

**Отрывок коррекционно-развивающей программы  
«Развитие коммуникативных навыков младших школьников с ограниченными возможностями  
здоровья средствами мультисенсорной среды». Занятия: 2, 6, 10**

**Занятие 2.**

**Цель:** Повышение психологической безопасности и сплоченности группы.

**Задачи:**

- снижение тревожности, развитие групповой сплоченности;
- развитие концентрации внимания, тренировка зрительной памяти и двигательного контроля;
- обучение детей действовать согласованно.

**Материалы к занятию:** цветные карандаши, листы А4 (на каждого ребенка), воздушно-пузырьковая колонна.

**Содержание занятия.**

Вводная часть.

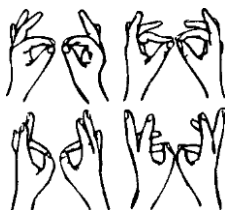
**Игра-приветствие:** «Давайте поздороваемся» [1]

Дети по сигналу психолога начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути определенным образом:

- 1 хлопок – за руку;
- 2 хлопка – плечами;
- 3 хлопка – спинами.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, дает гиперактивному ребенку почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности.

**Задание:** «Колечко» [15]



Поочередно и как можно быстрее перебираем пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем все остальные по очереди в прямом и обратном направлении. Выполнение сначала руками поочередно, затем совместно. Упр. повторяется 8-10 раз.

**Дыхательное упражнение «Подуем на листочки»** [15]

Дети на ладошку кладут вырезанный лист из бумаги и сдувают его.

Основная часть:

**1. Упражнение «Имя оживает»** [1]

**Психолог:** Дети представьте себе Страну Имен, в которой все имена превращаются в животных (или в растения). Каждый решает сам, в какое животное (растение) могло бы превратиться его имя.

**2. Упражнение «Мысленная картина»** (выполняется с использованием воздушно-пузырьковой колонны) [14]

Психолог просит детей посмотреть на воздушно-пузырьковую колонну, закрыть глаза и попытаться удержать увиденное в памяти.

**Обсуждение:** удалось ли удержать в памяти увиденное с закрытыми глазами?

**3. Игра «Колпак мой треугольный»** [15]

Участники садятся в круг. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы:

«Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если не треугольный, То это не мой колпак».

Затем фраза повторяется, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак», заменяют его жестом (*легкий хлопок ладошкой по голове*).

Затем фраза повторяется еще раз, но при этом на жесты заменяются два слова: слово «колпак» (*легкий хлопок ладошкой по голове*) и «мой» (показать рукой на себя).

При повторении фразы в третий раз заменяются на жесты три слова: «колпак», «мой» и «треугольный» (*изображение треугольника руками*).

#### **4. Релаксация «Любопытная Варвара» [15]**

Дети сидят на полу, психолог читает стихотворение, которое дети сопровождают движением. Поворачивают голову влево, стараясь это сделать так, чтобы увидеть как можно дальше. Мышцы шеи напряжены, потрогайте шею справа, мышцы стали твердые, как каменные. Вернитесь в исходное положение.

Аналогично в другую сторону, вдох - пауза, выдох - пауза. Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

*«Любопытная Варвара*

*Смотрит влево...*

*Смотрит вправо...*

*А потом опять вперед —*

*Тут немного отдохнет.*

*Шея не напряжена, а расслаблена».*

*Психолог:* А теперь поднимите голову вверх. Посмотрите на потолок. Почувствуйте, как напряглась шея! Неприятно, дышать трудно. Выпрямьтесь. Стало легко, дышится свободно. Вдох - пауза, выдох - пауза. Движения повторяются по 2 раза.

*«А Варвара смотрит вверх!*

*Выше всех, все дальше вверх!*

*Возвращается обратно —*

*Расслабление приятно.*

*Шея не напряжена*

*И расслаблена».*

*Психолог:* Сейчас медленно опустите голову вниз. Мышцы шеи напрягаются. Сзади они стали твердыми. Выпрямите шею, она расслаблена.

