

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4»**

Приложение к основной
общеобразовательной программе
Основного общего образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Новичок в средней школе»
5-е классы.**

**село Курьи
ГО Сухой Лог**

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Содержание программы
3. Учебно-тематическое планирование
4. Литература

Пояснительная записка

Федеральный государственный образовательный стандарт второго поколения определяет личностное развитие и формирование универсальных учебных действий у школьников наряду с предметными результатами обучения.

Наряду с формированием универсальных учебных действий важной задачей становится необходимость формирования у школьников ценностных, нравственных установок и ориентиров, введение в мир большой духовной культуры. Такое непосредственное взаимодействие выстраивается в процессе внеурочной деятельности. Деятельность, общение и бытие ребенка являются теми сферами и теми основными средствами, окультивируя которые учитель осуществляет физическое, нравственное воспитание, гарантирует успешность социализации и индивидуализации современных школьников, содействует развитию их способностей.

Курс «Новичок в средней школе» призван создать условия для успешной адаптации детей в школе и повышения уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению.

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба.

Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным – адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики результатам, или негативным – стресс. При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Именно поэтому необходимо проведение психологических занятий с учащимися, которые приводили бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению к новым условиям, которые позволяли бы формировать положительное отношение к школе, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Признаки возникшей дезадаптации учащихся:

- усталый, утомленный вид ребенка;
- нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне;
- стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
- нежелание выполнять домашнее задание;
- негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников;
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;

- беспокойный ночной сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Проблема школьной дезадаптации пятиклассников в настоящее время является очень актуальной. Переход учащихся из начальной школы в среднее звено — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача — разобраться в том, что происходит с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Целью данной программы является создание условий для успешной адаптации учащихся 5-х классов к новым условиям обучения в средней школе.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

- Формирование у учащихся адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, а также представлений о себе как о человеке с большими возможностями развития.
- Развитие навыков уверенного поведения.
- Усвоение навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других.
- Ознакомление учащихся с разными формами коммуникации.
- Создание условий для снижения тревожности, а также выработки на основе собственного опыта норм поведения и общения.

Методы и приёмы, используемые в программе:

1. Ролевые игры. Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).

2. Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

3. Рисуночная арт-терапия. Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4. Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5. Метафорические истории и притчи.

Адресат: учащиеся 5 – классов.

Организация занятий:

В данной программе представлены 34 темы, по одному занятию в неделю.

Предметные результаты:

Знать:

- об особенностях обучения в среднем звене;
- о требованиях, предъявляемых пятиклассникам;
- о правилах поведения на уроках и в школе.

Уметь:

- применять элементарные способы саморегуляции;
- распознавать школьные трудности и находить способ, как с ними бороться.

Выработать навыки: эффективного сотрудничества с одноклассниками и учителями.

Универсальные учебные действия и социальный опыт:

Универсальные учебные действия, лежащие в основании ключевых компетентностей:

-учебная (образовательная) компетентность: произвольно управлять поведением, в соответствии с правилами и требованиями школьной жизни и учетом мнения сверстников и учителей;

-компетентность взаимодействия (коммуникации): учитывать разные точки зрения внутри группы, договариваться и приходить к общему мнению;

-информационная компетентность: формулировать вопросы к взрослому с указанием на недостаточность информации или свое непонимание информации.

Социальный опыт. Владеть развитыми формами игровой деятельности; удерживать свой замысел, согласовывать его с партнерами по игре; воплощать в игровом действии; удерживать правило и следовать ему, создавать и воплощать собственные творческие замыслы.

Содержание программы

Раздел 1. «Что такое 5 класс?»

Тема 1.1 «5-й класс :что нового?». Формирование эмоционального отношения к занятиям. Адаптация детей к новому стилю общения взрослого.

Тема 1.2 «Правила школьной жизни!». Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом в классе.

