

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Профилактика правонарушение несовершеннолетних
средствами инновационных технологий

(из опыта работы муниципальной опорной площадки «Подросток и
общество»)

Автор: Балабаева О.А.
педагог дополнительного образования

Мичуринский район, 2018г.

Аннотация

Методические рекомендации содержат теоретические и методологические основы профилактики, планирования и прогнозирования воспитательного процесса. Образцы представленной документации соответствуют современным требованиям системы образования РФ.

Методические рекомендации даны в виде простых и доступных алгоритмов, представленных в организационных, методических и содержательных материалах.

Представленные материалы имеют практическое значение, как для начинающих, так и для более опытных педагогов дополнительного образования, заместителей директоров ОУ по воспитательной работе.

Составитель: педагог дополнительного образования МБОУ ДО «Дом детского творчества» Балабаева О.А.

Оглавление

Введение	
1. Нормативно-правовая база.....	5
2. Цель и задачи опорной площадки.....	5
3. Содержательная деятельность площадки.....	6
3.1 Направление деятельности опорной площадки.....	6
3.2 Психолого-педагогические принципы организации работы.....	7
3.3 Технологии и формы работы.....	8
4. Система оценки эффективности.....	10
Заключение.....	12
Литература.....	13
Приложения №1 Учебно-методический комплект.....	14
Приложение №2 Последовательность тренингов.....	30
Приложения №3 Диагностические методики.....	32
Приложение №4 План-конспект занятия «Будущее строим сами».....	42
Приложение №5 План-конспект занятия «Путешествие в страну мечты».....	46

Введение

Профилактика преступлений среди детей, совершаемых ими или над ними, является приоритетной задачей социального направления политики государства. Она включает в себя воспитательные, правовые, организационные и другие меры воздействия, благодаря которым выявляются и ликвидируются обстоятельства и условия, приводящие к совершению правонарушений. Основной причиной преступлений, реализуемых детьми, является неосознанность ими всей серьезности выполняемых поступков. А условиями для учинения их несовершеннолетними и над ними чаще всего являются неблагоприятное окружение, безнадзорность и беспризорность.

Основными причинами формирования правонарушений среди несовершеннолетних являются:

- негативное влияние семьи, существенные изъяны в воспитании, минимальное количество денег, не позволяющее обеспечить основные потребности ребенка;
- негативное влияние окружения со стороны, как взрослых, так и сверстников;
- проникновение в сознание несовершеннолетнего путем СМИ, личными бытовыми контактами неверных стандартов поведения (жестокости, распущенности и т. п.);
- отсутствие занятости ребенка

Для эффективной работы с несовершеннолетними правонарушителями необходим правильный подбор и эффективное использование определенных технологий.

Социально-педагогическая деятельность может реализовываться в виде социально-педагогической технологии - одного из сложившегося на основе предыдущего опыта или выявленного и обоснованного пути достижения определенной социально-педагогической цели.

На базе МБОУ ДО «Дом детского творчества» в рамках областной комплексной программы профилактики правонарушений и преступлений несовершеннолетних в Тамбовской области «Не оступись!» была создана опорная площадка «Подросток и общество», целью которой было максимальное вовлечение несовершеннолетних обучающихся, находящихся в конфликте с законом, в продуктивную внеурочную деятельность, в дополнительное образование, в реабилитационные мероприятия.

Нормативно-правовая база муниципальной опорной площадки «Подросток и общество»

Работа муниципальной опорной площадки «Подросток и общество» осуществляется в соответствии с нормативно - правовыми документами:

1. Конвенция о правах ребёнка (принята 20.11.1989 г.).
2. Конституция Российской Федерации (принята 12.12.1993 г.).
3. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
5. Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
6. Указ президента от 01.06.2012 г. № 761РФ «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы».
7. Закон Тамбовской области от 03.10.2007 г. № 265-З «О профилактике правонарушений Тамбовской области».
8. Постановление администрации Тамбовской области от 19.06.2013 г. № 634 «Об утверждении комплексной программы профилактики правонарушений и преступлений несовершеннолетних в Тамбовской области «Не оступись!» на 2012-2015годы».
9. Распоряжение администрации Мичуринского района от 20.08.2013 г. № 108-р «О реализации комплексной программы профилактики правонарушений несовершеннолетних Тамбовской области «Не оступись!» на 2013-2015 годы на территории района».
10. Приказ отдела образования администрации мичуринского района от 30.08.2013 г. № 156 «Об открытии муниципальной опорной площадки по работе с детьми группы социального риска».

Цель: Создание условий для совершенствования существующей системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

Задачи:

- предоставить несовершеннолетним широкий спектр дополнительных образовательных услуг;
- вовлечь несовершеннолетних во внеурочную социально значимую деятельность; организовать содержательный досуг несовершеннолетних;
- внедрить инновационные реабилитационные технологии в программы дополнительного образования детей и внеурочной деятельности;

- привлечь к работе с несовершеннолетними группы социального риска общественные организации и коммерческие структуры;
- организовать индивидуальную шефскую работу с несовершеннолетними группы социального риска;
- обеспечить психолого-педагогическую, социально-психологическую и правовую консультационную помощь детям группы социального риска;
- организовать межведомственное взаимодействие в процессе работы с несовершеннолетними группы социального риска;
- обеспечить накопление, анализ и обобщение инновационного опыта в работе с несовершеннолетними группы социального риска

Содержательная деятельность площадки

Направления деятельности Опорной площадки:

1.1 предоставление образовательных услуг

- ✓ Внедрение в деятельность площадки и реализация инновационных образовательных технологий;
- ✓ реализация программ дополнительного образования детей с вовлечением несовершеннолетних целевой группы;
- ✓ предоставление несовершеннолетним образовательных услуг в вариативных формах: молодёжного пресс-центра, школы правового просвещения, дискуссионного киноклуба, передвижного агиттеатра и др.;
- ✓ предоставление родителям несовершеннолетних группы социального риска образовательной услуги «Родительская школа»;
- ✓ организация обучения специалистов Опорной площадки технологиям работы с детьми группы социального риска.

1.2 организация содержательного досуга несовершеннолетних –

- ✓ организация различных видов внеурочной деятельности несовершеннолетних, массовых мероприятий с участием несовершеннолетних целевой группы;
- ✓ организация деятельности несовершеннолетних, их родителей и специалистов на межведомственном портале «Подросток и общество»;

1.3. организация межведомственного взаимодействия в работе с несовершеннолетними группы социального риска, находящимися в конфликте с законом

- ✓ взаимодействие с комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав, с органами и учреждениями заинтересованных ведомств;

✓ привлечение общественности к работе с несовершеннолетними целевой группы;

✓ организация индивидуального шефства над несовершеннолетними целевой группы;

1.4. *содействие в организации оказания социально-педагогической, психолого-педагогической и правовой консультационной помощи*

✓ организация индивидуальных и групповых занятий с психологом и социальным педагогом;

✓ организация правового консультирования несовершеннолетних и их родителей;

1.5. *анализ и обобщение опыта работы площадки;*

1.6. *создание базы данных о несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом и группы социального риска.*

Психолого-педагогические принципы организации работы

1. законности;
2. гуманного обращения с несовершеннолетними;
3. уважительного отношения к несовершеннолетнему и его родителям (законным представителям);
4. сохранения конфиденциальности информации о несовершеннолетнем и его родителях (законных представителях);
5. поддержки семьи и взаимодействия с ней в вопросах защиты прав и законных интересов несовершеннолетних.

Целевой группой муниципальной опорной площадки являются несовершеннолетние группы социального риска и несовершеннолетние, находящиеся в конфликте с законом.

Иновационные технологии в работе опорной площадки

Название технологии	Описание и значимость в применении
Игротерапия	технология организации досуга подростков, вовлечения их в реабилитационный процесс через ролевые, подвижные, психологические, моделирующие игры, тренинги.. В процессе использования технологии делается акцент на использование диагностической, терапевтической, коррекционной, коммуникативной функций игры, создаются реабилитационные игровые среды
Реабилитационный досуг для детей группы риска	технология, предполагающая осуществление реабилитации подростков, их педагогическую поддержку в преодолении проблем и дефицитов их развития в процессе досуговой внеурочной деятельности

Одним из основных методов, оказывающих сильное воздействие на личность, независимо от возрастных особенностей, является игра. Она помогает подростку раскрыться, приобрести друзей, способствует снижению напряжённости, тревоги, страха перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения. С целью использования возможностей игры для социализации и реабилитации детей и подростков на опорной площадке применяется технология «Игротерапия».

Важным элементом технологии «Игротерапия» является так называемый игровой комплекс, формируемый из различных видов игр на основании диагностики в зависимости от дефицитов подростков.

В рамках реализации технологии «Игротерапия» методической службой Дома детского творчества разработаны игровые комплексы: по развитию коммуникативных навыков «Радуга общения»; направленный на физическое развитие «Спортивный марафон»; по формированию навыков профессионального самоопределения «Стратегия успеха» (приложение №1)

При разработке подобных игровых комплексов специалисты опорной площадки сочетают игры по различным видам деятельности. Например, в игровом комплексе «Радуга общения» одновременно используются группа игр: психологические, ценностно-нравственные, интеллектуальные и художественные («Огонь и лед», «Кино», «Общий рассказ» и др.). Специфика комплекса «Спортивный марафон» включает в себя игры на местности, эстафеты, игры-упражнения, тренирующие координацию движений, ловкость, реакцию; формирующие навыки ЗОЖ («Горка», «А ну-ка, отними», «Смешной баскетбол», «Переправа»).

