



Навчально-методичний посібник:

**«СТВОРИМО БЕЗПЕЧНЕ СЕРЕДОВИЩЕ
ДЛЯ НАВЧАННЯ ТА АДАПТАЦІЇ
ДІТЕЙ-БІЖЕНЦІВ»**

Цю публікацію видано
Данською Радою у справах біженців
за участі національних та міжнародних експертів в рамках
фінансованого Європейською комісією проекту
«Правовий та соціальний захист дітей-біженців в Україні,
Білорусі та Молдові».

Дану публікацію видано за підтримки Європейського Союзу.
Погляди, які представлені в даній публікації необовязково співпадають з
позицією Європейської Комісії.

Керівник проекту:
кандидат психологічних наук
Валентина Бондаровська

ВСЕУКРАЇНСЬКА ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ
«РОЗРАДА»

КИЇВ 2012

Навчально-методичний посібник:

**«СТВОРИМО БЕЗПЕЧНЕ СЕРЕДОВИЩЕ
ДЛЯ НАВЧАННЯ ТА АДАПТАЦІЇ
ДІТЕЙ-БІЖЕНЦІВ»**

Керівник проекту:
кандидат психологічних наук
Валентина Бондаровська

Навчально-методичний посібник містить матеріали про основи психологічної роботи з дітьми-біженцями молодшого шкільного віку та дітьми, з якими вони разом навчаються і проводять вільний час. В представленій методиці розглянуті основні фактори, що впливають на труднощі у навчанні дітей – біженців та представлені основні методики та підходи до їх подолання: міграційна педагогіка, полікультурність, психологічні засади співпраці вчителів, психологів та батьків, особливості формування атмосфери позитивності та толерантності. Посібник містить також методику виявлення та подолання основних труднощів дітей-біженців у навчанні і методику занять культурологічного блоку при позакласній роботі із групою дітей.

Редактор: В.М. Бондаровська
Дизайн обкладинки: О.М. Щербань
Верстка: О.М. Щербань

Підписано до друку:

ЗМІСТ

Вступ	4
1. Методика індивідуальної та тренінгової роботи із дітьми-біженцями «Створимо безпечне середовище для навчання та адаптації дітей-біженців»	6
<i>Упорядники: Возіянова О.А., Григоренко О.П., Гуцаленко Т.В., Савенець І.О., Юр Ю.О.</i>	
1.1. Особливості Тренінгової Програми	7
1.2. Заняття перше	11
1.3. Тема 1. Знайомство	13
1.4. Тема 2. Емоції та почуття	21
1.5. Тема 3. Моральні цінності	28
1.6. Тема 4. Вчимося співчувати	46
1.7. Тема 5. Особистісні кордони	53
1.8. Тема 6. Співпрацюємо!	61
1.9. Тема 7. Ти до мене по-доброму і я до тебе по-доброму	78
1.10. Останнє заняття	82
1.11. Блок релаксаційних вправ	84
1.12. Блок психогімнастичних вправ	93
1.13. Особливості індивідуальної роботи з дітьми-біженцями	100
Список використаної літератури	104
2. Методика виявлення та подолання основних труднощів дітей-біженців у навчанні	105
<i>Куриленко О.Я., Гуцаленко Т.В.</i>	
3. Методика позакласних культурологічних занять з групою дітей, в якій є діти біженці	114
<i>Садовенко О.І., Куриленко О.Я.</i>	
3.1. Загальний опис методики	114
3.2. Програма художніх занять для групи дітей молодшого шкільного віку, в якій є діти біженці	119
3.3. Програма культурологічного блоку занять для групи дітей молодшого шкільного віку, куди входять діти біженці	122
3.4. Основи інтерактивного підходу в груповій роботі з дітьми біженцями старшого шкільного віку	126

ВСТУП

Учебний посібник для практичних психологів, вихователів, класних керівників, які безпосередньо працюють з дітьми-біженцями та дітьми, що навчаються та проводять вільний час разом з ними, було розроблено фахівцями Всеукраїнської громадської організації «РОЗРАДА» в рамках виконання проекту «Створимо безпечне середовище для навчання та адаптації дітей-біженців», підтриманого Данською Радою у справах біженців у 2011-2012 роках.

Висловлюємо подяку за сприяння виконанню проекту голові управління в справах сім'ї, молоді і спорту Київської міської державної адміністрації Вовку Володимирові Семеновичу, директору Центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді Київської міської державної адміністрації Танцюрі Валерію Анатолієвичу, начальнику управління в справах дітей Київської міської державної адміністрації Кулебі Миколі Миколайовичу, голові Голосіївської районної у м. Києві державної адміністрації Незналу Олександрю Григоровичу, голові Деснянської районної у м. Києві державної адміністрації Жеребюку Віктору Миколайовичу, голові Дніпровської районної у м. Києві державної адміністрації Шевчуку Олександрю Семеновичу, начальнику управління освіти Голосіївського району м. Києва Телевному Володимирю Івановичу, директору середньої школи № 286 м. Києва Марченко Людмилі Юріївні, директору середньої школи № 7 м. Біла Церква Шуліпі Наталії Борисівні, заступнику директора з навчально-виховної роботи Ломоносовій Олені Василівні та всьому адміністративному та педагогічному колективу, директору Благодійного фонду «РОКАДА» Гуржій Наталії Юріївні.

Всеукраїнська громадська організація «РОЗРАДА» (до 2007 року Міжнародний гуманітарний центр «РОЗРАДА») як центр практичної психології має 19-річний досвід проведення науково-практичних досліджень, соціально-психологічних тренінгів для тренерів, вчителів, вихователів, голів батьківських рад тощо, розробки методик соціально-психологічної підтримки і реабілітації дорослих та дітей, які мають труднощі адаптації, потерпають від складних життєвих обставин. Фахівці ВГО «РОЗРАДА» виконали понад 50 проектів з проблем сімейного життя, виховання дітей, захисту прав дитини, попередження насильства в сім'ї, створення безпечного середовища для дорослих та дітей, гендерної рівності тощо.

Фахівцями центру практичної психології «РОЗРАДА» створено і видано посібник «Школа для батьків», який рекомендовано Міністерством освіти і науки України, а також понад сорок популярних буклетів і пам'яток для дітей і дорослих, 4 збірки методик.

В рамках проекту «Створимо безпечне середовище для навчання та адаптації дітей-біженців» було розроблено та апробовано психологічну, педагогічну та культурологічну методики, які сприяють розвитку толерантних стосунків дітей біженців та тих дітей, з якими вони навчаються та проводять вільний час. Даний посібник стане у нагоді всім педагогам, вихователям та практичним психологам, які працюють с колективами дітей різних рас, різних національностей, різного віросповідання, буде сприяти розвитку стабільного стану толерантності дітей та всіх дорослих, які проживають на території України.

1. МЕТОДИКА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ТА ТРЕНІНГОВОЇ РОБОТИ ІЗ ДІТЬМИ-БІЖЕНЦЯМИ «СТВОРИМО БЕЗПЕЧНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ДЛЯ НАВЧАННЯ ТА АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ-БІЖЕНЦІВ»

За останні двадцять років світ дуже змінився. Змінилися країни. Змінилися люди. Велика кількість воєнних конфліктів примусила багато людей покинути рідні місця та шукати більш безпечні країни.

В Україні також з'явилися такі люди як біженці. Найчастіше ці люди мають зовсім інший світогляд, звичаї, традиції та релігію. Саме тому виникла потреба адаптувати їх до нового середовища.

Найчастіше з біженцями, зокрема, з дітьми-біженцями, працюють індивідуально. Це дуже ефективна робота. Дітям допомагають пережити стрес, адаптуватися до нових умов.

Але досвід роботи з дітьми-біженцями показав, що індивідуальної роботи з ними недостатньо. Дуже важливо, щоб їх прийняли в реальному житті: на вулиці, в школі. Для цього потрібно працювати не тільки з самими дітьми-біженцями, а і з дітьми та батьками в школах, в яких навчаються діти-біженці.

Досвід роботи в українських школах, з українськими дітьми показав, що за останні двадцять років помітно зріс рівень агресивності серед дітей. Діти не вміють домовлятися, найчастіше вирішують конфлікти силою. Навіть, дівчатка стали дуже агресивними. Діти стали черствими та жорстокими.

Важливою проблемою є те, що діти не вміють по-доброму сприймати «інаковість». Якщо дитина хоча б чимось відрізняється, її починають цькувати, дражнити і навіть бити. В такому середовищі дуже важко знаходитись дітям з інших країн. Особливо, східних та африканських. Вони дуже відрізняються від інших, зокрема своєю зовнішністю. А після пережитого вони надто вразливі і надзвичайно болісно сприймають недобре відношення до себе.

Тому, ми пропонуємо **Комплексну Тренінгову Програму**, яка дозволяє працювати з цілим класом, в якому навчаються або можуть навчатися діти-біженці.

1.1. Особливості Тренінгової Програми

Програма розрахована на дітей молодшого шкільного віку. Ми обрали саме цей вік, тому що в цьому віці у дітей формуються основні риси характеру та основні цінності.

На тренінгових заняттях діти навчаться:

- толерантному ставленню до навколишнього світу та до інших дітей;
- сприймати іншу дитину як рівну;
- співчувати;
- виробляти свої індивідуальні моральні цінності;
- поважати та враховувати свої індивідуальні кордони та кордони інших людей, а також навчатися співпрацювати з іншими.

Програма включає як повністю розроблені заняття, так і теми, які розраховані на декілька занять і потребують індивідуальної розробки з урахуванням особливостей конкретних дітей та конкретного класу.

Програма розрахована на цілий навчальний рік. По одному заняттю кожного тижня. Програму можуть вести як шкільні психологи, так і вчителі під керівництвом психолога.

Враховуючи вікові особливості дітей молодшого шкільного віку, ми пропонуємо розбити клас на дві, або навіть три групи, в кожній групі повинно бути не більше 10-12 дітей.

Програма передбачає конкретну послідовність тем. Кожна наступна тема виходить із попередньої і розвиває її. В програмі розроблені перше і останнє заняття циклу. Крім цього, ми розробили конкретні заняття перших чотирьох тем.

Що стосується розробки інших тематичних занять, то вони складаються за такою схемою:

1. Розминка. 5-10 хвилин. Включає в себе вправи та ігри, що сприяють активізації учасників групи, створенню невимушеної, доброзичливої атмосфери, підвищенню згуртованості.

Ведучий може використати запропоновані варіанти або, якщо потрібно, підібрати вправи для розминки самостійно, в залежності від особливостей кожної конкретної групи. Зокрема, для розминки можна використовувати вправи із теми «Знайомство».

2. **Основна частина.** 20-30 хвилин. В цій частині передбачається розкриття основної теми заняття. Тому в цій частині застосовуються тільки тематичні ігри, вправи та завдання або одна основна вправа.

3. **Розслаблення.** 5 хвилин. Ця частина присвячена заспокоєнню. Всі вправи цієї частини направлені на те, щоб діти змогли розслабитися та заспокоїтися, якщо основна частина була активною. Крім того, ця частина присвячена навчанню дітей саморегуляції.

Рефлексія заняття. В кінці кожного заняття потрібно залишити час, для того щоб учасники змогли поділитися своїми почуттями, враженнями, думками, поговорити про свій настрій. Після кожної вправи наведені можливі запитання.

Ведучий може запропонувати свої варіанти запитань, звертаючи особливу увагу на те, що на його думку, залишилося не до кінця зрозумілим чи невисловленим. Крім того, на кожному занятті можна задавати питання, що концентрують увагу учасників на їх стані, наприклад:

- Що ви зараз відчуваєте?
- Якими думками ви хотіли б поділитися з групою?
- Що здалося вам найбільш цікавим, новим, несподіваним?
- Які почуття у вас виникли під час виконання вправ?

Важливо відмітити! Обговорення з маленькими дітьми 6-7 років повинно бути нетривалими, не більше 5-10 хвилин. Вони ще не вміють надовго зосереджуватись. Можливо, спочатку вам доведеться навчити дітей, як слід поводитися під час обговорення, що говорити. З більш старшими дітьми можна організувати більш тривалі обговорення. Перш ніж розпочати обговорення, нагадайте дітям, що вони робили на занятті.

Увага! Якщо ви проводите заняття з дітьми 6-8 річного віку, важливо включати «Розслаблення» також і всередині заняття. Це може бути якась рухлива гра або «Хвилинка пустощів», під час якої дітям дозволяється робити, що вони захочуть. Ведучий не повинен втручатися. Вона може тривати 2-3 хвилини. Діти самі повинні стежити за часом. Перед тим, як оголосити «Хвилинку пустощів» важливо встановити правила: головне – не завдавати шкоди одне одному. Крім того, треба домовитися про сигнал, який повідомить про продовження заняття.

Кожне заняття розраховане на 40-45 хвилин. Тобто на один урок.

Вимоги до ведучого

Психолог, який буде впроваджувати цю Програму, повинен мати певний досвід групової роботи з дітьми даного віку. **По-перше**, дуже важливо вміти враховувати вікові та індивідуальні особливості дітей, **по-друге**, знати особливості групової динаміки, і, **по-третє**, в Програму включені заняття, які

потребують урахування великої кількості «тонких» моментів, без використання яких ведучий не досягне бажаного результату. Тому ми рекомендуємо, в разі браку досвіду, мати супервізора, до якого ведучий буде мати змогу звернутися в разі потреби.

Крім цього, вам, як ведучим, стане у нагоді ваша **гнучкість**. Розроблені нами теми та заняття – це тільки основа. Ви можете доповнювати, змінювати та додавати щось своє, орієнтуючись на конкретних дітей та на конкретну ситуацію. З іншого боку, в кожному конкретному занятті теж важливо бути гнучкими. Якщо ви бачите, що конкретна вправа «не пішла», її можна замінити іншою. Також буває так, що дітей цікавить якась інша актуальна тема. Важливо задовольнити і їхню потребу, або, навіть, зовсім змінити тему конкретного заняття.

Експериментуйте! Це дуже важливо. Ми пропонуємо вам приклади вправ та ігор. З часом ви самі та ваші діти почнете вигадувати свої ігри, не менш цікаві та захоплюючі.

Ведучому необхідно орієнтуватися не тільки на конкретний зміст заняття, а й на процес (динаміку стосунків між учасниками групи).

Ведучому потрібно обов'язково виділити окремих час на початку першого заняття для прийняття правил, які допоможуть всім учасникам почуватися добре і комфортно під час занять.

Це можуть бути такі правила:

- **Доброзичливість.** Важливо створити на цих заняттях доброзичливу атмосферу, тоді дітям буде легше відкриватися. Треба заохочувати дітей тоді, коли вони демонструють доброзичливість один до одного. Це треба особливо відмічати.

- **Говорити по черзі.** Це важливе правило, яке буде навчати дітей умінню слухати інших та взаємоповазі.

- **Говорить тільки один.** Приймаючи це правило, можна запропонувати дітям вправу, під час якої вони почнуть розповідати про себе одночасно. Після цього можна поділитися враженнями про те, коли говорять всі одразу: людина не чує не тільки інших, а й себе самого.

- **Говорити коротко.** Це теж дуже важливе правило, яке навчає дітей чітко формулювати думку і думати не тільки про себе, а й про інших. Вони в групі. Всім хочеться поділитися враженнями і, щоб всім було цікаво, важливо висловлюватися коротко.

- **Уважно слухати один одного.** Кожному приємно, коли його слухають. Можна запропонувати дітям своєю увагою допомогти один одному розповідати.

• **Не перебивати.** На заняттях діти повинні вчитися дослухати думку кожного до кінця. Навіть тоді, коли дуже хочеться сказати. Це виховує взаємоповагу.

Ви можете разом з дітьми придумати свої правила.

Дуже важливо разом з дітьми прийняти штрафні санкції. Тобто домовитися про те, що повинен робити учасник або ведучий в разі, якщо він порушив правило. Але при цьому діти не повинні почуватися винними. Вони тільки вчать дотримуватися правил.

Правила потрібно повторювати на кожному занятті, поки діти не звикнуть до них. Їх можна доповнювати і корегувати.

Ведучий повинен враховувати вікові особливості дітей, які беруть участь у заняттях. Ми вважаємо, що дітей можна поділити на такі категорії: діти 6-7 років, 8-9 років і діти 10-11 років.

Можливо, ви помічали, що у 6-7 річних дітей ще не так розвинута концентрація уваги та вміння зосередитися. Вони можуть займатися однією справою досить довго тільки тоді, коли їм цікаво. Коли вони втомлюються, вони починають відволікатися, пустувати, чіплятися до інших, тому дітям цього віку краще пропонувати вправи в ігровій формі. Крім того, ці вправи повинні бути короткі, щоб діти не втомлювалися.

Ви можете зіткнутися з тим, що діти цього віку іноді будуть просити вас пограти в ту гру, в яку ви грали на попередньому занятті. А ви вже підготували нові вправи. Не відмовляйте їм. Дітям важливо знати, що вони щось вже вміють і знають. Крім того, можливо, тема попереднього заняття була для них важливою, і в них не вистачило часу на її завершення.

У дітей молодшого шкільного віку є ще одна особливість. Їм ще дуже важко думати про себе і висловлювати свої думки. Їх треба вчити цьому. Не підштовхуйте їх. На початку дітей дуже важливо заохочувати. Нехай вони будуть говорити дуже мало. Але це дуже важливо. **Дітей важливо схвалювати не тільки за те, що вони зробили, а й за спробу щось зробити. Тоді вони матимуть бажання продовжувати.**

З дітьми, починаючи з дев'ятирічного віку, можна виконувати вже більш складні вправи. Вони можуть бути більш тривалими за часом. Діти цього віку вже більш сконцентровані. Їм легше аналізувати свою поведінку. Але тут дуже важливо не поспішати і дати можливість дитині самій зробити висновок.

При цьому важливо пам'ятати, що діти 9-10 років – це ще діти. Це важливо враховувати в розробці та проведенні занять.

Почніть цю роботу і ви побачите, наскільки легше і цікавіше вам буде спілкуватися з вашими дітьми!

1.2. Заняття № 1

Тема: ЗНАЙОМСТВО

Мета: знайомство, встановлення правил, згуртованість дітей.

1. Розминка.

Діти сідають у коло.

- Доброго дня діти. Я дуже рада вас бачити на своїх заняттях. Для початку давайте познайомимось. У мене в руках чарівний м'ячик, на ньому написано «Розкажи про себе», цей м'ячик допомагає людям бути щирими і сміливими. Зараз ми будемо передавати його по колу і кожний, в руках якого він опиниться, буде називати своє ім'я і розповідати нам, що він любить більш за все. Я почну, а той, хто сидить зліва від мене продовжить.

- І так, я – Оксана Петрівна. Більш за все я люблю гуляти в парку зі своєю родиною.

Далі по черзі розповідають діти.

- Дуже добре, от ми з вами і познайомилися. А тепер нам потрібно прийняти правила, які ми будемо використовувати на наших заняттях, для того, щоб нам було добре и комфортно спілкуватися.

2. Основна частина заняття.

Вправа «Прийняття правил».

Слова ведучого: *А тепер діти ми з вами приймемо правила, за якими будуть проходити наші заняття. Я пропоную такі правила.*

Коментар для психолога. Завжди потрібно вводити правила роботи в групі. Їх має бути мінімум, і вони повинні бути простими та доступними для дітей. Правила прописуються на великому аркуші паперу і перед кожним наступним заняттям нагадується дітям. Головне завдання психолога контролювати, щоб цих правил дотримувалися. Якщо хтось з дітей порушує їх, потрібно ввести санкції. Тобто визначити, що повинна зробити дитина, якщо вона порушує правило. Санкції також потрібно обговорити з групою.

Наприклад, правила групи можуть бути такими:

- Коли ми сидимо в колі, говорить тільки той, у кого є м'ячик (один говорить всі мовчать).
- Говорити потрібно спокійно й чітко.
- Не перебивати іншого.
- Завдання виконуються по команді ведучого.
- На занятті приймають участь у виконанні завдань всі члени групи.
- Поважати один одного, не обзиватися й не насміхатися, намагатися не штовхатися і ні в якому разі не битися.
- Під час заняття не виходити з кімнати.
- Кожен учасник групи має право на власну думку.

Слова ведучого: *А тепер, діти, ми з вами повинні домовитися, що ми будемо робити, якщо хтось із нас порушить правило.*

Приклад санкції:

Дитина, яка порушує правило, виходить з кола і не приймає участі в занятті, поки не попроситься назад (або, наприклад, 5 хвилин). Група приймає дитину в коло тільки тоді, коли вона повторить правило, яке порушила та пообіцяє в подальшому дотримуватися його.

Потрібно визначити місце, де буде знаходитись дитина під час виконання санкції. Ми пропонуємо використовувати хулахуп (гімнастичне коло). Ви можете розповісти дітям, що ця хулахуп тут для того, щоб вони могли там посидіти, заспокоїтися та зосередитися. Можливо, хтось із дітей і сам захоче посидіти в колі.

Вправа «Наша група»

Мета: навчати дітей вільно проявляти себе, створити невимушену, доброзичливу атмосферу.

Час: 15-20 хвилин

Інструкція: Всі діти отримують аркуш паперу та кольорові олівці. Ведучий просить на папері намалювати себе в вигляді тварини, рослини, дерева або якогось предмета. Після закінчення малюнка йде обговорення робіт. Далі діти наклеюють свої образи на великий ватман під назвою «Наша група».

3.Обговорення:

Що вам сподобалося на сьогоднішньому занятті?

1.3. Тема 1

«ЗНАЙОМСТВО»

Мета: познайомити дітей один із одним якомога більш різнобічно.

Ця тема містить вправи, які можуть використовуватися як в першому занятті, так і в кожному наступному як розігрів. Крім того, заняття, присвячених знайомству може бути декілька. Особливо, якщо діти не знайомі один з одним або ви відчуваєте, що вони знайомі недостатньо та поверхнево.

Вправа «Знайомство»

Мета: створити сприятливі умови для роботи групи, познайомити учасників одне з одним.

Час: 10-15 хвилин

Вік: з 6 років

Інструкція: Ведучий пропонує учасникам представитися так, як їм би хотілося, щоб їх називали у групі (наприклад, використати прізвиська або псевдоніми).

Вправа «Оплески»

Мета: підвищення настрою та самооцінки учасників, активізація енергії групи.

Час: 5 хвилин.

Вік: з 6 років.

Інструкція: Учасники сидять колом. Ведучий пропонує встати всіх тих, хто володіє певним вмінням (наприклад, «Встаньте всі ті, хто вміє грати у футбол, вишивати, кататися на ковзанах, дивитися мультики, мріє навчитися грати на ...» та інше). Ті учасники, що залишилися сидіти, аплодують тим, хто встав.

Вправа «Це здорово!»

Мета: підвищення самооцінки, отримання підтримки від групи.

Час: 7 хвилин.

Вік: з 6 років.

Інструкція: Учасники групи стоять колом. Ведучий пропонує одному учаснику вийти в центр кола і сказати про будь-яке своє вміння чи талант (наприклад, я дуже люблю танцювати або «я вмію стрибати через калюжі»). У відповідь на кожне таке висловлювання всі ті, хто знаходиться у колі, повинні хором відповісти: «Це здорово!» і одночасно підняти в гору великий палець. В коло учасники виходять по черзі.

Вправа «Снігова грудка»

Мета: познайомити учасників одне з одним, розвивати пам'ять та спостережливість.

Час: 5-10 хвилин

Вік: з 8 років.

Інструкція: Учасники сидять колом. Першим представляється ведучий. Потім той, хто сидить ліворуч від нього, називає ім'я ведучого і своє ім'я. Кожен наступний учасник називає по-черзі імена всіх, хто назвав себе перед цим. Таким чином, учасник, що замикає коло, називає імена всіх членів групи.

Вправа «Представлення»

Мета: познайомити учасників одне з одним, сформувані почуття довіри та згуртованості

Час: 15-20 хвилин.

Вік: з 9-10 років.

Інструкція: Ведучий пропонує учасникам розбитися на пари. Протягом 5 хвилин пари повинні дізнатися один про одного якомога більше, щоб потім представити свого партнера у колі, підкреслюючи його особливості (звички, вміння, прихильності і т.д.).

Після закінчення роботи у парах вся група збирається в коло для представлення. Можливий варіант: учасники розповідають про своїх партнерів від першої особи.

Вправа «Тасмичий незнайомец»

Мета: розвивати у дітей спостережливість.

Час: 10-15 хвилин.

Вік: з 6 років.

Матеріали: великий аркуш щільного паперу і кольорова крейда (олівці, фломастери) кожній дитині.

Інструкція: Я хочу запропонувати вам гру, в якій вам, як детективам, треба буде здогадатися, про кого йде мова. Я буду поступово надавати вам підказки про Таємничого незнайомця (Таємничу незнайомку), якого (яку) я виберу з вас. Якщо вам здається, що ви знаєте, кого з дітей я загадала, будь ласка, не розголошуйте цю таємницю, а просто починайте посміхатися...

Великими літерами напишіть на аркуші паперу заголовок «Таємничий незнайомиць». Загадайте когось з дітей і напишіть першу підказку, наприклад: «У мене блакитні очі». Щоб полегшити процес читання, ви можете додавати в текст придатні графічні елементи, наприклад, можете написати слово «блакитні» блакитною крейдою чи намалювати поряд пару блакитних дитячих очей. Потім запропонуйте дітям прочитати підказку.

Напишіть наступну підказку: «У мене світле волосся». Знову додайте ту чи іншу графічну ілюстрацію і попросіть дітей прочитати написане чи самостійно по групах.

Продовжуйте таким же чином і додавайте все нові і нові підказки про таємничого незнайомця: чи є в нього домашні тварини, яка в нього родина, які ігри він любить, його особисті достоїнства і т.д.

Нагадайте дітям, що якщо вони вважають, що вже знають відповідь, їм треба посміхатися. Внизу, під списком підказок, напишіть питання: «Хто я?»

Потім прочитайте ще раз всі підказки і попросіть таємничого незнайомця встати. Підказки повинні бути дуже чіткими і однозначними. Пропонуючи незнайомцю встати, дивіться прямо в очі загаданій дитині. На закінчення ця дитина може намалювати на листі паперу свій портрет і потім віднести цей малюнок до дому.

Аналіз вправи:

- Після якої підказки ти здогадався (здогадалася), хто був загаданий?
- Чи важко було тобі так довго тримати відповідь у таємниці?
- Чи хотів би (хотіла б) ти сам (сама) бути Таємничим Незнайомцем?

Вправа «Чим ми схожі»

Мета: формувати доброзичливе ставлення між учасниками.

Час: 20 хвилин.

Вік: 8-10 років.

Інструкція: Члени групи сидять колом. Ведучий запрошує в коло одного з учасників, базуючись на реальній або уявній схожості з собою. Наприклад, Таню, вийди, будь ласка, до мене, тому що у нас з тобою однаковий колір волосся (чи ... ми схожі тим, що ми – мешканці Землі, чи ... ми однакового зросту і т.д.). Таня виходить у коло і запрошує вийти когось з учасників, керуючись вище зазначеними критеріями. Гра продовжується до тих пір, поки всі члени групи не будуть колом.

Вправа «Я люблю»

Мета: формувати згуртованість, активізувати учасників.

Час: 5-10 хвилин.

Вік: з 6 років.

Інструкція: Члени групи стоять колом. Ведучий говорить: «Я люблю ... (наприклад, морозиво)». І просить приєднатися одного учасника, який теж любить морозиво. Учасник, що приєднався, бере ведучого за руку і повторює, що він любить (морозиво) і додає: «А ще я люблю ... (наприклад, квіти)». До нього приєднується той член групи, який теж любить квіти. Гра продовжується до того часу, поки всі учасники не приєднаються до ведучого.

Гра «Чарівна паличка»

Мета: навчати дітей замислюватися та підводити підсумок тижня, що минає. Розвивати навички спілкування та групову єдність. А також, навчати говорити по черзі та слухати інших.

Час: 10 хвилин.

Вік: з 6 років.

Матеріали: візьміть паличку чи лозинку довжиною приблизно 40 см і пофарбуйте її срібною або золотою фарбою. Коли фарба висохне, ви можете додатково прикрасити паличку блискучим папером чи кольоровими стрічками.

Інструкція: Діти сядьте, утворивши коло, і подивіться на чарівну паличку, що я вам принесла. Зараз право говорити одержить тільки та дитина, у якої в руках знаходиться чарівна паличка. Всі інші повинні будуть уважно слухати доти, доки паличка не перейде до них. Я хочу, щоб кожен, хто тримає чарівну паличку, розповів нам, що гарного трапилося з ним минулого тижня. Коли оповідач закінчить, він сам вирішить, кому передати паличку далі.