Тема 1.3 «Наш класс». Изготовление портрета-коллажа; раскрытие различных сторон человека: предпочтение, способности, мечты и т.д.

Тема 1.4 «Наши учителя». Обучение правилам поведения и общения со взрослыми. Диагностика представлений детей об учителях.

Тема 1.5 «Школьные предметы». Принятие правил поведения в группе; принятие правила группового взаимодействия;

Тема 1.6 «Психологическая аптечка». Формирование учебных умений, Обучение приемам организации учебной деятельности.

Тема 1.7«Новичок в средней школе». Знакомство с правилами обучения и поведения в основной школе.

Тема 1.8 Оценка и отметка. Определение понятий оценка и отметка, что важнее.

Раздел 2 «Искусство общение»

Тема 2.1.«Понимаем ли мы друг друга». Развитие представлений учащихся о понятии «общение». Знакомство с функциями и формами общения, оценка возросшей значимости роли общения.

Тема 2.2 .«Мир эмоций». Знакомство учащихся с понятиями «эмоции. Научить определять эмоциональное состояние других людей.

Тема 2.3. «Ищу друга». Понятие активного слушания. Развитие у учащихся умения молчать, слушать, ставить себя на место другого человека.

Тема 2.4 Правила честного спора. Развитие у учащихся умения молчать, слушать, ставить себя на место другого человека.

Тема 2.5 Общение без слов. Изучение приемов невербальной коммуникации, развитие представлений учащихся об интерпретации невербальных сигналов в общении.

Тема 2.6 Поговорим рисунками. Передача информации с помощью рисунка.

Тема 2.7 Портрет нашего класса. Создание коллективного коллажа на тему «я-ты, он-она, вместе дружная семья»

Раздел 3 «Мы - команда»

Тема 3.1. «Мы и наш класс». Определение понятия «роль»; многообразие жизненных ролей; принятие роли в зависимости от ситуации; определение собственного Я.

Тема 3.2 Как избежать конфликтов. Актуализация опыта детей, связанного с ситуацией «когда меня дразнят», «когда я дразню кого-то», «когда при мне кого-то дразнят»; психологические средства избегания конфликта.

Тема 3.3 Сплочённость и доверие. Выяснение представлений детей о понятиях «командный дух», «единство», «ответственность за общее дело»; практические задания по осознанию данных понятий;

Тема 3.4 «Мои друзья в классе». Развитие умения вставать на позицию другого человека, проявлять эмпатию; обсуждение пережитых чувств.

Тема 3.5. «Мои успехи в школе». Выяснение представлений детей о понятиях «командный дух», «единство», «ответственность за общее дело»; практические задания по осознанию данных понятий.

Тема 3.6. «Мои переживания в школе».

Раздел 5 «Цель и пути её достижения»

Тема 5.1 Значение планов и целей. Знакомство с критериями цели. Дискуссия совместное обсуждение. Навык формулирование цели поступка

Тема 5.2 Какие цели бывают. Анализ собственных ценностей и целей.

Тема 5.3 Как правильно поставить цель. Развитие способности к самоопределению жизненных целей и определение необходимых качеств для их достижения.

Тема 5.4 Ложные и истинные цели. Осознание жизненных целей и способов их осуществления. Сказка ложь, да в ней намек.

Тема 5.5 Почему мы не всегда достигаем цели. Повышение уверенности в достижении жизненных целей.

Тема 5.6 Учимся ставить цели. Осмысление личных целей на период обучения в основной школе;

Предполагаемые результаты реализации программы «Я –пятиклассник»

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о нормах коллективной жизни; об основных формах и правилах общения; о способах и приёмах управления своими эмоциями

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к родной школе, своему классу, к своему собственному здоровью и внутреннему миру.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного ценностно окрашенного социального действия): опыт публичного выступления по проблемным вопросам; опыт волонтерской деятельности; опыт заботы о малышах и организации их досуга; опыт самостоятельной организации праздников и

поздравлений для других людей; опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми; опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

Результаты формирования регулятивных универсальных учебных действий

Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
 - учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
 - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
 - адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
 - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Результаты формирования коммуникативных универсальных учебных действий

- осознавать качества необходимые для учащегося средней школы;
- оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации;
 - объяснять значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества;
- осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям;
- адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия;
- учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях;
- осознавать ответственность за своё речевое поведение;
 - анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек;
 - осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.