Привлекательность игровых технологий для подростков состоит в разнообразной по характеру деятельности, позволяющей им реализовать себя в реальной или смоделированной деятельности, рассчитанной на конкретную ситуацию.

Особое внимание специалисты уделяют упражнениям, тренингам, направленным на формирование у учащихся умений понимать эмоциональное состояние своё и окружающих, действовать в группе; снижению агрессивного состояния. Снижению внутренних зажимов способствуют такие сюжетно-ролевые игры «Как я могу выразить, что я чувствую?», «Как общаться и не смущаться», «Интервью». Тренинги тщательно подбираются психологом после обследования целевой группы воспитанников (приложение №2)

Система оценки эффективности

Содержание диагностики эффективности внедрения технологии

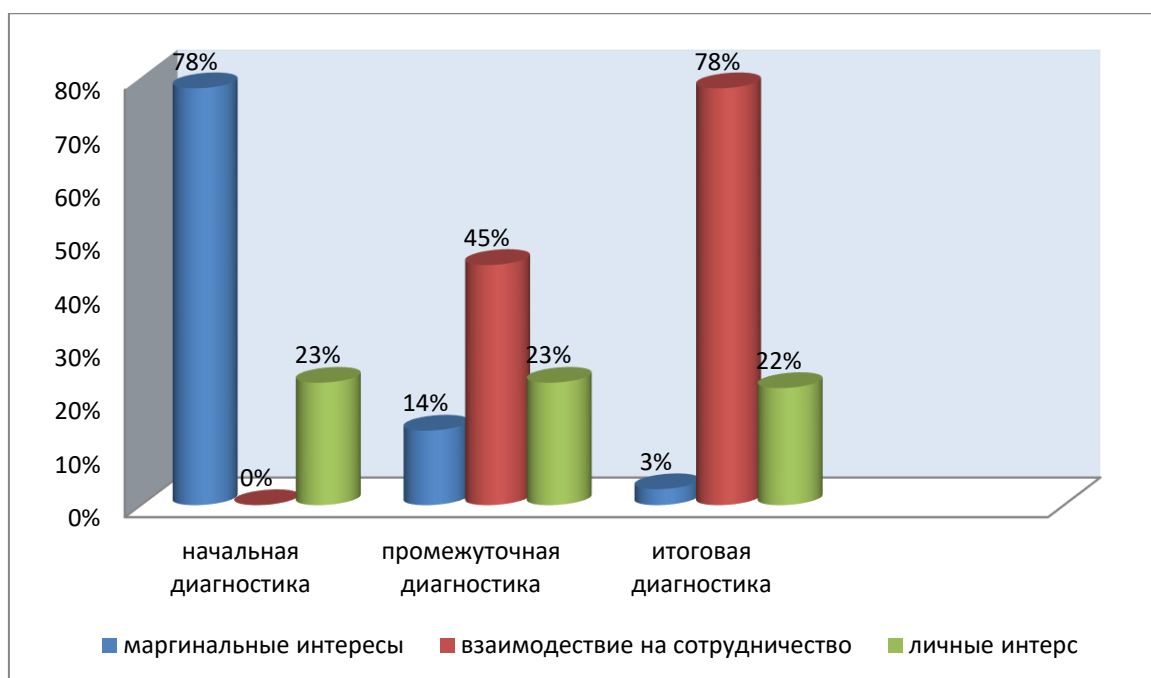
Наименование критериев и показателей диагностики	Диагностические методики
Тревожность	Опросник школьной тревожности Филлипса
Агрессивность	Перцептивная оценка типа стрессоустойчивости
Самооценка	Методика определения общественной активности учащихся (составлена доцентом Е.Н. Степановым)
Саморегуляция	Самооценка лидерства(Фетискин Н.П. Козлов В.В. Мануйлов Г.М.)
Коммуникация	Диагностика интерактивной направленности личности (Щуркова Н.Е. в модификации Фетискина Н.П.) Методика изучения мотивов участия обучающихся в действии (профессор Байбородов Л.В.) Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности(Бубнов С.С.)

(См. приложение №3)

Обобщение результатов диагностики

№№	Критерии	Количество/процент детей с положительной динамикой по критерию	
		Входная	Май 2017
1	Тревожность	15/75%	5/25%
2	Агрессивность	8/40%	2/10%
3	Самооценка	17/85%	3/15%
4	Саморегуляция	13/65%	19/95%
5	Коммуникативные навыки	9/45%	19/95%

Вывод: Результатом реализации технологии стало снижение уровня тревожности и агрессивности у подростков, формирование адекватной самооценки и эмоциональной саморегуляции.



Вывод: в ходе реализации технологии у 78% снизился уровень детей с маргинальной ориентацией, итоговое диагностирование выявило 78% детей, у которых появилась ориентация на взаимодействие, сотрудничество с другими людьми, но этот показатель находится не на оптимальном уровне, т.к. у 22% детей преобладают личные эгоистические интересы.

Деятельность по реализации программ ДОО с участием детей целевой группы и их реабилитационного компонента.

На базе МБОУ ДО «Дом детского творчества» осуществлялась деятельность по оказанию профилактической услуги «Реабилитационный досуг для детей группы риска». Реализовали 4 специалиста по программам с реабилитационным компонентом.

За 2017 год услуга была внедрена в образовательные организации района.

№	Название программы	Направленность	Наличие в программе реабилитационного компонента
1	«Музыкальная капель»	художественная	да
2	«Твой выбор»	Социально-педагогическая	да
3	«Кожаный мяч»	спортивная	да
4	«Берег»	Социально-педагогическая	да
5	«капельки»	художественная	да
6	«Лестница успеха»	Социально-педагогическая	да

7	«Мир добра»	Социально-педагогическая	да
8	«В царстве грамматики»	Социально-педагогическая	да
9	«В движении к гармонии»	Спортивная	да
10	«Спорт и здоровье»	Спортивная	да
11	«Жемчужина»	Художественная	да
12	«ХоббиТы»	Художественная	да
13	«Танцуем вместе»	Художественная	да

Среди родителей воспитанников также было проведено анкетирование (приложение №5), которое показало степень удовлетворенности результатами применения инновационных технологий. В анкетировании приняло участие 65% родителей от общего количества. 98% опрошенных согласны с тем, что ребенок с радостью идет в Дом творчества, а после посещения занятий у него обычно хорошее настроение. 58% опрошенных ответили, что ребенок готов проводить в Доме творчества все свое свободное время. У 77% родителей выбор детей совпадает с их желанием, а 93% поддерживают ребенка, так как это ему интересно. Практически большинство родителей, со слов ребенка, считают, что у него хороший педагог.

Заключение

Анализ эффективности реализации инновационных технологий

Применение технологий позволило у несовершеннолетних :

- ✓ Развить адаптивные и волевые качества;
 - ✓ коммуникативные и творческие способности,
 - ✓ сформировать позитивного мироощущения и социального опыта,
- преодолеть проблемы в профессиональном самоопределении и социализации
- ✓ формировать мотивации к здоровому образу жизни

Удельный вес несовершеннолетних, совершивших преступления или принявших в них участие, составляет 0,2% в общей численности несовершеннолетних.

Рецидивная преступность не отмечена

Увеличилось число несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом, получивших реабилитационные услуги.

Литература

1. Баженов В. Профилактическая работа с несовершеннолетними правонарушителями. – М., 1994.
2. Ветров Н.И. Профилактика правонарушений среди молодежи. М., 2000г.
3. Директор школы // научно-методический журнал. – 2005. - №8
4. Жигарев Е.С. Административная деликатность несовершеннолетних: понятие, виды и профилактика. М., 1992.
5. Заместители директора школы по воспитательной работе // научно-методический журнал. – 2005. - №8
6. Ляпина Е.Ю. Профилактика социально опасного поведения школьников: система работы образовательных учреждений. Волгоград, 2008 г.
7. Психолого- педагогические и социальные модели профилактики асоциального поведения несовершеннолетних / Министерство образования и науки Нижегородской области – Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2004.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ

«Стратегия успеха»

(в рамках реализации профилактической услуги
«Реабилитационный досуг для детей группы риска»)

Для старшеклассников 14-17 лет

Срок реализации — 1 год

Тематический блок «Познание себя и навыки управления собой»

Тема: «Вводное занятие»

Цель: создание благоприятной эмоциональной атмосферы принятия и доверительности в общении; знакомство подростков друг с другом; установление правил работы в группе; предложение программы занятий.

Упражнение «Давайте познакомимся». Каждый участник рассказывает о своем имени. Руководитель тренинговой группы просит участников рассказать (показать, как-то выразить для группы) историю быль или небыль, которая связана с его именем, так, чтобы его легко было запомнить. (При этом все участники знают, что они могут выбрать вымышленное имя, псевдоним) Помощь руководителя заключается в том, что он предлагает вводить имя действительно и эмоционально. После знакомства ведущий рассказывает о целях программы. Кратко перечисляются темы занятий. Акцент делается на помощи в решении проблем подростков, развитии навыков общения, уверенности в себе.

Упражнение «Меняются те, кто...». Группа сидит на стульях в круг. Руководитель группы (или доброволец) стоит в центре круга так как для него нет свободного стула. Он – водящий. Водящий должен объявить, кто будет меняться местами. Например, он говорит: «Меняются местами те, кто в черных ботинках». Все, обладающие указанным свойством, должны встать со своего места и поменяться местами с кем-то из друзей. Водящий во время обмена местами должен успеть занять чье-то временно освободившееся место. Участник, который остался без стула, становится водящим.