Можливі питання:

- Чи було минулого тижня що-небудь, що ти робив дійсно із задоволенням?
- Що було минулого тижня для тебе найважчим?
- Чи хотів ти минулого тижня що-небудь зробити, але це довелося відкласти на майбутнє?

Стежте, будь ласка, за тим, щоб кожній дитині було надане слово.

Вправа «Живі літери»

Мета: допомогти дітям у засвоєнні навичок співробітництва у невеликих групах або у складі всього класу.

Час: 20 хвилин.

Вік: 8-10 років.

Матеріали: картки зі словами (15-20 з короткими словами, що складаються із букв, які діти зможуть зобразити спільними зусиллями, наприклад, «дім», «стіл» і т.д.).

Інструкція: Ведучий ділить групи на підгрупи по 4-5 осіб. Кожній групі видається по декілька карток. Їх попереджають, що вони не повинні говорити іншим підгрупам, які слова їм випали. Підгрупи розходяться по приміщенню і тренуються у складанні «слова», так щоб інші змогли «прочитати» їх слова. Потім всі збираються і пишуть свої слова «живими» літерами.

За бажанням учасників, вони можуть самі придумати і зобразити слова.

Вправа «Сусід ліворуч, сусід праворуч»

Мета: познайомити дітей один з одним, розвивати пам'ять та спостережливість.

Час: 10 хвилин.

Вік: з 8 років.

Інструкція: Учасник, в руках у якого знаходиться м'яч, називає імена сусідів праворуч і ліворуч від себе, а потім відрекомендується сам. Після цього, він кидає м'яч будь-кому з членів групи. Той, хто отримав м'яч, повинен назвати імена своїх сусідів праворуч і ліворуч і представитися самому і т.д.

Вправа «Інтерв'ю в день народження»

Мета: підвищення самооцінки дитини.

Час: 10 хвилин.

Вік: з 8 років.

Інструкція: Олег, у тебе сьогодні День народження. Я хочу привітати тебе і взяти у тебе інтерв'ю. Для всіх нас це приємна можливість довідатися про тебе набагато більше. Моє перше запитання звучить так: «Яка найсмішніша подія відбулася з тобою за рік твого життя, що минув?»

Іноді має сенс записати інтерв'ю на касету, а потім віддати цю касету дитині. При цьому, підбирайте, будь ласка, питання відповідно до віку і рівня розвитку дитини. Питання, наведені нижче, підходять для дітей приблизно десятилітнього віку.

- Якби яка-небудь добра фея (добрий чарівник) погодилася виконати будь-яке твоє бажання в новому році, чого б ти побажав (побажала)?
- Якби ти міг (могла) знову прожити який-небудь один день минулого року, який день ти б обрав (обрала)?
- З ким ти цього року познайомився (познайомилась)?
- Чого ти навчився (навчилася) за цей рік? Що з цього здається тобі найважливішим?
- Розкажи нам про яку-небудь подію останнього року, коли ти дуже злякався (злякалася). Яким чином ти переборов (переборол) свій страх?
- Яка ситуація минулого року вимагала від тебе найбільшої мужності?
- Якої мети ти хотів би (хотіла б) досягти наступного року у своєму житті?
- Уяви собі, що ти можеш обрати будь-яку людину в світі, щоб протягом тижня вчитися у неї. Кого б ти обрав (обрала)?

Гра «Чарівна подушка»

Мета: навчати дітей висловлювати свої бажання і уважно та з повагою слухати бажання інших.

Час: 10 хвилин.

Вік: з 6 років.

Матеріали: невелика подушка, на яку може сісти одна дитина.

Інструкція: Сядьте, утворивши коло. Я принесла вам сьогодні чарівну подушку. Кожен по черзі може на неї сісти і розповісти нам про яке-небудь своє бажання, може, найважливіше. Можливо, воно буде пов'язане з кимось з дітей у класі, зі мною, чи зі школою в цілому. Але це може бути і зовсім інше бажання, наприклад, щоб у батьків було більше часу для вас, щоб ви знайшли гарного друга, щоб у вас з'явилася своя кімната і т.д. Той, хто сидить на подушці, буде завжди починати розповідь словами: «Я хочу...». Всі інші будуть уважно його слухати. Оповідач сам вирішує, кому він передасть подушку далі. Після того, як ми вислухаємо бажання всіх дітей, ми можемо поділитися враженнями. Простежте, будь ласка, щоб черга дійшла до кожної дитини. Якщо можливо, зіграйте в два кола.

Аналіз вправи:

- Чи слухали тебе інші діти? Чому ти так вважаєш?
- Поки ти слухав (слухала) інших, чи не з'явилися в тебе більш важливі бажання?
- Коли ти, нарешті, набрався (набралася) сміливості, щоб розповісти про своє бажання чи надії? Як ти себе відчував (відчувала)?
- Чи є в тебе бажання, що може виконати вчитель чи діти з твого класу?

Гра «Улюблені речі»

Мета: розвивати комунікативні навички, зміцнювати єдність групи.

Час: 15 хвилин.

Вік: з 8 років.

Інструкція: Сядьте по троє. Зараз кожен з вас по черзі буде розповідати іншим про яку-небудь річ, що йому особливо дорога. Це може бути іграшка, книжка, чи навіть кухонний стіл, за яким ввечері збирається вся родина. Треба буде постаратися пояснити, чому саме ця річ така важлива для вас, і чому вам хочеться розповісти саме про неї. Уважно слухайте і запам'ятовуйте те, про що говорять ваші товариші, щоб зуміти потім розповісти про це іншим (5 хвилин).

Потім діти повертаються в коло, і кожна дитина розповідає класу про річ, що особливо любить один із членів його трійки, і про те, чому вона йому так дорога.

Аналіз вправи:

- Чи є речі, що однаково дорогі багатьом дітям?
- Які речі дорогі твоїй мамі (татові)?
- Яка річ особливо дорога твоєму найкращому другу?
- Яка річ була тобі дорога раніше, а тепер втратила свою значимість?
- Що ти відчуваєш, коли можеш розповісти іншим про свої почуття?

1.4. Тема 2

«ЕМОЦІЇ ТА ПОЧУТТЯ»

Заняття № 1

Тема: «ВСІ ПОЧУТТЯ»

Мета: ознайомити дітей з поняттям емоції та почуття, показати їх роль в житті людини, визначити корисну та шкідливу частину емоції.

Матеріали: «Карта почуттів», кольорові олівці.

Хід заняття:

1. Перше коло. Ритуал привітання.

2. Вступ психолога.

Розповісти дітям, що таке емоції, почуття і яка їх роль в житті людини.









Важливо, щоб розповідь була зрозумілою дітям молодшого шкільного віку. Звертаємо вашу увагу, що дітям цього віку ще важко спостерігати за собою. Тому рекомендуємо вам використати картинки із зображенням емоцій та почуттів людей, дітей та тварин. Вважаємо, що можуть стати у нагоді голограми із зображенням емоцій обличчя та тіла (тобто: як виглядають очі, брови, рот, а також плечі і взагалі, поза, коли людина переживає ту чи іншу емоцію).

3. Розмалювати карту почуттів.

П.І. _____
Дата _____

Чарівна країна почуттів

Будиночки: Жителі: Карта країни

	Радість	
	Задоволення	
	Страх	
	Провина	
	Образа	
	Смуток	
	Злість	
	Интерес	

Вправа «Країна почуттів»

Інструкція №1:

«Сьогодні я хочу запросити вас в чарівну країну, «Країну почуттів». В цій країні є жителі, будинки, свої кордони, свої правила та закони, свій король. Уяви собі, що одного разу в цій країні трапився буревій, який спричинив безлад в цій країні. І ось тобі потрібно відновити будинки після буревію. Для цього в тебе є кольорові олівці та вісім будиночків, які потребують твоєї допомоги».

Діти працюють з першою колонкою, де зображені будиночки.

Інструкція №2:

«Чудово. Тепер потрібно заселити у відновлені будиночки жителів країни почуттів: Радість, Задоволення, Страх, Провину, Образу, Сум, Злість, Цікавість. Замалюй або підкресли назви почуттів тим кольором, який відповідає кольору будиночка».

Психолог пропонує дітям попрацювати з другою колонкою, в якій перераховані назви почуттів. В результаті ми дізнаємось, з яким кольором асоціюється у дитини певне почуття.

Інструкція №3:

«Тепер у вас є будиночки, жителі цих будиночків, і вам залишається тільки розфарбувати карту країни почуттів. Зробіть це». Діти працюють з картою, яка нагадує силует людини.

Або інструкція може бути в казковій формі.

Інструкція 1: *«Далеко-далеко, а може бути, й близько, є чарівна країна і живуть у ній почуття: Радість, Задоволення, Страх, Провина, Образи, Сум, Злість та Інтерес. Живуть вони в маленьких кольорових будиночках. При цьому кожне почуття живе в будиночку певного кольору. Хтось живе в червоному будинку, хтось в чорному, хтось в зеленому... Кожного дня, як тільки вставало сонце, жителі чарівної країни займалися своїми справами.*

Але одного разу трапилася біда. На країну налетів страшний буревій. Пориви вітру були настільки сильними, що зривали дахи з будинків і ламали гілки дерев. Жителі встигли сховатися, але будинки врятувати не вдалося.

І ось буревій закінчився, стало тихо. Жителі вийшли з укриттів та побачили свої будинки зруйнованими. Звісно, вони були дуже засмучені, але слезами, як відомо, горю не допоможеш. Отже, вони взяли інструменти та

доволі швидко відбудували власні будинки. Але ось біда – всю фарбу «забрав» вітер.

В тебе є кольорові олівці. Будь-ласка, допоможи жителям і розмалюй будинки..»

Таким чином, дітям пропонувалося попрацювати із першою колонкою, де зображені будиночки.

Інструкція 2: *«Дякую тобі від усіх жителів. Ти відбудував країну. Справжній чарівник! Але справа в тому, що під час буревію жителі були так налякані, що зовсім забули, хто в будинку якого кольору жив. Будь-ласка, допоможи кожному знайти свій будинок. Зафарбуй чи підкресли назву почуття кольором, який співпадає із кольором його будинку».*

Тут ведучий пропонує дітям попрацювати із другою колонкою, в якій перераховані назви почуттів. В результаті ми дізнаємося, із яким кольором у дитини асоціюється кожне з почуттів.

Інструкція 3: *«Дякую! Ти не лише відновив країну, але й допоміг жителям знайти свої будинки. Тепер їм добре, адже дуже важливо знати, де твій будинок. Але як же ми будемо подорожувати цією країною без карти? Адже кожна країна має свою територію і кордони. Територія країни наноситься на карту. Подивись – ось карта країни почуттів (ведучий демонструє силует людини). Але вона пуста. Після відновлення країни карта ще не виправлена.*

Лише ти, як людина, яка відновила країну, можеш розмалювати карту. Для цього візьми, будь-ласка, свої чарівні олівці. Вони вже допомогли тобі відновити країну, тепер допоможуть і розмалювати карту...».

Якщо, розглядаючи карту країни, дитина скаже, що це – людина, то можна пояснити йому, що на карті обриси різних країн можуть бути схожі на що завгодно. Наприклад, на карті Італія схожа на чобіток (при цьому добре мати під рукою атлас і підкріпити свої слова розглядом карт).

4. Обговорення:

- Кого з жителів було складніше за все поселити на карті почуттів?
- Кого приємніше, легше заселити?
- Якому почуттю відповідає цей колір?

Примітка для психолога: Можливо вправа «Почуття-король» та наступна вправа можуть стати окремим заняттям. Ми вважаємо, що тема «Почуття-король» і взагалі, тема, хто є королем свого життя, є дуже важливою для дітей. Тому рекомендуємо розділити заняття.

5. Вправа «Почуття - король»

Мета: навчити дітей спостерігати за своїми почуттями та розпізнавати їх.

«Уявіть, що в цій країні є місце короля. Це місце зараз вільне, і кожен житель має можливість його зайняти. Яке з почуттів займе місце короля в Вашій країні?»

Діти обирають те почуття, яке є важливим для них на даний момент часу. І переходять до виконання наступної вправи.

6. Практична робота «Користь та шкідливість емоцій»

Кожна дитина працює зі своїм почуттям – королем. Якщо є діти, які обрали однакові почуття, вони працюють у групі. Психолог пропонує дітям знайти в обраному почутті корисні та шкідливі сторони.

Примітка для психолога: Кожна емоція та почуття є важливими для людини. Недоцільно поділяти їх на ті, що приносять користь людині, та на ті, що шкодять їй. Підвести дітей до того, що навіть в емоції чи в почутті, які на перший погляд, здаються негативними, є свої позитивні сторони, які допомагають людині в житті.

Приклад: страх. Шкідливість страху – стримує людину щодо того, що іноді необхідно зробити. Користь страху – дозволяє людині вберегтися від зайвого ризику. Також можна «розкласти по полицках» інші емоції.

7. Обговорення в колі.

Важливо, щоб в колі були розкриті всі емоції. Треба відзначити, що ця вправа потребує творчого та активного втручання ведучого. Для зручності можна на дошці прописати користь та шкідливість кожної емоції.

8. Домашнє завдання. Поспостерігайте за собою протягом тижня. Прослідкуйте, як часто обране вами почуття стає «королем»? В яких ситуаціях це почуття ставало «королем»? Як ви себе при цьому почували?

9. Ритуал завершення.

Заняття №2

Тема: «ПОЧУТТЯМ МІРИ»

Мета:ознайомити учасників із почуттям Міри, показати важливість знаходження «золотої середини».

Матеріали:кольорові олівці, папір формату А-4.

Хід заняття:

1. Перше коло. Ритуал привітання.

2. Обговорення домашнього завдання.

- *Як пройшов тиждень?*
- *Як часто обране вами почуття ставало «королем»?*
- *В яких ситуаціях це почуття ставало «королем»?*
- *Як ви себе при цьому почували?*

Примітки для психолога: Психолог «підводить» дітей до думки, що одне й те ж саме почуття не може бути завжди «королем». А якщо це так, то просимо дитину уявити, що це почуття живе місяць, рік.

3. Вступ психолога.

«Сьогодні ми запросимо в Країну наших почуттів це одного персонажа – це почуття міри»

Обговорення:

- *Що таке Міра, почуття міри?*
- *Навіщо нам потрібно це почуття?*

Примітки для психолога:Психолог «підводить» дітей до висновку, що втрата міри – це втрата емоційного балансу. Міра шукає «золоту середину» між позитивом і негативом взятої емоції. Міра обирає силу, інтенсивність прояву обраної емоції.

Щоб з комфортом жити серед людей дуже важливо мати почуття міри.

Слова ведучого: *«Якщо розглядати, що Міра – це деякий символ, метафора, а Країна почуттів – це і є наш внутрішній світ емоцій та почуттів, то хто б міг бути у вашій країні **почуттям Міри** і хто б міг бути **Королем** над слугами – почуттями».*

Примітка для психолога: Король або королева – це і є сама людина. Тому що тільки він або вона може керувати своїми почуттями. Він має право дати волю будь-якому почуттю або притягнути до відповідальності. А Міра – це скіпетр, символ влади Короля.

4. Вправа «Я – король»

Мета: навчати учасників відчувати себе королем своїх емоцій та почуттів.

Час: 15-20 хвилин.

Інструкція: Намалюйте свою країну почуттів, де ти і є король, в руці якого скіпетр, а почуття ваші слуги.

Обговорення:

- Розкажи про свою Країну почуттів?
- Чи комфортно тобі сидіти на троні?
- Якщо ні, то чому?

Примітки для психолога: Висновок психолога, що всі почуття важливі в житті людини. Головне - мати почуття міри і навчитися керувати своїми почуттями.

5. Останнє коло. Ритуал завершення.

Заняття №3

Тема: «УЗАГАЛЬНЕННЯ І ЗАКРІПЛЕННЯ ТЕМИ»

Мета: дати дітям можливість відчувати свій емоційний світ.

Матеріали: велика кімната, щоб діти вільно по ній могли пересуватися.

Хід заняття:

Перше коло. Ритуал привітання.

3. Розігрування сценки « Моя країна почуттів»

Примітка для психолога: Це заняття повинен проводити досвідчений психолог, який має досвід корекційної або психотерапевтичної роботи! Дітей потрібно налаштувати на подібну гру. Бажано, щоб до цього часу у психолога та групи був встановлений емоційний психологічний контакт.

Інструкція: В центрі кімнати ставимо стілець, який буде символізувати трон Короля. На нього, по бажанню, сідає дитина, яка буде зараз відтворювати Країну своїх почуттів.

На роль почуттів дитина обирає когось зі своїх однокласників і розташовує їх так, щоб відчувати себе на троні. Одні почуття дитина розташовує ближче до себе інші подалі.

Можливі варіанти, коли дитина розташовує почуття за тронном. Під час розташування своїх почуттів дитина може рухатися, підходити до почуттів, спілкуватися з ними. Головне, щоб в кінцевому результаті, дитина була задоволена та їй подобалось розташування всіх її почуттів.

Під час цієї гри психолог має бути уважним і допомагати групі справлятися з цим завданням. Особливу увагу потрібно приділити дитині, яка сидить на троні, допомогти їй впоратися зі своїм відчуттям. Можливі додаткові питання, наприклад, чи справді їй подобається це розташування, чи хоче вона щось змінити і т.д.

Примітка для психолога: За одне заняття королем зможуть побути лише 2-3 дитини. Це дуже емоційна гра, яка потребує багато сил та концентрації уваги. Діти молодшого шкільного віку швидко втомлюються від одноманітності. Вони потребують зміни діяльності.

4. Обговорення гри, яке має бути направлене на збір почуттів усіх дітей, особливо тих, які приймали участь у грі.

1.5. Тема 3

«МОРАЛЬНІ ЦІННОСТІ»

Мета: познайомити дітей із моральними цінностями за допомогою введення поняття «Доброчинники», які живуть в кожній людині.

Коментар для психолога: Коли ми разом із дітьми говорили про «Країну почуттів», то прийшли до висновку, що Королем Країни Почуттів є власне сама дитина (його(ї)«Я»), а помічником - Міра, яка символічно була зображена скіпетром Короля. Продовжуючи цю тему «підводимо» дітей до думки про те, що символом моральних цінностей є серце.

Тому на першому занятті блоку «МОРАЛЬНІ ЦІННОСТІ» вирізаємо із червоного картону велике серце і вішаємо його на стіну в робочій кімнаті. Заздалегідь необхідно підготувати скриньку під назвою «ДОБРОЧИННИКИ», в якій будуть знаходитися маленькі серця – «*доброчинники*» (якості та моральні цінності, які допомагають творити, чинити добро).

На кожному занятті психолог буде діставати зі скриньки той «доброчинник», із яким діти будуть знайомитися. Після цього кожне маленьке серце буде приклеюватися на велике. Таким чином, в кінці цього блоку у дітей буде серце зі всіма «доброчинниками», як певне нагадування про їх моральні цінності.

Також необхідно перед початком курсу пояснити дітям, що «доброчинники» – це всі позитивні якості, які допомагають нам творити добро (від слів «добро» та «чинити»).

Заняття №1

Тема: «ЛЮБОВ»

Мета: знайомство із поняттям «любов»

Основна частина заняття:

Примітка для психолога: Для створення емоційного настрою на цьому занятті необхідно, щоб в класі була атмосфера любові. Якщо Ви говорите про любов, важливо, щоб Ви, як ведучий, її відчували та проявляли. На початку заняття тренер в розмові має підвести дітей до теми Любові і до її надзвичайної важливості в житті кожної людини. Це можна зробити наступним чином.

- Без чого не можуть жити, зростати квіти? (Квіти без сонечка рости не можуть.) чому? Що робить сонечко? Тобто, без чого не можуть рости квіти? (Без тепла та любові.) А ще скажіть, коли виростають найкращі, найкрасивіші квіти? (Коли їх люблять).

- А без чого не може жити дитина? (Дитині погано без батьків.) А що роблять батьки? (Піклуються про дитину.) А коли дитина найщасливіша? (Коли її люблять).

- Тому, як ви вважаєте, яка чеснота є царицею всіх чеснот? (Любов).

Знаходимо у скриньці з добродійниками серце з написом «ЛЮБОВ» і приклеюємо його до великого серця.

Вправа «Квітка любові»

Спрямована уява під музичний супровід (10-15 хв.)

Говорять, що коли приходить любов, в серці розпускаються квіти... Хочете відчути, як вони розпускаються?... Для цього сядьте чи ляжте таким чином, щоб вам було зручно... Та слухайте мене уважно... Нічого не говоріть та уявляйте собі те, що я буду вам розповідати.

Примітка для психолога: Щоб діти змогли відчути те, що ви їм будете говорити, вам самим необхідно це відчути. Для цього вдома знайдіть місце і час, щоб вам ніхто не заважав. Влаштуйтеся зручно, розслабтеся, відкладіть рішення всіх проблем на певний час. Ввімкніть спокійну музику та спробуйте побачити свою Квітку Любові, відчуйте, як вона розпускається у вас в серці та як її світло іде від неї до ваших близьких.

Повертаємося до заняття. Ведучий вмикає музику та починає говорити:

Закрийте очі та ввійдіть у власний внутрішній простір... Коли ви закриваєте очі, виникає простір, в якому ви знаходите себе... Це саме те., що я називаю вашим простором... Ви володієте таким простором в цій кімнаті..., у будь-якому іншому місці, де ви знаходитесь..., але, зазвичай, не помічаєте його...

Коли очі закриті., ви можете відчути цей простір... В ньому знаходиться ваше тіло... І повітря навколо вас... Це приємне місце... Саме тому це ваш простір... Звертайте увагу на те., що буде відбуватися із вашим тілом... Мені б хотілося., щоб ви зараз зробили пару глибоких вдихів... Зробіть шумний видих: «Хааааааах»...

Отже, ви ввійшли у власний простір... А тепер відчуйте., як у вас в серці... розпускається Квітка Любові... Яка вона гарна!.. Подивіться, якого вона кольору, якої форми її пелюстки?.. Відчуйте її...

А тепер уявіть..., що ваша Квітка Любові розкрила свої пелюстки... І з неї йде Світло Любові... Воно доходить до вашої мами... до тата... до вашого друга або подруги... Де б вони зараз не знаходилися... Світло Любові вашої Квітки доходить до всіх людей у світі...

Уявіть собі, як було б гарно, якщо б у всіх людей розпустилися такі гарні Квітки в серці?.. У вас є ще декілька хвилин, щоб побути зі своєю Квіткою Любові... Щоб відчуті її любов... Ви можете послати свою любов ще комусь, кому ви хочете...

А зараз ви відкриєте очі і повернетесь в нашу кімнату... Мені б дуже хотілося побачити ваші Квітки. Намалуйте їх, будь-ласка.

Потім дітям дасться час на малювання. Бажано, щоб воно відбувалося під музику, яка вже звучала. Це дозволить зберегти відповідний емоційний настрій.

В кінці заняття створюється виставка «Наші Квіти Любові».

Закінчується заняття на тому, що діти розглядають малюнки інших на виставці і діляться враженнями.

Домашнє завдання:

Подумайте: «Як ми можемо проявляти власну любов до батьків, друзів, однокласників, тварин, дерев, квітів?»

Заняття №2

Тема «ДОБРОТА»

Мета:знайомство із поняттям «доброта».

Перевіряємо домашнє завдання.

Основна частина заняття:

- Сьогодні ми з вами поговоримо про доброту.

Знаходимо в скриньці серце під назвою «ДОБРОТА» і приклеюємо його до великого серця.

- Що таке доброта? Які думки допомагають нам бути добрими?

Примітка для психолога: Важливо «підвести» дітей до думки, що наша поведінка залежить від наших думок. Контролюючи свої думки, ми контролюємо нашу поведінку.

Вправа «Чарівна чашка»

Мета: навчати дітей бути добрими та ділитися своєю добротою

Час: 25-30 хвилин.

Інструкція: *Діти під музику для релаксації виконують завдання ведучого...*

Сядьте зручніше, прикрийте очі, дихайте спокійно, рівно та глибоко... Розслабтеся... Уявіть собі білий екран..., зосередьтеся на ньому... Представте, що ви бачите на ньому свою улюблену чашку... Розфарбуйте її так, як вам хочеться...

Ще раз уважно роздивіться її... Наповніть чашку до країв вашим улюбленим напоєм... Уявіть і спробуйте подумки намалювати поряд із вашою улюбленою чашкою іншу, чужу... Вона пуста... Відлийте напій зі своєї чашки в іншу, порожню... Поряд із нею з'являється ще одна порожня чашка... А потім, ще і ще... Відливайте зі своєї чашки у порожні і не жалкуйте...

А зараз подивіться знову в свою чашку... О! Вона знову повна до країв!.. Що ж із нею трапилося?.. Чому так сталося?.. Ваша чашка особлива – вона чарівна... Ми можемо відливати з неї скільки завгодно, а вона все одно буде повною... Ця чашка – твоя!.. Вона наповнена твоєю добротою!..

А зараз, відкрийте очі... Подивіться навколо та один на одного... А тепер впевнено і спокійно скажемо: «Це я! В мене є така чашка!».

А тепер намалюйте вашу чашку доброти і підпишіть її «Моя доброта».

Обговорення: Після того, як діти намалювали свої чашки, починається обговорення. Діти розповідають, які чашки бачили та обмінюються думками щодо того, чому ж чашка завжди залишалася повною:

Чим більше віддаєш доброти іншим – тим більше доброти отримуєш.

- Як дізнатися про доброту іншої людини?
- Хто може назвати добрих людей?
- Хто дуже добрий в школі (класі)?
- Як ви дізналися про їх доброту?
- Чи можна всім стати добрішими? Як?

***Коментар для психолога.** Тема доброти допомагає дітям легше зрозуміти, що за думками завжди слідує наші вчинки, що думки керують нашими вчинками. Як правило, кожен з дітей вважає себе добрим, але часто вони потім з'ясовують, що добрими їх вважають не всі діти в класі. Ведучий пояснює дітям, що для того, щоб всі дізналися, який ти добрий, потрібно проявляти свою доброту, а це означає – робити добрі вчинки. Чим більше*

добрих вчинків, тим ти добріше (як у випадку із чашкою, тому вона і називається «Чашка доброти»).

Заняття №3

Тема: «БЕЗКОРИСЛИВІСТЬ»

Мета: знайомство із поняттям «безкорисливість».

Під час цього заняття психолог намагається допомогти дітям відійти від розповсюдженої формули «ти - мені, я - тобі», показати красу безкорисності.

Основна частина заняття:

Читаємо дітям казку або демонструємо фільм «Просто так», а також просимо подумати, які добрі вчинки роблять її герої.

Казка за мультфільмом «Просто так»

Одного сонячного ранку хлопчик йшов додому із великим букетом квітів. Навколо літали метелики. Настрій у хлопчика був гарний і він наспівував пісню: "Ля-ля-ля, ля-ля, ля-ля-ля..." І раптом хлопчик побачив сумне цуценя, яке сиділо біля дороги. Тоді він підійшов і простягнув йому свій букет. Цуценя запитало:

- Це мені?

- Тобі, - відповів хлопчик.

- А за що? – спитало цуценя.

- Просто так, - відповів хлопчик і пішов далі.

Цуценя подивилося на букет, на сонце, на небо і побігло підстрибуючи та пританцьовуючи, тому що настрій в нього поліпшився. Він став наспівувати веселий мотив: "Ля-ля-ля, ля-ля, ля-ля-ля..."

Назустріч цуценяткові по дорозі повільно крокував віслючок, голова його була низько опущена. Йому було дуже сумно. І тому день здавався йому похмурим і сірим. Ніщо його не могло розрадити. Коли цуценя порівнялося із віслючком, то одягнуло йому на голову букет. Віслючок зупинився, відкрив від подиву очі і запитав:

- Це мені?

- Тобі, - відповіло цуценя.

- А за що? – спитав здивований віслючок.

- Просто так, - відповіло, посміхаючись, цуценя. І побігло далі.

Віслючок стояв, замислившись. На букет почали злітатися метелики. Тепер вже день не здавався віслючкові таким безрадіним. Він

посміхнувся і пішов по дорозі, наспівуючи пісню: "Ля-ля-ля, ля-ля, ля-ля-ля..."

Вийшовши на лісову поляну, віслючок побачив ведмежа, який збирає малину. Ведмежа теж помітив віслючка і сховав корзину із ягодами за спину, щоб не ділитися. Віслючок підбіг до ведмежати і подарував йому свій букет. Той здивувався:

- Це мені?

- Тобі.

- А в мене нічого немає, - сказало перелякане ведмежа, ховаючи корзину ще далі.