Результаты формирования личностных универсальных учебных действий

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

- слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, понимать точку зрения другого.

– слушать собеседника, кратко излагать сказанное им в процессе обсуждения темы, проблемы;

– признавать возможность существования разных точек зрения и права каждого иметь свою.

Формы и виды контроля:

- анкетирование.

Методические рекомендации:

Каждое занятие начинается *ритуалом приветствия*, выполняющим функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с ребенком и формирования

у ребенка направленности на сверстников, и завершается *ритуалом прощания*. Эти процедуры спланируют детей, создают атмосферу группового доверия и принятия. *Разминка* включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности и способствует формированию групповой сплоченности. *Основная часть занятия* включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга.

Предпочтение отдается многофункциональным техникам, таким как моделирование образцов поведения, позволяющим преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка. Тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, поэтому в основной части занятия в первую очередь представлены упражнения и игры, направленные на снятие тревожности и школьных страхов. *Обсуждение итогов занятия*, или рефлексия является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку содержания занятия в ходе заключительного обсуждения. Соблюдение подобной структуры занятий, привыкание к ней детей помогает им войти в новую деятельность и сформировать соответствующие ожидания.

Материально – техническое обеспечение образовательного процесса

1.Библиотечный фонд

1.Грецов А. Тренинг общения для подростков. СПб, 2007.

- 2.Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс! М., 2007
- 3.Ю.А.Голубева(и др.).-Тренинги с подростками: программы,конспекты занятий. Волгоград: Учитель,2013.-206 с.
- 4.С.А. Коробкина.Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах:система работы с детьми,родителями,педагогами. Волгоград:Учитель,2011.-238 с.

2.Печатные пособия

3.Технические средства обучения

- 1.Экспозиционный экран.
- 2.Ноутбук
- 3.Мультимедийный проектор.

4.Экранно – звуковые пособия

5. Игры и игрушки.

6. Оборудование кабинета

1. Классная доска.
2. Магнитная доска.
3. Комплект ученической мебели.

Календарно-тематическое планирование

№, Тема занятия	Дата	Тип, форма занятия	Структурные элементы занятия	Планируемые результаты (в соотв.с ФГОС)
1. Пятый класс: что нового?		Комбинированный урок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступление 2. «Благодарность начальной школе» 3. Игра «Встаньте в круг». 4. Рисунки «Я в начальной школе», «Я в средней школе» 5. Подведение итогов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание условий для понимания ребятами целей работы . 2. Поддержка расставания с начальной школой 3. Осознание различий в позициях «ученик начальной школы» и «ученик средней школы» 4. Способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе. 5. Выяснить ожидания детей.
2. Правила школьной жизни		Комбинированный урок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступление 2. Чтение Устава школы 3. «Сложные вопросы» 4. Подведение итогов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление результатов прошлого занятия, введение в тему 2. Введение в правила школьной жизни 3. Закрепление представлений об Уставе школы 4. Обобщение
3. Наш класс		Комбинированный урок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступление 2. «С добрым утром!» 3. Портрет класса 4. Подведение итогов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Введение в тему 2. Закрепление представлений об именах одноклассников 3. Формирование сплоченности, повышение ценности личности каждого учащегося 4. Обобщение
4. Наши учителя		Комбинированный урок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступление 2. «Чему нас учат? Кто нас учит?» 3. «Наши учителя» 4. Подведение итогов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Введение в тему 2. Актуализация школьного опыта 3. Формирование и закрепление положительного отношения к учителям 4. Обобщение
5. Школьные предметы		Комбинированный урок	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступление 2. «Рейтинг предметов» 3. «Необитаемый остров» 4. Подведение итогов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Введение в тему 2. Рефлексия своего отношения к учебным предметам