Упражнение «Представление». Группа разбивается на пары, в которых каждый рассказывает о себе своему партнеру. Задача подготовиться к представлению своего партнера всей группе. При этом главное подметить индивидуальность партнера, рассказать о нем так, чтобы остальные участники запомнили партнера. Затем все участники садятся в круг, и представление начинается.

Ритуал завершения занятия. Все встают в тесный круг, кладут друг другу руки на плечи и говорят: «До свидания, мы!»

Тема «Исследование личностных особенностей: определение уровня самооотношения»

Психодиагностика:

- психометрический тест;
- тест Р.Б.Кэттелла (многофакторный опросник личности)
- тест определения типа акцентуации характера Шмишека;
- методика исследования самооотношения В.В.Столина

Тема «Исследование личностных особенностей: определение эмоционального состояния»

– методика «Самооценка эмоциональных состояний» А.Уэссмана и Д.Рикса;

– проективная методика «Несуществующее животное»

Тема «Исследование личностных особенностей: определение склонности к девиантному поведению»

– методика «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» А.Н.Орла;

Тема «Какой я? Что я о себе знаю?»

Упражнение «Мой внутренний мир» (Смирнова Е.Е.). У каждого из присутствующих здесь есть душа. Или у кого-то есть возражения? Мне кажется, в этом мнении мы единодушны, так как все мы — живые существа. Я люблю психологию — науку о душе, потому что мне бесконечно интересна моя собственная душа и души других людей. Я думаю, что так и каждому из вас ваша собственная душа (ваш внутренний мир) также весьма интересна.

Сядьте поудобнее, закройте глаза, сделайте три глубоких вдоха. Слушая музыку, нарисуйте мысленно какую-нибудь картинку.

Ведущий включает магнитофон с медитативной музыкой. Участники закрывают глаза и слушают музыку, мысленно представляя различные образы, какие им захочется. Тем, у кого не получается что-то представить, можно предложить рисовать под музыку.

Обсуждение. После окончания упражнения ребята рассказывают о том, что они представляли. Почему у большинства ребят возникли разные образы? В обсуждении выясняется, что каждый человек видит мир по-своему и имеет на это право, поэтому и картинки получились у всех разные.

Домашнее задание «Какой Я». На листе бумаги выпишите приведенные ниже вопросы и ответьте на них:

1. Мой жизненный путь: мои основные успехи и неудачи.
2. Мои дружеские связи: с кем я дружен и почему.
3. Мои конфликты: в чем они состоят и чем я их объясняю.
4. Мои стимулы: что или кто контролирует мою жизненную активность.
5. Негативные воздействия: какие и как я хочу их устранить.
6. Позитивные воздействия: какие хочу использовать или поддержать.
7. Мои проблемы: что мне мешает жить и что я хочу в связи с этим изменить.

Упражнение «Кто я?». Цель: освоение приемов самодиагностики, самораскрытия, активности общения.

Ход занятия: Дорогие друзья! Наша задача заглянуть в свое Я,

поскольку наше Я одна из самых больших загадок. Иногда Я обладает большим здравым смыслом, иногда в нем звучит голос обиды, а подчас это голос озарения и творческой фантазии. Мы будем выражать свое Я индивидуальными средствами; самовосприятие личности осуществлять через взгляд на себя, но как бы со стороны, через восприятие нас другими людьми; через самооценку своей деятельности, собственных внутренних состояний (эмоций, ощущений, мыслей); оценку своего внешнего облика. Проведем несколько упражнений.

Упражнение «Автобиография». Цель: восприятие и проявление представлений о себе в социальном и психологическом плане.

Задание. Составьте рассказ о себе.

Инструкция. Нужно представить себя окружающим. Рассказать о том, где учились, где живете, какой вы человек, какие у вас интересы, сколько вам лет, какого вы роста... Имейте в виду, что это ваша заявка о себе, сделайте ее оригинальной, интересной, привлекательной для окружающих.

Упражнение «Свет мой, зеркальце, скажи». Цель: личностная установка на самоанализ.

Задание. Ответить на вопрос «Кто я?»

Инструкция. Вспомните сказку А.С. Пушкина «О мертвой царевне и о семи богатырях». У царицы было зеркальце, которое она время от времени спрашивала:

Свет мой, зеркальце, скажи,

Да всю правду доложи:

Я ль на свете всех милее,

Всех румяней и белее?

Представьте, что вы держите в руках такое волшебное зеркальце, и оно дает ответ на ваш вопрос «Кто я?». Возьмите лист бумаги и ответьте на этот вопрос искренне, запишите ваши определения; чем больше их будет, тем лучше.

Тема «Я не такой как все и все мы разные»

Упражнение «Я уникальный» (Смирнова Е.Е.). Ведущий обращается к классу с вопросами:

- Какие самые-самые приятные слова вы слышали о себе самом за всю свою жизнь?
- Говорил ли кто-нибудь каждому из вас что-то вроде «Ты

уникальный человек и неповторимая личность»)?

- Правильно ли будет сказать кому-либо «Ты уникальный человек!»?
- Как можно доказать уникальность и неповторимость каждого человека?

Далее он предлагает ребятам отправиться в путешествие. Включается релаксационная музыка.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Постарайтесь расслабиться.

Я хочу пригласить вас в путешествие в страну фантазий, во время которого вы услышите много прекрасных и приятных слов в свой адрес.

Вы знаете о том, что в самой-самой глубине каждого человека скрывается неповторимая и чудесная звезда? Она любого из нас делает непохожим на всех остальных людей. Ведь у каждого звезда собственная. Звезды различаются между собой по цвету, по величине, по форме... Неся в своей душе свою звезду, человек обретает уникальность. Давайте разыщем для всех вас вашу звезду. Я буду обращаться ко всем вам одновременно, при этом все мои слова будут звучать для каждого из вас в отдельности.

Отправимся на поиски. Может быть, эта особенная звезда находится в твоей голове. Возможно, она скрывается в твоём сердце, в животе или где-то еще. Как только ты обнаружишь свою чудесную звезду, тихонько подними руку. *(Необходимо дождаться момента, когда дети подадут сигнал о том, что нашли свою чудесную звезду.)*

Прекрасно! Ты нашел свою звезду. Посмотри на нее повнимательнее. Какого она цвета? Какого размера? А теперь представь себе, какое счастливое и довольное лицо у твоей звезды. Ты видишь широкую улыбку на всем ее лице? А может быть, ее улыбка тихая и маленькая? Когда ты разглядишь улыбку на лице твоей звезды, снова тихонько подними руку. *(Дети снова должны подать этот сигнал.)*

Твоя звезда смеется или улыбается, потому что она знает одну большую и важную тайну. *(Голос ведущего становится более тихим и проникновенным.)* Осторожно-осторожно возьми свою звезду на руки, поднеси ее к уху и внимательно послушай то, что она произнесет. Пусть она расскажет тебе, благодаря чему ты такой уникальный и неповторимый человек. После того как ты внимательно выслушаешь все, что скажет тебе твоя звезда, снова тихонько подними руку. *(Ребята подадут сигнал.)*

Теперь ты знаешь, почему ты такой уникальный и неповторимый человек. Аккуратно погрузи свою звезду глубоко-глубоко на дно твоей души, туда, где ты и разыскал ее. Теперь она всегда будет напоминать тебе о твоей неповторимости и особенностях. Тихо-тихо скажи самому себе: «Я уникальный и неповторимый человек!»

Сейчас ты можешь потянуться, поочередно напрягая и расслабляя все мышцы твоего тела. Попрощайся со своей звездой и открой глаза.

Обсуждение. Где вы нашли свою особую звезду, есть ли у нее имя? Как вы себя сейчас чувствуете? Каковы были слова ваших звезд? Хотелось бы вам время от времени слышать от других людей о том, что вы уникальные, особенные люди?

Ведущий предлагает ребятам памятку о себе.

Всегда помни о том, что каждый человек неповторим и уникален. И ты в том числе!

Упражнение «Притча о вороне и павлине» (Смирнова Е.Е.). Ведущий знакомит учащихся с историей Х. Пезешкиана о вороне и павлине.

В парке дворца на ветки апельсинового дерева опустилась черная ворона. По ухоженному газону шествовал павлин. Ворона прокаркала: «Как вообще можно позволять такой странной птице входить в парк. Она выступает так важно, что можно подумать это сам султан, а при этом у нее невероятно некрасивые ноги. А ее перья, что за жуткий голубой цвет. Такой цвет я бы никогда не надела! Она тянет за собой свой шлейф, как будто она лиса». Ворона прекратила делать замечания и выжидательно замолчала.

Павлин некоторое время ничего не говорил, а затем начал, грустно улыбаясь: «Я думаю, твои слова не соответствуют действительности. То, что ты видишь во мне плохого, основывается на неправильном понимании. Ты говоришь, что я важничая, потому, что я прямо держу свою голову, так что перья на плечах топорщатся и на шее появляется второй подбородок. В действительности я совсем не важничая. Я знаю свои недостатки, и я знаю, что мои ноги покрыты сморщенной кожей. Это меня сильно огорчает, поэтому я держу голову так высоко, чтобы не видеть своих ужасных ног. Ты видишь только мои недостатки. А на мои достоинства и мою красоту ты закрываешь глаза. Ты не задумывалась над этим? То, что ты называешь ужасным, людям очень нравится во мне».

