся на пол в позах медуз и представляют себе мысленную картинку на тему Обида. [3]

Дети могут представлять любые картинки, любые образы. Часто, но не всегда идёт опрос того, кому что представилось. Это упражнение приводит детей к тому, какая сегодня тема занятия, и они безошибочно называют её.

Передай Эмоцию.

На ушко первому человеку ведущий говорит: "Чувство обиды", он должен по кругу это чувство передать лицом и позой. Второй человек смотрит на него, перенимает его позу, и передаёт дальше. Здесь идёт как развитие мышц лица, так и умение передать эмоцию и умение понять, что это за эмоция, и передать её следующему человеку. Часто бывает, что при таком упражнении первоначальная эмоция превращается в другую и тут сами дети, которые к моему удивлению, начинают говорить, кто отобразил эмоцию неверно и с кого пошло искажение, а также о том, как нужно было бы это сделать. Это показывает, что внимание детей не было рассеяно, а было сконцентрировано.

Отдыхал-ка.

Все встают в позу кошечки и начинают двигаться по комнате под музыку, по хлопку ведущего кошечки начинают рычать, мяукать, ползти, прыгать, лежать.

Это упражнение как развивает мышцы детей, так и способствует развитию концентрации внимания и умению контролировать свои движения. Очень часто я прошу детей помочь в таких упражнениях, и они на некоторое время сами становятся ведущими.

Лесовичок и его внучок.

Выбирается ведущий Лесовичок его внучок. Внучку надевается шапка. Они выходят за дверь. В это время часть детей выбирает позу радостных грибов, другая часть обиженных. Внучок должен как можно быстрее найти радостных грибов, а дедушка – обиженных.

Сначала эта игра проводилась с одной эмоцией, постепенно мы прибавляли другие, но наш опыт показал, что большее трёх эмоций дети не выдерживают, так как, смотря на других, они начинают сами отображать чужие эмоции. Игра имеет несколько вариаций: один гриб может быть обиженным, а все остальные радостными. Эта игра очень увлекательна и нравятся детям, к сожалению времени мало на занятиях

Обиженный кустик.

Один из детей играет роль обиженного кустика, которому сломали несколько веточек. Он садится в центр и грустит. Ребята по очереди пытаются его утешить, одни словами, другие действиями, но без слов. Потом выясняется, какие действия больше всего понравились кустик. [2]

Как правило, дети с большим удовольствием участвуют в этой игре, им нравится, когда остальные дети вербально или не вербально пытаются помочь ему. Настроение приподнятое как у тех, кто играл кустика, так и у тех, кто ему помогал. Здесь же дети учатся помогать другому человеку, которому плохо. Затем эти действия могут переноситься в реальную жизнь.

Пример: Полина (6 лет) сидела на скамейке в раздевалке и плакала, потому что ей не дала игрушку её подруга. Максим подошёл к ней и спросил у меня: "Она плачет, её грустно?" Я ответила: "Да, как ты думаешь, что надо сделать?" Максим без слов подошёл к ней и стал гладить её по волосам, его примеру последовала другая девочка Саша, через 1 минуту Полина успокоилась. А Максим с радостью в голосе сказал: "Вау, неужели это действует". Я ответила: "Да, вот видишь, Полина действительно успокоилась, ты её очень сильно помог". Конечно же, навсегда дети это запомнят, и будут так поступать. И вовсе необязательно, что дети чрез 2-3 занятия станут добрее и будут более внимательно относиться к своим друзьям. Но при регулярной работе с детьми некоторые элементы усваиваются детьми автоматически и им проще, так как у них есть такой опыт, перенести его в реальную жизнь.

Рисунок.

Детям даётся готовая форма рисунка, они должны нарисовать обиду. Здесь мы смотрим на то, как дети усвоили основные мимические проявления эмоции обиды. Если есть свободное время, мы просим детей придумать историю, отчего ему так грустно.

Салют.

Дети кладут руки друг на друга и по команде ведущего вскидывают их, вверх получается салют. Одно из любимых упражнений детей они его используют иногда, когда уходят вечером домой.

Будь внимателен. Дети под музыку веселятся. Затем на слове “Зайчики”, произнесённое ведущим, дети должны начать прыгать, изображая Радость, Удовольствие на лице, на слово “Лошадки” – как бы ударять копытом об пол изображая Злость, Гнев, “Раки” – пятиться, отображая Обиду, “Птицы” – бегать, раскинув руки в стороны, отображая эмоцию Страх. (Развитие эмоциональной сферы и развитие концентрации внимания).

Карлосон и Малыш. Ведущий Карлосон он летает по комнате в накидке под музыку (на лице радость). Все остальные Малыши, которые сидят в разных частях комнаты и обижены (на лице обида). Как только музыка останавливается, Карлосон подлетает к любому малышу и мимикой и пластикой пытается его развеселить, доставить ему радость. Малыш тоже радостно приветствует Карлосона. Затем включается музыка и Карлосон летит к другим детям и т.д. Карлосон должен доставить радость всем малышам. (Развитие эмоциональной сферы)

Собачка хочет ласки. Дети по очереди превращаются в собачек, которым очень хочется быть счастливыми, чтобы их погладили. Ребенок – собачка подходит к остальным, машет хвостиком и просит ласки. Остальные гладят его и пытаются сделать его счастливым. (Эмоциональное сопереживание).

Лиса и куры. Стул ставится в угол комнаты, на него садится ребёнок, играющий роль лисы. Остальные дети встают со своих стульев и подходят к лисе со словами: Лиса-лисичка, пусти переночевать. Лиса отвечает: Хорошо, пущу, а ночью съем. Дети усаживаются вокруг лисы, а ведущий говорит: День, день, вечер, поздний вечер, ночь”. На слово ночь детям необходимо быстро подняться и добежать до своего курятника. Лиса тоже встаёт и ловит детей. Если куры не пойманы, они дружно отвечают Лисе: “Лиса, Лиса, мы тебя не боимся! У нас быстрые ноги и острые клювы”. Тот, кого поймали становится лисой. (Игра на снятие усталости)

Овощи в кастрюле. Дети становятся в круг. Они овощи и должны попасть в кастрюлю, как только ведущий называет какой либо овощ дети прыгают в круг, если он называет фрукт, то стоят на месте. Можно усложнять: девочки прыгают при слове овощ, а мальчики при слове фрукт. (Развитие внимания).

Водящий сообщает игрокам, что они отправляются в поход по лесной тропе. Далее он называет все препятствия, которые встречаются на пути и как их надо преодолевать, а играющие изображают это действиями. Идем медленно по тропе, перешагиваем через крупные ветви, перепрыгиваем овражки и ручейки. Стоп, впереди завал, надо его разобрать. Идем дальше. Бежим с горки, поднимемся в гору. Осторожно впереди обрыв. Через него узкий мостик, идем по мостику очень осторожно. Фу, наконец, привал.