Приятно, хорошо дышится вдох - пауза, выдох - пауза. Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

*«А теперь посмотрим вниз - Мышцы шеи напряглись!*

*Возвращаемся обратно-*

*Расслабление приятно!*

*Шея не напряжена*

*И расслаблена».*

Заключительная часть: подведение итогов занятия. Рефлексия «Что нового и важного я узнал?», «Что понравилось?»

Ритуал прощания: Все участники берутся за руки, по очереди выражают благодарность своему соседу: «Саша, спасибо те за ... твою доброту, поддержку, внимание» и т.д.

## Занятие 6.

**Цель:** Научить детей владеть собой, уметь держать себя в руках.

**Задачи:**

- развитие у обучающихся осознанного восприятия эмоций;
- развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние;
- развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками.

**Материалы к занятию:** белый картон (по 3 листа на каждого), бумага А4 на каждого участника, цветная бумага, ножницы, клей, цветные карандаши.

### Содержание занятия.

#### Вводная часть.

**Игра-приветствие: «Давайте поздороваемся»**

Дети по сигналу психолога начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути определенным образом:

- 1 хлопок – за руку;
- 2 хлопка – плечами;
- 3 хлопка – спинами.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, дает гиперактивному ребенку почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности.

**Задание: «Кулак – ребро – ладонь»** Упр. повторяется 8-10 раз

**Задание: «Лезгинка»** Упражнение повторяется 6-8 раз.

**Дыхательное упражнение «Повздыхаем»** [5]

Психолог предлагает детям изобразить различные состояния (чувство страха, грусти, веселья, усталости) с помощью вздохов: «Ох», «Ах», «Эх», «Ой-ой», «Ай-ай», «Ая-яя».

Данное упражнение позволяет расширить представление детей о выразительных возможностях звуко сочетаний.

#### Основная часть

**1. Упражнение «Держим себя в руках»** [1]

Психолог: Ребята, давайте вместе подумаем, откуда берутся эмоции и куда они пропадают?

Человек как сосуд, в котором плещутся эмоции. Когда их много, то они переливаются через край.

**Обсуждение метафоры:** «Эмоции как воздушный шарик: если сильно надуть - он лопнет». Иногда в жизни надо останавливаться и переставать надуваться».

**2. Упражнение «Превратись в игрушку»** [5]

Психолог предлагает каждому ребенку выбрать из кучи маленьких пластмассовых игрушек ту, в которую он хотел бы превратиться, и затем от ее имени составляет рассказ.

**3. Этюды:** [1]

**«Лисичка подслушивала»** - лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

**«Кот Васька»** - хозяйка испекла сметанный пирог к празднику и пошла наряжаться. Кот Васька прокрался на кухню и съел пирог. Хозяйка прибежала на шум и стала ругать Ваську. Ваське стало стыдно

**«Кто съел варенье?»** - мама ушла на работу, а мальчик с кошкой остались дома. Мальчику очень захотелось попробовать вишневое варенье. Он не заметил, как съел всю банку. Когда мама вернулась, она спросила: «Кто съел варенье?», на что мальчик ответил: «Кошка». Мама очень удивилась: «Разве кошки едят варенье?» (удивление). Мальчику стало стыдно за свой обман (стыд).

**4. Упражнение «Считалочки-бормоталочки»** [5]

И.п. - сидя на полу. Психолог просит детей повторить фразу: «Идет бычок, качается». Они должны несколько раз подряд произнести эту фразу. В первый раз они произносят вслух все три слова, во второй раз они произносят вслух только слова «идет бычок», а слово «качается» произносят про себя, хлопая при этом один раз в ладоши. В третий раз они произносят вслух только слово «идет», а слова «бычок, качается» произносят про себя, сопровождая каждое слово хлопком в ладоши. В четвертый раз дети произносят все три слова про себя, заменяя их тремя хлопками.