Обсуждение. В чем смысл этой притчи для каждого из учащихся? Какое толкование ей можно дать?

Все люди по-разному воспринимают одну и ту же ситуацию. Это не плохо и не хорошо. Просто все мы разные, и понимание этого составляет основу хороших взаимоотношений с окружающими.

Несмотря на то что люди очень разные, все мы в то же время в чем-то похожи. У каждого человека есть какие-то черты сходства и различия с другими людьми. Как бы выглядел мир, если бы каждый был похож на всех? Суть красоты — в ее разнообразии!

Тема: «Я в своих глазах и в глазах других людей»

Упражнение «Рисунок Я». Цель: создание собственного образа с помощью изобразительных средств.

Задание. Нарисовать свой собственный образ в аллегорической форме.

Инструкция. Возьмите цветные фломастеры и листы формата А-4, постарайтесь нарисовать образ своего Я. Можно рисовать все, что хочется: это может быть пейзаж, натюрморт, подражание детским рисункам, нечто в стиле ребуса, фантастический мир, абстракция - в общем все что угодно, с чем вы ассоциируете, связываете, сравниваете себя, свое жизненное состояние, свою натуру. Не бойтесь, что у вас не получится или что вы не умеете рисовать.

Упражнение «Девиз». Цель: отражение с помощью девиза жизненных установок.

Задание. Сформулировать свой девиз.

Инструкция. В старину у средневековых рыцарей был обычай – на воротах замка, гербе, щите воина писать девиз, то есть краткое изречение, выражающее идею, цель деятельности владельца. Ваш девиз должен заставить вас сконцентрироваться на главном, отражать ваше кредо, отношение к миру в целом, к самому себе - ответить на вопросы: что я умею в жизни, ради чего живу, чем дорожу. Можете дать к девизу пояснения, приготовьтесь к оглашению девиза перед другими участниками группы.

Проективная методика «Если бы мой портрет писал...» В ходе этого задания ребятам предстоит нарисовать несколько своих портретов от имени других, значимых для них людей; им предстоит как бы «вжиться» в образ этих людей и посмотреть на себя их глазами. Например, это могут быть мать, отец, самый лучший друг и самый недружелюбно настроенный человек.

Упражнение «Неужели я такой?» После окончания работы «Если бы мой портрет писал...» важно выяснить у ребят, получилось ли у них посмотреть на себя глазами других людей? Одинаково ли эти люди воспринимают их? В чем разница? По мнению ребят, какой из портретов совпадает с их собственным взглядом на себя самого?

Портреты можно вывесить на «выставку», где участники тренинга выскажут свое мнение о том, какой портрет является наиболее похожим и почему?

Обязательно следует направить участников на корректное и доброжелательное высказывание. Никакая критика в данном случае не

допустима, так как речь идет о внутреннем мире ребят, который они доверяют обсуждать другим участникам.

Упражнение «Я в различных жизненных ролях» Напишите, кем вы являетесь для окружающих, в какой роли выступаете.

Я:

- Сын (дочь)
- Брат (сестра)
- Внук (внучка)
- Учащийся
- Мальчик (девочка)
- Член кружка, секции
- Одноклассник
- Покупатель
- Пассажир

Разбейтесь по парам и проиграйте друг с другом все эти ваши роли.

Упражнение «Роли» Ведущий: «Мы можем играть разные роли и можем менять их, но при этом мы остаемся собой — так же, как у нас остается то же тело, когда мы меняем одежду. Нарисуйте или опишите словами как можно больше ролей, в которых вы бывали когда-либо в жизни. Желательно нарисовать их, так как роль связана с образом... Нарисовали? Сейчас по кругу мы будем называть по одной роли и показывать рисунок или зачитывать описание. Если у кого-то закончились роли, то он просто пропустит ход.

Кому сколько ролей удалось представить? Какие из этих ролей — социальные роли? Какие роли назывались чаще других, а какие показались необычными? Какие роли вам нравятся, часто принимаются вами, а какие совсем не хочется играть?»

При обсуждении можно поставить вопрос: «А где ты — настоящий?» Это трудный вопрос, но он дает возможность еще раз подумать о разнице между личностью и ее ролями. Внимание группы акцентируется на том, что мы всегда больше, чем наши роли. В какой роли вы чувствовали себя наиболее комфортно? Почему?

Упражнение «Атрибуты ролей». Социальные роли могут усиливаться определенными вещами — атрибутами и имиджем. Атрибут — то, что сопутствует роли: внешние предметы, вещи (например, белый халат и стетоскоп у врача или кисть и палитра у художника). Имидж — это ожидаемый внешний облик и особенности поведения данной роли (например, бизнесмен — в аккуратном дорогом костюме, с «дипломатом» и мобильником, серьезный или ослепительно улыбающийся). Упражнение выполняется по кругу. Один участник называет роль, а следующие — по

одному из ее атрибутов, очередной участник опять называет роль и т. д. Проводится несколько кругов, чтобы каждый участник мог назвать хотя бы по одной роли. Например: повар — кастрюля, поварешка, белый фартук; милиционер — форма, дубинка, рация, свисток; пассажир — билет, поклажа; мама — сумка, конфеты и т. п.

Упражнение «Каким меня видят окружающие?» «Ответьте на вопрос: «Как меня воспринимает группа и отдельные ее члены?» Опишите в одном или нескольких предложениях, как, по вашему мнению, оценивает вас группа. Например: «Группа в целом воспринимает меня как живого, очень эмоционального человека, который ни над чем серьезно не задумывается».

Тема «Как победить своего дракона? (выявление и анализ своих недостатков)»

Упражнение «Мои достоинства. Обратная связь» Участники составляют список своих положительных качеств; желающие зачитывают свой список. Если в группе уже установилась достаточно откровенная и вместе с тем безопасная атмосфера, консультант может предложить тому, кто читает свое самописание, обратиться к другим участникам за обратной связью. Предварительно участников знакомят с «Положением об обратной связи»:

Обратная связь — это адресованное другому человеку сообщение о том, что я о нем думаю, как я воспринимаю наши с ним отношения, какие чувства у меня вызывают его слова, действия, поступки.

Помни!

1. Давай обратную связь только тогда, когда тебя об этом просят.
2. Говоря о своих мыслях и чувствах, скажи о том, какие конкретно слова, поступки их вызвали. Не говори о человеке в целом.
3. Говори так, чтобы не обидеть и не оскорбить другого человека.
4. Не оценивай.
5. Не давай советов. Фразы: «Я бы на твоём месте...», «Ты должен...» — под запретом.
6. Внимание! Обратная связь — не повод свести счеты с тем, кто тебе давно не нравится. Если ты чувствуешь, что не можешь быть объективным, лучше промолчи. Обратная связь говорит о тебе столько же, сколько ты говоришь о другом. Говори о том, что тебе приятно, и о том, что тебе неприятно.

Упражнение «Под микроскопом» «У многих из нас есть небольшие слабости, привычки, от которых мы хотели бы избавиться как можно скорее. Они не очень заметны, сразу не бросаются в глаза, но тем не менее часто мешают в жизни. Наверняка у каждого из вас найдется какое-нибудь

незначительное неприятное качество, от которого вы хотели бы избавиться. Давайте попробуем выявить эти неприятные мелочи, свойственные нам, как бы взглянем на себя через окуляр микроскопа. Что мы там увидим?»

Упражнение «Проективный рисунок» Участникам предлагается за 5 минут выполнить 2 рисунка: «я такой, какой есть» и «я такой, каким хочу быть». Техническая сторона рисунков не важна, главное — выразить свое представление о себе. Рисунки не подписываются. Все рисунки раскладываются в центре комнаты, затем произвольно выбирается один и ставится так, чтобы все хорошо видели его. Каждый из участников по очереди рассказывает о своих впечатлениях — не описывает то, что нарисовано, а говорит о своих ощущениях от рисунка: каким, по его мнению, автор видит себя, что хотел бы изменить в себе. После того как все желающие выскажутся, можно попытаться определить, кто автор рисунка. Затем автор называет себя, рассказывает, что он хотел выразить своим рисунком, отмечает наиболее понравившиеся ему реплики. Таким образом обсуждаются все рисунки. При обсуждении следует отметить тех, чьи интерпретации понравились авторам рисунков.

Тема «Работа над собой: формирование адекватной самооценки»

Упражнение «Части моего «Я» Для выполнения упражнения каждому участнику нужны бумага и набор цветных карандашей (6 цветов).

Ведущий предлагает участникам вспомнить, какими они бывают в разных ситуациях в зависимости от обстоятельств (порой действуют так непохоже на себя самих, как будто они другие люди), как они, случается, ведут внутренний диалог, и попытаться нарисовать эти разные части своего «Я». Это могут быть предметные или символические рисунки, пиктограммы, абстрактные композиции.

После выполнения задания участники и консультант по очереди показывают свои рисунки группе и объясняют, что на них изображено.

Подростки обмениваются впечатлениями о том, трудно ли было выполнить задание, трудно ли рассказать, что изображено на рисунках. По желанию участники могут оставить рисунки себе, передать их на хранение консультанту с условием, что тот никому не будет показывать их без согласия автора, или поместить свои рисунки в «картинную галерею».

Упражнение «Я — многогранное» У каждого участника лист, расчерченный на 2 части в первой части Я положительное, во второй части Я отрицательное. В первой части попросите ребят написать свои качества, которые они оценивают как положительные и которые помогают им добиваться успеха. Во второй части попросите написать свои качества,

которые они оценивают как негативные и которые мешают им добиваться успеха.