- Це – просто так, - відповів віслючок і весело пішов далі. А ведмежа, тримаючи в одній руці корзину, а в іншій букет, побіг додому. Його шлях був через яр, який можна було перейти лише по колоді. Ведмедик повільно став просуватися по колоді, але втратив рівновагу. І вслід за корзинкою та букетом впав на дно яру. А там сиділа білочка. Корзинка впала прямо перед нею. Білочка закліпала очима і тихо спитала:

- Це мені?

- Тобі, - неохоче відповів ведмедик.

- А за що?

- Просто так, - відповів ведмедик, вже посміхаючись.

Білочка була щаслива. А ведмежа побіг задоволений додому, наспівуючи пісеньку: "Ля-ля-ля, ля-ля, ля-ля-ля..."

Обговорення казки можна провести за допомогою таких питань:

- Що відбувалося в казці? (Хлопчик дарує букет цуценяті, цуценя – віслючку, віслючок – ведмежати, ведмежа – білочці, і настрій у героїв поліпшується).

- А чому вони це робили? (Просто так. Вони були добрими).

- Який настрій був в тих, хто дарував букет?

- Чому вони дарували букет саме цим героям?

- Чи хотіли вони щось отримати натомість?

- Як змінювався настрій в тих, хто дарував букет? Чи було їм важко розставатися із букетом?

- Як змінювався настрій в тих, до кого проявлялася увага?

- Що важливого для себе ви почули в цій казці?

Після обговорення психолог говорить про те, що вміння робити щось добре для інших просто так, не очікуючи нічого натомість, називається безкорисливістю. В цьому слові дві частини: «без» та «користь». Користь – це

бажання отримати щось взамін. Давайте знайдемо цю якість «безкорисливість» в скриньці чеснот і приклеїмо до нашого серця.

Далі дітям пропонується намалювати букет чи зробити аплікацію із засушених рослин та подарувати його дитині, яка сидить праворуч зі словами «Це тобі просто так!».

Обговорення.

- *Що ви відчували, коли дарували і отримували подарунки (малюнок чи аплікацію)?*

Узагальнюючи, психолог говорить, що безкорислива людина – це чарівник, який робить інших більш щасливими, сам стає щасливим і сильним. У таких людей багато добрих і вірних друзів.

Заняття № 4

Тема: «ДРУЖБА»

Мета: знайомство із поняттям «дружба».

Основна частина заняття.

Читаємо дітям казку, яка називається «Фло»(П. Дідик). Діти слухають, малюють та обговорюють казку.

Казка «Фло»

Виросла квітка на галявині. Озирнулася і побачила безліч інших квіточок. Всі вони були різні і не схожі одна на одну. Деякі були високі, інші – низькі, якісь з них – більш яскраві, інші – тьмяніші, але всі вони були єдиною дружньою родиною. Всі квіти радісно привітали новеньку і дали їй ім'я – Фло.

Зранку всі квіти просиналися і віталися із сонечком. Вдень займалися своїми справами. А ось ввечері починалося найцікавіше: більш дорослі квіти розповідали маленьким, як протікало життя на цій галявині до їх появи на світ. Одного вечора почав свою розповідь старий дід реп'ях. Зовнішність в нього була не дуже приємна, особливо для людей, які гуляли на цій галявині. Йому подобалося приліплювати до їх одягу свої колючки і радіти власним проказам. Так ось, почав він свою розповідь:

«Трапилося це в нас на галявині минулого літа. Тоді було дуже спокійне літо і не відбувалося нічого особливого. Але одного разу над

нашою галявиною пролітали брати Вітер і Доц та їх сестра Гроза. Пролітали вони так високо, що ніхто на землі їх не побачив і не відчув. Почули вони розмову квітів про те, які вони, квіти, дружні і турботливі. Вирішили тоді Вітер, Доц і Гроза перевірити, чи так це є насправді і приступили до випробувань стійкості духу цієї маленької квіткової галявини.

Брат Вітер почав дути на квіти із такою силою, що найслабші з квітів почали вириватися із корінням. Але друзі, які росли поряд, допомогли їм. Всі квіти дружньо взялися за листочки і міцно тримали одна одну до тих пір, доки брат Вітер не повірив у щирість їх дружби.

Тоді брат Доц вирішив перевірити їх по-своєму. Обрушив він на галявину надзвичайну кількість дощу. Але побачив, що не здаються квіти: кожна підтримувала іншу хто стеблом, хто бутонем, хто листочками. Тих, хто падав на землю, піднімали і тримали особливо міцно.

Сестра Гроза зупинила своїх братів. Вона зрозуміла, що на цій галявині всі дійсно дуже дружні і будуть підтримувати один одного, щоб не трапилося...»

Так закінчив свою розповідь старий реп'ях. А Фло подивився навкруги себе і дуже зрадів тому, що йому так пощастило народитися на цій галявині, де всі допомагають один одному.

Питання для обговорення:

- Як квітам вдалося вистояти в цьому випробуванні?
- Що означає «кожен підтримував один одного»?
- Що таке справжня дружба?

Слова ведучого: Давайте знайдемо серце під назвою «доброта» в скриньці та приклеїмо його до нашого серця.

Заняття № 5

Тема «ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ»

Мета: знайомство із поняттям «відповідальність».

Основна частина заняття.

Сьогодні я хочу, щоб ви познайомилися із ще однією якістю, яка необхідна кожному. Ця якість – відповідальність.

Скажіть, діти, як ви розумієте, що таке відповідальність?

Діти відповідають.

Я зараз прочитаю вам розповідь про хлопчика. Послухайте її і подумайте, за що хлопчик відповідав.

Перед тим, як читати розповідь, розкажіть дітям значення таких слів, як сторожка, міський сад, вартовий.

Л. Пантелєєв «Чесне слово» (скорочене)

Мені дуже прикро, що я не можу вам сказати, як звати цього маленького хлопчика, де він живе, хто його тато й мама. В темряві я, навіть, не встиг як слід розгледіти його обличчя. Я лише пам'ятаю, що ніс в нього був весь у веснянках і що штанці в нього були коротенькі.

Я засидівся в саду, читаючи цікаву книгу. Всі відвідувачі вже пішли. Я боявся, що сад закриють і пішов до виходу дуже швидко. Повернув на бокову стежку – там білів в темряві невеличкий кам'яний будиночок, які бувають у всіх міських садах, – якась будка чи сторожка. А біля її стіни стояв маленький хлопчик, років семи чи восьми, і, понуривши голову, голосно та невтішно плакав. Я підійшов та звернувся до нього:

- Гей, що з тобою, хлопчик?

Він одразу як по команді перестав плакати, підняв голову, подивися на мене і сказав:

- Нічого.

- Як це – нічого? Тебе хтось образив?

- Ніхто.

- Так чого ж ти тоді плачеш? Давай, пішли, - сказав я йому. – Дивись, вже пізно, сад зачинається.

- Не можу йти.

- Як? Чому? Що із тобою?

- Нічого, - сказав хлопчик.

- Ти що, нездоровий?

- Ні, я здоровий. Я вартовий, - сказав він.

- Як вартовий?

- Ну що ви не розумієте? Ми граємо.

- Так із ким же ти граєш?

- Не знаю. Я сидів на лавочці, підходять хлопці і говорять: «Хочеш пограти у війну?» Я відповів: «Хочу». Ми стали грати. Мені сказали: «Ти сержант». Один хлопчик маршалом був... Він привів мене сюди і каже: «Тут порохований склад. Ти будеш вартовим. Стій, доки я тебе не зміну». Я погодився. А він попросив дати чесне слово, що я не піду.

- Ну?
- Ну, я і сказав «Чесне слово, що я не піду».
- А де ж вони тепер?
- Я думаю, що вони вже пішли.
- Так чого ж ти стоїш?
- Я чесне слово дав...

Я вже хотів засміятися, але потім подумав, що нічого смішного тут немає, і хлопчик абсолютно правий. Якщо дав чесне слово, тоді потрібно стояти, щоб не трапилося – хоч лусни. А гра це чи ні – все одно.

І тут мені в голову прийшла думка, що звільнити хлопчика від чесного слова і зняти з посту може лише військовий. Тоді я побіг шукати військового, крикнув хлопчику: «Зачекай хвилинку».

На зупинці трамваю я помітив майора, і коли я пояснив йому в чому справа, він не став розмірковувати і одразу ж сказав:

- Так, так, скоріше ідемо!

Коли ми підійшли до саду, сторож як раз збирався закривати замок. Ми попросили його трошечки почекати і пішли шукати білий будиночок. Знайшовши його, я покликав хлопчика. Він дуже зрадів нам.

- Товаришу караульний, - сказав йому майор, - яке у вас звання?

- Я – сержант, - відповів хлопчик.

- Товаришу сержант, наказую вам залишити довірений вам пост.

І тоді хлопчик приложив руку до широкого поля своєї сіренької кепки і сказав:

- Так точно, товаришу майор.

Майор протягнув хлопчику руку.

- Молодець! – сказав він. – До побачення!

- Я теж попрощався із хлопчиком і потиснув йому руку.

- Може тебе проводити? – спитав я в нього.

- Ні, я тут близько живу. Я не боюся, - сказав хлопчик.

Я подивився на його маленький конопатий ніс і подумав, що йому дійсно немає чого боятися. Хлопчик, в якого така сильна воля і таке «міцне» слово, не злякається ані хуліганів, ані більш страшних речей.

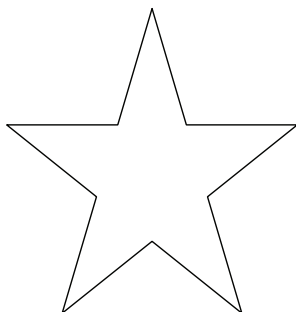
А коли він виросте... Ще невідомо, ким він стане, але ким би він не був, можна ручатися, що це буде справжня людина. Подумавши про це мені стало дуже присмно, що я познайомився із цим хлопчиком.

Питання для обговорення:

- Може бути хлопчик стояв так довго даремно?
- Чому майор сказав хлопчику: «Молодець»?
- Чи є у вас друзі, які вміють тримати своє слово?

- Чи зустрічалися ви із людьми, які не тримали власного слова?
- За що ніс відповідальність хлопчик?
- Чи хотіли б ви дружити із таким хлопчиком?
- За що ви відповідаєте вдома?
- За що ви відповідаєте в класі?

Діти малюють «Зірку відповідальності» і на промінчиках прописують відповідальність, яку вони беруть на себе.



В кінці заняття ведучий разом із дітьми знаходить в скриньці серце під назвою «відповідальність» і вішає його на велике серце.

Заняття № 6

Тема: «ЧЕСНІСТЬ»

Мета: знайомство із поняттям «чесність».

Основна частина заняття.

Коментар для психолога: Чесність є цінною якістю особистості, тому із дітьми необхідно поговорити про це. Досвід показує, що навіть найменша неправда призводить до великої брехні. Чесність передбачає мужність і сміливість. Після цього заняття діти часто говорять: коли говориш правду, світ стає краще, люди стають добрими.

Тренер: *Сьогодні я хочу поговорити із вами про чесність. Як ви гадаєте, що таке чесність? Чому іноді важко бути чесним? Що ви відчуваєте, коли*

хтось вам бреше? Як ви вважаєте, коли ви когось обманюєте, що при цьому відчуває людина?

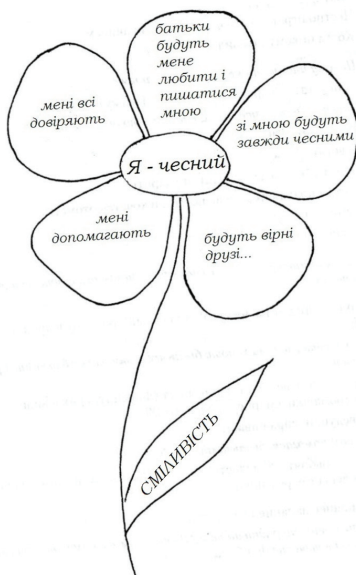
Після обговорення психолог пише на дошці «Я - чесний», обводять в кружечок і задає питання:

- *Розкажіть, чому добре бути чесним, яке благо мені приносить чесність?*

Всі відповіді психолог фіксує у вигляді пелюстків квітки (ромашки).

- *Що, які якості вам допомагають бути чесними?*

Всі діти говорять: «Сміливість», - і ведучий записує слово «сміливість» на пелюсток ромашки.



Після цього можна запропонувати дітям написати казку.

Уявіть собі, що гном відправився у подорож і потрапив спочатку в місто «Брехунів», а потім «Чесних». Які історії із ним там відбулися? Придумайте декілька. Запишіть або намалуйте їх.

Обговорення.

В кінці заняття ведучий разом із дітьми знаходить в скриньці маленьке серце із назвою «чесність» і вішає його на велике серце.

Заняття № 7

Тема: «ТЕРПІННЯ»

Мета: знайомство із поняттям «терпіння», демонстрація важливості і необхідності цієї якості в повсякденному житті людини.

Основна частина заняття.

Основне питання цього заняття: «А навіщо вам проявляти терпіння?»
Ведучий веде бесіду таким чином, щоб не він, а самі діти доводили і пояснювали йому необхідність терпіння.

Цінність терпіння в тому, що воно дозволяє уникати сварок, зберігати добрі відносини, які нам так необхідні. При цьому, дуже важливо звернути увагу дітей на ситуації, в яких терпіти не можна (коли відбувається щось серйозне, наприклад, коли щось болить або коли ображають, тощо – необхідно розказати дорослим).

Ведучий: *Сьогодні до нас прийшов лист із позначкою «терміново». Давайте його прочитаємо. Ведучий зачитує листа.*

ТЕРМІНОВО!!!

Дорогі друзі!

В нашій країні Сіяніка зникли зірки терпіння. Їх погасила зла чарівниця Нетерплячка. Вона хоче згубити нашу країну. Але, якщо хто-небудь вам нагадає де проявляють терпіння і як, то зірки знову засяють.

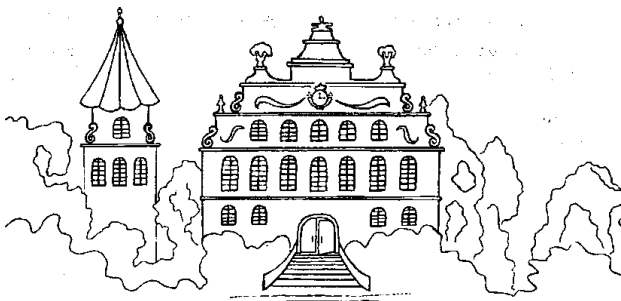
Врятуйте нас!

Допоможіть врятувати зірки терпіння.

Із любов'ю, жителі країни Сіяніка.

- *Ось такий лист. А ось і сама країна Сіяніка.*

Ведучий роздає дітям ілюстрацію «Країна Сіяніка».



- Багато хто з мандрівників говорить, що це була гарна країна. Лише зірок дуже не вистачає.

- Друзі, а чому країна може зникнути без терпіння, як ви гадаєте?

- *Можливі відповіді дітей:*

- *Якщо не буде терпіння, то жителі можуть побитися.*

- *Не зможеш «втримати» свого язика, скажеш щось образливе і посваришся із друзями.*

- *Продавці не будуть стояти та чекати покупців.*

- *Діти припинять чекати, коли їм куплять іграшки і самі візьмуть те, що їм хочеться (іншими словами, вкрадуть).*

- *Треба буде щось робити, а терпіння «лусне», і нічого не зробиш.*

- *Один одного не будуть довго терпіти.*

- *Люди стануть дратівними і неспокійними.*

Ведучий: Жителі країни Сіяніка почали забувати, де і як необхідно проявляти терпіння. Давайте спробуємо їм допомогти.

Далі ведучий задає питання. Після обговорення кожного питання вони малюють зірку якогось певного кольору на ілюстрації «Країна Сіяніка». Ця зірка дає країні терпіння у вигляді кольору, яким її намалювали. Таким чином в кінцевому результаті діти отримують різнокольорову, гарну «Країну Сіяніку».

Ведучий: Чи проявляєте ви терпіння в школі на уроках, перервах? Як саме? Для чого?

Відповіді діти дають наступні:

- Я чекаю доки мене спитають. Адже якщо всі будуть говорити на уроці, коли захочуть, то буде шумно і нічого не зрозуміло.

- Терплю, коли стою в черзі за обідом. А якщо буду штовхатися, то на мене образяться, можливо навіть виженуть із їдальні.

- Терплю в їдальні крик інших і намагаюся знаходитися там якомога менше часу.

Ведучий: Чи проявляєте ви терпіння вдома? В чому? Для чого? Як саме?

Можливі відповіді:

- Вдома я із терпінням закриваю око пов'язкою, тому що воно в мене погано бачить. А якщо не заклеювати, то він буде ще гірше бачити.

- Вдома я роблю уроки. Іноді мені не хочеться цього робити. Але я терплю і роблю. А якщо б не робив, то, коли стану великим, нічого не буду знати.

- Іноді хочеться з'їсти щось смачненьке без дозволу, але я думаю про те, що мама мені б не дозволила, якщо б я її попросив. Ось тому і не їм.

Ведучий: Чи проявляєте ви терпіння в транспорті? В чому? Для чого? Як саме?

- В автобусі можуть штовхнути, коли я виходжу. Можуть наступити на ногу чи вдарити ненавмисно. Але ж там всім тісно, і треба потерпіти. А якщо не терпіти, то всі пересваряться і, навіть, можуть побитися.

Ведучий: Чи проявляєте ви терпіння. Коли хворієте? Як саме? В чому?

- Терплю, коли болить живіт, і необхідно пити гіркі таблетки.

- Коли я лежав у лікарні, то там необхідно було терпіння, коли робили уколи. А якщо не терпіти, то тобі буде боляче потім.

- Я терплю, коли мені роблять масаж руки для того, щоб вилікуватися, вирости красивою і стрункою.

Давайте знайдемо цю якість в скриньці і приклеїмо до нашого серця.

Заняття № 8

Тема: «САМОПОВАГА»

Мета: знайомство із поняттям «повага» і «самоповага»

Основна частина заняття.

Примітка тренеру: В повазі прихований глибокий смисл. Кожна людина має право на поважливе ставлення до себе. Головне завдання ведучого – навчити дітей бачити позитивне в інших, оскільки це є основною поваги. Погане одразу помічається. А ось, щоб побачити в людині щось гарне, іноді потрібно дуже постаратися. Якщо ми помічаємо щось негативне, то накопичуємо це негативне в собі. А помічаючи переваги іншого, то ми наповнюємося ними самі.

Ведучий.

- Сьогодні я хочу поговорити із вами про повагу. Як ви проявляєте повагу до кого-небудь?

Потім запропонуйте дітям **гру «Чарівний ліхтарик».**

Чарівним ліхтариком може бути справжній або казково оформлений ліхтарик (чи свічка). Бажано, щоб його можна було запалити.

Ведучий показує чарівний ліхтарик дітям і говорить, що, запалюючи цей ліхтарик, ми бачимо в інших лише позитивні якості.

Ведучий: Зараз ми попросимо кого-небудь вийти за двері, посвіtimo на нього цим ліхтариком і дізнаємося, які в нього є якості, гідні поважного ставлення.

Ведучий питає, хто з дітей бажає вийти, щоб на нього посвітили чарівним ліхтариком. Якщо бажаючих багато, то для вибору використовується будь-яка лічильочка. Після того, як дитина вийшла за двері, ведучий вмикає спокійну музику, запалює ліхтарик і пропонує дітям згадати якості, які гідні поваги, у дитини, яка вийшла.

Далі тренер записує на листівці всі якості, які перерахували діти, та просить когось з дітей покликати того, хто вийшов. Тренер детально розповідає дитині, яка зайшла, все те гарне, що про нього говорили діти, і вручає листівку. Наприклад, почати можна так: «Всяя, коли ми запалили ліхтарик і подивилися на тебе, ми побачили, що ти володієш величезним скарбом...».

Цю гру можна проводити не більше трьох разів. Потім виводимо «Золоте правило поваги» - бачити позитивне в інших людях.

Потім ведучий просить дітей написати «Похвальне слово другу». Посвітить «чарівним ліхтариком» на тих дітей, які не виходили за двері, і запишіть ті їхні якості, які гідні поваги. Це й буде похвальне слово другу.

Похвальне слово другу

Обговорення.

Давайте знайдемо цю якість в скриньці і приклеїмо до нашого серця.

Заняття № 9. Підсумкове.

Мета: узагальнити отримані знання про «доброчинники».

Основна частина заняття.

Вступ тренера: На останніх заняттях ми говорили про багато усіляких якостей. Давайте згадаємо їх. Назвіть їх, будь ласка.

- Хто з вас відкрив в собі позитивні якості, про які раніше не здогадувався? Які? (Відповіді дітей фіксуються на дошці).

- Які якості в вас стали більш сильними? (Відповіді дітей ведучий фіксує на дошці).

Сьогодні я хочу запропонувати вам навпроти кожної якості, яка допомагає творити добро, намалювати відповідний символ. Символ – це умовний знак, який відображає певні поняття, ідеї, явища. Наприклад, символом музичного театру може бути скрипковий ключ чи театральна маска.

Було б добре, якщо психолог покаже ілюстрації або власноруч намалює скрипковий ключ чи театральну маску.

Герб – це теж символ роду чи міста, країни (можна продемонструвати деякі герби).

Краще, якщо перший символ тренер намалює разом із дітьми, а далі вони продовжать роботу самостійно. Робота може проходити індивідуально, в парах чи у мікрогрупах. Тренер вмикає спокійну музику, а діти самостійно малюють символи якостей.

По закінченню тренер вимикає музику та просить дітей не лише показати роботу, але й пояснити вибір того чи іншого символу.

Примітка тренеру:Важливо, щоб психолог не давав оціночних суджень, не порівнюючи ідеї дітей, та застерігаючи від цього безпосередніх учасників. Бажано, щоб тренер підкреслив красу і важливість різноманіття як такого.

Приклади символів, які можна запропонувати діти:

- Доброта – подарунок, мішечок, чашка доброти;
- Безкорисність – букет квітів, цуценя;
- Терпіння – зірка (зірки);
- Відповідальність – зірка, знак оклику;
- Повага – чарівний ліхтарик, потиск рук;
- Самоповага – людина під луною, прапор, веселка;
- Любов – серце, квітка, усміхнене серце, одне велике серце і багато маленьких сердець.

1.6. Тема 4

«ВЧИМОСЯ СПІВЧУВАТИ»

Мета: розвивати у дітей здібності до розуміння, співпереживання та співчуття.

Вправа «Турбота про тварину»

Мета: дає можливість дітям ідентифікуватися з домашньою твариною, про яку вони повинні турбуватися, розвиває у дітей здатність до співчуття.

Час: 20 хвилин.

Вік: з 6 років.

Інструкція: «Чи думали ви колись про те, що для вас в житті є найнеобхіднішим? А як ви думаєте, що потрібно для життя рослині? А що тварині?»

Ми всі потребуємо одне одного. Всі, хто живе, мають потребу в якихось речовинах або живих істотах. Рослинам потрібна земля, щоб вони могли житися. Яблуні потрібні бджоли, щоб запилювати квітки. Нам потрібне повітря, щоб ми могли дихати... назвіть мені ще речі, що необхідні вам для чого-небудь.

Тепер давайте подумаємо, як наші домашні тварини потребують нас. Хто з вас турбується про домашніх тварин?

Тепер я хотіла б запропонувати вам одну уявну гру. Уявіть собі, що вас потребує собака, кішка, пташка чи хом'ячок.

Сядьте зручніше, закрийте очі та тричі глибоко вдихніть...

Тепер уяви, що ти вже більше не людина, а, наприклад, твоя власна домашня тварина. Якщо в тебе немає вдома тварини, тоді уяви собі ту, яку ти із задоволенням тримав би... уяви собі, яка вона на дотик – собака... чи кішка... чи інша домашня тварина, яка живе у вашому домі...

Уяви собі, що ти і є ця тварина. Ось ти обходиш свій дім або клітку. Уяви собі, як це – сидіти в клітці у спекотний день, коли хутро і так тепле. Як ти себе почуваш, коли в тебе спрага? Ти із задоволенням попив би води? Йди до своєї миски. Чи є там вода? Хто налив її для тебе? А їжа на місці? Хто тебе годує, коли ти голодний? Врешті хтось прийшов тебе погодувати? Ти потребуєш людину, яка б тебе годувала. Ти не можеш сам знайти їжу і воду. Ти не можеш сам відкрити кран чи холодильник. Як домашній тварині, тобі

потрібна і сама людина – щоб гратися з нею, щоб вона тебе погладила і попестила, щоб вона з тобою поговорила, погуляла чи випустила з клітки... (30 сек.).

А тепер ти знову дитина, ти тут ... Повертайся назад, потягнись трохи. Відкрий очі і будь знову тут, бадьорий і свіжий. Давайте тепер поговоримо про те, як ми потребуємо наших домашніх тварин, а вони – нас».

Аналіз вправи:

Чи віриш ти, що тварини мають почуття?

Чому люди відповідальні за тварин?

Чи є у вас домашня тварина, і хто про неї дбає?

Чи ти хотів би мати вдома тварину?

Що дають тварини людині?

Що ти даєш людині похилого віку ... своєму товаришу ... просто дитині, такій же як ти?

Чому люди раніше (а інколи і зараз) вірили, що деякі тварини священні?

Вправа «Подяка»

Мета: навчати дітей висловлювати подяку близьким.

Час: 30 хвилин.

Вік: з 7 років.

Матеріали: папір і олівці кожній дитині.

Інструкція: «Будь ласка, подумай про людину, що тобі допомагає, робить для тебе те, що є найважливішим для тебе, хто розуміє тебе. Подумай про всіх цих дорослих і дітей і зроби маленьку замальовку, в якій будуть всі ці люди. Намалюй в середині листа і напиши там своє ім'я. Потім намалюй інші кола і впиши імена людей, про яких ти подумав. З'єднай лініями своє коло з іншими колами. Напиши під кожним колом, що ця людина для тебе зробила ... Тепер напиши кожному з них по реченню, в якому ти йому (їй) дякуєш ...

Візьми новий аркуш паперу і подумай, кому ти довгий час не дякував. Напиши короткий лист, у якому ти йому чи їй скажеш, що ти дуже радий, що він чи вона тобі допомагають. Вислови йому (їй) словами свою подяку ...

Тепер сядьте по двоє і покажіть один одному малюнки і листи. Послухайте, що інші діти думають про це».

Аналіз вправи:

Чому дуже важливо, щоб і діти, і дорослі вчилися висловлювати вголос свою подяку?

Вправа «Щастя»

Мета: навчити дітей почуватися себе щасливими. Тому що тільки щаслива людина може по-справжньому співчувати.

Час: 20 хвилин.

Вік: з 7 років.

Матеріали: папір для малювання та олівці кожній дитині.

Інструкція: «Чи знаєте ви яку-небудь історію про щасливу тварину? Чи знаєте ви яку-небудь людину, що практично завжди щаслива? Коли ви самі щасливі, що ви відчуваєте?»

Я хочу, щоб ви намалювали картинку, з якої буде видно, що буває, коли ви щасливі. Використовуйте кольори та лінії, форми та образи, що виразять ваше розуміння щастя...».

Допоможіть дітям малювати символами й абстракціями.

«А тепер давайте обговоримо, що робить вас щасливими. Диктуйте, я буду записувати».

Запишіть слова на дошці і дайте дітям продовжити цей запис.

Якщо ви працюєте зі старшими дітьми, що добре пишуть самі, то можна розкласти різні аркуші за наступними категоріями: люди, місця, речі, робота... Десятилітні можуть перед цим описати щось, що їх зробило щасливими вчора. Вони можуть навіть крім цього скласти віршик, у якому кожен рядок починається зі слів: «Щастя – це...». Рядки рифмувати не треба.

Аналіз вправи: Чому ми не можемо увесь час почувати себе щасливими?

Що ти робиш, щоб після якої-небудь неприємності знову стати радісним?

Коли ти відчуваєш велике-велике щастя?

Чи робиш ти іноді щось, що робить щасливим іншого?

Вправа «Давати та одержувати»

Мета: стверджує один психологічний закон: те, що ми дали світу, він нам повертає. Навчає дітей це розуміти.

Час: 20 хвилин.

Вік: з 8 років.

Інструкція: Ми вже багато говорили про почуття. Можете ви мені назвати два дуже важливих почуття? А більше? Зараз я хочу запропонувати вам гру, у якій ви зможете одне одному дарувати гарні почуття. Коли ми даруємо іншому добре почуття, то ми самі одержуємо щось.

Назвіть мені, будь ласка, кілька добрих почуттів. Так. Щастя, задоволення, любов, радість, дбайливість – це все добрі почуття. Радіти чомусь, бачити щось прекрасне – це теж дуже гарні почуття... Чи не забули ми ще яке-небудь?