				3. Создание условий для формирования и поддержания учебной мотивации 4. Обобщение
6. Психологическая аптечка		Урок обобщения и систематизации	1. Вступление 2. Рисунок 3. «Психологическая аптечка» 4. Подведение итогов занятия	1. Введение в тему 2. Актуализация собственного опыта школьной тревожности 3. Поиск приемов самопомощи в эмоциональных ситуациях 4. Обобщение, психологическое завершение занятий
7.«Новичок в средней школе»		Комбинированный	Упражнение на воображение, обсуждение домашнего задания, работа по теме, анализ занятия, домашнее задание.	Способствовать развитию умения учиться, планировать свою деятельность; обсудить новые условия учебного процесса в средней школе, развивать навыки сотрудничества и умение соревноваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнивать свои достижения с успехами других.
8.«Понимаем ли мы друг друга»		Комбинированный	Упражнение «Где я», «Рисунок по инструкции», Тест «Умеете ли вы слушать», игра «Пойми меня», анализ занятия, домашнее задание.	Показать значимость собственного я, подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими, показать важность взаимопонимания, предоставить детям возможность моделировать и опробовать новые формы поведения (вербальные, невербальные, развивать ответственность за свои поступки.)
9.«Мир эмоций»		Комбинированный	Упражнение на внимание «Что ты услышал?», Игра «Угадай эмоцию», «Фигуры эмоций», «Назови эмоцию», «Поставь балл эмоции», анализ занятия, домашнее задание.	Познакомить учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей тренировать умение

				владеть своими эмоциями, актуализировать представления о факторах, влияющих на проявление тех или иных эмоций; развивать навыки произвольного влияния на собственное эмоциональное состояние.
10.«Ищу друга»		Комбинированный	Дискуссия, упражнения «Ищу друга», анализ занятия, домашнее задание.	Помочь учащимся в самораскрытии: способствовать преодолению барьеров в общении, совершенствовать навыки общения.
11.«Мы и наш класс»		Комбинированный	Упражнение «Коллективный счет», «Какие мы», Проективная методика «Дерево», Анкетирование, анализ занятия.	Снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы».
12. «Мои друзья в классе»		Комбинированный	Ролевая гимнастика, Игры «Кто умеет хорошо», «Закончи предложение», «Тропинка к сердцу», «Портрет моего друга», работа со сказкой.	Развивать способность к рефлексии, учить детей различать эмоциональные ощущения, определять их характер.
13. «Мои друзья в классе»(продолжение)		Комбинированный	Ролевая гимнастика,Игры «Изобрази предмет», «Буквы на спине», «Спасибо, что помог», «Ниточки тела», работа со сказкой.	Учить детей управлять своим настроением, развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.
14. «Мои друзья в классе» (продолжение)		Комбинированный	Ролевая гимнастика, Игры «Как можно помириться», «Да», «У кого самое лучшее зрение», работа со сказкой.	Предупреждение конфликтных ситуаций, способствовать формированию дружеских отношений в классе.
15. «Мои успехи в школе»		Комбинированный	Игры «Закончи предложение», «Буратино забыл слова», «Мне помогли», «Считалка», работа со сказкой.	Научить детей поиску выхода из трудной ситуации, изменить которую невозможно., познакомить детей с «позитивным переформулированием» как способом изменения отношения к ситуации.