Затем попросите ребят разделить еще один лист вертикально на 2 части. В первой части им следует написать свои идеальные качества, т.е. описать то, каким он хочет быть. Во второй части напротив описанных в 1 части качеств следует указать, есть ли уже это качество у данного подростка, либо его необходимо сформировать (развить). Качества, которые подросток желает в себе развить, надо выделить цветной ручкой и далее – каждый участник вслух обозначает эти качества и объясняет, почему он хочет их сформировать у себя. Другие участники обсуждают, присущи ли эти качества успешной личности. Таким образом, список качеств может быть скорректирован с помощью других участников.

Упражнение «Опиши себя» Составьте небольшое сочинение (самоописание) о своих внутренних, психологических качествах, руководствуясь схемой Я–многогранное:

- Ролевое (в различных ролях)
- Внешнее, внутреннее
- Сознательное, неосознаваемое
- Поведенческое
- Хорошее, плохое
- Прошлое, настоящее, будущее
- Фантастическое
- Реальное, идеальное

Упражнение «Самый-самый» «Каждый человек — уникальная личность. В чем-то он совершенно неподробен и вне всякой конкуренции. Но именно из-за того, что не все это видят, человек может быть не удовлетворен тем, как окружающие к нему относятся. Давайте исправим это. Разделитесь на команды по 4—5 человек, и пусть члены каждой команды расскажут о своих качествах, которыми они могут соперничать с другими. Подумайте, чем вы превосходите других членов вашей команды. На подготовку отводится одна минута. А теперь расскажите друг другу о своих достоинствах и подтвердите их фактами.

Давайте теперь подведем итоги и внутри каждой команды выделим одного «самого-самого» по тем показателям, которые здесь обсуждались. Например, самый-самый высокий, самый-самый веселый, самый-самый находчивый и т. д.

Теперь нам остается определить «самого-самого» из всех команд. Давайте организуем конкурсы «самых-самых». Например, самых веселых или высоких из всех присутствующих здесь. На подготовку и организацию конкурса отводится одна минута. В заключение поаплодируем «самым-самым».

Упражнение «Мои качества» «Выберите из перечня своих характеристик одно нравящееся вам качество. Сядьте поудобнее, глубоко вздохните, расслабьтесь.

Когда и как в последний раз проявилось в вашем поведении это качество? Восстановите в своем воображении этот случай. Что вы видели тогда? Что слышали? Что ощущало ваше тело, ваши руки, кожа на лице? Погрузитесь в ту ситуацию, переживите ее заново.

Вы можете оставаться в этом воспоминании столько, сколько захотите и, глубоко вздохнув, вы можете выйти из него тогда, когда захотите.

Тема: «Снижение уровня конфликтности»

Упражнение «Составляющие конфликта».

Цель: выделить составляющие конфликта.

Группа разбивается на микрогруппы. В течении 3 минут обсуждается характерное поведение участников конфликта, особенности проявления эмоций, специфика содержания диалога, возможные поведенческие акты. Далее дискуссия продолжается в группе.

Упражнение «Работа с ассоциациями к понятию «конфликт».

Цель: осознание собственного эмоционального поля восприятия конфликта.

Участники рассаживаются в круг.

Инструкция: «В фокусе нашего внимания конфликт. Когда мы произносим это слово, у нас возникает ряд ассоциаций, чувств. Мы слышали о конфликте, знаем, как он проявляется в поведении людей. Сейчас мы исследуем отражение конфликта на внутреннем состоянии человека. Пусть каждый скажет, с чем ассоциируется слово «конфликт». Какой образ подсказывает ваше воображение?»

После первого ряда ассоциаций можно попросить продолжить:

- Если конфликт - это мебель, то какая?
- Если посуда, то какая?
- Если одежда, то какая?

Рефлексия тренинга.

Сюжетно - ролевая игра «Мельница».

Цель: проживание участниками тренинга «мелких» конфликтных ситуаций, настройка на дальнейшую работу.

Равное число участников тренинга образуют два круга (один внутри другого), встают лицом друг к другу и разыгрывают в парах мелкие диалоги - ситуации, которые задает ведущий. Диалог длится 2 минуты. После каждого диалога внешний круг делает несколько шагов, например по часовой стрелке; каждый участник меняет партнера, разыгрывается следующий эпизод.

Ситуации для разыгрывания:

Находящиеся во внешнем круге играют роль контролеров автобуса, а находящиеся во внутреннем - роль безбилетных пассажиров;

Внутренний круг - продавцы, которым нет дела до покупателей, а внешний - покупатели.;

Внешний круг - начальник, «застукавший» опоздавшего подчиненного, а внутренний - подчиненный;

Внутренний круг - жилец. Которого залил сосед сверху, внешний круг - сосед сверху.

В ходе обсуждения участники анализируют свое наиболее типичное поведение в различных ситуациях, приживаемые эмоции.

1. Упражнение «Кораблекрушение».

Команда разбита на группы по 10 человек. Предыстория: все мы плывем на корабле, но никто не обратил внимания на то, что это «Титаник». Удар айсберга. Но не все потеряно, у вас есть три плоты, на которых вам надо продержаться до прилета самолета. Каждая команда получает по 3 коврика. 1) Группы должны договориться и как-то уместиться на своих плотях (ноги участников команды не должны касаться пола) и продержаться в течение 1 минуты. Время на договоренность и построение не ограничено. Ведущий периодически спрашивает о готовности команд. 2) Уже темнеет. Чтобы игроков нашел самолет, им важно не потеряться в темноте. Задача: уместиться на плотях, соединить их (с помощью рук, ног, одежды) и в такой связке продержаться 1 минуту. 3) Море разбушевалось, поэтому плоты начинают постепенно разваливаться. У участников остается по 2 коврика. Необходимо уместиться на них, сделать связку из плотов и продержаться еще в течение 1 минуты.

2. Упражнение «Лава».

Две команды двигаются навстречу друг другу. Самолеты забрали игроков с плотов, но, к сожалению, они смогли их доставить только до острова, а на нем происходит извержение вулкана. Можно спастись, только перебравшись через лаву, соблюдая определенные условия.

Каждая команда получает по 4 маленьких «огнеупорных» коврика, с помощью которых можно перебраться на другую сторону. Вставить можно только на коврики. Если коврик на полу (на земле) и в какой-то момент на нем никого нет, он сгорает.

3. Упражнение «Фотограф и фотоаппарат».

Ведущий просит участников разбиться на пары и условиться, кто из них будет партнером А, а кто — Б. Партнер А становится «фотографом», а Б — «фотоаппаратом». Задача А провести Б с закрытыми глазами по комнате и сделать три интересных «снимка». Для этого А должен подвести свой «фотоаппарат» к тому месту, которое он хотел бы сфотографировать, остановиться и легко нажать на плечо Б. Почувствовав это, Б должен на секунду открыть глаза и как бы «сфотографировать» то, что увидит. Когда три кадра сделаны, Б открывает глаза и «проявляет пленку»: показывает и рассказывает А, где были сделаны «фотографии» и что «попало в кадр». После этого партнеры меняются местами. Надо обратить внимание участников на то, что с партнером, играющим роль «фотоаппарата», можно разговаривать, но сам он не говорит. Во время выполнения упражнения ведущий следит за безопасностью участников.

4. Упражнение «Ядовитая лиана»

Между деревьями треугольником, на уровне пояса участников натянута веревка — это «ядовитая лиана», в процессе упражнения нельзя касаться ее ни телом, ни одеждой, при прикосновении команда возвращается обратно. Мы спаслись и попали в джунгли. Необходимо преодолеть ядовитую лиану. Ее невозможно обойти, любое касание лианы приводит к возвращению всей команды обратно. Вся команда находится внутри этого треугольника. Задача: выбраться из этого треугольника. Выбраться можно с двух сторон (т.е. команда разбивается на две группы), выбравшиеся участники могут помогать другим, даже из другой группы. Время неограниченно.

Тренинг уверенного поведения в общении

Разминка «Поздороваться как...»

Организуется «карусель». В паре выполняется задание, затем по команде ведущего внешний круг сдвигается на одного участника вправо. Задания: здороваться, как хорошие знакомые; большие начальники; люди, которые сердятся друг на друга; очень стеснительные люди; при первой встрече — очень уверенные в себе люди; хорошие друзья.

Упражнение-дискуссия «Холодный суп»

Это упражнение проводится после краткой теоретической части, во время которой тренер объясняет значение терминов «уверенный ответ», «неуверенный ответ», «агрессивный ответ». Участники располагаются в виде подковы. На полу треугольником растягивается шнур, по его углам раскладываются карточки со словами «уверенный», «неуверенный», «агрессивный». Линии, соединяющие различные типы поведения, являются континуумом, на котором располагаются переходные формы поведения.

Тренер предлагает для обсуждения следующую ситуацию: «Вы пригласили хорошего человека, который вам дорог и перед которым вы бы не хотели ударить в грязь лицом, в кафе. И вы, и ваш друг заказали первое блюдо. Вскоре вам его приносит. Вы пробуете и убеждаетесь, что суп совершенно холодный — и у вас, и у вашего гостя. Вы — хозяин ситуации. Как вы поступите?»