Тепер розійдіться по двоє, станьте одне напроти одного і слухайте мене уважно – я вам скажу, що ви будете робити. Тепер ми налаштуємося на добре почуття, що називається «прихильність».

Отже, сядьте на підлогу і подивіться один на одного. Сядьте так, щоб торкатися один одного колінами... А зараз закрийте очі і трічі глибоко зітхніть...

Подумайте про почуття, яке ми називаємо прихильністю. Де у вашому тілі ви відчуваєте те, що хтось вас любить? Це десь у животі... у грудях... у голові... в руках...? Уявіть собі, де у вашому тілі живе прихильність? Як вона виглядає? Це якийсь колір? А тепер уявіть собі, що с того місця, де ви її знайшли, ви її берете в руки і даєте вашому товаришу. Просто уявіть собі, що ви це зараз робите... А тепер подумайте про те, що ви від свого партнера теж одержали цю прихильність. Він же теж зараз передав її вам. Як це вам? Сподобалося? Тепер партнер дає ще більше прихильності й одержує ще більше назад. Відчуйте, як це... Це гарна думка: прихильність віддається та прихильність повертається...

Тепер один раз глибоко вдихніть і злегка поворухніть руками і ногами. Відкрийте очі і гляньте один на одного. Якщо хочете, можете сказати своєму партнеру: «Спасибі». Повертайтеся на свої місця. Давайте обговоримо, що ви почували, віддаючи та одержуючи прихильність.

Аналіз вправи:

Як ти відчував себе в цій грі?

Чи відчував ти, що віддаєш прихильність?

Чи відчував ти, що отримуєш прихильність?

Як пройшла ця гра у дітей, які не були гарними друзями?

Які ти знаєш можливості показати людині свою прихильність?

Як ти покажеш прихильність тварині... сонцю... своїй мамі... дню... своєму другу?

Як ти помітиш прихильність?

Чи почував ти коли-небудь, що дощ тебе любить... що черевки тебе люблять... що світло тебе любить... що дорослий тебе любить?

Чому прихильність повертається назад, коли ми її даруємо?

Чому іноді доводиться чекати, доки прихильність не повернеться?
Чому іноді прихильність приходить назад звідти, звідки ти її не чекаєш?

Вправа «Острівець почуттів»

Мета: надати можливість дітям відчутти, пережити та висловити всю можливу гамму почуттів.

Час: 20-25 хвилин.

Вік: з 7 років.

Матеріали: багато паперу та кольорових олівців або фарб.

Інструкція: Розділіться, будь ласка, на дві групи. В одній групі всі будуть Танцюристами, в іншій – Художниками. Потім Художники з Танцюристами поміняються ролями. Танцюристам я дуже тихо скажу, яке почуття вони повинні будуть показати. Художники не повинні чути цього. Вони повинні будуть тільки уважно спостерігати за тим, як рухаються Танцюристи, а потім підібрати такий колір, що відобразить характер цих почуттів. А потім – намалювати на папері лінію, яка буде дуже схожа на рухи тіл Танцюристів.

Танцюристам необхідно досить вільного простору. Перед ними сидять Художники за своїми столами. Дайте Художникам три хвилини часу.

Можна починати. Я пошепки говорю Танцюристам, що вони будуть нам показувати.

Зберіть Танцюристів навколо себе і скажіть їм дуже тихо: «Ви повинні показати злість. Що ви відчуваєте, наприклад, коли випадково почувете, що хтось оговорює вас?»

«Зараз Художники побачать, як рухаються Танцюристи. У вас є три хвилини для того, щоб за допомогою ліній, форм і візерунків показати почуття, які ви прочитали за допомогою рухів наших Танцюристів. Танцюристи, зобразіть задумане почуття всі тілом, головою руками і ногами...» (3 хвилини).

Потім Танцюристи можуть сісти. Художники показують свої картини і розповідають, яке почуття вони вгадали. Всі можуть порозмірковувати над тим, чи відображає лінія показане почуття. Потім групи міняються місцями.

Повідомте новій групі Танцюристів іншу ідею: «Ти шаленієш від радості. Ти стрибнув у довжину більше ніж за три метри. Ти досяг якоїсь важливої мети».

Інші ідеї рухів:

Ти хвилюєшся. Ти чув, що батьки заробили і ви поїдете в чудову подорож.
У тебе совість нечиста. Ти розбив вазу, коли грав у кімнаті в м'яч.
Ти зовсім один у будинку, тобі нудно, тому що ти не маєш з ким грати.
Тобі сумно. Твій друг (подруга) виїхав чи твоя домашня тварина померла.
Ти відчуваєш себе здоровим і сильним.
Ти отруївся чимось, і в тебе болить живіт.
Ти відчуваєш себе втихомиреним. День чудовий і ти лежиш на траві, наче в ліжку.
У тебе вже десятий день канікул. Ти займався спортом, добре харчувався і в смак висипався.

Аналіз вправи:

Тобі сподобалося висловлювати почуття танцем?
Яке почуття тобі було важко показати?
Хто з дітей зобразив якимось почуття особливо цікаво?
Тобі сподобалося малювати почуття?
Ти швидко вгадував, яке почуття показували?
Яка з твоїх картинок подобається тобі найбільше?
Яке почуття було зображено зовсім прямими чи ламаними лініями?
Яке почуття має круглу форму?

Гра «Добра тварина»

Мета: сприяти згуртованості дитячого колективу, навчити дітей розуміти почуття інших, давати підтримку і співпереживати.

Час: 5-10 хвилин.

Вік: 6-9 років.

Інструкція: «Станьте, будь ласка, колом і візьміться за руки. Ми – одна велика, добра тварина. Давайте послухаємо, як вона дихає! А тепер подихаємо разом. На вдих – робимо крок вперед, на видих - крок назад. А тепер, на вдих робимо два кроки вперед, на видих – два кроки назад. Так не тільки дихає тварина, так же чітко і рівно б'ється її велике добре серце. Стук – крок вперед, стук – крок назад і т.д. Давайте всі візьмемо дихання і стук серця цієї тварини собі, в своє серце.

Вправа «Дзеркало»

Мета: навчати дітей розуміти думки та почуття співбесідника, його точку зору.

Час: 25 хвилин.

Вік: 8-12 років.

Інструкція: Учасники сидять колом. Ведучий пропонує кожному по черзі коротко розповісти ситуацію, коли з ними вчинили несправедливо. Сусід, що сидить ліворуч, повинен переказати цю історію якомога точніше, а також спробувати зрозуміти і передати почуття розповідача. Автор історії, в свою чергу, оцінює точність переказу. Вправу можна проводити по колу.

Вправа «Очі в очі»

Мета: навчати дітей концентруватися на думках та почуттях іншої людини.

Час: 20 хвилин.

Вік: 8-12 років.

Інструкція: Перед початком гри ведучий пропонує учасникам згадати емоції, які вони знають та описати їх зовнішні ознаки. Потім учасники розбиваються на пари. На протязі 1-2 хвилин партнери мовчки один одному в очі, прагнучі зрозуміти думки і почуття, наче спілкуючись очима. Потім учасники діляться своїми відчуттями з групою.

Завдання для пари: одна дитина зображує якусь емоцію, а друга намагається вгадати. Потім вони міняються ролями.

Обговорення:

Чи вдалося комусь зрозуміти одне одного без слів?

Які почуття оволодівають людиною при тривалому контакті очима?

Чи виникає відчуття розуміння, довіри, духовної близькості?

1.7. Тема 5

ОСОБИСТІСНІ КОРДОНИ

Мета блоку: сприяти усвідомленню дітьми власних психологічних кордонів при щоденній взаємодії та формуванню поважного ставлення до психологічного простору оточуючих людей.

Структура блоку:

1 заняття – знайомство із поняттям «*кордони особистості*» (вправа «Я і оточуючий світ»);

2 заняття – визначення власного особистісного простору та знайомство із особистісними межами іншого («моя» і «твоя») (вправа «Простір тіла»).

3 заняття – дотримання власних кордонів та поняття «поваги до особистісних меж іншого» (вправа «Ходимо один до одного в гості»).

4-6 заняття - формування толерантного ставлення, вчимося відстоюючи власні інтереси поважати і враховувати інтереси інших (вправа-гра «Інші світи»).

Примітка для психолога: При ознайомленні дітей із новим для них матеріалом **важливо** звертатися до вже засвоєної інформації. Тобто поєднувати всі заняття єдиним логічним ланцюжком задля формування в дітей цілісного бачення всієї тренінгової програми і досягнення бажаного результату.

В даному випадку, звернути увагу учасників на те, що ми вже познайомилися один з одним, із нашими почуттями та цінностями, вже краще розуміємо себе і навчилися керувати власними емоціями, а тепер перейдемо до поняття «особистісні кордони».

Вступ тренера.

Що таке кордони? Які вони бувають? Ось, наприклад, коли ми їдемо в іншу країну, то ми перетинаємо що? .. Правильно, державний кордон, тобто межу, яка відокремлює нашу країну від іншої.. А як виглядає ця межа? Де вона позначається? Хто про неї знає? Що буде, якщо перетнути цю межу без дозволу? Навіщо взагалі потрібна така межа?

Примітка для психолога: для наочності можна використовувати карту або глобус.

Так, добре. Це ми з вами поговорили про територіальні кордони. А тепер давайте замислимося чи в нас є власні кордони? Що відокремлює нас від інших? Дозволяє зрозуміти де я, а де вже ти?

Вправи для основної частини занять даного блоку.

Заняття №1

Вправа «Я і оточуючий світ»

Мета: усвідомлення молодшими школярами способу взаємодії із оточуючим світом.

Матеріали для вправи: листи формату А3, олівці, фломастери (краски).

Інструкція: Візьміть, будь-ласка, листочки, покладіть долонь в центр аркушу та обведіть її. Ну як? Вийшло? Подивіться яка в вас вийшла гарна долоня! Руки «допомагають» нам в нашому повсякденному житті, допомагають вітатися, допомагають виражати власну думку (жестикація), допомагають втілювати в реальність те, що задумали. Ми можемо уявити, що контури ваших долонь на малюнку – це ваші особисті кордони, які вас захищають. У всіх вони різні, але у всіх вони є. А що ж це таке – ці кордони, межі?

Контур вашої долоні – це і є межа, межа, яка окреслює де закінчується ваша долоня. Таким же чином ви можете обвести все своє тіло – і отримувате контур вашого тіла, певну межу, яка відокремлює вас від іншої людини, оточуючих предметів, всього, що знаходиться ззовні.

Тепер намалюйте навкруги своєї долоні світ, в якому ви живете. Це може бути все, що вас оточує, все, що вважаєте необхідним. Використовуйте олівці, фломастери (краски). На це вам дається 10 хвилин.

Подивіться на намальований вами світ, в центрі якого знаходиться ваш особистий простір у вигляді долоні. І намалюйте в долоні себе. Де ж ви є? (це може бути обличчя, повністю фігура людини тощо).

Після закінчення малювання всі сідають в коло, роздивляються свій власний малюнок та знайомляться із малюнками інших.

Питання до обговорення: «Де межа між твоїм внутрішнім світом та оточуючим?», «Як твої кордони захищають тебе?», «А якщо б не було кордонів, щось би змінилося?», «Навіщо ж потрібні кордони кожній людині?».

Примітка психологу. Важливо підтримувати кожного із дітей, допомагаючи їм виразити власні емоції. Після завершення малюнків необхідно

«плавно підвести» дітей до думки, що в кожній людині існують певні кордони, які її захищають, дозволяють їй безпечно спілкуватися із оточуючим світом, зберігаючи власні бажання, наміри та цінності.

Заняття №2

Вправа «Простір тіла»

Мета:засвоїти різницю між власним особистісним простором та простором іншої людини.

Час: 10-15 хвилин.

Матеріали для вправи:стрічки, музичне оснащення (весела, рухлива музика).

Інструкція: Розбийте територію приміщення, в якому проводяться заняття, на квадрати за допомогою стрічок. Кожній дитині запропонуйте окремий квадрат.

Увімкніть музику та зачитайте наступну **інструкцію**: Танцюйте під музику кожен в своєму квадраті. А якщо хтось із танцюючих зачепить іншого або взагалі потрапить на інший квадрат, то він вибуває із гри.

Питання до обговорення: Чи сподобалось вам рухатися в межах лише власного квадрата? Чи складно було не зачіпати іншого? Які емоції та почуття виникали протягом гри?

Примітка психологу. Залежно від результатів обговорення та настрою дітей, Ви можете запропонувати дітям пограти ще, але вже не використовуючи квадрати.

Нагадайте, що необхідно поважати простір іншої людини. Танцюючи, дітям дозволяється легенько торкатися один одного. Під час гри спостерігайте чи вдається дітям не заважати іншим та в той же час знаходити місце для власних рухів, відмічайте для себе як вони взаємодіють один із одним. В обговоренні після гри спитайте дітей:

Як їм було складніше грати: із визначеними квадратами чи без?

Чи є в житті «визначені квадрати?»

Як ми можемо розуміти де особистісний простір іншої людини (наприклад, кімната, парта тощо)?

Якими діями ми можемо порушувати кордони цього простору?

Зауважте після обговорення, що кожен має власний простір. На наступному занятті ми будемо із вами вчитися, як поважати і не порушувати особистісні межі іншого та не «забувати» про свої власні.

Заняття №3

Вправа «Ходимо один до одного в гості»

Мета:сприяти пошуку дітьми шляхів конструктивної взаємодії, не порушуючи особистісних кордонів іншого.

Час: 20 хвилин.

Матеріали для вправи: гімнастичні кола (нитки), різнокольорові нитки.

Вправа буде складатися із 2 частин.

Інструкція до 1 частини: знайдіть, будь ласка, кожен для себе вільне місце, яке йому подобається, і позначте його колом (або за допомогою ниток, або – гімнастичного кола). Це буде ваш уявний будинок. Спробуйте витягнути руки, поверніться у різні боки – подивіться, чи вистачає вам місця. Якщо ні, спробуйте збільшити площу свого будинку. «Облаштовуйте» його так, як бажаєте.

Коли діти облаштували свої уявні будинки, розташуйте між колами стрічки таким чином, щоб вони були схожими на шляхи, якими можна дістатися до кожного «будинку».

Інструкція до 2 частини. В кожного з вас вже є власні будинки. Ці стрічки - уявні шляхи, які з'єднують всі будинки між собою. А тепер ми будемо вчитися ходити в гості один одного. Кожен має побувати в гостях у своїх однокласників. Не забувайте про вітання та правила ввічливості. Можете починати!

Питання для обговорення:

У кого в гостях ви побували?

Що вам сподобалося?

Скільки гостей ви прийняли?

Як поводити себе гості?

Як поводити ви себе в гостях?

Чи подобалося вам, коли до вас приходили в гості?

Примітка психологу. Важливо під час обговорення звернути увагу дітей на те, що необхідно поважати особистісний простір кожного. Зосередьтеся на

тому, як саме діти це робили у вправі та як це можна робити в повсякденному житті.

Заняття №4-6

Вправа-гра «Невідомі світи»

Мета: навчати дітей діяти в колективі, домовлятися, співпрацювати та ефективно взаємодіяти.

Час: близько 2 годин (розраховано на 3 заняття).

Матеріали для вправи: приладдя для малювання (папір для письма, папір для креслення, олівці, фломастери, маркери, ватман, кольоровий папір), клей, пластилін, скотч, ножиці.

Примітка психологу. Ця вправа складається із трьох частин, кожна з яких ми пропонуємо проводити на одному занятті. Важливо попередити про це дітей, щоб вони зрозуміли логічний зв'язок між всіма цими заняттями.

* Можливі різні варіанти цієї гри залежно від віку дітей, із якими будуть проводитися заняття (наприклад, для учнів 1-го класу на третьому етапі гри можна запропонувати лише домовитися про спільні закони, не даючи перелік корисних копалин). Важливо, щоб зберігалося основне смислове наповнення гри.

Інструкція. Мінімальне втручання з боку ведучого, творчий, дослідницький характер гри дозволяє дітям повною мірою відчути особливості взаємодії між представниками різних груп, що істотно відрізняються між собою у культурному, соціальному, ідеологічному плані. Перед початком гри всі учасники розбиваються на 2 команди. Це можна зробити за допомогою жеребкування чи процедури «На перший-другий розрахайся».

Можливе також наступне: ведучий пропонує вийти на середину двом добровольцям. Кожен з них повинен запросити до себе у команду людину, що відрізняється від нього за якою-небудь ознакою (наприклад, за кольором волосся, статі, нелюбові до якоїсь музики тощо). Потім обраний член групи таким самим способом запрошує у команду наступну людину і т.д. Вибір учасників відбувається представниками обох команд по черзі. Коли команди остаточно сформовані, можна починати гру.

Гра складається з трьох етапів.

Етап 1. «Створення світів»

Учасникам повідомляється, що кожна з підгруп – це невідома інопланетна цивілізація, яка повинна бути створена зусиллями всіх членів команди. Групи отримують від ведучого все необхідне для роботи: «план» створення цивілізацій і канцелярське приладдя. В обговоренні ключових характеристик «цивілізацій» повинні, по можливості, брати участь всі члени команди.

Групи займають у кімнаті місця, максимально віддалені одне від одного, чи ще краще, розходяться по різних кімнатах. По закінченню раніше домовленого часу робота по створенню «світів» повинна бути завершена.

План створення цивілізацій:

1. Назва світу і його представників.
2. Портрет представника цієї цивілізації.
3. Їх специфічні особливості, характер.
4. Їх спосіб життя: добовий ритм, улюблені заняття тощо.
5. Закони, за якими живуть представники цієї цивілізації.
6. Деякі культурні особливості (наприклад, ритуали привітання і прощання, їжа, танці).

Етап 2. «Зустріч»

Команди збираються в одній кімнаті Ведучий гри говорить промову, в якій описується ситуація зустрічі між представниками цивілізацій і обґрунтовується необхідність більш близького знайомства між ними.

Промова ведучого:

«Нещодавно в нашій галактиці відбулася дивовижна подія. На одну з безлюдних планет у пошуках корисних копалин приземлилися відразу два космічних кораблі. А раптом вони володіють могутньою зброєю? А, можливо, – це кровожерливі монстри, що не визнають ніяких законів? Наслідуючи давній космічній традиції, представники кожної з цивілізацій послали інопланетянам сигнал, що вони – мирні дослідники і не мають наміру воювати (кожна з команд може придумати свій сигнал)...

В такому випадку має сенс познайомитися і узгодити інтереси відносно подальших досліджень планети. Яка з цивілізацій готова першою виступити в ролі господаря?»

Далі відбувається почергова презентація світів. Презентації краще проводити за визначеним планом. Спочатку «господарі» повідомляють назву свого «світу», вчать гостей прийнятому у їх цивілізації привітання, показують портрет жителя і розповідають про нього, знайомлять гостей зі своїм законодавством. На закінчення гостей пригощають стравами інопланетної кухні, навчають «національному» танцю.

Обговорення:

Чим схожі і відрізняються жителі обох світів?

Проаналізуйте норми і правила, якими керувалися представники різних цивілізацій?

Етап 3. Прийняття спільних законів

На цьому етапі командам потрібно домовитися між собою про визначені правила взаємодії на невідомій планеті і розподілення ресурсів корисних копалин.

Промова ведучого:

«Ну що ж, ми познайомилися, тепер має сенс домовитися про «правила гри», і за можливості, запобігти розбіжностям, які можуть виникнути через розподіл ресурсів планети. Я пропоную обом цивілізаціям сісти за стіл переговорів, домовитися про правила дослідження планети і узгодити розподіл ресурсів. Кожна з дослідницьких бригад вже встигла провести попередні дослідження, і всі ресурси планети відомі (зачитується список корисних копалин, кожна з команд отримує його на руки). Але, можливо, одній з цивілізацій визначений ресурс життєво необхідний, а друга його потребує набагато менше. Всі ці питання необхідно обговорити. На цій планеті немає життя, тому вивіз корисних копалин може відбуватися у будь-яких розмірах.»

Корисні копалини і природні ресурси:

1. Вода.
2. Кремій.
3. Граніт.
4. Каміння, що акумулює сонячне світло.
5. Дорогоцінне каміння, своїми властивостями схоже з алмазом.
6. Маленькі рослини, що витримують величезні перепади температури.
7. Холодна лава вулканів, що згасли, яка тягнеться як гума.

Отримавши необхідні інструкції, команди відходять на деякий час для обговорення законів, які, на їх погляд, необхідно прийняти (кожна команда формулює не більше чотирьох законів). Далі обидві команди сідають за «стіл переговорів». Вони повинні на ватмані записати прийняті закони. Закони висуваються командами по черзі. Кожен із запропонованих законів спочатку обговорюється (якщо необхідно, до нього вносяться поправки), потім ставиться на спільне голосування (наприклад, піднятий вгору палець – «за», опущений вниз – «проти»). Закон приймається, якщо за нього проголосувало більшість учасників.

В кінці всі учасники ставлять під законодавством свої підписи, після цього ватман прикріплюється на стіну.

Обговорення:

Які з законів, які приймалися, викликали найбільше суперечок, із чим це пов'язано?

Що могло б зробити процес переговорів більш успішним?

Що допомагало і що заважало командам знаходити компроміси і заключати узгодження в процесі гри?

Які кроки потрібно здійснювати і яким правилам слідувати, щоб стосунки між людьми носили толерантний характер?

1.8. Тема 6

«НАВЧАЄМОСЯ СПІВПРАЦЮВАТИ»

Мета: навчати дітей поважати один одного, розвивати вміння співпрацювати один з одним.

Вправа «Павутиння»

Мета: Ця гра допомагає дітям познайомитися один з одним та в ході веселого та приємного спілкування зайняти своє місце у групі. Тому її добре використовувати на початку спільної роботи.

Поряд з цим «Павутиння» - чудовий досвід для переживання згуртованості групи.

Матеріали: Клубок ниток.

Інструкція. Сядьте, будь ласка, в одне велике коло. У кожного з вас зараз є можливість повідомити нам своє ім'я та щось розповісти про себе. Можливо хтось з вас захоче розповісти про свою улюблену іграшку, про те, що в нього найкраще виходить, або ж про те, чим він займається у вільний час. У вас є хвилинка, щоб подумати, що ви хочете розповісти нам про себе.

Коментар для психолога. Візьміть клубок у руки та почніть гру самі: «Мене звуть Ольга Василівна, і я дуже люблю співати... (Затисніть вільний кінець нитки міцно у руці та киньте клубок дитині, яка сидить навпроти).

Якщо хочеш, ти можеш назвати нам своє ім'я і що-небудь розповісти про себе. Якщо ти нічого не хочеш говорити, то можеш просто узяти нитку в руку, а клубок перекинути наступному.

Таким чином, клубок передається далі і далі, поки усі діти не стануть частиною однієї павутини, що поступово розростається. Потім варто поговорити з дітьми про все, що може сприяти груповій згуртованості. Запитайте їх: «Як ви думаєте, чому ми склали таке павутиння?»

Після цієї розмови треба буде знову розпустити павутиння. Для цього кожна дитина повинна повертати клубок попередньому учаснику, називаючи його по імені і, можливо, переказуючи його розповідь про себе. Так триває до тих пір, поки клубок не повернеться до Вас назад. Можливо, іноді нитка заплутуватиметься при спробі розпустити павутиння. У таких випадках можна з гумором прокоментувати ситуацію, сказавши, що члени групи вже тісно «пов'язані між собою».

Аналіз вправи:

Чи усі висловилися в ході гри?

Як ти почуваш себе зараз?

Чи відчуваєш ти себе тепер інакше, не так, як на початку гри?

Чи важко тобі було запам'ятовувати імена?

Чиє оповідання тебе зацікавило найбільше?

Хто в групі викликає у тебе цікавість?

Вправа «Хмарочос»

Мета: В цій грі бере участь відразу уся група. У ній діти можуть активно використати як свої рухові навички, так і фантазію і розсудливість.

Матеріали: Один складаний метр і по два-три дерев'яні кубики на кожну дитину. Завдання буде складнішим, якщо кубики виявляться різного розміру. Серед них має бути декілька дерев'яних циліндрів.

Інструкція. Візьміть кожний по два кубики і сядьте в коло на підлогу. Зараз вам усім разом треба буде побудувати один хмарочос. Мені дуже цікаво дізнатися, на яку висоту ви зможете його звести так, щоб він не розвалився. Один з вас може почати будівництво, поклавши в центрі один кубик на підлогу. Потім підходить наступний і кладе свій кубик поруч або зверху. Самі вирішуйте, коли ви додасте один зі своїх кубиків. При цьому ви можете говорити один з одним і разом думати, як ви вчините далі.

Я підраховуватиму, скільки кубиків ви склали, перш ніж вежа впаде. Навіть якщо звалиться тільки один кубик, вам доведеться усю роботу почати спочатку. Крім того, час від часу я вимірюватиму, на яку висоту вже піднялася вежа.

Коментар для психолога. Було б добре, якби Ви могли коментувати дії і стратегію дій дітей. В першу чергу, підтримуйте все, що спрямовано на співпрацю дітей один з одним.

Аналіз вправи

Чи сподобалася тобі ця гра?

Чи ображався ти на кого-небудь в ході гри?

Вправа «Картонні вежі»

Мета. Це дуже захоплююча гра, в ході якої діти намагаються самостійно налагодити взаємодію один з одним для того, щоб разом впоратися з важким завданням. При цьому вони можуть створити реально працюючу команду.

Є два варіанти гри.

Невербальний. В цьому випадку діти не мають права говорити один з одним в ході виконання завдання, а можуть спілкуватися тільки без слів.

Вербальний. У цьому варіанті діти можуть обговорювати між собою процес виконання завдання.

Невербальний варіант має ту перевагу, що примушує дітей бути уважнішими. Можливо, цей варіант проведення гри більше підійде для першої гри, а через деякий час гру можна буде повторити у вербальному варіанті.

Матеріали: Для кожної малої групи потрібні 20 аркушів кольорового картону для уроків праці розміром 6 X 10 см (колір картону у кожної групи - свій), окрім того, кожній групі необхідно мати по одній стрічці скотчу.

Інструкція. Розбийтеся на групи по шість дітей в групі. Кожна група повинна побудувати зараз свою вежу. Для цього ви отримаєте по 20 аркушів картону і рулон скотчу. Будь ласка, не використовуйте більше нічого у своїй роботі. У вас є рівно 10 хвилин, щоб побудувати вежу. А тепер дуже важливий момент - будь ласка, не розмовляйте один з одним, знайдіть інші способи взаємодії між собою.

Зупиніть гру рівно через 10 хвилин і попросіть кожну групу представити свою вежу.

Аналіз вправи:

Чи вистачило твоїй групі матеріалів?

Чи хотілося тобі, щоб матеріалів було більше? Менше?

Як працювала ваша група?

Хто з дітей у вашій групі почав будівництво?

Чи був у вас ведучий?

Чи усі діти брали участь в грі?

Який настрій панував у вашій групі?

Як ти почував (почувала) себе в ході роботи?

Що було найприємнішим було у вашій роботі?

Як ви розуміли один одного?

Чи задоволений (задоволена) ти своєю працею в гурті?

Ти був (була) хорошим членом команди?

Чи гнівався (гнівалася) ти на кого-небудь?

Що б ти наступного разу зробив (зробила) по-іншому?

Яка вежа тобі подобається найбільше?
Чи задоволений (задоволена) ти вежею своєї команди?
Від чого залежить робота в такій команді?

Вправа «Сіамські близнюки»

Мета. Щоб діти змогли по-справжньому насолодитися цією грою, потрібно, щоб у них було розвинене терпіння, необхідне при будь-якій тісній співпраці.

Матеріали: Кожній парі знадобиться одна упаковка перев'язувального бинта або дуже м'яка і тонка хустка; великий аркуш паперу(як мінімум формату А3) і воскова крейда.

Інструкція. Я хочу запропонувати вам гру, в якій ви співпрацюватимете в парах. Ви можете сказати мені, що означає слово "співпрацювати"? Ви можете навести мені конкретні приклади, коли ви з кимось співпрацювали?

Тепер розбийтеся на пари. Одночасно можуть працювати чотири пари. Інші доки дивитимуться.

У тому, що не усі діти працюють одночасно, є своя перевага. Адже спостерігачі "уприглядку" вчать і доки інші грають, можуть підготуватися до власних дій.

Ви можете вирішити самі, скільки пар повинні грати одночасно.

Має сенс організувати гру так, щоб в першому раунді працювали ті діти, які могли б стати хорошим прикладом для інших.

Сядьте за стіл як можна ближче до свого партнера. Я покладу перед вами великий аркуш паперу і дивитимуся, чи зможете ви намалювати картину, якщо ваші руки будуть прив'язані один до одного.