Итак, это выглядит следующим образом:

1. *Идет бычок, качается.*
2. *Идет бычок (хлопок).*
3. *Идет (хлопок) - (хлопок).*
4. *(Хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*

**Возможные варианты считалочек-бормоталочек:**

1. *Ехал грека через реку.*
2. *Ехал грека через (хлопок).*
3. *Ехал грека (хлопок) - (хлопок).*
4. *Ехал (хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*
5. *(Хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*

\*\*\*

1. *Подарил - утенку - ежик - пару - кожаных - сапожек.*
2. *Подарил - утенку - ежик - пару - кожаных - (хлопок).*
3. *Подарил - утенку - ежик - пару - (хлопок) - (хлопок).*
4. *Подарил - утенку - ежик - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*
5. *Подарил - утенку - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*
6. *Подарил - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*
7. *(Хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок) - (хлопок).*

Заключительная часть: подведение итогов занятия. Рефлексия.

## Занятие 10.

**Цель:** Научить детей прогнозировать различные ситуации в жизни.

**Задачи:**

- познакомить детей с понятиями «выбор» и «ответственность»;
- развитие уверенности в себе, умения взаимодействовать с окружающими, договариваться.

**Материалы к занятию:** газеты, скотч, ножницы, цветные карандаши, клей, цветная бумага, магнитофон.

### Содержание занятия.

Вводная часть.

**Задание «Рисующий слон»** [см. занятие 8]

**Задание: «Ухо – нос»** [см. занятие 8]

**Задание: «Ласковые руки - добрый взгляд - приятная улыбка»** [5]

Дети сидят в круге, им предлагается положить свои руки сверху на руки соседа, сидящего слева, посмотреть ему в глаза и улыбнуться. И так по кругу.

Основная часть

**1. «Притча о бабочке»** [17]

Психолог предлагает детям послушать притчу:

Жил в одном городе мудрец. Он помогал людям, все приходили к нему за советами. И был другой мудрец, который завидовал его популярности. Однажды ему в голову пришла идея, как унижить своего соперника. Он решил, что на следующий день соберет людей на площади и при всех спросит, жива или мертва бабочка, что будет у него в руке.

«Если он скажет, что жива, я ее раздавлю, и она станет мертвой. А если скажет, что мертва, я открою ладонь, и она улетит. В любом случае ответ будет неверным», — подумал завистник. Довольный своей затеей, он пошел спать. На следующее утро он собрал народ, пригласил мудреца и спросил у него: «Ты познал тайны жизни и знаешь ответы на все вопросы. Ответь на самый легкий из них. У меня в руке бабочка, жива она или мертва?»

Люди поняли подвох и посмотрели на мудреца, но он улыбнулся и ответил: «Все в твоих руках. Если ты сожмешь пальцы, она погибнет, если раскроешь ладонь, она улетит»

*Психолог:* В жизни каждого из нас есть ситуации, когда нам необходимо сделать выбор, что мы хотим, что нам надо. Ребята, были ли у вас ситуации, когда вы делали выбор? (*ответы детей*)

- Но часто ли делая тот или иной выбор, мы задумываемся над тем, что несем за это ответственность?

## **2. Упражнение «Чудеса ответственности» [1]**

Психолог предлагает детям подумать и ответить на вопрос: «Что значит быть за кого-то в ответе?» Как вас учат ответственности?

Работа в парах над выполнением творческого задания «Кто ответственный?», с использованием пословицы «Тот от беды тебя спасет, кто за другого отвечает»

## **3. Упражнение конструирование «Газетного человека» [11]**

Дети сидят на ковре, и психолог предлагает им сделать человечка из газет и скотча.

Психолог дает простую инструкцию: «Сегодня мы все вместе будем делать Газетного человека». И демонстрирует способ выполнения работы: комкает газеты для придания задуманной формы, обматывает их скотчем. После показа проходит распределение обязанностей (один делает голову, другой туловище и т.д.).

Психолог выступает в роли активного помощника. Очень важно не предлагать готовый способ создания элемента, а поощрять инициативу детей, указывая им на их «идеи», успехи.

Газетного человека можно украсить цветной бумагой, любым бросовым материалом, сделать ему лицо, уши, пальцы и пр., придумать имя, с которым согласятся все члены группы.

Важно, чтобы дети были удовлетворены своей работой.

## **4. Упражнение «Дружеские объятия» [18]**

*Психолог:* Попрошайтесь, пожалуйста, с тем, кто вам стал дорог, более тепло: обнимитесь как очень добрые друзья и скажите друг другу «спасибо».

Заключительная часть: подведение итогов занятия. Рефлексия.