Каждый участник получает карточку, на которой написана возможная реакция на создавшееся положение. Участникам предлагается расположить доставшиеся им карточки в пространстве треугольника (на линиях или на самих карточках) и обосновать свое решение. Группа может задавать вопросы каждому участнику и обсуждать его выбор. Если участник хочет, он может передвинуть свою карточку.

Содержание карточек

Спросите официанта: «Этот суп подается холодным?» Отставьте тарелку в сторону. Встаньте и покиньте заведение Громко, так, чтобы это услышали и официант, и другие посетители, произнесите: «Это последний раз, когда я сюда кого-то привожу!» Скажите официанту: «Суп отвратителен. Унесите его и немедленно подайте нам что-нибудь более съедобное» Сделайте вид, что все в порядке, и ешьте суп. Скажите официанту: «Этот суп холодный. Пожалуйста, замените его» Скажите официанту, что вы хотели бы вычесть стоимость супа из счета

Во время общего обсуждения анализируются варианты уверенного поведения и примеры из собственной жизни, когда участники смогли использовать данный вариант.

Упражнение «Интервью»

Каждый участник получает карточку с вопросом, который он должен задать минимум четырем участникам и запомнить их ответ. При этом необходимо поздороваться с человеком, установить с ним доброжелательные отношения,

получить ответ на вопрос, содержащийся на карточке, и поблагодарить человека.

Некоторое время ведущий обсуждает с участниками в кругу варианты: как лучше поздороваться, какие слова помогут установить контакт, как задавать вопрос, как расставаться. Затем участники выполняют упражнение. При обсуждении участники говорят о том, какие результаты опроса они получили и, главное, чей вариант интервью им понравился больше всего.

Последовательность тренингов, проводимых в рамках услуги по реабилитационному досугу для детей группы социального риска.

№	Тема тренинга	Литература	Примеры игр и упражнений
1.	знакомство	Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2007. Васильев Н. Тренинг преодоления конфликтов. СП., Речь, 2003.	1. Упражнения – «ледоколы». 2. Игры с именем. 3. Игровые самопрезентации. «Интервью». 4. Формирование отношений («Дистанция», «Дружеская рука») 5. Обсуждение сходства и различий участников группы.
2.	доверие	Жуков Ю.М., Петровская Л. А., Растяников П. В. Диагностика и развитие компетентности в общении. М.: Изд-во Московского ун-та, 1990. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. М.: Академия, 2001.	1. Упражнение -«ледокол» 2. Определение категории «доверие». 3. Разбор ситуаций доверия и пережитых чувств. 4. Портрет - «человек, вызывающий доверие». 5. Моделирование ситуации «Когда я в последний раз кому-то доверял». Погружение в ощущения доверия. 6. Игра «Совместная сказка о доверии». 7. Телесные игры на доверие («Коридор доверия», «Восковая палочка», «Коленочки», «М-М по кругу») 8. Упражнение «Мой девиз доверия». 9. Обсуждение: в каких случаях я могу больше доверять людям.
3.	сплочение, коммуникация	Мелибруда Е.Я. Ты - Мы. Психологические возможности улучшения общения М.: Прогресс, 1986.	1. Самооценка коммуникативных качеств. «Лестница коммуникативного мастерства». 2. Рассказ ведущего о невербальных каналах коммуникации. Общение мимикой, жестами, позой, тактильно («Через стекло», «Голубая корова») 3. Упражнения на совместное действие («Передача движения по кругу») 4. Большая психологическая игра («Карнавал в Венеции») 5. Освоение техник активного слушания. Игры «Диспут», «Спор при свидетеле». 6. Элементы «Веревочного курса».
4.	снятие стресса	Прутченков А.С. Тренинг личностного роста. М.: Творческая педагогика, 1993. Сакович Н.А. Игры в тигры. СПб.: Речь, 2007.	1. Дыхательные техники. 2. Упражнения по телесной терапии (снятие «зажимов», диссоциации, саморасслабление, работа со стимулом). 3. Кинезиологические практики. 4. Понятие и приемы аутотренинга. 5. Игры на отреагирование негативных чувств («Отношение к миру», «Громко-тихо», «Разрушение скульптуры») 6. Игры и приемы арт-терапии. 7. Упражнения на снятие последствий стресса.

5.	положительный образ «Я»	Соснин В.А., Лунев П.А. Учимся общению: взаимопонимание, взаимодействие, переговоры, тренинг. М: Ин-т РАН, 1993	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика состояния участников. 2. Упражнения на становление ощущения «здесь и сейчас» («Прогноз погоды»). 3. Упражнения на понимание своих качеств («Аукцион», «Волшебная лавка», «Хвастовство») 4. Упражнения на формирование навыков самораскрытия («Если бы я был...») 5. Обсуждение: мои мечты и желания. 6. Решение сказочных задач. 7. Снятие эмоционального напряжения («Бумажные снежки»)
6.	формирование перспектив, личностный рост	<p>Трошихина Е. Тренинг развития жизненных целей. СПб: Речь, 2002.</p> <p>Хухлаева О. Тропинка к своему Я. М., 2001.</p> <p>Макартычева Г.И. Тренинг для подростков: Профилактика асоциального поведения. СПб.: речь, 2008.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение теста достижений (по Шмальту) картинки и выбор утверждения к ним. 2. Разговор о мотивациях. Рассказ о человеке, который никогда не был счастлив. Работа с мотивациями. 3. Составление проективных рассказов о достижениях. 4. Упражнение «Выбор цели» 5. Постигание связи прошлого и настоящего. Написание автобиографии. 6. Определение инициации. Обсуждение историй личных инициаций. 7. Планирование будущего («Кино», «Магазин профессий»). 8. Игра «Чемодан качеств в дорогу»
7.	снятие агрессии		<ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение антистрессовых ситуативных упражнений (гармонизация эмоционального «Я»). 2. Проведение упражнений личностной коррекции («Достижения», «Мечты и желания») 3. Беседы с основами правовых знаний. 4. Формирование навыков саморегуляции («Наши эмоции -наши поступки», «Замороженный», «Автобус»). 5. Выработка умений противостоять негативному влиянию (Ситуация принуждения», «Да-Нет»). 6. Ролевые игры («Конфликт с родителями», «Кто отвечает в толпе»). 7. Упражнения на поиск позитивного выхода из ситуации («Конфликт», «Корзинка»)
8.	завершение работы группы		<ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение норм и правил поведения в различных жизненных условиях 2. Эффективное использование критики в свой адрес. Способы возражений. 3. Ролевая игра на принятие критики. Использование сюжетных картинок. 4. Обсуждаются вопросы: что будет со мной, когда я стану взрослым? Кем я стану по профессии? Что я буду уметь? Как я буду выглядеть? Сколько у меня будет детей? Как я буду относиться к людям? 5. Разговор о группе: <ul style="list-style-type: none"> • Подчеркнуть успехи каждого в работе группы и его положительную роль. • Сделать акцент на плюсах завершения программы. • Выделить (не публично) тех участников, с кем еще придется работать. 6. Упражнения на получение обратной связи от группы («Недописанный рассказ о группе», «Письмо самому дорогому участнику») 7. Организация праздника –выпускного

Опросник школьной тревожности Филиппа

Цель методики. Опросник позволяет изучить уровень и характер тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста.

Возрастные ограничения. Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Оптимально его применение в 3-7 классах средней школы.

Процедура диагностики. Диагностика может проводиться как в индивидуальной, так и в групповой форме. Вопросы предъявляются либо письменно, либо на слух. Присутствие учителя или классного руководителя в помещении, где проводится опрос, крайне нежелательно.

Необходимые материалы. Для проведения исследования необходим текст опросника, а также листы бумаги по числу учащихся.

Инструкция.

«Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-» если не согласны».

Стимульный материал:

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?	
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?	
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?	
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?	
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?	

6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?	
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?	
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?	
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?	
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?	
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?	
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?	
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?	
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?	
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из этих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?	
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?	
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?	
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?	
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, ты сделаешь ошибку при ответе?	
20. Похож ли ты на своих одноклассников?	
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?	
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?	
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?	

24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе дружески?	
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе результатами твоих одноклассников?	
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?	
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?	
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?	
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?	
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?	
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?	
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?	
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?	
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?	
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?	
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?	
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?	
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?	
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу также хорошо, как и твои одноклассники?	
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?	
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?	

42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?	
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?	
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?	
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?	
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих дошкольных делах больше, чем другие ребята?	
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?	
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?	
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?	
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?	
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?	
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?	
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься ним?	
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?	
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?	
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?	
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты зычно, что делаешь это плохо?	
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?	

Обработка результатов:

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы а которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста - о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности выделяется также, как и в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2,3,7,12,16,21,23,26,28,46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57,58. $\Sigma = 22$
2. Переживание социального стресса	5,10,15,20,24,30,33,36,39,42,44 $\Sigma = 11$
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1,3,6,11,17,19,25,29,32,35,38,41,43 $\Sigma = 13$
4. Страх самовывживания	27,31,34,37,40,45 $\Sigma = 6$
5. Страх ситуации проверки знаний	2,7,12,16,21,26 $\Sigma = 6$
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3,8,13,17,22 $\Sigma = 5$

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9,14,18,23,28 $\Sigma = 5$
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32,35,41,44,47 $\Sigma = 8$

Ключ к вопросам:

« + » - ДА

« - » - НЕТ

1	—	11	+	21	—	31	—	41	+	51	—
2	—	12	—	22	+	32	—	42	—	52	—
3	—	13	—	23	—	33	—	43	+	53	—
4	—	14	—	24	+	34	—	44	+	54	—
5	—	15	—	25	+	35	+	45	—	55	—
6	—	16	—	26	—	36	+	46	—	56	—
7	—	17	—	27	—	37	—	47	—	57	—
8	—	18	—	28	—	38	+	48	—	58	—
9	—	19	—	29	—	39	+	49	—		
10	—	20	+	30	+	40	—	50	—		

РЕЗУЛЬТАТЫ

1) Число несовпадений знаков («+» - Да, «-» - Нет) по каждому фактору (- абсолютное число несовпадений в процентах: < 50%; ≥ 50%; ≥ 75%).