Обмотайте бинтом передпліччя і лікті дітей так, щоб права рука дитини, що сидить ліворуч, виявилася забинтована разом з лівою рукою дитини, що сидить праворуч. Дайте дітям дві воскових крейди різного кольору так, щоб вони тримали їх пов'язаними руками.

Коли ви малюватимете, пам'ятаєте правило - малювати можна тільки прив'язаною рукою. Ви можете розмовляти між собою, щоб вирішити, яку картину ви малюватимете. Ви можете намалювати картину з якимсь зрозумілим зображенням, а можете намалювати просто декілька красивих ліній і форм.

Інші діти, які доки не малюють, можуть уважно спостерігати і слухати. У тих дітей, які зараз виконують завдання, ви можете зараз вчитися тому, як можна взаємодіяти.

Дайте парам приблизно 5-6 хвилин часу на кожну картину і запропонуйте малювати наступній групі.

У цієї гри є декілька складніших варіантів, які можуть оживити гру ще більше. Одному з партнерів зав'язують очі і тільки йому дозволяється малювати. А інший партнер з розплющеними очима управлятиме рухами руки "сліпого" гравця.

Потім відбувається обмін ролями в парі.

Аналіз вправи :

Наскільки тобі вдалося співпраця з партнером?

Чи обговорювали ви, що саме малюватимете?

Як ви розподілили між собою, хто які частини картини малюватиме?

Наскільки тобі сподобався намальований вами малюнок?

Що було для тебе найважче?

Що тобі найбільше сподобалося?

Чи подобається тобі співпрацювати з ким-небудь?

Що в першу чергу потрібне для хорошої співпраці?

Вправа «Малюнок в два етапи»

Мета. В цій грі взаємодія дітей один з одним різноманітна. На першому етапі вони можуть використати свою інтуїцію і все одночасно малювати із закритими очима. На другому етапі вони можуть домальовувати малюнок з розплющеними очима.

Матеріали: Кожній парі дітей потрібний великий аркуш паперу(краще всього ватман) і фломастер. У кожної пари має бути фломастер свого кольору.

Інструкція: Розбийтеся на пари і сядьте на підлогу. Покладіть аркуш ватману між собою і візьміть по одному фломастеру. Поставте фломастером крапку в центрі аркуша і не відриваючи руку, закрийте очі. Тепер я даю вам 2 хвилини, щоб ви подорожували своїм фломастером по усій поверхні аркуша, не відриваючи його від паперу. Малюйте на всі боки, поки вам не здасться, що ви побували в усіх куточках ватману... (2 хвилини).

А тепер розплюште очі і спробуйте зробити картину з того, що намальовано на папері. Якщо хочете, ви можете при цьому розмовляти один з одним. (10 хвилин.)

У вас залишилася ще одна-дві хвилини, щоб завершити малюнок і вирішити, як ви його назвете.

Нехай потім кожна пара покаже свій малюнок усім іншим.

Аналіз вправи :

Чи сподобалося тобі малювати із закритими очима?

Яким чином ти знаходив спільну мову зі своїм партнером, коли у вас були закриті очі? Чи говорив ти з ним?

Як у вашій парі відбувалося домальовування картини?

Як ти співпрацював зі своїм партнером?

Наскільки ти задоволений вашим малюнком?

Вправа «Обидва з однією крейдою»

Мета. В цій грі партнери не повинні розмовляти один з одним. Спілкування між ними може бути тільки невербальним. Для того, щоб зробити атмосферу приємнішою, в ході гри бажано, щоб звучала музика - та, яка подобається дітям.

Матеріали: Кожній парі потрібні один великий аркуш паперу(формат А3) і одна воскова крейда; в якості супроводу повинна звучати популярна або класична музика (залежно від музичних смаків учнів класу).

Інструкція. Розбийтеся на пари і сядьте за стіл поряд зі своїм партнером. Покладіть на стіл аркуш паперу. Зараз ви - одна команда, яка повинна намалювати картину. І малювати ви повинні одночасно однією і тією ж крейдою. При цьому строго дотримуйтеся правила, що забороняє говорити один з одним. Ви не повинні домовлятися заздалегідь про те, що малюватимете. Обидві людини в парі повинні постійно тримати крейду в руці, не випускаючи його ні на мить. Постарайтеся розуміти один одного без слів.

Якщо захочеться, ви можете час від часу поглядати на партнера, щоб побачити, як він себе при цьому почуває і зрозуміти, що він хоче намалювати. А раптом він хоче намалювати щось зовсім інше? Щоб підбадьорити вас, я приготувала невеликий сюрприз - ви малюватимете під красиву музику. У вас три-чотири хвилини часу. (Підберіть музичну композицію відповідної довжини). Як тільки закінчиться музика, завершуйте свою роботу і ви.

Після закінчення гри попросіть команди показати зображення, що вийшли у них.

Аналіз вправи :

Що ти намалював, працюючи в парі зі своїм партнером?

Чи складно було вам малювати мовчки?

Чи прийшов ти зі своїм партнером до єдиної думки?

Чи важко було тобі через те, що зображення постійно змінювалося?

Вправа «Один і разом»

Мета. В ході цієї вправи діти отримують досвід як індивідуальної, так і спільної роботи. Спочатку кожному надається можливість на своєму краю листа намалювати що-небудь своє. Потім партнери обговорюють, що вони хочуть разом намалювати всередині. Потім вони разом реалізують цю спільну ідею. Ця вправа - відмінний початок для дітей, які ще недостатньо звикли до спільної роботи.

Матеріали: Для кожної пари дітей великий аркуш паперу(формат А3) і воскова крейда.

Інструкція.: Подумайте, з ким з класу вам вже доводилося що-небудь робити разом... Не вимовляйте відповіді вголос... А тепер подумайте, з ким з класу ви досі взагалі нічого разом не робили, або це було дуже рідко... Зараз вам буде треба разом з партнером намалювати малюнок. Вирішуйте самі, чи хочете ви, щоб вашим партнером став той, з ким ви вже співпрацювали раніше, або ж ви хочете спробувати, як у вас піде спільна робота з учнем, з яким ви ще не співпрацювали...

Тепер розбийтеся на пари так, як ви вирішили та сядьте один навпроти одного і покладіть між собою аркуш паперу. Розділіть його на три рівні поля двома лініями. Спочатку ви можете намалювати на своєму краю листа те, що вам самим захочеться. На це у вас п'ять хвилин часу.

А тепер вам потрібно буде разом намалювати що-небудь в середині листа. Обговоріть в парах, що ви хочете там намалювати. У вас є дві хвилини, щоб спланувати майбутній малюнок.

Можете почати спільно малювати в центрі свого листа. Якщо хочете розмовляти, то можете це робити. Постарайтеся прийти до рішення, яке влаштує вас обох, щоб подальше малювання принесло задоволення кожному з вас. У вас на це десять хвилин.

Після цього нехай кожна міні-команда представить свої результати класу.

Аналіз вправи :

Чи легко було для тебе малювати разом зі своїм партнером?

Чи задоволений ти вашим спільним твором?

Що тобі сподобалося більше: співпраця з партнером або твоя власна, індивідуальна робота? А що було важче?

Як ти думаєш, чи вийшло у тебе співпрацювати зі своїм партнером? Чому ти так думаєш?

Вправа «Історія з продовженням»

Мета. В ході цієї гри діти можуть відпрацювати спонтанну співпрацю в межах усього класу. Для успішної участі їм необхідно уважно вислухати тренера і уявити собі усю послідовність подій, що викладаються. Вони можуть придумувати і розвивати власні ідеї, але при цьому їм потрібне терпіння, щоб не заважати іншим.

Інструкція. Сядьте, будь ласка, всі в одне коло. Я хочу запропонувати вам гру, в якій може одночасно взяти участь увесь клас. Вам буде потрібно вигадати власну історію.

Я сама почну історію і через деякий час припиню свою розповідь. Після цього будь-який учень може підхопити нитку і продовжити оповідання. Коли ця дитина зупинить свою розповідь, історію продовжуватиме наступний, і так далі до тих пір, поки усі діти не додадуть в цю загальну історію свій шматочок. Всім зрозуміло, як треба грати?

Якщо Ви впевнені, що усі діти зрозуміли ідею гри, Ви можете використати приведену нижче історію в якості початку гри, а можете придумати для старту свій варіант розповіді. За бажання Ви можете додати в текст будь-які деталі і уточнення, щоб зробити історію ще цікавішою для вашого класу.

Отже:

Жили були маленька дівчинка і маленький хлопчик. Будинки, в яких вони жили, стояли так близько один до одного, що вони могли щодня грати разом. З часом вони стали нерозлучними друзями. І ось одного разу вони вирішили піти далеко-далеко, тому що більше не хотіли, щоб дорослі командували ними з ранку до вечора. Вони узяли з собою трохи їжі і склали її в два невеликі рюкзаки. Коли дорослі були зайняті своїми справами, вони потихеньку втекли з дому. Дорога, якою вони пішли, привела їх через якийсь час до великого і дикого лісу.

"Дивно" - сказали вони, - "що такий прекрасний ліс знаходиться так близько до міста". Діти зацікавилися і попрямували углиб лісу. Спочатку повітря було теплим, а сонце пробивалося крізь листя дерев. Іноді вони чули чарівні голоси співочих птахів. Але ліс ставав все темніше, повітря - все холодніше, а звідусіль стали лунати різні шерехи.

Тоді дітям захотілося вибратися звідти. Але коли вони обернулися назад, то не виявили там ніяких ознак дороги, по якій прийшли. Замість цього вони бачили тільки скелі і густу рослинність. Як тільки вони робили крок вперед по дорозі, вона тут же зникала за їх спинами, тому що вона була зачарована. Вони йшли увесь час вперед і вперед, пробираючись крізь густі кущі і дерева, деручись

по великих каменях і валунах. Несподівано вони почули попереду дивний шум. Вони не бачили, що це було, але змогли розчутити кроки, що наближаються.

Діти зупинилися, схопилися один за одного, стиснули руки. Раптом вони побачили...

Попросіть дітей продовжити історію. Ніхто не має права зупинити оповідача перш, ніж той не зупиниться сам. Іноді, для розвитку гри, Ви можете нагадувати частину розказаного або ставити прості навідні питання, які змусять оповідачів додавати більше деталей в оповідання : "А тут з'явився дракон. А якого він був кольору? Це був добродушний дракон або злий і небезпечний? І що сталося потім"?

Коли усі діти вже візьмуть участь, а у Вас складеться враження, що фантазія дітей виснажена, Ви можете надати історії ритуальне завершення. Наприклад, таке:

Раптом маленька дівчинка дуже втомилася і лягла на землю. Вона занурилася в глибокий сон. Коли вона прокинулася, хтось штовхав її за плече. "Ні-ні", - думала вона крізь сон, - "залиш мене в спокої! Тоді вона розплющила очі і побачила, що це мама хотіла її розбудити. "Тобі пора вставати і йти в школу". "Так, мам. Мені наснився такий цікавий сон. Мені наснилося, що.". (Зробіть коротке узагальнення усіх розказаних частин історії.) "Так, такий сон не міг не схвилювати тебе", - сказала мама. "Це вже точно", - відповіла дівчинка.

Аналіз вправи :

Чи сподобалася тобі наша історія?

Що тобі сподобалося найбільше?

Що б ти розповів інакше, якби розповідав усю історію один?

Вправа «Бджоли і змії»

Мета. Дітям дуже подобається ця гра, результат якої залежить від злагодженості дій усередині групи. В той же час бджоли і змії змагаються один з одним, що робить гру ще більше захоплюючою.

Матеріали: Губка і олівець.

Інструкція. Я хочу запропонувати вам зіграти в гру під назвою "Бджоли і змії". Для цього вам треба розбитися на дві приблизно рівні за розміром групи. Ті, хто хоче стати бджолами, відійдіть до вікон, а ті, хто хоче грати в команді змії, підійдіть до стіни навпроти... Кожна група повинна вибрати свого короля.

А тепер я розповім вам правила гри. Обидва королі виходять з класу і чекають, поки їх не покликають. Потім я сховаю два предмети, які королі повинні розшукати в класі. Король бджіл повинен знайти мед - ось цю губку. А зміїний король повинен відшукати ящірку - ось цей олівець. Бджоли і змії повинні допомагати своїм королям. Кожна група може робити це, видаючи певний звук. Усі бджоли повинні дзижчати: жжжжжжжжжжжжжжжжжж... Чим ближче їх король підходить до меду, тим голоснішим має бути дзижчання. А змії повинні допомагати своєму королеві шипінням: шшшшшшшшшшшшшшшшшш...

Чим ближче зміїний король наближається до ящірки, тим голоснішим має бути шипіння.

Тепер нехай королі вийдуть, щоб я змогла сховати мед і ящірку. Бджоли і змії можуть розсістися по своїх місцях. Уважно стежте за тим, наскільки ваш король віддалений від своєї мети. Тоді ви легко зможете йому допомогти, підвищуючи гучність дзижчання або шипіння при його наближенні до мети і знижуючи при його віддаленні. Будь ласка, пам'ятаєте про те, що під час цієї гри ви не маєте права нічого говорити. Мені дуже цікаво дізнатися, хто з королів виявиться першим.

Аналіз вправи:

Твоя група добре допомагала королеві?

Чи разом ви посилювали або зменшували звук?

Як бджоли взаємодіяли один з одним?

Як змії взаємодіяли один з одним?

Як ти почував себе в ролі короля?

Що для тебе було найважчим в цій ролі?

Ти залишився задоволений своїми підданими?

Як ви вважаєте, губку і олівець шукати було однаково легко?

Вправа «Несподівані картинки»

Мета. "Несподівані картинки" - приклад прекрасної колективної роботи для маленьких дітей. Під час цієї гри вони мають можливість побачити, який вклад вносить кожен член групи в загальний малюнок.

Матеріали: Кожній дитині потрібні папір і воскова крейда.

Інструкція. Сядьте в одне загальне коло. Візьміть собі кожний по аркушу паперу і підпишіть своє ім'я із зворотного боку. Потім почніть малювати яку-небудь картину. (2-3 хвилини).

По своїй команді перестаньте малювати і передайте початий малюнок своєму сусідові ліворуч. Візьміть той лист, який передасть вам ваш сусід справа і продовжите малювати почату ним картину.

Дайте дітям можливість помалювати ще 2-3 хвилини і попрохайте їх знову передати свій малюнок сусідові ліворуч. У великих групах знадобиться немало часу, перш ніж усі малюнки зроблять повне коло. У таких випадках зупините вправу після 8-10 змін або попросите передавати малюнок через одного.

Ви можете оздобити гру музичним супроводом.

Як тільки музика зупиняється, діти починають обмінюватись малюнками. У кінці вправи кожна дитина отримує ту картинку, яку він почав малювати.

Аналіз вправи :

Чи подобається тобі малюнок, який ти почав малювати?

Чи сподобалися тобі домальовувати чужі малюнки?

Який малюнок тобі подобається найбільше?

Чи відрізняються ці малюнки від тих, які ви малюєте зазвичай? Чим?

Вправа «Оплески по колу»

Мета. В цьому чудовому і неординарному ритуалі все відбувається по парадоксальній логіці. Останні стають першими. Гра побудована таким чином, що інтенсивність оплесків поступово наростає і досягає свого апогею, коли остання дитина отримує оплески усього класу. Ця гра - одна з найулюбленіших практично в усіх вікових групах.

Інструкція. Хто з вас може уявити, що відчуває артист після концерту або спектаклю, стоячи перед своєю публікою і слухаючи грім оплесків? Можливо, він відчуває ці оплески не лише вухами. Можливо, він сприймає овації усім своїм тілом, усіма фібрами своєї душі, як приємне усеосяжне хвилювання.

Інструкція. У нас дуже хороша група, і кожен з вас заслужив оплески. Я хочу запропонувати вам гру, в ході якої оплески спочатку звучать тихенько, а потім стають все сильніше і сильніше. Гра проходить таким чином. Ви стаєте в загальне коло. Один з вас починає: він підходить до кого-небудь з учнів, дивиться йому в очі і дарує йому свої оплески, щосили ляскаючи в долоні. Потім вони обидва вибирають наступного учня, який також отримує свою порцію оплесків, - вони обоє підходять до нього, встають перед ним і аплодують йому.

Потім вже уся трійка вибирає наступного претендента на овації. Кожного разу той, кому аплодували, має право вибирати наступного. Таким чином, гра триває, а овації стають все голосніше і голосніше.

Коментар для психолога. Для того, щоб провести наступну вправу треба спочатку познайомити дітей з поняттям «комплімент», розповісти про те, які бувають компліменти, навести приклади.

Вправа «Накопичувальні компліменти»

Мета. Ця чудова вправа побудована за принципом пророцтва, що справджується. Ніхто не повинен мучитися у пошуках дійсно існуючих позитивних якостей іншої дитини. Досить називати ті якості, які він хотів би бачити у своїх однокласниках.

Інструкція. чи траплялося з вами коли-небудь так, що хтось говорить вам комплімент, а ви при цьому думаєте: *«А насправді я зовсім не такий?»* Сподобалося б вам почути від мене, таку, наприклад, фразу: *«Ти неймовірно спритний?»* Можливо, деякі з вас подумали б при цьому: *«Ну, до мене це не відноситься».* А інші, можливо, подумують: *«Цього мені ніхто не говорив раніше. А, схоже, в цьому щось є».* А треті можуть подумати: *«Саме так воно і є, добре, що оточення це теж помічають».*

Я хочу запропонувати вам гру, під час якої ви можете наговорити один одному багато компліментів. Розбийтеся на групи по вісім чоловік і встаньте в ряд один за одним. Спробуйте продумати комплімент для дитини, що стоїть за вами. Подумайте про які-небудь риси вдачі або особи, наприклад, про дружелюбність, розум, чуйність. Компліменти відносно зовнішнього вигляду теж хороші, але ми їх припасемо для наступного разу. Ви можете підготувати такий комплімент, якого ваш однокласник цілком «заслужив».

А можете придумати такий комплімент, про який ви про себе б подумали : *«Ось було б здорово, якби Петрик (Василь, Маша...) насправді був таким!»*

У кого вже з'явилися ідеї? Тепер я розповім вам, як протікає ця гра. Першим починає той, хто стоїть на самому початку ряду. Він обертається до дитини, що стоїть за ним, і шепоче йому на вушко заготовлений комплімент, наприклад: *«Я вважаю, що ти чудовий фантазер і вигадник!»* Друга дитина, у свою чергу, обертається до третьої, повторює комплімент першого і додає до нього ще і свій. Наприклад, він шепоче на вухо третьому так: *«Я вважаю тебе чудовим фантазером, вигадником і при цьому дуже розумним!»*

Третя дитина повинна запам'ятати обидва ці компліменти і додати до них ще один власний...

Так гра триває, поки остання дитина в ряду не повторить усі компліменти, які він почув: *«Ви вважаєте мене фантазером, вигадником, розумним, спритним» і т. д.*

Ви зрозуміли, як протікає гра?

Аналіз вправи :

Від кого ти іноді чуєш компліменти?

Які компліменти тобі робить тато, а які - мама?

Які компліменти тобі доводилося чути в нашому класі?

Який комплімент ти востаннє чув від вчительки?

Чи говориш ти компліменти самому собі?

Кому останньому ти говорив комплімент ти?

Що краще: компліменти з приводу зовнішнього вигляду або з приводу характеру?

Чому людям треба постійно чути компліменти у свою адресу?

Вправа «Груповий портрет»

Мета. "Груповий портрет" дає можливість відпрацювати співпрацю і конструктивну взаємодію в малих групах. Завдання - намалювати загальний портрет, на якому є присутньою кожна дитина, - **посилиє у дітей почуття приналежності до групи**. У цій грі разом із здатністю до кооперації розвиваються навички спостережливості і творчого самовираження.

Щоб діти могли виконати своє завдання в спокійній обстановці і віднеслися до неї з належною увагою, в деяких випадках має сенс проводити гру у декілька етапів, розтягнувши її на 2-3 дні.

Матеріали: Кожній підгрупі знадобиться великий аркуш паперу (як мінімум розміром А3, краще - лист ватману) і воскова крейда.

Інструкція. Розбийтеся на четвірки. Кожна група повинна намалювати картину, на якій будуть зображені усі учасники команди. Свій власний портрет малювати не можна, попросіть кого-небудь з групи зробити це. Подумайте разом, як ви розташуєте малюнок на аркуші, який буде сюжет вашої картини.

Коли усі групи намалюють свої портрети, треба провести детальне представлення усіх картин. Перед цим можна дати групам час подумати, як вони

представлятимуть свою роботу іншим учням і які пояснення даватимуть при цьому.

Аналіз вправи :

Кого ти обрав (обрала) художником, який малював твій портрет?

Що ти відчував, коли малювали тебе?

Хто обрав тебе художником?

Як ви прийшли до рішення, кого і де намалювати?

Ти задоволений (задоволена) своїм портретом?

Наскільки тобі сподобалося працювати разом з іншими дітьми з твоєї підгрупи?

Наскільки ти задоволений (задоволена) тим портретом, який ти малював сам?

Якій команді було потрібно найбільше часу?

Портрет якої команди тобі сподобався найбільше? Чому?

Гра «Корабель серед скель»

Мета: розвивати у дітей комунікативні навички, а також навчати спиратися на свою інтуїцію та на довіру до партнера.

Час: 20 хвилин.

Вік: з 8 років.

Матеріали: пов'язка на очі

Інструкція. Станьте, будь ласка, утворивши велике коло. Зараз я поясню вам, як грати в цю гру, і що кожен з вас повинен буде робити. Всі, хто утворюють коло, будуть берегом. Вони повинні взяти один одного за руки. В середині кола знаходиться море. Але це дуже небезпечне море, оскільки в ньому є кілька скелястих стрімчаків. Ці «стрімчаки» трохи пізніше ми зробимо зі стільців. Один з вас буде кораблем, а хтось інший – капітаном корабля. «Кораблю» ми зав'яжемо очі, і капітан буде керувати ним за допомогою одних тільки слів. При цьому він повинен буде так керувати кораблем, щоб той не налетів ні на один стрімчак. Хто з вас може зараз сказати: *«Я хочу бути кораблем»* і стати на будь яке місце всередині кола, що перетворюється на гавань. З цього починається подорож. Той, хто став кораблем, повинен попросити кого-небудь з вас стати капітаном, який буде керувати кораблем на його шляху через між скелями. Після цього ми зав'яжемо «кораблеві» очі.

Нам залишилося ще з'ясувати, до якої гавані відправиться корабель у подорож. Будь-хто з дітей, що утворюють «берег», може зараз сказати: «Нехай корабель пливе до мене». Тепер ми знаємо майже все, що потрібно, щоб почати гру. Нам не вистачає тільки скель. Зараз ще четверо з вас можуть сказати: «Ми хочемо бути скелями». Ці діти виходять в коло разом зі своїми стільцями і влаштовують на передбачуваному маршруті проходження корабля такі скелі, через які кораблю буде досить складно дістатися до гавані».

Допоможіть «скелям» створити в міру складні перешкоди – такі, щоб ускладнити виконання завдання для «корабля» і «капітана», але не зробити його нездійсненим. Ви можете, звичайно, регулювати кількість «стрімчаків» в залежності від рівня розвитку і віку дітей. Іноді має сенс дати можливість «кораблю» та «капітану» спільно визначити, скільки скель вони хотіли б перебороти. Така можливість керувати грою – відмінний спосіб мотивації для дітей.

«Скелі» залишаються сидіти на своїх стільцях всередині кола, а потім розкажуть нам, чи зачепив їх «корабель». «Капітан» же повинен вести «корабель» дуже обережно, говорячи йому, куди плисти. Він може давати, наприклад, такі команди: *«Зроби два маленьких кроки вперед», «Зроби ще один крок уперед», «Стоп!», «Повернись праворуч... Ще трошки», «Зроби один крок вперед», «Стоп!», «Зроби один крок ліворуч» і т. ін.*

Коли «корабель» підійде до кінцевої крапки свого маршруту, «гавань» повинна сказати «кораблю»: «Ти досяг мети», і радісно обійняти «корабель».

Діти дуже люблять цю гру. Але, незважаючи на це, щораз варто відправляти в плавання не більше двох-трьох кораблів, інакше діти можуть втомитися.

Аналіз вправи:

Що ти відчував, коли був «кораблем»?

Чи почував ти себе досить безпечно зі своїм капітаном?

Що наступного разу твоєму капітанові варто робити по-іншому?

Що було найважчим для тебе як капітана?

Як часто твій «корабель» налітав на «скелі»?

Чи були «скелі» чесною перешкодою?

Що ти відчував, коли був «скелею», а «корабель» проходив зовсім поруч з тобою?

Вправа «Правда чи неправда?»

Мета. розвивати у дітей комунікативні навички, навчати відрізняти умовляння та переконання, відрізняти правду від брехні, навчати приходити до своєї особистої думки, розвивати навичку довіряти іншим через впевненість у собі.

Час: 20 хвилин.

Вік: з 8 років.

Матеріали: по одній монеті і по одній пов'язці для очей для кожної трійки дітей.

Інструкція: Зараз нам потрібні три добровольці, що згодні першими спробувати запропоновану гру. Один з вас буде шукачем скарбу. Йому зав'яжуть очі, і після цього він повинен буде знайти скарб.

Що це за скарб? Скарбом буде монета, яку двоє інших дітей, домовившись між собою, покладуть на підлогу на відстані приблизно двох метрів від шукача скарбів.

Що повинні робити в трійці двоє інших дітей? Вони будуть виконувати ролі доброго і злого чарівників. (Дівчаток називайте феями.) добрий чарівник, говорячи шукачеві скарбів, куди йому треба йти, щоб знайти скарб, завжди повідомляє правду. А злий чарівник завжди бреше і посилає шукача скарбів у помилковому напрямку.

Однак шукач скарбів не повинен знати, хто з дітей відіграє роль доброго, а хто – злого чарівника. Тому чарівники, після того, як зав'яжуть очі шукачеві скарбів, повинні відійти вбік і дуже тихо домовитися про те, хто буде говорити правду, а хто неправду. Після цього вони повертаються до шукача скарбів, і гра починається...

У всіх трьох гравців дуже важке завдання. Шукач скарбів нічого не бачить і потребує допомоги. При цьому він повинен ще з'ясувати, кому він може довіряти. У доброго чарівника теж важке завдання. Адже він повинен говорити правду, однак, що він може зробити, щоб подолати неправду злого чарівника?

Але злому чарівнику теж доведеться нелегко. Як йому збрехати так, щоб це було схоже на правду? Тому ми не можемо припустити, як швидко шукач скарбів знайде свій скарб, і чи знайде він його взагалі. Якщо шукач скарбів знайде монету, йому можна буде зняти пов'язку, і ми всі поздоровимо його бурхливими оплескам...» (Потім настає черга наступної трійки).

Аналіз вправи

Як ти, коли був шукачем скарбів, з'ясував, хто був добрим чарівником, а хто – злим?

Як ти шукав скарб?

Що ти відчував, коли був шукачем скарбів?

Що ти відчував, коли був добрим чарівником?

Чи вдалося тобі перехитрити злого чарівника? Чому?

Як ти, коли був добрим чарівником, намагався завоювати довіру шукача скарбів?

Чого ти навчився в цій грі?

Чи легко ти дасш збити себе з пантелику?

Ти відразу довіряєш людям чи спочатку гарненько придивляєшся до них?

Чи вмієш ти умовляти інших людей?

Чи вмієш добре переконувати?

Що ти робитимеш інакше, якщо знову будеш грати в цю гру?

Примітка для психолога. Дана батарея вправ не є остаточною, вона є базовою та тою, яка настановує на пошуки інших (нових) вправ, які б підходили для конкретної групи в конкретний час, виходячи з характеру даної групи та бажаних тем для проходження.

1.9. Тема 7

«Я ДО ТЕБЕ ПО-ДОБРОМУ – ТИ ДО МЕНЕ ПО-ДОБРОМУ»

Гра «Підійди ближче»

Мета. розвивати у дітей впевненість у собі, а також здатність довіряти людям.

Час: 10-15 хвилин.

Вік: з 8 років.

Інструкція. Сядьте, будь ласка, утворивши велике коло. Ви можете по двоє виходити на середину кола і ставати на відстані приблизно чотирьох метрів одне від одного. Потім вам треба буде заплющити і по черзі видавати які-небудь неголосні і не дуже протяжливі звуки. Коли один з вас буде видавати звук, іншому треба буде йти на цей звук до тих пір, поки він його чує. Коли хтось відчує, що інший підійшов до нього дуже близько, нехай скаже «Стоп!». В цей момент обидва відкривають очі. А всі інші дивляться, як діти підходять один до одного і на якій відстані один від одного вони зупиняться» (дайте можливість пограти декільком парам, а потім повторіть гру через деякий час, щоб всі діти могли отримати такого роду досвід).