16. «Мои переживания в школе»		Комбинированный	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «Чего я боюсь?» 3. Методика по определению уровня школьной тревожности по ФГОС 4. Упражнение «Рисуем слово» 5. Обсуждение итогов занятия 6. Домашнее задание. 7. Ритуал прощания 	Выявление причин, вызывающих неудовлетворенность школьной жизнью, определить уровень школьной тревожности.
17. «Что поможет мне учиться?»		Комбинированный	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Обсуждение полученных результатов психологического исследования по методике. 3. Упражнение «Нарисуй свое настроение» 4. Упражнение «Что поможет мне учиться» 5. Упражнение «Правила поведения на уроке» 6. Дискуссия на тему занятия 7. Обсуждение итогов занятия 8. Домашнее задание. 9. Ритуал прощания 	Формирование учебных навыков.
18. «Легко ли быть учеником?»		Комбинированный	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Обсуждение домашнего задания 3. Игра «Идеальный ученик» 4. Дискуссия на тему занятия 5. Упражнение «Незнайка» 6. Упражнение «Кляксы» 7. Обсуждение итогов занятия 8. Домашнее задание. 9. Ритуал прощания. 	Осознание качеств, необходимых успешному ученику.
19. «Оценка. Как ее выставляют?»		Комбинированный	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «Хорошо - плохо» 3. Упражнение «Продолжи фразу» 4. Упражнение «Продолжи фразу» 5. Работа в парах 6. Обсуждение домашнего задания. 7. Работа в парах. 8. Упражнение «Продолжи фразу». 9. Обсуждение итогов занятия 10. Домашнее задание. Написать эссе на тему: «Мне нравится учитель (выбирается преподаватель любого предмета), потому что» 11. Ритуал прощания 	Формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки.
20. «Наша сила в том, что мы разные»		Комбинированный	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Обсуждение домашнего задания 3. Упражнение «Цепочка». 4. Дискуссия на тему «Наша сила в том, что мы разные» 6. Упражнение «Любимые вещи» 7. Обсуждение итогов занятия 	Создание ситуации осознания ценности и уникальности каждой личности.

			8. Домашнее задание. 9. Ритуал прощания	
21. « Конфликт или взаимодействие?»		Комбинированный	1. ритуал приветствия 2. Обсуждение домашнего задания 3. Упражнение «Назови чувство» 4. Упражнение «Конфликт или взаимодействие?» 5. Дискуссия на тему занятия 6. Упражнение - игра «Невидимая связь». 7. Упражнение. «Как разрешать конфликтные ситуации» 8. Домашнее задание 9. ритуал прощания	Развитие навыков общения и разрешения конфликтов.
22. « Школа, в которой хотелось бы учиться».		Комбинированный	1. ритуал приветствия 2. Упражнение «Определи, насколько ты веришь в себя, в свои силы?» 3. Упражнение «Если бы я был ...» 4. Упражнение «Ставим цели» 5. Коллективный рисунок на тему «Школа, в которой я хотел бы учиться» 6. обсуждение итогов занятия 7. ритуал прощания	Формирование положительной мотивации к обучению, осмыслению и выработке общих целей. Проективная методика «Коллективный рисунок».
23. «Мы и наше настроение»		Комбинированный	«Утренний круг». Упражнение «Настроения», рисунок «Мое настроение в цвете». Дискуссия на тему: «когда настроение может испортиться». Изготовление коллажей «Что поднимет мне настроение?». «Обратная связь».	
24. «Я могу»		Комбинированный	Утренний круг». Упражнения: «Я могу, я умею», «Подарок, который невозможно купить», Дискуссия на тему «Кто мои близкие?» Подгрупповая ролевая игра «Чем помогут родители, друзья, учителя?». Групповая дискуссия «Чем я могу помочь родителям, друзьям, учителям? Зачем это надо?». Упражнение «Я могу («Мой протрет в лучах солнца»)). «Обратная связь».	
25. «Как прекрасен этот мир!»		Комбинированный	Игровое упражнение «Подари улыбку другу» Чтение стихотворения. Игра-имитация «Найди свой цветок». Пальчиковая гимнастика «Цветы». Упражнения в песочнице «занимательные линии»	Создание положительного эмоционального настроения, желания участвовать в совместных играх. Развитие выразительности движений, мелкой