Для каждого респондента.

2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса: - абсолютное значение - $< 50\%$; $\geq 50\%$; $\geq 75\%$.

4) Представление этих данных в виде диаграммы.

Количество учащихся, имеющих несовпадений по деленному фактору $\geq 50\%$ и $\geq 75\%$ (для всех факторов),

б) Представление сравнительных результатов при повторных замерах.

7) Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Перцептивная оценка типа стрессоустойчивости

Цель—определить тип стрессоустойчивости.

Теоретическая основа.

Стресс— психическое состояние общего возбуждения, психического напряжения при деятельности в трудных, необычных, экстремальных ситуациях; неспецифическая реакция организма на резко изменяющиеся условия среды.

Инструкция.

На каждый вопрос теста возможны три варианта ответа: «да» (+), «нет» (-), «не знаю» (?).

Не злоупотребляйте ответом «не знаю».

Используйте его столько в том случае, если вас действительно затрудняет однозначный ответ «да» или «нет».

Текст опросника.

1. Очень ли трудна и напряженна ваша работа?
2. Часто ли вы думаете о работе по вечерам и выходным дням?
3. Часто ли вам приходится задерживаться на работе или дома заниматься делами, связанными с работой?
4. Чувствуете ли вы, что вам постоянно не хватает времени?
5. Часто ли вам приходится торопиться, чтобы справиться со своими делами?
6. Испытываете ли вы нетерпение, когда видите, что кто-то выполняет работу медленнее, чем вы сами могли бы сделать?
7. Часто ли вы заканчиваете мысль собеседника до того, как он кончит говорить?

8. Если вам приходится ждать кого-нибудь, испытываете ли вы нетерпение?
9. Если вы испытываете напряжение или раздражение, трудно ли вам скрыть это?
10. Часто ли вас выводит из терпения ожидание в очередях?
11. Часто ли у вас возникает чувство, что время течет слишком быстро?
12. Предпочитаете ли вы поехать как можно быстрее, чтобы заняться более важными делами?
13. Вы почти всегда ходите и делаете все быстро?
14. Стараетесь ли вы быть во всем первым и лучшим?
15. Считаете ли вы себя человеком очень энергичным, напористым?
16. Считают ли вас энергичным и напористым ваша жена или близкие?
17. Считают ли ваши знакомые, хорошо знающие вас люди, что вы относитесь к своей работе слишком серьезно?
18. Часто ли бывает, что, читая или слушая собеседника, вы продолжаете думать о своих делах?
19. Часто ли ваша жена или близкие просят вас меньше заниматься делами и больше времени уделять семье?
20. Прилагаете ли вы усилия, чтобы победить в играх?

Бланк ответов.

№№	+	?	-	№№	+	?	-	№№	+	?	-	№№	+	?	-

Обработка данных.

На каждый вопрос:

ответу «да» приписывается 2 балла;

ответу «нет» – 0 баллов;

Ответу «не знаю» – 1 балл.

Подсчитайте общее количество баллов, набранных Вами в тесте.

Интерпретация результатов.

0-10 баллов – вы принадлежите к типу Б.

Люди такого типа четко определяют цели своей деятельности и выбирают оптимальные пути их достижения.

Они стремятся справиться с трудностями сами, трудности и их возникновение подвергают анализу, делают правильные выводы.

Могут долгое время работать с большим напряжением сил.

Умеют и стремятся рационально распределять время.

Неожиданности, как правило, не выбивают их из колеи. Люди типа Б стрессоустойчивые.

11-30 баллов – у вас склонность и к типу А, и к типу Б (промежуточный вариант, неопределенный тип): не всегда проявляется стрессоустойчивость, иногда проявляется неустойчивость к стрессам.

31-40 баллов – вы принадлежите к типу А.

Люди такого типа характеризуются стремлением к конкуренции, достижению цели, обычно бывают недовольны собой и обстоятельствами и начинают рваться к новой цели.

Часто они проявляют агрессивность, нетерпеливость, гиперактивность, у них быстрая речь, постоянное напряжение лицевой мускулатур

Самооценка лидерства

1. Что для вас важнее в игре?

а. Победа.

б. Развлечение.

Что вы предпочитаете в общем разговоре?

. Проявлять инициативу, предлагать что-либо.

а. Слушать и критиковать то, что предлагают другие.

Способны ли вы выдерживать критику, не ввязываться в частные споры, не оправдываться?

. Да.

а. Нет.

Нравится ли вам, когда вас хвалят прилюдно?

. Да.

а. Нет.

Отстаиваете ли вы свое мнение, если обстоятельства (мнение большинства) против вас?

. Да.

а. Нет.

В компании, в общем деле вы всегда выступаете заводилой, придумываете что-либо такое, что интересно другим?

. Да.

а. Нет.

Умете ли вы скрывать свое настроение от окружающих?

. Да.

а. Нет.

Всегда ли вы немедленно и безропотно делаете то, что вам говорят старшие?

- . Нет.
 - а. Да.

Удается ли вам в разговоре, дискуссии, убедить, привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?
- . Да.
 - а. Нет.

Нравится ли вам учить (поучать, воспитывать, обучать, давать советы) других?
- . Да.
 - а. Нет.

Обработка и интерпретация результатов теста

Подсчитать общее количество «А» и «В» ответов.

- Высокий уровень лидерства А = 7-10 баллов.
- Средний уровень лидерства А = 4-6 баллов.
- Низкий уровень лидерства А = 1-3 балла.

Преобладание ответов «В» свидетельствует об очень низком или деструктивном лидерстве.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

План-конспект занятия ««Будущее строим сами!»
(в рамках технологии «Игротерапия»)

Автор: Балабаева О.А.
педагог дополнительного образования

Мичуринский район, 2015г.

Цель:

Позитивная профилактика асоциального поведения среди несовершеннолетних через формирование позитивного образа своего будущего.

Задачи:

- 1.смотировать правильное представление о будущем;
- 2.добиться сплочение коллектива;
- 3.воспитать чувства уважения, терпения, доброты

Ход игры:

1. Знакомство. Игры на разогрев и деление на группы.

Игра «Миксер». Ведущий просит воспитанников разбиться на группы по различным признакам: "Я прошу Вас разбиться на группы по цвету глаз". Все участники группы и ведущий ищут группу, в которой собраны представители с тем же цветом глаз, что и у них. Задание каждой группе – в течение минуты представиться друг другу и пообщаться на ту же тему – глаза и их цвет.

Продвигаясь далее по вариантам признаков, ведущий может увеличивать время на общение внутри каждой группы (до 3-4 минут).

Варианты заданий:

- разбиться по типу одежды, обуви;
- по цвету и длине волос;
- по знаку Зодиака;
- любимым животным;
- росту и т.д.

Сигналом окончания выполнения каждого задания служит фраза ведущего: "Кто меня слышит, хлопнете раз! (дожидается хлопка) Кто меня слышит, хлопнете два! (-"-) Кто меня слышит, хлопнете три! Как правило, к третьему хлопку концентрируется внимание всей группы.

Игра «Молекулы». Участники, изображая молекулы, начинают хаотично двигаться по комнате до хлопка ведущего. Ведущий, хлопая называет какую-то цифру участники игры должны быстро встать в группы по названному количеству. Так происходит деление на группы.

2. Информационно-просветительский блок.

Ведущий: Тема нашего занятия «Человек рождён для счастья, как птица для полёта...» Каждый по - своему понимает, что такое счастье. А как вы понимаете, что такое счастье? (ответы детей, подводим детей к тому, что понятие счастье – это реализация себя или нахождение своего места в жизни).

Вопросы детям: Расскажите о своем районе. Как вы живёте, как отдыхаете, какие учебные, профессиональные заведения есть в нем, где работают ваши родители, чем планируете заниматься в будущем? (ответы детей)

А что нужно сделать для того, чтобы ваши мечты о будущем воплотились в реальность? (ответы детей, подводим к тому, что на пути человека встречается много трудностей и надо научиться их преодолевать).

Сегодня мы предлагаем вам поработать во время деловой игры «Будущее строим сами!». Вы построите модель позитивного будущего своей профессиональной сферы. То есть ту модель, с помощью которой вы можете воплотить мечты в реальность и реализовать себя как профессионал.

Ведущий держит в руках цветные карточки со сферой деятельности. От каждой команды выбирается представитель. Он подходит к ведущему и вытягивает одну карточку.

3. Формирование модели позитивного будущего.

1. Первый этап работы - это определение цели.

Перед тем как приступить к формулированию цели необходимо помнить, что цель строится на основе понимания дальнейших реальных перспектив. И не путайте цель с:

1. Мечтой – это образ желаемых изменений в жизни; мечта всегда позитивно окрашена.

2. Фантазией – она всегда сюжетна и динамична; всегда есть элемент недостижимого, но об этом знает только сам человек.

3. Иллюзией – это объективно не достижимые результаты.