Аналіз вправи.

Як ти себе відчував з заплющеними очима?

Чи було тобі важко підходити до партнера, нічого не бачачи?

Хто першим сказав «Стоп!»?

Наскільки близько ти дозволив партнеру підійти до себе?

Вправа «Попроси іграшку»

Мета. Навчати дітей ефективним способам спілкування.

Час: 10-15 хвилин.

Вік: 8-12 років

Інструкція. Група ділиться на пари. Ведучий пропонує одному з партнерів (учасник 1) взяти в руки який-небудь предмет, наприклад, зошит, олівець і т.п. Другий учасник (учасник2) повинен попросити цей предмет.

Інструкція учаснику 1:»Ти тримаєш в руках іграшку (зошит, олівець), яка тобі дуже потрібна, але вона потрібна і твоєму партнерові. Він буде в тебе її просити. Спробуй залишити іграшку в себе і віддати її тільки в тому випадку, коли тобі дійсно захочеться це зробити».

Інструкція учаснику 2: «Підбираючи потрібні слова, спробуй попросити іграшку так, щоб тобі її віддали».

Потім учасники 1 і 2 міняються ролями.

Вправа «Порадуй мене»

Мета. Розвивати соціальної інтуїції, чутливості, розуміння іншої людини.

Час: 15 хвилин.

Вік: 8-11 років.

Інструкція. В центр кола запрошують одного з учасників. Припускається, що у нього сьогодні день народження. Завдання всіх інших – доставити йому радість. Кожен з учасників вирішує, що йому подарувати – річ, чи подію, чи ще що-небудь (наприклад, гоночний автомобіль, всесвітню подорож, віллу на узбережжі, п'ятірку з математики). Той, чий подарунок виявиться найбільш вдалим, отримує нагороду – посмішку від «іменинника». Потім стає «іменинником» інший учасник.

Вправа «Заморожений»

Мета. удосконалення навичок емоційного контакту.

Час: 15 хвилин.

Вік: 8-12 років.

Інструкція. Учасники розбиваються на пари. У кожній парі один учасник грає роль «замороженого», а інший – «реаніматора». За сигналом ведучого «заморожений» застигає у нерухомості. На протязі однієї хвилини «реаніматор» повинен оживити його, при цьому він не має права ні торкатися, ні звертатися до «замороженого» зі словами. Він може діяти тільки за допомогою погляду, міміки і пантоміми. Критерій «розмороження» – зміна виразу обличчя, посмішка чи сміх «замороженого».

Вправа «Картина»

Мета: навчати дітей вмінню регулювати процес спілкування, виробленню невербальних способів спілкування.

Час: 10-15 хвилин.

Вік: 8-12 років.

Інструкція. Учасники розбиваються на пари. Кожній парі видається аркуш паперу та один олівець. Тримавши олівець вдвох, без слів, протягом 5 хвилин,

вони повинні створити спільний витвір. Під малюнком треба написати назву і поставити підписи.

Аналіз вправи.

Чи є ця картина дійсно спільним витвором?

Хто був ініціатором створення саме цього сюжету?

Хто був лідером, а хто підпорядкованим?

Чи враховувалися бажання кожного учасника?

Вправа «Уявний»

Мета. Навчити дітей спостерігати за мімікою людей.

Час: 10-15 хвилин.

Вік: 8-12 років.

Інструкція. Учасники групи сідають півколом. Перед ними у центрі стоїть стілець. На цей стілець по одному сідають учасники і «говорять» по уявному телефону. При цьому вони не будуть говорити жодного слова. Попередньо ведучий домовляється з 3-4 учасниками і задає їм ролі – поговорити по телефону з молодшим братом, вчителем, бабусею, другом. Завдання для групи – спробувати зрозуміти з ким і про що ведеться розмова.

Кожна розмова продовжується близько хвилини. Потім спостерігачі висловлюють припущення: з ким і про що ведеться розмова.

Аналіз вправи:

На які ознаки орієнтувалися спостерігачі? (Це питання можна адресувати тим, хто правильно зрозумів).

Які прояви ви помітили, а які ні?

Вправа «Приверни до себе увагу»

Мета. Розвивати у дітей впевненість у собі та уважність до потреб інших.

Час: 15 хвилин.

Вік: 8-12 років.

Інструкція. Група розподіляється на 2 підгрупи.

1 підгрупа. Перерва. У класі є новенький. Всі звично спілкуються, завдання новенького привернути увагу до себе.

2 підгрупа. На уроці. Завдання одного з учнів привернути до себе увагу.

Аналіз вправи

Якими засобами ви користувалися?

Як ви помітили, що вже привернули увагу?

Що привертало увагу?

Які почуття викликало намагання когось привернути увагу?

Як ви почувалися у ролі людини, що привертала до себе увагу?

Вправа «Попроси іграшку»

Мета. навчати дітей тактовно відмовляти в проханнях, що не збігаються з власними бажаннями.

Час: 10 хвилин

Вік: 9-12 років

Інструкція. Ведучий пропонує розіграти декілька ситуацій:

Товариш просить почергувати за нього.

Батьки просять піти в магазин.

«Сказати» так» може означати зробити гірше собі, сказати «ні» – зробити гірше іншим. Якщо ми говоримо «ні», то чуємо себе винними та самотніми».

Висновки: як відмовити, не ображаючи того, хто до вас звертається.

1. Вислухати прохання спокійно, по-дружньому.
2. Попросити роз'яснення, якщо щось не зрозуміло.
3. Залишатися спокійним і сказати «ні».
4. Пояснити, чому говорите «ні».
5. Якщо співрозмовник наполягає, повторіть «ні» без пояснень.

Аналіз вправи

Що відбувалося з вами, коли ви говорили «ні»?

Що допомагало? Що заважало?

1.10. ОСТАННЄ ЗАНЯТТЯ

Мета. Узагальнити отримані знання про моральні цінності.

Основна частина заняття.

Матеріали: різнокольорові олівці, вирізана із картону або твердого паперу велика хмара (приблизно формату А3), вирізані маленькі крапельки, сніжинки та крижинки (кожного виду має бути по кількості дітей: наприклад, якщо в групі 12 дітей, то мають бути заздалегідь підготовлені 12 крижинок, 12 сніжинок та 12 крапельок) розміром десь із маленьку долоню. На кожній з них має бути наклеєний білий силует людини (для цього можна скористатися силуетом людини із блоку про емоції).

Сьогодні я хочу розповісти вам одну незвичайну казку. Влаштовуйтеся зручніше та слухайте мене уважно.

Казка «Сніжинка»

Жила - була одна сніжинка. Звичайна така, нічим не примітна. Жила вона в хмарці із сотнею інших крапельок, крижинок та сніжинок. І їй дуже хотілося бути самою чудовою, щоб всі її любили та грали лише із нею. І робила вона для цього все, що могла. То розтане і стане крапелькою, щоб інші крапельки веселилися разом із нею. То побачить, що крижинки грають, і сама стане крижинкою. А то почне буквально розриватися, щоб пограти зі всіма разом. І так це їй тяжко давалося, що ні ті, ні інші все одно не любили її. Аж надто вона хотіла бути схожою на всіх, хто їй подобався. Якось раз всі крапельки зібралися разом і пролилися на землю. Сніжинка хотіла полетіти із ними, але вони її не взяли із собою. Іншого разу на землю просипалися крижинки, але їй вони не покликали сніжинку із собою. Дуже було їй образливо дивитися як вони веселяться. Засмутилася крижинка та пішла до матусі-хмари жалітися.

- Я так намагаюсь бути і веселою, як крижинки, і милою, як крапельки, але в мене нічого не виходить. Ніхто мене любить.

- Не засмучуйся, - сказала їй матуся-хмара. В тебе нічого не виходить саме тому, що ти не пробувала бути сніжинкою. Спробуй і ти обов'язково всім сподобаєшся.

Задумалася маленька сніжинка, причепурилася, розпушила свої гілочки та голочки.

Прийшла новорічна ніч. Прилетіла хуртовина і сказала: «Сніжинко, час тобі сьогодні спуститися на землю. На тебе там давно вже чекають».

Маленька сніжинка зраділа, небачене щастя охопило її, і вона полетіла... Довго кружляла вона у чарівному танку, то скоріше, то повільніше. Всі її грані сяяли у променях ліхтарів. Безліч людських очей із захопленням дивилися на неї. Люди раділи і літньому дощу, і весняному граду, але більше за все вони любили новорічний сніг.

В цю ніч маленька сніжинка зрозуміла, що кожен може подобатися і бути любимим, якщо буде самим собою.

Подальша робота. Психолог кладе на підлогу в центр кола всі заздалегідь підготовлені крижинки, сніжинки та крапельки. Дітям пропонується взяти кожному одну з них (залежно від того, що подобається більше). А потім за допомогою білого силуету зобразити себе (намалювати обличчя, одяг, розмалювати). Після виконання вправи діти всі разом розміщують свої образи на великій хмарі. Таким чином, діти отримують спільну хмаринку своєї групи.

Обговорення

Під час обговорення ведучий пропонує дітям згадати, що відбувалося на цих заняттях, які теми ми проходили, чому саме навчилися, якими стали.

Можна дістати малюнки, які малювали діти, на кожному занятті.

1.11. БЛОК ВПРАВ ДЛЯ РЕЛАКСАЦІЇ

Вправа «Політ метелика»

Мета. Оптимізація емоційного стану; підтримка групової згуртованості.

Інструкція. Психолог включає спокійну, розслаблюючу музику та говорить: «Закрийте очі та слухайте мій голос. Дихайте легко та спокійно».

Уявіть собі, що ви знаходитесь на галявині у прекрасний літній день. Перед собою ви бачите красивого метелика, який літає з квітки на квітку. Прослідкуйте за рухами його крил. Вони легкі та граційні. Тепер нехай кожен уявить, що він метелик, що у нього красиві та великі крила. Відчуйте, як ваші крила повільно та плавно рухаються вгору та вниз.

Насолоджуйтесь відчуттям повільного та плавного падіння у повітрі.

Поступово вітер посилюється, на небі з'являються хмари, скоро почнеться дощ, а можливо навіть, гроза. Але ви знаєте безпечне місце, куди можете полетіти та перечекати непогоду. Це не далеко. Але тільки ви знаєте туди дорогу. Вітер стає усе сильнішим, але ви скоро будете у безпеці. Ви вже відчуваєте знайомий аромат. Це ваша улюблена квітка, вона росте в тому місці куди ви летите, де ніякий вітер вам не страшний.

От ви і на місці. Тут немає дощу, немає вітру, суди не прийде гроза. Ви під надійним захистом. І тут росте ваша улюблена квітка. Тепер ви чітко відчуваєте аромат своєї квітки. Повільно та плавно ви сідаєте на його м'яку та пахучу середину. Ви вдихаєте його аромат. Дишете глибоко та спокійно. Вам добре та затишно тут. Ви відпочиваєте.

Скоріше за все дощ вже закінчився. Ви плавно змахуєте крилами та підіймаєтесь над квіткою, прощаючись з нею до наступної зустрічі. Ви летите назад. Сонечко знову виглядає та зігріває усе навколо. З'являються інші метелики. Вони літають скрізь та посміхаються вам. Відкрийте очі та посміхніться їм».

Вправа «Водоспад»

Мета. Ця гра на уяву також допоможе дітям розслабитися. Після неї варто займатися чим-небудь спокійним, дозволяє дітям використати свою інтуїцію.

Інструкція. Сядьте зручніше і закрийте очі. Два-три рази глибоко вдихніть і видихніть...

Уявіть собі, що ви стоїте біля водоспаду. Але це не звичайний водоспад. Замість води в ньому падає вниз м'яке біле світло. Тепер уявіть себе під цим водоспадом і відчуйте, як це прекрасне біле світло струмує по вашій голові... Ви відчуваєте, як розслабляється ваше чоло, потім рот, як розслабляються м'язи шиї.

Біле світло тече по ваших плечах, потилиці і допомагає їм стати м'якими і розслабленими.

Біле світло стікає з вашої спини, і ви помічаєте, як і в спині зникає напруга, і вона теж стає м'якою і розслабленою.

А світло тече по ваших грудях, по животу. Ви відчуваєте, як вони розслабляються і ви самі собою, без жодного зусилля, можете глибше вдихати і видихати. Це дозволяє вам відчувати себе дуже розслаблено і приємно.

Нехай світло тече також по ваших руках, по долонях, по пальцях. Ви помічаєте, як руки і долоні стають все м'якші і більш розслаблені. Світло тече і по ногах, спускається до ваших ступень. Ви відчуваєте, що і вони розслабляються і стають м'якими.

Цей дивовижний водоспад з білого світла обтікає усе ваше тіло. Ви почувате себе абсолютно спокійно і безтурботно, і з кожним вдихом і видихом ви все глибше розслабляєтесь і наповнюєтесь свіжими силами (пауза 30 секунд).

Тепер подякуйте цьому водоспаду світла за те, що він вас так чудесно розслабив... Трохи потягніться, випряміться і розплюште очі.

Вправа «Посмішка»

Мета. Ця гра-фантазія створює гарний настрій, а також викликає приплив бадьорості і готовність сприймати нове. Її добре використати в перервах між заняттям.

Інструкція. Сядьте зручніше і закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи...

Під час кожного видиху ви можете відчути, як ваше обличчя все більше і більше розслабляється. Нехай з кожним видихом розслабляється ваш рот, ніс, вуха, лоб, очі...

Тепер вдихніть глибоко-глибоко і затримайте дихання. Відкиньте голову назад, зробіть сильний видих, видуваючи повітря як можна вище, щоб воно долетіло до стелі...

Повторіть це ще раз.

Глибоко вдихніть... Затримайте повітря... Закиньте голову... Сильно видихніть, видуваючи повітря до стелі...

Тепер знову вдихніть. І коли зараз видихатимете, намагайтеся посміхнутися. Відчуйте, як під час посмішки розтягуються ваші губи, і як напружуються м'язи щік...

Зробіть це ще раз і спробуйте посміхнутися ширше. Уявіть собі, що бачите перед собою на малюнку красиве сонечко, рот якого розплився в широкій дружній посмішці. (Повторюйте цей крок до тих пір, поки Ви не побачите посмішку на обличчях усіх дітей.)

Коли ви зараз знову посміхнетесь, відчуйте, як посмішка переходить в ваші руки, доходить до долонь. Можливо, ви помітите в долонях легке колення. Дихайте і посміхайтесь... І відчувайте, як ваші руки і долоні наповнюються усміхненою силою сонечка.

Коли ви посміхнетесь знову, відчуйте, як ваша посмішка спускається все нижче і доходить до ніг, до самих кінчиків ступень. Відчуйте тепло сонця під підощвами ніг. Можливо, ви помітите, як ваші ноги і ступні почнуть злегка тремтіти від цієї усміхненої сонячної сили.

Відчуйте посмішку в усьому своєму тілі. Посміхаючись, ви добре почуваетесь від ніг до голови, відчуваєте радість усіма клітинками свого тіла.

Тепер знову глибоко вдихніть і затримайте на мить дихання. Уявіть, що в ваших грудях знаходиться велика золота куля. Це справжнє сонце усередині вас, усередині вашого серця. Коли ви зараз видихатимете, нехай це сонце посміхається. Знову наберіть більше повітря, затримайте дихання і відчуйте, як сонце усередині вас широко і доброзичливо посміхається. І коли ви ще пару разів так само глибоко вдихнете і дозволите сонцю посміхнутися, ви зможете помітити, як спокійно, безтурботно і радісно стало у вас на душі.

І ви зможете потім викликати в собі це приємне відчуття, згадуючи картину усміхненого сонця.

Вправа «П'ять поверхів»

Мета. Тут ми запрошуємо дітей в короткий і освіжаючий сон наяву. Під час якого вони можуть відпочити і внутрішньо зібратися. Після нього можна зайнятися діяльністю, що вимагає від дітей зосередження.

Інструкція. Сядьте зручніше і закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи...

Тепер уявіть собі, що ви стоїте перед дверима ліфта. Ви натискаєте на кнопку і викликаєте ліфт... Двері відкриваються, і ви в нього заходите. Поряд з кнопками ви помічаєте 5 табличок. На першій з них написано "Класна кімната"(це наш клас), на другій - "Дивовижне спокійне місце", на третій - "Приємна розумна людина, з якою можна добре поговорити". На четвертій табличці написана "Приголомшлива пригода", на п'ятій - "Зустріч з другом, якого ви давно не бачили".

Виберіть поверх, на який вам найбільше хочеться потрапити, і натисніть на кнопку. Стежте за тим, як повільно закриваються двері ліфта, і постарайтесь відчутти, як ліфт повільно їде до вибраного вами поверху. Ось ви вже приїхали, і двері повільно відкриваються. Вийдіть з ліфта і озерніться навкруги. Робіть те, що вам хочеться тут робити. У вас є близько хвилини, але і вашій уяві за цю хвилину пройде значно більше часу. Його буде досить для того, щоб ви встигли зробити там все, що вам треба (1-2 хвилини).

Тепер приходить час повертатися назад. Попрощайтеся з цим місцем і з усіма, кого ви там зустріли. Двері ліфта залишилися для вас відкритими. Зайдіть в кабину і з неї ще раз погляньте на місце, де ви були. Тепер натискайте на кнопку, біля якої написано "Класна кімната". Дивіться, як закриваються двері, і відчуйте, як ліфт повільно опускається вниз. Після того, як дверці відкриються, розплющте очі, потягніться, випряміться. І ось ви знову тут, бадьорі і свіжі.

Вправа «Речі, що дарують радість»

Мета. Дітям, як і дорослим потрібні внутрішні віддушину, щоб набувати нових сил і нової енергії. Ця гра надає прекрасну можливість для привнесення до класу щіпки оптимізму. Причому завершальний етап гри виводить групу на новий рівень близькості і спільності. Цю гру з великим успіхом можна використати дуже часто.

Інструкція. Сядьте зручніше і закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи...

Тепер згадайте про ті речі, які коли-небудь дарували вам радість і гарний настрій. Виберіть що-небудь, що вам здається в цю хвилину особливо приємним. Можливо, це будуть краплі дощу на пелюстках троянди, можливо - затишне тепло вашого ліжка, можливо - освіжаючий стрибок в прохолоду річки або озера печенею вдень... Пригадайте свої почуття в миті щастя (1 хвилину).

Тепер нехай образ цієї події (чи предмета), що подарувала вам радість і гарний настрій, почне поступово блідніти, поки зовсім не розтане. Але не забудь саме відчуття радості, бережіть його.

Тепер потягніться, випряміться і розплющте очі.

Чи хоче хто-небудь з вас розповісти про те, що з речей, що дарують радість, він вибрав цього разу?

Дайте дитині можливість описати свої асоціації і потім запропонуєте усій групі із закритими очима уявити собі описуваний предмет як можна наочніше. В результаті оповідач стане ближчий і зрозуміліший іншим дітям, а група в цілому ще трохи розслабиться.

Вправа «Гра з піском»

Мета. розслаблення м'язів рук

Інструкція. Наберіть в руки уявний пісок (на вдиху). Сильно стисніть пальці в кулак, утримуючи пісок в руках (затримка дихання). Посипте коліна піском, поступово розкриваючи пальці (на видиху). Струшуйте пісок з рук, розслаблюючи кисті і пальці. Опустіть безсило руки уздовж тіла: лінь рухати важкими руками. Повторіть гру з піском 2-3 рази.

Вправа «Гра з мурашкою»

Мета. Розслаблення м'язів ніг.

Інструкція. На пальці ніг залізла мурашка(мурашки) і бігає по них. З силою натягніть шкарпетки на себе, ноги напружені, прямі(на вдиху).

Залишіть шкарпетки в цьому положенні, прислухаючись, на якому пальці сидить мурашка(затримка дихання).

Миттєвим зняттям напруги в стопах скиньте мурашку з пальців ніг(на видиху).

Шкарпетки йдуть вниз - в сторони, розслабте ноги: ноги відпочивають.

Повторіть гру 2-3 рази.

Вправа «Сонечко і хмаринка»

Мета. Розслаблення м'язів тулуба.

Інструкція. Сонце зайшло за хмаринку, стало свіжо - зіщультеся, щоб зігрітися(затримати дихання).

Сонце вийшло із-за хмаринки. Жарко - розслабтеся - розморило на сонці (на видиху).

Вправа «У вуха потрапила вода»

Мета. Розслаблення м'язів шиї.

Інструкція. У положенні лежачи на спині ритмічно похитайте головою, витрушуючи воду з одного вуха, потім з іншого.

Вправа «Обличчя засмагає»

Мета. Розслаблення м'язів обличчя.

Інструкція. Підборіддя засмагає - підставте сонечку підборіддя, злегка розтискаючи губи і зуби(на вдиху).

Летить жучок, збирається сісти до кого-небудь з дітей на язик. Міцно закрити рот(затримка дихання).

Жучок відлетів. Злегка відкрити рот, полегшено видихнути повітря.

Проганяючи жучка, можна енергійно рухати губами.

Ніс засмагає - підставити ніс сонцю, рот напіввідкритий. Летить метелик. Вибирає, на чий ніс сісти. Зморщити ніс, підняти верхню губу догори, рот залишити напіввідкритим(затримка дихання).

Метелик відлетів. Розслабте м'язи губ і носа(на видиху).

Брови - гойдалки: знову прилетів метелик. Нехай метелик гойдається на гойдалках. Рухати бровами вгору-вниз.

Бджілка відлетіла зовсім спати хочеться, розслаблення м'язів обличчя.

Не розплющуючи око, переповзти в тінь, прийняти зручну позу.

Вправа «Сон на березі моря»

Мета. Відпочити загалом після напруженого заняття.

Інструкція. Діти слухають шум моря (В. Успенський).

Ведучий говорить дітям, що їм сниться усім один і той же сон, і розповідає його зміст: діти бачать уві сні те, що вони робили на занятті (закріплення отриманих вражень і навичок). (Пауза).

Ведучий повідомляє, по якому сигналу діти прокинуться (по рахунку, коли заграє дудочка і т. д.). (Пауза).

Звучить сигнал. Діти енергійно(чи, якщо цього вимагає ситуація, повільно і спокійно) встають. Тренування закінчене.

Вправа «Позіхання»

Мета. розслабитись дітям

Матеріали: м'яка музика, наприклад, «Дитина засинає» з «Дитячих сцен» Шумана.

Інструкція. Сьогодні ви добре пограли та багато чого спробували. Тепер ми усі заслужили на відпочинок. Я увімкну заспокійливу музику.

Кілька разів глибоко вдихніть та розслабтесь... Тепер давайте покажемо один одному, як ми втомилися. (Тут ведучий сам повинен глибоко вдихнути).

Покажіть мені своїм тілом величезне позіхання. Витягніться, як тільки можете, і руками, і ногами, та усім тілом зобразіть велике позіхання... Покажіть це позіхання один одному... Потім покажіть це позіхання підлозі, повільно опустіть його на підлогу...

Відпочиньте хвилинку, поки музика не закінчиться...

Вправа «Дзеркало почуттів»

Мета. Розслаблення дітей, програвання емоцій за допомогою психогімнастики.

Інструкція. Давайте закриємо обличчя своїми руками. Уявіть собі, що ви відчуваєте, коли у ваш день народження вас кличуть у кімнату, де знаходиться стіл з подарунками. ..А тепер швидко приберіть долоні з обличчя та подивіться один на одного...

Знову закрийте обличчя долонями та уявіть, що ви з батьками ідете в кіно дивитися цікавий фільм. ...А зараз приберіть долоні з обличчя та подивіться один на одного...

Покладіть долоні на обличчя та подумайте про жахливий сон, котрий інколи вам сниться... Приберіть долоні та подивіться на мене...

Тепер знову закрийте долонями обличчя та подумайте про когось, на кого ви дуже сердитесь...А тепер приберіть долоні та подивіться на мене...

Знову закрийте обличчя та подумайте про щось, що вас інколи бентежить...Відкрийте обличчя та подивіться на інших дітей...

Ще раз покладіть долоні на обличчя та подумайте про те, як ви радієте, повертаючись з дитячого садка додому до батька та мами...А тепер приберіть долоні з обличчя та подивіться на мене...

На ваших обличчях я бачу багато різних емоцій. Я бачу бадьорі обличчя. А тепер я хочу подивитися на ваше бадьоре тіло – півхвилини походіть по кімнаті. (30 секунд).

Це було чудово.

Етюд «Захід сонечка»

Мета. Розслаблення всього тіла.

Інструкція. Наше сонечко заходить за горизонт, лягає відпочивати. І нам, квіточкам, час відпочивати. Ви можете закрити очі, вдихнути глибоко та видихнути (2-3 рази). Розслабили всі м'язи рук (наші пелюстки), ноги (наше стебло) з тулубом, м'язи обличчя (бутончик).

А тепер я доторкнуся до вас чарівною паличкою, і ви перетворитесь у діток. Торкаюся тебе, моя Ромашка, і ти перетворюєшся в дівчинку Катю (так з кожною дитиною). Вставайте, діти, нам час назад до школи. Вам сподобалось подорожувати? Наступного разу ми відправимось ще в одну цікаву подорож. Хочете? А зараз візьмемось за руки, сядемо на чарівну пухнасту хмару. Тримаймось за руки, щоб не впасти. От ми і прилетіли назад.

Вправа «Тихе озеро»

Мета. Оптимізація емоційного стану.

Інструкція. Ведучий включає спокійну розслаблюючу музику та каже: «Ляжте на килим, закрийте очі та слухайте мене. Уявіть собі чудовий сонячний ранок. Ви знаходитесь біля тихого чудового озера. Чутно лише ваше дихання та плескіт води. Сонце яскраво світить, і це змушує вас почуватися все краще і краще. Ви відчуваєте, як сонячні промені зігрівають вас. Ви чуєте щебетання птахів та стрекотання коників. Ви абсолютно спокійні, сонце світить, повітря чисте та прозоре. Ви відчуваєте всім тілом тепло сонця. Ви спокійні та нерухомі, як цей тихий ранок. Ви відчуваєтеся спокійними, щасливими, вам лінь поворухнутись. Кожна клітинка вашого тіла насолоджується спокоєм та сонячним теплом. Ви відпочиваєте».

1.12. БЛОК ПСИХОГІМНАСТИЧНИХ ВПРАВ

Вправа «Ворони та горобці»

Мета. Розминка, тренування уважності.

Інструкція. Група ділиться навпіл. Кожна підгрупа встає до протилежної стіни. Одна група – це «ворони», інша – «горобці». Ведучий каже «Во-ро...» - в цей час групи ідуть назустріч одна одній. Якщо ведучий каже «ворони», то завданням ворон є наздогнати горобців та зап'ятнати їх до моменту їх доторкання до стіни, завданням горобців є назап'ятнаними повернутися до стіни. Кожен учасник, котрого зап'ятнали, вибуває. Так до останнього учасника.

Примітка для ведучого: дана гра краще грається коли ведучий представляє її російською мовою, тоді слово «Во-ро-...» може бути як «ворона» так і «воробей», що стимулює дітей – це і є однією з цілей гри.

Вправа «Паперові м'ячики»

Мета. Ця гра дає дітям прекрасну можливість повернути бадьорість і активність після того, як вони чимось довго займалися сидячи. Вона також дозволяє їм скинути своє занепокоєння, напругу або розлад і увійти до нового життєвого ритму.

Матеріали: Старі газети або щось подібне; клейка стрічка, якій можна буде означати лінію, що розділяє дві команди.

Інструкція. Візьміть кожний по великому аркушу старої газети, як слід його змінить і зробіть з нього хороший, досить щільний м'ячик. Тепер розділіться, будь ласка, на дві команди, і нехай кожна з них вишикується в лінію так, щоб відстань між командами складала приблизно чотири метри. По моїй команді ви почнете кидати м'ячі на сторону супротивника. Команда буде такою: "Приготувалися! Увага! Почали!"

Гравці кожної команди прагнуть якнайшвидше закинути м'ячі, що виявилися на її стороні, на сторону супротивника. Почувши команду "Стоп!", вам потрібно буде припинити кидатися м'ячами. Виграє та команда, на чій стороні виявиться на підлозі менше м'ячів. І не перебігайте, будь ласка, через розділову лінію. (2-3 хвилини).

Вправа «Дотягнутися до зірок»

Мета. Ця гра є прекрасною комбінацією уяви і фізичної дії. Вона дає дітям можливість розслабитися і набратися оптимізму. Вони можуть тут не просто потягнутися фізично, але і зміцнити свою упевненість в тому, що вони здатні досягати мети.

Інструкція. Встаньте зручніше і закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи...

Уявіть собі, що над вами нічне небо, усипане зірками. Подивіться на яку-небудь особливо яскраву зірку, яка асоціюється у вас з вашою мрією : бажанням що-небудь мати або ким-небудь стати... (15 секунд).