				моторики рук; логического мышления, воображение. Снижение тревоги, повышение уверенности, самооценки. Снятие мышечного и эмоционального напряжения.
26. «Вот они какие, наши страхи»		Комбинированный	Упражнение «Росточек под солнцем» Упражнение «Ласковый мелок» Упражнение «Расскажи свой страх» Упражнение «Превращаемся в страшных» Упражнения в песочнице «туннель»	Стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.
27. «Я - смелый»		Комбинированный	<i>Упражнение «Ток»</i> Упражнение «Превращаемся в страшных» Упражнение «Смелые ребята» Упражнение «Азбука страхов» <i>Упражнение «Страшная сказка по кругу»</i> Упражнение «Прогони Бабу-Ягу» Упражнение «Я тебя не боюсь» Арт – терапия: «Я уверен!».	Преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.
28. «Сказочное путешествие»		Комбинированный	Упражнение «Росточек под солнцем» Упражнение «Ток» Упражнение «Я тебя не боюсь» Упражнение «За что меня любят близкие» Игра «Тропинка» Упражнения в песочнице «найди игрушку»	Развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.
29. «Волшебные кляксы»		Комбинированный	Упражнение «Ток» Игра-имитация «Лужа» Психогимнастическое упражнение «Винт». Арт – терапия: «Превращения кляксы»	Создание ситуации успеха. Развитие творческого воображения, выразительности и общей координации движений. Улучшение взаимодействия друг с другом. Снятие мышечного и эмоционального напряжения.
30. «Сказочники»		Комбинированный	Игра «Пожелания» Разыгрывание русских народных сказок «Курочка Ряба», «Репка» Игра «Змейка»	Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности,

			<p>Чтение стихотворений А.С. Пушкина «У лукоморья дуб зелёный» Подвижная игра «Баба Яга» Игра-имитация «Сердитая Баба Яга» Психогимнастика «Подари улыбку» Упражнения в песочнице «песочная картина» Релаксационное упражнение «Глубокое дыхание».</p>	<p>снижение чувства тревоги. Воспитание способности к согласованному взаимодействию, развитие коммуникативных навыков. Развитие выразительности движений, умение изображать героев сказки с помощью мимики, жестов, пантомимики. Снятие мышечного и эмоционального напряжения.</p>
31. «Интеллектуальные игры»		Комбинированный	<p>- 1 упр. «Найди общее» - 2 упр. «Соединительное звено» - 3 упр. «Крестики-нолики»</p>	<p>- стимулирование мыслительной активности - формирование интереса к занятиям - развитие произвольного внимания</p>
32. «Ассоциации»		Комбинированный	<p>- 1 упр. «Найди ассоциацию» - 2 упр. «Запомни по ассоциациям» - 3 упр. «Цепочка ассоциаций»</p>	<p>- развитие ассоциативного потока - развитие ассоциативной памяти</p>
33. «Внимание и память»		Комбинированный	<p>- 1 упр. «Наблюдатели» - 2 упр. «Запомни слова» - 3 упр. «Штирлиц»</p>	<p>- развитие внимания - развитие памяти</p>
34. «Наши достижения»		Комбинированный	<p>- создание группового коллажа на тему «Наши достижения»</p>	<p>- развитие рефлексии - развитие творческого воображения</p>

Литература

1. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция Микляева А.В., Румянцева П.В. Речь 2007
2. Психологический комфорт в школе: как его достичь: акции, тренинги, семинары Картушина Е.П. Учитель 2009
3. Я сам строю свою жизнь Алиева М.А., Гришанович Т.В., Лобанова Л.В., Травникова Н.Г. Речь 2007
4. Тренинг взаимодействия с неуспевающим учеником Моница Г.Б., Панасюк Е.В. Речь 2005