4. Цель – это какой-то осознанный результат, который оценивается как реальный; всегда связана с волей и действием.

(Подвести к тому, что даже для того, чтобы получать высокую зарплату необходимо, прежде всего, - реализовать себя как профессионал в своей деятельности).

Чтобы четче понимать, что вам необходимо сделать для достижения своей цели необходимо ответить на несколько вопросов.

1. Какие трудности могут возникнуть в вашей сфере деятельности?

2. Как вы можете эти трудности преодолеть? Кто может в этом помочь?

3. Чего вы хотите добиться в этой сфере деятельности?

На первый этап работы отводится 3 минуты. По истечению времени каждая команда называет свои ответы.

Сформулировав цель своей модели; определившись с трудностями, которые могут возникнуть; со способами их преодоления; с тем, чего вы хотите добиться в своей сфере деятельности, переходим к следующему этапу.

2. Второй этап работы. Необходимо определиться с задачами, через которые вы будете достигать свою цель, то есть что необходимо будет вам сделать для того, чтобы цель была достигнута.

Пример.

Цель: Стать специалистом в определенной области деятельности.

Задачи:

1. Получение образования (специальности);

2. Трудоустройство;

3. Повышение квалификации.

Задач должно быть три. На это отводится 3 минуты. По истечению времени каждая команда называет свои задачи.

3. Следующий этап нашей работы. Содержание вашей модели, то есть непосредственно те действия или мероприятия, через которые вы будете реализовывать задачи и достигать цель. Действий должно быть не менее трех к каждой задаче.

На это отводится 10 минут. По истечению времени каждая команда называет свое содержание модели.

4. Четвертый этап работы. Вы записываете ресурсы, Личностные, что лично вы (какие усилия) можете потратить и внешние – те, которые берете со стороны. То есть что или кто вам поможет выполнить определенные действия для достижения цели.

На это отводится 3 минуты.

5. Пятый этап работы. Выбирается посол от каждой команды. Он по часовой стрелке проходит остальные группы. Участники групп выслушивают модель посла из другой группы, затем начинают совместную доработку их модели. Посол записывает корректировки, благодарит группу и уходит в другую группу. В каждой группе посол находится 4 минуты.

6. Следующий этап работы. Возвращается в свою группу, идет обсуждение замечаний и доработка модели. На это отводится 3 минуты.

7. Седьмой этап работы. Подготовка к презентации модели. Оформить на ватмане свою модель. Вверху цель, внизу вы сами, в центре задачи. В нижней части вы расписываете содержание и ресурсы (в рисунках). В верхней части ватмана вы расписываете результаты (в рисунках). Обдумываете презентацию (актуальность, важность и т.д.) На подготовку отводится 10 минут.

8. Последний этап работы. Презентация моделей.

На саму презентацию отводится 3 минуты.

4. Голосование.

Выбор лучшей презентации.

5. Выводы.

В жизни возможно все! Только «под лежащий камень вода не течет»! Но если его сдвинуть, то и из ручейка может образоваться река!

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

**План-конспект занятия «Путешествие в страну
мечты»**

(в рамках технологии «Реабилитационный досуг для детей группы риска»)

Автор: Балабаева О.А.
педагог дополнительного образования

Мичуринский район, 2014г.

Цель: познакомить детей с приемами саморегуляции.

Задачи:

Обучающие:

- продолжить формирование навыков унисонного исполнения;
- обеспечить в ходе занятия знакомство с понятиями: эмоции, саморегуляция;

Развивающие:

- способствовать развитию мелодического слуха;
- способствовать развитию голосового аппарата;
- способствовать развитию творческих способностей;
- развивать музыкально-слуховое восприятие, творческое мышление, фантазию

Воспитательные:

- содействовать воспитанию чувства сотворчества, коллективизма;
- содействовать воспитанию чувства эмпатии.

Оборудование: ПК, проектор, фортепиано.

Виды деятельности:

Слушание музыки, исполнение песен, игры, тренинги, арттерапия.

Музыкальный материал: Э.Григ «Утро», Прокофьев «Ромео и Джульетта», Бетховен «Лунная соната»,

Организационный момент.

1. Приветствие детей.

- Ребята, а вы любите мечтать? Сегодня я хочу предложить вам отправиться в увлекательное путешествие в страну, где исполняются все желания и мечты. Но отправляться в путешествие можно только в компании с хорошими друзьями, весёлой песней и отличным настроением.

Вначале мне хотелось бы узнать, какое у вас настроение. Для этого мы нарисуем с вами Радугу нашего настроения. (Дети выполняют задание).

Проводится игра «Радуга настроения».

- Ребята, когда много друзей собираются вместе, то они весело играют.

- И сейчас мы с вами будем играть в игру «Конкурс хвастунов». Но хвалить вы будете не себя, а своего соседа. Кто больше хороших слов скажет про своего друга, тот и победил в этой игре.

Проводится игра «Конкурс хвастунов».

- А теперь самое время нашей дружной компанией и с весёлой песней отправиться в дорогу. Но обязательно нужно взять с собой в дорогу улыбку. Давайте улыбнёмся друг другу и отправимся в путь. (Дети исполняют **песню «Компания» из репертуара группы Непоседы**)

2. Посмотрите, мы с вами очутились в волшебном лесу (слайд с изображением леса). Закройте глаза и послушайте звуки, которые вас окружают:

В записи звучат звуки: шум ветра, шелест листвы, звук дождя, гром, пение птиц (упражнение на релаксацию)

А теперь откройте глаза и попробуем звуки леса показать голосом.
(проводится игра «Звуки леса»)

Текст педагога	Действия детей
Пригрело весеннее солнышко	Поднимают руки вверх, и каждый поет свой звук в фальцетном регистре (кластер)
С пригорка побежал веселый ручеек	Болтают языком, изображая бульканье ручейка
До краев наполнил большую глубокую лужу	На глиссандо опускаются голосом в нижний регистр
Перелился через край	Половина группы детей выполняет «бульканье», остальные делают голосом «волну» вверх-вниз
И дальше побежал	Половина детей «булькает» на фоне звучащего солнца - кластер
Выбрались из-под коры жучки и букашки	Жучки – ж-ж-ж в низком регистре Букашки – з-з-з-з в более высоком регистре.
Расправили крылышки	Крш – с повышающейся интонацией
И полетели кто-куда	Тр-тр-тр – шепотом на разной высоте, кто как хочет
Вдруг под кучей хвороста что-то зашуршало	Шур-шур-шур
И вылез ежик	Сопеть носом, энергично втягивая и выдувая воздух
Ожил под теплым весенним солнышком муравейник	Поют острые, веселые звуки в разных регистрах
Лес наполнился птичьими голосами	Имитация птичьих голосов всеми одновременно
Вот и пришла весна	Каждый поет звук, как вначале упражнения. Звучит кластер, который по окончании сводится к унисону.

А ещё в нашем волшебном лесу живёт эхо. И сейчас этим эхо будете вы (проводится ритмическая игра «Эхо», дети делятся на пары; один ребёнок прохлопывает ритмический рисунок, другой его повторяет).

3. А теперь мы попали с вами на музыкальную поляну (слайд с изображением музыкальной поляны) Здесь живёт музыка. Она разная – грустная и весёлая, пасмурная и солнечная. И наши с вами эмоции тоже бывают разными. Какие они? (дети перечисляют эмоции). Эмоции можно показать мимикой лица (дети загадывают эмоцию, показывают её, остальные отгадывают). Каждой эмоции соответствует определённый цвет, например

(педагог приводит примеры, дети подбирают цвет: радость-веселье; обида, страх, мечтательность-задумчивость и т.д.)

Музыка так же может вызывать у нас различные эмоции. Сейчас мы прослушаем с вами несколько фрагментов из разных классических произведений и вы мне расскажите, какие эмоции вы переживаете при прослушивании и какие цвета можно подобрать к данному музыкальному отрывку. (в записи звучат отрывки из произведений Грига «Утро», Прокофьев «Ромео и Джульетта», Бетховен «Лунная соната»). Дети выбирают палитру и «раскрашивают» музыку (работа с пастелью)

- Каждому человеку необходимо научиться управлять своими эмоциями.

Проводится игра на управление эмоциями (упражнения на активизацию и расслабление мышц ног, рук; упражнения на дыхание)

4.Звучит в записи музыка из сказки. – А какие эмоции вызывает у вас эта музыка? (ответы детей). Вы любите сказки? А какие сказки вы знаете? Сейчас с помощью мимики и пластики мы покажем с вами сказку «Репка» (сказка разыгрывается детьми по ролям, но без слов; текст читает педагог)

5. - И вот мы с вами наконец попали в страну, где живут мечты. В этой стране растёт очень красивый цветок – цветик-семицветик. Слышали о таком цветке? Этот цветок исполняет все желания. И у вас, наверняка тоже есть заветное желание. Давайте загадаем его и оно обязательно исполнится. (**Проводится игра «Цветик-семицветик»**). Дети подходят по одному, и каждый отрывает лепесток от цветка и загадывает желание. Желание можно озвучить вслух или загадать про себя).

- Но для того, чтобы ваше желание исполнилось, вы сами должны приложить усилия и постараться сделать так, чтобы оно исполнилось. Я не знаю, какие желания вы загадали, но думаю, что самое главное, чтобы все жили в мире и любви, чтобы рядом с вами всегда были ваши родители и много друзей (дети, взявшись за руки, исполняют **песню «Мир, который нужен мне»**)