Тепер розплющить очі і протягніть руки до неба, щоб дотягнутися до своєї зірки. Намагайтеся щосили! І ви обов'язково зможете дістати рукою свою зірку. Зніміть її з неба і дбайливо покладіть перед собою в красивий просторий кошик... (Коли в усіх дітей "зірки лежатимуть в кошиках", можна продовжити далі).

Опустіть руки і закрийте очі. Виберіть прямо у себе над головою іншу виблискуючу зірочку, яка нагадує вам про іншу вашу мрію... (10 секунд).

Тепер розплющить очі, потягніться обома руками як можна вище і відстаньте до неба. Зірвіть цю зірку з неба і покладіть в кошик до першої зірки...

Продовжуйте в тому ж дусі і дайте дітям зірвати з неба ще декілька зірок. Порадьте їм дихати так: робити глибокий вдих, коли вони тягнуться за зіркою, і видих, коли вони дістають її і кладуть в кошик.

Групова згуртованість може зрости, якщо після гри кожен розповість про яку-небудь зі своїх зірок і пояснить, що вона для нього означає.

Вправа «Зірви яблука»

Мета. Налаштувати на хід та темп заняття.

Інструкція. Станьте так, щоб навколо кожного з вас було досить вільного місця. Струсіть руками, зараз їм належить трішечки попрацювати.

Уявіть собі, що перед вами росте велика яблуня з дивовижними великими яблуками. Яблука висять прямо над головою, але без зусиль дістати їх не вдається. Подивіться на мене, я покажу вам, яким чином ви можете їх зірвати. Бачите, вгорі справа висить велике яблуко. Потягніться правою рукою як можна вище, підніміться навшпиньки і зробіть різкий вдих. Тепер зривайте яблуко. Це

у вас добре вийшло. Нагніться і покладіть яблуко в невеликий кошик, що стоїть на землі. Тепер повільно видихніть.

Випряміться і подивіться ліворуч вгору. Там висять два дивовижні яблука. Спочатку дотягніться туди правою рукою, підніміться навшпиньки, зітхніть і зірвіть одне яблуко. Потім підніміть як можна вище ліву руку і зірвіть інше яблуко, яке там висить. Тепер нахиліться вперед, покладіть обидва яблука в кошик, що стоїть перед вами, і видихніть. Тепер ви знаєте, що вам потрібно робити. Використайте обидві руки поперемінно, щоб збирати ті, що висять ліворуч і праворуч від вас прекрасні великі яблука і складати їх в кошик. (1 хвилина).

Тепер струсіть руками, потрясіть долоньками і повертайтеся на своє місце.

Восени цієї гри можна буде надати особливою завершення, якщо Ви принесете в клас кошик свіжих яблук, з якого кожна дитина зможе взяти собі по яблуку.

Вправа «Диригент»

Мета. Цю гру можна використати для того, щоб відновити витрачену енергію і повернути дітям бадьорість і жвавість.

Матеріали: Під час гри використовуйте запис жвавої інструментальної музики, по можливості, в наростаючому темпі.

Інструкція. Я хочу запропонувати вам невелику перерву, яка може поліпшити ваш настрій. Ви готові?

Будь ласка, встаньте, потягніться і приготуйтеся слухати музику, яку я зараз включу. Зараз ми не просто слухатимемо музику - кожен з вас представить себе диригентом, який керує великим оркестром. (Включайте музику).

Уяви собі енергію, яка тече крізь тіло диригента, коли він чує усі інструменти і веде їх до дивовижної загальної гармонії. Якщо хочеш, можеш слухати із закритими очима. Зверни увагу на те, як ти сам (сама) при цьому наповнюєшся життєвою силою. Вслухуйся в музику і починай в такт їй рухати руками, неначе ти диригуєш оркестром... Відмінно!

Рухай тепер ще і ліктями, і усією рукою цілком... Нехай, тоді як ти диригуєш, музика тече через усе твоє тіло. Диригуй усім своїм тілом і реагуй на чутні тобою звуки кожного разу по-новому. Ти можеш гордитися тим, що у тебе такий хороший оркестр! Музикантам подобається грати під твоїм керівництвом, і вони увесь час дивляться на тебе...

Зараз музика закінчиться. Розплющ очі і влаштуй собі самому і своєму оркестру бурхливі оплески за такий чудовий концерт.

Вправа «Гра у сніжки»

Мета. Налаштувати дітей на заняття (музика Струве «Весела гірка»).

Інструкція. Давайте пограємо в сніжки.

Щоб зліпити сніжку, треба нахилитися, схопити обома руками сніг, зліпити його у сніжку, розпрямитися та кинути сніжку різким рухом. Спробуйте. Розбийтеся на дві команди. Тільки в голову цілити не можна. Як чудово! Весело! Радісно! (Імітація гри).

Вправа «Танець п'яти рухів» за Габріеллою Рот.

Мета. Налаштувати дітей на заняття.

Інструкція. Покажіть, як тече вода. Рухи текучі, округлі, м'які, що переходять один в одне. (Плавна музика – 1 хвилина).

А тепер на шляху гущавина. Треба через неї перейти. Рухи рідкі, сильні, чіткі, бій барабанів (імпульсивна музика – 1 хвилина).

Ми втомилися, пробиратись через гущавину, та схожі на зламану ляльку. Рухи не закінчені, ламані (хаос на музика – 1 хвилина).

До нас на допомогу летять метелики. Наші рухи тонкі, витончені, ніжні, плавні (лірична, плавна музика – 1 хвилина).

А тепер ви заспокоїлись (шум води, звуки лісу – 1 хвилина). Стоїмо без рухів. Все тіло м'яке, розслаблене. Слухаємо своє тіло. Яке воно слухняне, гнучке, як йому добре після того, як кожен м'яз порухався. Скільки позитивних емоцій воно отримало в танці. Тепер ми бадьорі, веселі та можемо шукати Качечку.

Кря-кря-кря. Хто ж це? Качечка почула веселу музику і сама нас знайшла. Давайте візьмемо її до себе в групу і навчимо танцю «Маленьких каченят».

Етюд «Квітка»

Мета. Налаштувати дітей на заняття.

Інструкція. Давайте присядемо, як маленьке зернятко, обхопимо руками коліна, голову опустимо вниз. І тут теплий промінець сонця впав на землю та став зігрівати в землі зернятка, як стало тепло. Усі відчули як стало тепло? (музичний супровід).

Та з кожного зернятка проклонувся листочок, спочатку підіймається голова, розпрямляється корпус, тулуб, руки підіймаються догори, вище до сонечка. Квітки ростуть, ростуть, і от уже з'явився бутончик, а сонечко все тепліше та тепліше гріє, і бутончик розпускається. Ось такі красиві у всіх квіти! Погріємо на сонечку кожну пелюсточку, погріємо голівочку, посміхнемось сонечку, іншим квітам, погріємо праву щічку, тепер ліву. Можна покрутитися, ми ж чарівні квітки. Як радіють сонечку квіти! Посміхаються!

Етюд «Гроза»

Музичний супровід.

Інструкція: Сонечко стало заходити за хмари і зникло. Загримів грім, спалахнула блискавка. Як страшно! Піднявся страшний вітер. Голову опустимо та втягнемо в плечі, пелюстками (руками) накриємо голову, можна присісти. Пелюстками квіточки відгороджуються від страшної грози.

Від страху ми навіть затряслись, брови підніmemo до гори, очі відкриємо широко, рота трохи відкриємо.

Гроза пройшла, більше нічого не гримить, блискавка не спалахує, тільки невеликий дощик закапав. Давайте намалюємо свій страх.

Візьmemo олівці (краще фломастери або маркери), та аркуш паперу (невеликий). (після того як діти намалюють, тренер розмовляє з ними про те, що вони намалювали, який страх, та пропонують порвати свій страх на малі шматки та викинути у корзину).

Тепер ми нічого не боїмось!

Етюд «Дощик»

Інструкція. Давайте підставимо своє обличчя золотим крапелькам дощу. Голова закинута назад, рот напіввідкритий, очі закриті. Вітер припинився, стало тепліше. М'язи обличчя розслаблені, плечі та руки опущені. Добре під таким дощиком? Не вистачає тільки сонечка! От воно і з'являється, починає пригрівати. Але що це? Знову наближається невелика хмара.

Етюд «Хмара»

Інструкція. Хмара стала закривати усе сонечко і нам не дає погрітися. Давайте попросимо відійти від сонечка чимдалі, щоб і нам вистачило сонечка? Хмара, відійди, будь ласка, трохи убік, дай і нам погрітися!

А хмара така велика, обкутала ще більше сонечко і говорить: *"Це моє сонечко, я хочу, щоб воно гріло тільки мене, і нікуди я не піду"*. Давайте покажемо, яка хмара егоїстична, дивиться на усіх звисока: очі трохи опущені вниз, брови підняті трохи вгору, куточки губ опущені вниз.

Давайте скажемо, як хмара: *«Це моє сонечко, я хочу, щоб воно гріло тільки мене!»*

Квіточки, хіба це красиво, правильно? Що ж нам робити? (сідають на килим). Квіточки, чому так вчинила хмаринка? Яка вона? (егоїстична, думає тільки про себе і не думає про інших). Красиво вона чинить? А як би ви поступили на її місці? Як нам бути? Ми теж хочемо погрітися на сонечку.

Давайте проженемо хмару: подуємо на неї, як вітер(усі дмуть, змінюючи силу). Відлітай, хмара, в ніч! (повтор слів дітьми).

Ось і пішла хмара, і сонечко засвітило для усіх кольорів, звірів, дітей. Всім тепло?

Усі обсохнули під сонечком?

Етюд «Чотири стихії»

Інструкція. Я пропоную вам ще одну гру «чотири стихії».

Встаньте. Коли я скажу слово «земля» - ви повинні опустити руки донизу, «вода» - витягнути руки вперед, «повітря» - підняти руки вгору, «вогонь» - обертати кистями рук. Хто помилиться, той програв.

Вправа «М'яу»

Мета. Емоційне розгальмування, відреагування негативних емоцій.

Інструкція. Ведучий каже: «Давайте трошки побудемо котами. Як коти розмовляють? (Нявкають, шиплять) для початку розкажемо один одному про свій настрій. Будемо нявкати по черзі. Мишко, нявкни так, щоб ми зрозуміли який у тебе настрій. А ми всі разом повторимо нявкання (шипіння) Мишка, намагаючись зробити це максимально схоже. Потім нявкне наступний в колі і т. і. Якщо у вас змінився настрій, то, коли до вас дійде черга другий раз, ви можете м'якнути інакше.

Тепер я буду задавати настрої, і кожен наступний кіт (кішка) будуть в нявканні посилювати цей настрій. Наприклад, я кажу «веселий». Катя нявкає весело, Євген – ще веселіше, Мишко – ще веселіше ніж Євген, і т. і. Потім я називаю інший настрій.

Примітка для вєдучого. Бажано включити у вправу окрім позитивних і негативні стани (злість, страх, сором і т. і.).

Кожна характеристика відпрацьовується до тих пір, доки виходить посилювати її прояви.

Вправа «Подорож на хмарині»

Мета. Ця гра допоможе привести дітей в "робочий" стан перед початком заняття.

Матеріали: В якості супроводу бажано використати спокійну інструментальну музику.

Інструкція. Сядьте зручніше і закрийте очі. Два-три рази глибоко вдихніть і видихніть...

Я хочу запросити тебе в подорож на хмарі. Стрибни на білу пухнасту хмару, схожу на м'яку гору з пухких подушок. Відчуй, як твої ноги, спина зручно розташувалися на цій великій хмарній подушці.

Тепер починається подорож. Твоя хмара повільно піднімається в синє небо. Відчуваєш, як вітер овіває твоє обличчя?

Тут, високо в небі, все спокійно і тихо. Нехай твоя хмара перенесе тебе зараз в таке місце, де ти будеш щасливим.

Постарайся подумки "побачити" це місце як можна точніше. Тут ти почуваш себе абсолютно спокійно і щасливо. Тут може статися що-небудь дивовижне і чарівне... (30 секунд.)

Тепер ти знову на своїй хмарі, і вона везе тебе назад, на твоє місце в класі. Злізь з хмари і подякуй їй за те, що вона так добре тебе покатила... Тепер постеж, як вона повільно розтане в повітрі... Потягнися, випрямися і знову будь бадьорим, свіжим і уважним.

1.13. ОСОБЛИВОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ ІЗ ДІТЬМИ-БІЖЕНЦЯМИ

Щодня у світі безліч людей з різних причин змінюють місце проживання. Існують дані, що біля ста мільйонів живуть поза своєю етнічною батьківщиною. Значну частину серед них займають *біженці*, які «рятуючись від загрози життю та інших переслідувань, змушені були залишити свої країни і шукати притулку на інших територіях» [7].

В процесі такого переїзду, який супроводжувався різноманітними труднощами, та адаптації на новому місці біженці відчувають безліч важко вирішуваних соціальних, економічних та психологічних проблем.

Психологічні проблеми членів сімей біженців носять комплексний характер. Ядром цих проблем є *тяжкий травматичний досвід*, опрацювання якого ускладнюється необхідністю адаптуватися у новому культурному середовищі. Іншими словами, спостерігається ефект *ретравматизації* – одна травма накладається на іншу: загроза життю та благополуччю в рідній країні (первинна травма) поєднується із необхідністю контактувати із чужою культурою, яка в прямому сенсі слова може їх відторгати (вторинна травма).

В таких умовах під загрозу потрапляє ідентичність людини і, відповідно, смислова система особистості. Людина опиняється поза культурою - не лише зовнішньо, але й внутрішньо.

Діти-біженці та їх психологічні особливості

Діти взагалі є більш вразливими та чутливими до впливу несприятливих чинників оточуючого середовища, аніж дорослі. А що ж стосується дітей-біженців, то вони змушені зустрічатися із травматичними та стресовими чинниками значно частіше. Ці чинники впливають на дитину в період її розвитку, тим самим порушуючи нормальні процеси формування і становлення особистості. Пережитий травматичний досвід впливає на когнітивні процеси, особливості поведінки, міжособистісні відносини, самооцінку і, в цілому, на

світогляд. Дослідження науковців підтверджують наявність змін у баченні світу, себе та свого майбутнього навіть у зовсім маленьких дітей.

Травмуючі обставини залишають дитину без стабільного, безпечного та підтримуючого оточення, яке є необхідним для нормального розвитку. У випадках, коли батьки залишаються на батьківщині, а дітей відправляють у безпечне місце, чи коли всі дорослі члени сім'ї помирають в результаті військових конфліктів, діти рано стикаються із дорослими труднощами і долати їх доводиться без допомоги батьків.

Навіть якщо сім'я переїхала на нове місце в повному складі, дорослі не можуть приділяти вихованню і проблемам дітей стільки ж уваги, скільки приділяли раніше. Батьки, самі переживаючи тяжкий стрес та кризу ідентичності, не завжди здатні виконувати звичні сімейні ролі. Вони часто не мають достатньо сил, щоб допомогти своїм дітям. Із втратою найближчого оточення (близьких родичів, сусідів), сім'я втрачає значну частину соціальної підтримки.

До основних проблем, які можуть спостерігатися у дітей-біженців, належать:

- *порушення когнітивних процесів* (погіршення пам'яті, труднощі концентрації уваги, розлади мислення);

- *невротичні реакції* (стресове виснаження, фобічні реакції, порушення сну та апетиту);

- *функціональні розлади* (регрес поведінки та психосоматичні розлади);

- *емоційні та поведінкові порушення* (реакції протесту, підвищена плаксивість та капризність, часті зміни настрою);

- *проблеми, пов'язані із спілкуванням* (несформованість адекватних соціально-комунікативних навичок, страх і недовіра або агресія і дратівливість по відношенню до оточуючих, можлива надмірна залежність від думок оточуючих);

- *порушення взаємовідносин в сім'ї*, коли зміна соціальної ситуації та обов'язків у сім'ї часто змушує дітей і підлітків «включатися» в дорослі проблеми (до яких вони можуть бути не готові).

Особливі складнощі переживають діти-біженці підліткового віку, який є найважливішим етапом у формуванні і розвитку ідентичності. Біженці займають маргінальне положення у приймаючому суспільстві. З одного боку, якщо підлітки не входять у соціальну мережу земляків, то їм доволі важко сформувати позитивне ставлення до себе. А з іншого – традиції та стиль життя, які пропагують члени такої мережі можуть суперечити нормам приймаючого

суспільства. Як результат, підліток може відчувати відчуження та дезорієнтацію. Крім цього, нерідко підлітки сприймають відхилення прохання про надання статусу політичного біженця як особистісну образу.

Особливості психологічної допомоги дітям-біженцям

Майже всі діти-біженці мають досвід життєвих потрясінь та потребують допомоги по відновленню їх психологічного здоров'я.

Аналіз проблем дітей-біженців показує, що головною метою їх психологічної підтримки має бути *допомога в подоланні проблем розвитку, викликаних пережитим досвідом вимушеної міграції*. Г. Ван де Веєр виділяє в цьому напрямі три основні задачі:

- забезпечення умов для оптимального розвитку (створення безпечної та сприятливої ситуації для розвитку дитини через роботу зі всією сім'єю, забезпечення стимулюючих соціальних контактів та можливостей для розкриття її здібностей);

- стимулювання розвитку через підтримку дитини;
- усунення перешкод для її розвитку.

В індивідуальній роботі із дітьми-біженцями в основному використовуються методи біхевіоральної та когнітивної терапії. Після встановлення контакту та збору інформації дитину навчають технікам, що дозволяють їм «упоратися» із складними ситуаціями. Використовуються методи систематичної десенсибілізації: дитину навчають глибокій м'язовій релаксації, створенню ієрархії стимулів, які визивають тривогу (від слабкого до найбільш сильного), а потім й встановленню зв'язку між тривожним стимулом та релаксацією.

Варіантом систематичної десенсибілізації для роботи з дітьми є методом емотивної уяви, тобто застосування уяви дитини, яка дозволяє їй легко ототожнювати себе із улюбленими казковими героями та розігрувати ситуації, в котрих вони приймають участь. При цьому психотерапевт спрямовує гру таким чином, щоб дитина в ролі героя поступово стикалася із ситуаціями, які раніше викликали в неї страх. Методика емотивної уяви включає в себе 4 стадії:

- складання ієрархії об'єктів та ситуацій, які викликають страх;
- визначення улюбленого героя (героїв), із яким би дитина легко себе ідентифікувала, з'ясування фабули ігрової дії;
- початок рольової гри, коли дитину просять із закритими очима уявити ситуацію, яка є близькою до ситуацій в повсякденному житті, і вводять до неї улюбленого героя;

-безпосередня десенсибілізація, коли після достатнього залучення дитини до гри в дію вводиться перша ситуація з ієрархії; якщо при цьому у дитини не виникає страху, переходять до наступних ситуацій і тому подібне.

Ефективними в роботі із дітьми-біженцями є методи арт-терапії, такі як малювання та вигадання розповідей.

Важливою у роботі із дітьми-біженцями, особливо дошкільного та молодшого шкільного віку, є власне ігрова діяльність. З одного боку, гра є реальним засобом зняття психічної напруги, зменшення впливу стресових чинників, зменшення рівня агресивності та тривожності, а з іншого – саме у грі відбувається початкове формування багатьох якостей, які необхідні людині в дорослому житті. В ігровій діяльності діти більш активні, розкуті, гра згуртовує їх, в них виникає відчуття радості [*із досвіду роботи з дітьми в «ігрових кімнатах» Червоного Хреста в наметовому містечку для тих, хто вимушено поїхав з Чечні*]. Крім цього, в роботі із малюками дітей дошкільного віку необхідно враховувати чи достатнім є словниковий запас дитини для назви почуттів, чи розуміє дитина такі слова, як «чому», «якщо», «тому що» і т.д.

В роботі із маленькими дітьми не так важливо змінити їх ірраціональні уявлення, як сприяти формуванню позитивної самооцінки, що допоможе «упоратися» із травмою.

Вищеописане не означає, що існує єдина універсальна схема роботи психолога/психотерапевта із дітьми-біженцями, адже кожна дитина має власну історію, власні особистісні характеристики та власні ресурси для переробки отриманого травматичного досвіду. Багато чого, наприклад, залежить безпосередньо від умов, в яких опиняється дитина після переїзду. Деякі діти-біженці часто живуть у наметових містечках, і через це можуть майже нічого не знати про оточуючий світ, не мати друзів, не мати повноцінного дитинства. А деякі діти-біженці мають змогу навчатися в школах. Це з одного боку, поліпшує ситуацію, а з іншого – ставить дитину перед необхідністю вирішувати нові завдання та долати нові труднощі. Для однієї дитини травматичні переживання можуть стати основою для виникнення ПТСР, а для іншої – ні.

Отже, приступаючи до планування та розробки курсу індивідуальної психологічної допомоги дітям-біженцям необхідно орієнтуватися на кожну конкретну дитину із її унікальною історією життя, із її власною сімейною системою, соціальною ситуацією розвитку, із її поглядами, думками, почуттями, здатностями... При цьому психологу важливо враховувати існуючий описаний досвід практичної роботи психологів та соціальних працівників із такою категорією, як діти-біженці.

Список використаної літератури:

1. Алексеева И.А. Работа с детьми, перенёвшими психологические травмы. Методика группового тренинга.-СПб.:Речь,2012.-156с.
2. АлябьеваЕ.А. Психогимнастика в начальной школе: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. – М.:ТЦ Сфера,2005.-88с.
3. Баранова И.В., Гупта С.Р., Фигина Е.Н. Нравственные ценности. Развивающая программа для младших школьников. Методическое пособие для учителей и психологов. – М.: Генезис, 2004. – 144 с.
4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 2010. 5-е изд.-208с.
5. Прудченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе.- М.: ЭКСМО-Пресс, 2001
6. Психологи о мигрантах и миграции в России: информационно-аналитический бюллетень №3. М.: Смысл, 2001
7. Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности / Под ред. Г.У. Солдатовой. – М.: Смысл, 2002. - 479 с.
8. Психология беженцев и вынужденных переселенцев: опыт исследований и практической работы / Под ред. Г.У.Солдатовой. – М.: Смысл, 2001. – 279 с.
9. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шарова О.Д. Жить в мире с собой и другими.- М.: «Генезис», 2000
10. Тренинг по сказкотерапии / Под ред. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой.- СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
11. Фопель К. Как научить детей сотрудничать?-2-е изд.-М.:Генезис,2010.-541с.
12. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе. – М.: «Генезис», 2006.-303 с.
13. Чистякова М.И. Психогимнастика.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.

2. МЕТОДИКА ВИЯВЛЕННЯ ТА ПОДОЛАННЯ ОСНОВНИХ ТРУДНОЩІВ ДІТЕЙ – БІЖЕНЦІВ У НАВЧАННІ

В представленій методиці розглянуті основні фактори, що впливають на труднощі у навчанні дітей – біженців та представлені основні методики та підходи до їх подолання: міграційна педагогіка, полікультурність, психологічні засади співпраці вчителів, психологів та батьків, особливості формування атмосфери позитивності та толерантності.

Типові труднощі дітей у навчанні пов'язані з:

- відмінністю програм навчання від тих, які є для них звичними;
- мовним бар'єром;
- тривалою перервою у навчальній діяльності дитини;
- втратою особистісного статусу по відношенню до педагогів і однолітків;
- необхідністю встановлення нових рольових відносин;
- загальним станом тривожності і психологічної недовіри дітей та їх сімей до дій шкільної адміністрації;
- наявністю негативних стереотипів;
- труднощами адаптації до нового оточення і змінених вимог до процесу освіти і виховання;
- перебування дитини в двомовному середовищі.

Реалізація ідеалів полікультурного освітнього простору передбачає:

- виховання в дітях толерантності почуттів, чуйності, відкритості, доброзичливості та толерантності;
- формування в учнів умінь розбиратися у своєму внутрішньому світі;
- вироблення навичок самоаналізу;
- ідентифікацію особистості у полікультурному середовищі;
- формування у дітей позитивної Я-концепції, соціальної активності, впевненості у своїх силах, здатності до самовираження та самопрезентації;
- вироблення вмінь вступати в міжкультурний діалог, слухати і говорити, умінь сперечатися, не сварячись, у пошуках істини;
- інтеграцію культур в системі полікультурного освітнього простору, виховання комунікативних характеристик особистості учня-мігранта;
- культивування у дітей симпатії і поваги до себе та інших людей.

Полікультурне освітнє середовище здатне виконувати перераховані вище функції по відношенню до особистості учня-біженця в тому випадку, якщо вся виховна система буде мати гуманістичний характер і будуватися на принципах педагогіки роботи з дітьми-біженцями, що забезпечують підтримку і захист особистості.

Практична реалізація полікультурної освіти може бути здійснена через наступні кроки:

- введення в навчальний план (програму) матеріалів, пов'язаних з етнічними національними особливостями школяра;
- збагачення базових освітніх дисциплін національною проблематикою;
- пріоритет полікультурної освіти як цінності, входження особистості в світову, регіональну та національну культуру за допомогою освіти;
- забезпечення психолого-педагогічної підтримки, допомоги і захисту дітей;
- вибір культурно-освітніх програм відповідно до пізнавальних можливостей учнів;
- забезпечення кожній дитині індивідуальної траєкторії розвитку та навчання з урахуванням його психологічних особливостей, здібностей, схильностей.

Таким чином, адаптаційне полікультурне освітнє середовище покликане реалізувати ціннісне, дбайливе ставлення до дорослої людини, і до дитини зокрема, гуманізацію відносин між людьми, підтримку і захист, культурну ідентифікацію кожної особистості; повернення освіти в контекст культури та його регіоналізацію, залучення дитини до культури за допомогою освіти; творчий професіоналізм та педагогічну майстерність у будь-якій сфері діяльності, підвищення педагогічної культури, педагогізації суспільства, інтеркультурну комунікацію.

Механізмом, що забезпечує підтримку і захист особистості в полікультурній освіті в контексті педагогіки роботи з дітьми-біженцями, є інтеграція педагогічних зусиль на основі принципів: особистісно-орієнтованого підходу, врахування національно-етнічного, культурного чинника, наступності в педагогічній діяльності за умови, що учень-біженець є активним суб'єктом навчально-виховного процесу.

Позитивний результат може бути досягнутий лише завдяки загальній, інтегрованій спільній діяльності в області полікультурної освіти школи та всіх відповідних служб регіону, краю, міста, школи. Це є неодмінною умовою для

надання ефективної допомоги, підтримки життєвого самовизначення особистості дітей біженців і членів їх сімей в конкретному соціальному просторі їх адаптаційної орієнтації в нову полікультурному середовищі суспільства. Адже лише самодостатня сім'я з адекватною самооцінкою всіх її членів та адаптацією в соціум, можуть забезпечити повноцінний розвиток та навчання дитини.

Методологічні особливості подолання мовного бар'єру учнів

Мова - не тільки засіб спілкування між людськими групами, а й форма вираження різних культур. А оскільки культури широко різняться між собою, то при дистанції між мовами виникає культурна дистанція між мовними групами, навіть коли мови близькі одна до одної. Знання мови дозволяє різним етносам уникнути непорозуміння, непорозумінь у спілкуванні та взаємодії та й взагалі займати активну позицію як в соціум, так і в навчанні. Отже, якщо дитина біженець має намір навчатися в загальноосвітній школі в Україні, перш за все вона потребує допомоги з вивчення української мови.

Педагогічна гострота **проблеми білінгвізму може бути пом'якшена** наступним чином:

- **Підхід 1.** Полегшити вивчення нової мови можна за допомогою додаткового або компенсаційного навчання, тобто, почавши навчання рідною мовою, поступово вводити нову мову; дозволити учню зберегти рідну мову, інтелектуальні та емоційні контакти зі своєю культурою. У цьому випадку шкільна програма повинна включати в себе систематичне навчання учня його рідної мови, а також діяльність, пов'язану з залученням його до національної культури; Роль такого осередку можуть відігравати недільні школи, гуртки позакласної та позашкільної роботи до яких важливо залучати не лише дітей-біженців, представників певної культури, а й інших дітей, які захочуть більш повно та широко дізнатися про інші культури та традиції. Це можуть бути і театральні постановки і літературні вечори і знайомство з видатними людьми свого краю. Можливість пишатися своєю Батьківщиною, своєю сім'єю, своєю національністю є одним із основних чинників для успішного оволодіння дитиною іншими культурами.

- **Підхід 2.** Школа повинна забезпечити можливість вивчення нової для дитини мови. Навіть найпростіше рішення - відвідування додаткових занять з української мови може принести хороші результати.

- **Підхід 3.** На кожному уроці вчитель може знайти можливість навести ті чи інші приклади, пов'язані з культурою, природою, економікою чи особистостями, представниками країн, які представляють діти біженці.

- **Підхід 4.** Важливим є також використання на позакласних заняттях **інтерактивних тренінгових технологій**, толерантна атмосфера яких дає можливість дитині висловити свою думку без страху сміху чи критики з боку інших дітей. Робота в інтерактивному режимі дає також можливість дитині біженцю (яка зазвичай спілкується з тісним колом своїх співвітчизників) поспілкуватися з іншими дітьми при роботі в парах, в малих групах. При цьому дитина може отримати справді незамінний досвід презентаційної роботи. Вивчення мови в такому інтерактивному режимі роботи проходить ненав'язливо, в доступному для дитини обсязі та легко засвоюється. Почуття задоволення отримане на занятті та відчуття нових можливостей в спілкуванні з іншими дітьми формує у дитини біженця мотивацію до подальшого вивчення мови, на що може опертися вчитель у своїй подальшій класній та індивідуальній роботі з даною дитиною. «Вимушене» спілкування з іншими дітьми на інтерактивних заняттях (адже на традиційних уроках дитина може і не спілкуватися безпосередньо з іншими) дає їй можливість стикнутися з тими, хто здавалося б представляє зовсім іншу групу, розширити таким чином коло можливих друзів та товаришів.

- **Підхід 5.** Для вчителя, в класі якого є діти-біженці важливо ставити планку, до якої дитина буде зацікавлена дотягнутися. Цьому може сприяти також і спільна позакласна робота над випуском стінгазети. Оформленням кімнати чи бібліотечного куточка та інше. Важливо пам'ятати, що запорукою успіху у всіх цих заходах є толерантність: виховання рівного та поважливого ставлення вчителя до дітей та дітей одне до одного, яких би національностей та фізичних чи інтелектуальних можливостей вони не були б.

Зрозуміло, для здійснення педагогічної підтримки та захисту дітей-біженців необхідні: високий рівень професійно-особистісної культури педагога, його педагогічна компетентність; атмосфера співробітництва в педагогічному колективі; наявність реального зв'язку сім'ї, школи і соціуму.

Фактори та їх вплив на труднощі у навчанні дитини-біженця та її інтеграції в навчальний простір школи:

Можна виділити основні фактори та їх вплив на труднощі у навчанні дитини-біженця та її інтеграції в навчальний простір школи:

1. Вплив ситуації в сім'ї на фізичний, психологічний, психічний і інтелектуальний та соціальний рівень дитини та рівень засвоєння нею знань.
2. Вплив емоційного та психологічного стану дитини на рівень її адаптації та мотивацію до навчання.
3. Вплив психологічних травм, які вона отримала в період переїзду та під час адаптаційного періоду в Україні на її психологічний стан.
4. Залежність від кваліфікації, педагогічних вмінь та навичок роботи з дітьми-біженцями безпосередньо вчителя, його навичок емпатії та толерантності.
5. Наявність позитивної толерантної атмосфери у шкільному колективі на всіх його рівнях: клас, школа, педагогічний колектив.

Знання та розуміння цих факторів, а також методів їх виявлення (Додаток 1) допоможе вчителям та психологам школи створити більш безпечну та сприятливу атмосферу для навчання та адаптації дітей біженців в шкільну спільноту. Такий підхід до виявлення та подолання психологічних труднощів у навчанні дітей-біженців в загальноосвітній школі може сприяти вирішенню проблеми подолання труднощів вивчення української мови та залучення дітей-біженців до соціуму школи та широкої спільноти України.

Окрім цього, ми пропонуємо вчителям молодшої школи при виникненні такої необхідності вести індивідуальну картку кожного учня для фіксування труднощів у його навчанні (Додаток 2). Заповнення такої таблиці дасть змогу:

- а) з'ясувати чи є виявлені труднощі базовими (тими, які проявляються при вивченні всіх предметів) або специфічними, які пов'язані із вивченням окремого навчального предмету;
- б) прослідкувати причинно-наслідковий між поведінкою дитини та тими труднощами, які виникають у неї в процесі розуміння та засвоєння матеріалу;
- в) визначити типові завдання, які є досить важкими для тієї чи іншої дитини, що в свою чергу дозволить вчителю за можливості приділити такому учню більше уваги та надати емоційну підтримку (за відповідних умов можна взагалі змінити завдання для такої дитини);
- г) висунути гіпотези щодо психологічних причин тих чи інших труднощів кожної дитини.

Що стосується заповнення третьої колонки, яка стосується безпосередньої ідентифікації тих чи інших труднощів, то на даному етапі можуть бути названі скоріше видимі прояви цих труднощів в навчанні кожної дитини (наприклад, плутає слова, погано запам'ятовує вірші, не може зосередити увагу більше двох хвилин тощо). А вже після досить тривалого спостереження за дитиною, отримання більш детальної інформації від батьків (як дитина виконує домашні завдання, які в неї є складнощі тощо), залучення інших спеціалістів відповідно до ситуації (шкільного психолога, дефектолога, логопеда) може бути сформоване комплексне бачення можливих причин виникнення тих чи інших труднощів у навчанні дитини і розпочата робота по формуванню стратегії роботи із такою дитиною.

Важливим є уникнення поспішних висновків і навішування «ярликів» на дитину біженця. Якщо така дитина відчуває труднощі у навчанні важливо поспостерігати за нею певний час, з'ясувати чи мають їх сім'ї підтримку з боку місцевого населення, чи відвідують вони різноманітні секції, чи мають доступ до спілкування із іншими дітьми поза школою та ще багато інформації, про яку вже йшлося раніше, в тому числі і про традиції на їхній Батьківщині. Можна відкрито поговорити із дитиною та спитати що саме в неї не виходить і чому, приділити їй час та надати необхідну підтримку.

Сподіваємося, що наведені нами підходи до виявлення та подолання психологічних труднощів у навчанні дітей-біженців будуть Вам у нагоді!

Список використаної літератури

1. Багатокультурність і освіта. Перспективи запровадження засад полікультурності в системі середньої освіти України. Аналітичний огляд та рекомендації / За ред. О.Гриценка. – К.: УЦКД, 2001.
2. Бессарабова И.С. Поликультурное образование в России и США: к постановке проблемы / И.С. Бессарабова // Современные проблемы науки и образования. – 2008. – №5.

№	Основні фактори, що формують труднощі у навчанні	Метод виявлення факторів	Питання для роботи
1	Ситуація в сім'ї та її вплив на фізичний, психологічний, інтелектуальний та соціальний рівень дитини та рівень засвоєння нею знань.	Бесіда з батьками (вчитель)	<p><i>Основні питання для з'ясування ситуації в сім'ї дитини:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Чи може в сім'ї хтось допомагати дитині у навчанні? • Чи знає хтось із членів сім'ї мову? • Чи має дитина місце для виконання домашніх завдань? Чи має окрему кімнату? • Які домашні обов'язки має дитина, як вона допомагає і яку роботу виконує в сім'ї? • Чи зацікавлені батьки у навчанні та інтеграції дитини в українськомовне дитяче середовище? • Чи готові вони підтримувати свою дитину у навчанні і спілкуванні з вчителем та психологом?
2	Емоційний та психологічний стан дитини	Бесіда з батьками (вчитель)	<p><i>Основні питання для висвітлення психологічного стану дитини при зустрічі з батьками:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Які іграшки любить ваша дитини? • Чи є у неї якісь уподобання, улюблені заняття? • Чи багато у неї друзів(було на батьківщині і в Україні)? • За чим вона найбільше жалкує? • Що їй подобається в Україні? • Які вона любить подарунки? • Хто у вашій сім'ї для неї найближчий (мама, тато, брат, сестра, інше)?
3	Наявність психологічних травм, які дитина отримала в період переїзду та під час адаптаційного періоду в Україні на її психологічний стан.	Зустріч з дитиною. Діагностика дитячих травм (психолог)	<p><i>Визначення психологічного стану дитини.</i> <i>Безпосередня робота психолога з дитиною</i></p> <p>Робота психолога щодо виявлення психологічних травм дитини, підбір методик для визначення:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рівня тривожності; - агресивності; - замкнутості-відкритості; <p>інтелектуального рівня.</p>

4	<p>Кваліфікація, педагогічні вміння та навички роботи з дітьми – біженцями</p> <p>безпосередньо вчителя, його навички емпатії та толерантності.</p>	<p>Індивідуальна робота з дитиною</p>	<p><i>Індивідуальна робота вчителя з дитиною:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● підготовка домашніх завдань з вивчення мови; ● послідовність вчителя в перевірці виконання завдань (часовий проміжок); ● врахування можливостей дитини при формуванні додаткових завдань; ● використання кращого досвіду на новітніх підходах до індивідуальної роботи; ● врахування національних та вікових особливостей дитини; ● підтримка вже вивченого дитиною в повсякденному спілкуванні з нею. (наголошувати і використовувати вже вивчені і засвоєні слова і звороти мови); ● ставлення з розумінням і підтримкою до помилок в мовному, навчальному і організаційному інтеграційному процесі дитини; ● підтримка вчителем її здобутків, підкреслення руху в її розвитку (ти вже знаєш цю тему, зворот, виріш... ми можемо рухатися далі, скоро ти вже володітимеш мовою зовсім вільно...).
5	<p>Наявність позитивної толерантної атмосфери у шкільному колективі на всіх його рівнях: клас, школа, педагогічний колектив.</p>	<p>Метод досягнення:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Класна групова робота вчителя 2. Навчання педагогічного колективу школи 	<p><i>Робота вчителя з оточенням дитини в класі:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● представлення дитини класу; ● на класній годині застосування вправи «Знайомство» в інтерактивній формі(можна на кожній класній годині кожного разу по-різному), коли дитина–біженець розповідає про себе нарівні з іншими дітьми; ● враховуючи інтереси та уподобання дитини, залучати її до певної групової діяльності: випуск стіннівки(малювання, історії про свою країну); ● визначення дитини-порадника, яка згодиться допомагати новенькому (-кій) у навчанні.

Індивідуальна карта для фіксування труднощів у навчанні дитини-біженця молодшого шкільного віку та виявлення їх можливих психологічних причин

ПІБ _____

Клас _____ Країна, в якій народився (лася) _____

Час перебування на території України _____

Рідна мова (мова, якою володіє на момент вступу до школи) _____

Загальна успішність _____

Навчальні предмети	Особливості поведінки	Трудищі у навчанні (зокрема у процесі розуміння та засвоєння матеріалу)	Можливі психологічні причини

3. МЕТОДИКА ПОЗАКЛАСНИХ КУЛЬТУРОЛОГІЧНИХ ЗАНЯТЬ З ГРУПОЮ ДІТЕЙ, В ЯКІЙ Є ДІТИ-БІЖЕНЦІ

3.1. Загальний опис методики

Представлена методика культурологічної роботи з групою дітей, в якій є діти-біженці, направлена, з одного боку, на залучення дітей-біженців в культурологічний простір України, їх знайомство з культурою, звичаями, легендами та історією України, знайомство з рослинним та тваринним світом української землі. З іншого боку, методика направлена на підтримку знань та почуття гордості дитини за свою власну країну. Методика має за мету також розвиток художнього бачення дитини, розвиток її художніх навичок, вміння передавати свої почуття та враження за допомогою художніх засобів.

При роботі з дітьми пропонується використовувати такі форми роботи як: робота з географічними картами, підготовка кожною дитиною доповідей, проведення дітьми досліджень, підготовка виступів дітей та їх обговорення, перегляд дітьми художніх альбомів з репродукціями робіт художників та архітектурних пам'яток, відвідування дітьми музеїв та безпосередня художня робота самих дітей.

Важливо, щоб заняття проходили в інтерактивній формі, доброзичливій розкутій атмосфері за відсутності критики, оцінки та змагання. На відміну від шкільних уроків, кожна дитина може працювати в своєму темпі, індивідуально, в парах чи групах за інтересами, обмінюючись своїми напрацюваннями, знахідками та відкриттями з іншими дітьми.

Робота з географічними картами

Ця форма роботи дає змогу дитині усвідомити місце розташування як України, так і своєї власної країни, усвідомити їх близькість та віддаленість одна від одної, зрозуміти їх географічні та кліматичні умови та зрозуміти чим обумовлені відмінності в кліматі, рослинному та тваринному світі. Діти-біженці можуть розповідати про рідкісні рослини і тварини, які зустрічаються у них на батьківщині, а діти українці із задоволенням розкажуть про диких та свійських тварин, що є представниками української флори та фауни.

Буде чудово, якщо вдасться знайти «спільних знайомих», які проживають чи ростуть як в одній, так і в іншій країні, або ж і у всіх країнах!

Можна підібрати короткі віршики (а може й написати самому!) про знайомих тваринок (рослини, явища природи), намалювати їх, дослідити спосіб життя, зробити гербарій.

Діти знайдуть на карті гори і ріки своїх країн, можливо, саме у їхній країні знаходиться найвища гора у світі, чи найбільше озеро, чи найстаріше дерево, чи водоспад, вулкан...

Всі ці кроки допомагають дітям побачити за зовнішніми ознаками, за відмінністю рис обличчя та кольору шкіри щось значно більш важливе, формують толерантне ставлення один до одного, приєднують дитину до загальнолюдської спільноти, допомагають зрозуміти, що ми всі є дітьми однієї планети.

Підготовка виступів та доповідей, проведення досліджень та їх обговорення.

Робота в цьому напрямку буде особливо корисною для дітей-біженців щодо розвитку їх мовлення, покращення їх знання мови, вміння спілкуватися з аудиторією.

Окрім цього, дослідницька культурологічна робота розвиває у дитини вміння узагальнювати та аналізувати, робити висновки, цінувати те, що не має явної матеріальної цінності, але має цінність духовну через мистецтво, мистецький погляд на життя, культуру, що протиставляється споживацькому погляду на важливі для життя людини речі. Це формує у дитини вміння самому відкривати і отримувати задоволення від відкриття, дослідження, роздумів. Історія України, історія своєї рідної країни, природа, народна творчість, народні звичаї і свята – все це може бути предметом дослідження, аналізу, представлення іншим дітям та батькам.

До навчального процесу планується активно залучати самих дітей – кожна дитина отримує завдання і має представити всій групі результати свого дослідження.

Важливо практикувати в навчальному процесі підготовку і проведення екскурсій з, як українськими дітьми, так і з дітьми-біженцями. Проводити заняття за межами школи, екскурсійні прогулянки містом, прогулянки з метою роздивитися архітектуру міста, уроки в музеях, візити в майстерні художників.

На заняттях важливо звертатися до культурної спадщини сім'ї кожної дитини. Дати дітям-біженцям можливість представити знайдену цікаву інформацію, що розповідає про культуру та звичаї їхньої країни, а дітям українцям – про країну Україну. Наприклад, розпитати свого дідуся, бабусю, принести старі сімейні фотокартки, розказати про старі сімейні реліквії, що зберігаються в сім'ї – національний одяг, рушники, книги, предмети вжитку, предмети старого побуту, або просто речі, які пов'язані з історією сім'ї і є цінністю.

Необхідно давати дітям домашні завдання, підготовка та виконання яких зближували б дітей різних національностей, спонукала їх до спільної дослідницької роботи.

Вчитель допомагає дітям у таких складних завданнях, як самостійно підготовувати екскурсію, провести урок для інших. Допомагає підготувати зібрані матеріали та інформацію до представлення, публікації в шкільній газеті, на стенді школи.

В навчальному процесі поєднуються і взаємодоповнюють одна одну різні культурні сфери та культури різних країн. Діти досліджують: архітектуру, природу, літературні джерела, образотворче мистецтво, народне мистецтво, історію краю, традиції, музеї .

До українських свят таких як Різдво, Великдень, Водохреща, Масляна та національних свят дітей тих країн, які є батьківщиною дітей-біженців, можна готувати особливі заняття, на які діти можуть запрошувати батьків, родичів, друзів.

Перегляд художніх альбомів з репродукціями робіт художників та архітектурних пам'яток

Перегляд художніх альбомів допомагає дитині навчитися бачити прекрасне навколо себе, красу оточуючого світи, вчитися спостерігати, порівнювати, дивитися на світ очима художника.

При перегляді художніх альбомів чи при відвідуванні музею не варто намагатися познайомити дитину відразу з багатьма художниками чи з усією творчістю одного художника, а в музеї - переглянути всю експозицію лише тому, що «ми вже в музеї».

До відвідування музею варто готуватися як викладачеві, так і самим дітям. Наприклад, при вивченні народних пісень про Козака Мамаю, можна спеціально піти в музей Івана Гончара (м. Київ) подивитися народні картини про цього героя. А при вивченні китайської порцеляни, організувати екскурсію в Музей Ханенко (м. Київ), щоб переглянути колекцію порцеляни.

Художня частина програми

Художня частина програми спрямована на:

- розвиток у дітей почуття прекрасного;
- вміння милуватися природою;
- вміння відчувати красу оточуючого світу;
- розвиток художнього смаку;

• розвиток у дітей вмінь та навичок володіння художніми матеріалами, щоб діти могли вільно передавати на папері свої враження і відчуття.

Для успіху програми, викладачам варто звернути увагу на наступні моменти:

• Діти мають працювати з якісними матеріалами, не обов'язково дорогими, але такими, що мають широкі зображувальні можливості.

• Для зацікавлення та пробудження інтересу у дітей на заняттях практикувати різні техніки, наприклад, акварель, гуаш, олія, мішані техніки, графічні техніки – акватипія, гравюра, колаж, витинанка, писанка. Використовувати різні формати паперу.

• Дуже важливим є організація виставок, щоб діти бачили результат своєї роботи. Виставки можуть бути представлені у класі для занять, на шкільному стенді, а найвдаліші роботи можуть подорожувати до іншої школи, що теж залучена до програми. На виставки запрошувати батьків, друзів, родичів.

• Оформити дитячу виставку можна і без великих витрат, використовуючи паспорт. А сам процес оформлення робіт у паспорті та komponування їх у класі для занять чи актовому залі сам по собі є творчим і об'єднує всіх дітей, як українців, так і дітей біженців, викладачів та всіх залучених до нього. Старші діти можуть допомагати у цьому процесі молодшим.

До уваги вчителя!

Можливо, така виставка не матиме високої художньої цінності, але вона цінна тим, що діти працювали, спостерігали за природою. Особливо, якщо це зацікавило дітей, важливо їх підтримати, а виставка, навіть у невеликому класі на кілька днів, дає можливість бачити результати своєї роботи, пишатися ними, підвищує впевненість дитини в собі, дає можливість дитині реалізуватися за рахунок свого творчого потенціалу.

• В художніх програмах варто використовувати виходи на природу, в мальовничі місця. Наприклад, на занятті, що проходить на природі, діти акварельними фарбами на форматі А3 зображують краєвид (один на кожному занятті, або один кілька занять).

До уваги вчителя!

Важливо, аби місце було недалеко від школи. З технічного боку, для роботи з акварельними фарбами дітям не обов'язково мати етюдники. Можна використати маленький складний стільчик та папір з твердою основою (акварельна склейка, картонка).

Вчитель заохочує дітей працювати вільно, великим пензлем, спершу організувавши весь простір листа, а потім переходячи до деталей. Вчитель показує дітям прийоми акварельної техніки – по мокрому, вимивання жорстким пензлем, накладання одного шару на інший, використання білила. Вчитель доступно пояснює правила повітряної перспективи – для дальнього плану використовування синіх, фіолетових кольорів, більш легких по тону. Вчитель не має бути надто вимогливим до дітей в зображенні архітектури.

Особливо, якщо в дітей немає досвіду. Головне, аби дитина намагалась відтворити характер, силует будівлі.

Вчитель звертається до спостережливості дітей – подивіться, яке зараз небо, який силует дерева, яке в нього листя, кора, якого кольору і т.д.

ВАЖЛИВО! Роботи дітей не критикувати. Пам'ятати, що результатом є не лише художня цінність роботи, але й задоволення, що його отримала дитина при її створенні. Пам'ятати, що гарні художні результати досягаються напруженням – щоб була одна гарна робота, треба багато працювати.

ВАЖЛИВО! Перед очима дітей має проходити велика кількість якісного образотворчого матеріалу. Це і відвідування місцевих музеїв, і розгляд на репродукціях світових шедеврів, паралельно з народним мистецтвом та творчістю українських художників та художників, що представляють країни дітей біженців. Мистецтво, незалежно від його рівня, залишається мистецтвом і має зцілювальне значення для душі людини і дитини, особливо за умови втрати рідної країни, пережитих психологічних травм та труднощів адаптації в новому культурологічному просторі.

3.2. Програма художніх занять для групи дітей молодшого шкільного віку, в якій є діти - біженці

Завдання програми підібрані з врахуванням наявності в групі дітей-біженців різних національностей, які представляють різні країни; врахуванням інтересу дітей до навколишнього світу; бажання дітей пізнавати, досліджувати, експериментувати, випробовувати нові матеріали, техніки. Також враховується великий інтерес дітей до природи, різних культур світу, історії, міфів, легенд, казок, представництва в групі дітей біженців, які представляють різні країни.

Спираючись на вікові особливості та інтереси дітей, програма має на меті розвиток творчих здібностей, отримання конкретних художніх навичок, вміння користуватися різними матеріалами (програмою передбачена робота аквареллю, олією, темперою, акрилом, пастеллю, кольоровими олівцями, мішаними техніками, робота з папером, тканинами, нитками тощо), а також збагачення цікавою художньою інформацією, знайомство з світовим мистецтвом і на прикладі цього матеріалу засвоєння в процесі художніх занять на підсвідомому рівні таких понять як колір, колорит, яскравість, насиченість, прозорість, контраст, симетрія, гостре, плавне, ритм, лінія інше та вміння володіти та користуватися ними у своїх роботах.

Програма спрямована на розвиток у дітей почуття прекрасного і художнього смаку, вміння бачити красу природи та оточуючого світу.

Художні заняття проходять в інтерактивній формі, що дає можливість дітям спілкуватися, обговорювати, брати активну участь в формуванні програми, допомагати один одному, розвиваючи таким чином їхні комунікативні навички.

Програма структурована в 4 різних типи художніх занять:

- Заняття УРОК ПРИРОДИ;
- Заняття ТВОРЧИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ;
- Заняття ЧЕРЕЗ МИСТЕЦТВО ПІЗНАЄМО СВІТ;
- Заняття МАЛЮЄМО З НАТУРИ.

Заняття УРОК ПРИРОДИ

Основою даного типу занять є вивчення природи. Кольори, форми і образи тваринного і рослинного світу дуже цікаві дітям через їх інтерес до природи і є дуже корисним і незамінним матеріалом для оволодіння художніми навичками. Працюючи з образами і формами, створеними природою, дитина не на словах, а на конкретному матеріалі, може зрозуміти і засвоїти художні прийоми, якими користувалася великий художник - природа. До того ж такі заняття, крім пізнавального характеру, відкривають для дітей красу світу, розвивають їх художній смак.

Ось як діти знайомляться з художніми поняттями і засвоюють художні прийоми на уроках природи:

- Контраст – малюнок на крилах метеликів, забарвлення тропічних риб, забарвлення хижих звірів...;
- Яскравість – кольори тропічних птахів, риб, корали, квіти...;
- Чіткий графічний малюнок – смужечки на хутрі тигра, жирафа, зебри, ягуара...;
- Прозорість – квіти, метелики ...;
- Фактура – хутро, пір'я, луска, пелюстка квітки...;
- Гостре, плавне, ажурне, лінія, ритм, блиск, насиченість та інше величезне різноманіття і багатство художніх засобів природного світу.

Заняття УРОК ПРИРОДИ передбачає вивчення окремих цікавих для дітей тем, наприклад: риби тропічних морів, мешканці океану, птахи України, рифи, вулкани, або, наприклад, незвичайні тварини Австралії, Африки, країн дітей біженців інше. На цих заняттях діти, малюючи, досліджують, порівнюють, аналізують і отримують нову інформацію.

Заняття ТВОРЧИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ

На заняттях ТВОРЧИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ діти знайомляться з новими техніками, матеріалами, отримують нові навички і, при цьому, повну свободу того, що вони малюватимуть.

Метою цих занять є збагачення художньої мови дітей, ознайомлення їх з цікавими техніками, підходами, при цьому, не обмежуючи їх, що може наштовхнути дитину на цікаві ідеї, викликати інтерес до творчості, запустити справжній творчий процес.

Враховуючи інтерес дітей цього віку до досліджень, випробовувань, експериментів (*...а що буде, якщо я...*). Діти мають можливість спробувати експериментувати з різним форматом паперу, фактурою паперу, пензлями. Наприклад, заняття, коли діти працюють без пензлів – відбитки, бризки, трафарет, або використовуючи різні пензлі – пензель віяло, флейтс, китайський пензель, валики. Діти малюють на тонованому папері, створюють колаж, аплікацію, використовують структурні акрилові пасти та інше.

На цих заняттях діти можуть займатися вільною творчістю, експериментувати, досліджувати і випробовувати нові матеріали.

Заняття ЧЕРЕЗ МИСТЕЦТВО ПІЗНАЄМО СВІТ

Заняття цього типу засновані на цікавості дітей до пізнання чогось нового, інтересі до різних культур світу, міфів, легенд, казок. Заняття передбачають знайомство дітей з мистецтвом різних країн і культур через демонстрацію ілюстративного матеріалу (*...а давайте тепер ми спробуємо так...*). Діти знайомляться з емоційно-насиченою, художньо-досконалою близькою інформацією. Знайомство дітей в доступній формі з художніми стилями, розвиток їх художнього кругозору, знайомство з творчістю культових художників різних країн і епох (Наприклад, Катерина Білокур, Мікеланджело, Леонардо да Вінчі, Матіс, Клеє, Рембрант, культура античного світу, древній Єгипет, Китай, Індія, наскальний живопис...)

На цих заняттях діти отримують інформацію, знайомляться з мистецтвом, використовують художні матеріали.

Заняття МАЛЮЄМО З НАТУРИ

Заняття цього типу засновані на підтримці інтересу дітей до уважного спостереження, дослідження, розвивають відчуття кольору, здатність милуватися світом. На цьому занятті діти малюють натюрморт або цікаві предмети, квіти, портрети, в залежності від теми заняття.

Метою занять є навчити дітей володіти фарбами, передавати на папері зорові образи. Заняття може проходити у формі художнього дослідження, коли діти малюють по черзі різні предмети, обмінюються ними та обговорюють їх форму, колір, інші художні властивості. Для занять вибираються цікаві предмети. Наприклад, предмети з цікавою фактурою, кольором, квіти, фрукти, засушені квіти, мушлі, предмети незвичайної форми, гербарій, скляні предмети, екзотичні предмети...

В кінці занять, діти роздивляються репродукції картин художників, в залежності від теми заняття, знайомляться з культурою натюрморту.

3.3. Програма культурологічного блоку занять для групи дітей молодшого шкільного віку, куди входять діти біженці

Тема 1. Культурологічні особливості та відмінності, що виходять з географічного положення, природничого ландшафту та клімату країн – розглядаємо Україну та рідну країну дитини біженця.

Заняття 1. Порівняльний аналіз особливостей клімату, як він впливає на рослинний та тваринний світ різних країн і України.

Заняття проводиться з використанням фізичних географічних карт.

Перший крок: діти знайомляться з позначеннями на карті глибин, висот, кліматичних особливостей.

Другий крок: Після цього за допомогою карти працюють з ландшафтом України – спочатку визначають найцікавіші місця на території Країни за допомогою позначень на фізичній географічній карті України;

Третій крок: Далі діти знаходять реальні відповідники, використовуючи всі можливі джерела(вчитель наперед може підготувати навчальні посібники чи сторінки Інтернет, в яких згадуються дані і діти вже самостійно можуть працювати з ними) знаходять їх фото чи художні зображення; цікаву факти та пов'язані з ними літературні, бойові, спортивні та інші події.

Четвертий крок: діти презентують результати своєї роботи.

До уваги вчителя!

Цю вправу добре виконувати, об'єднавши дітей в малі групи. Кожна група отримує своє завдання (клімат, глибини, висоти, степ, ліси тощо). При виконанні завдання, для дітей буде корисною робота в невеликих групах, в яких вони можуть набути навичок лідерської роботи, роботи в команді, розподілу ділянок роботи, підтримки один одного та ефективного спілкування. Враховуючи, що об'єднання дітей в групи проходить щоразу за іншими ознаками, - діти отримують досвід спілкування з різними дітьми, навіть з такими, з якими в звичайних умовах не стали б спілкуватися(через те, що вважають себе , наприклад кращим, або, навпаки, гіршими) і мають можливість побути і лідерами і виконавцями.

Заняття 2. Продовження розкриття попередньої теми.

Крок п'ятий. Так само, як і на попередньому занятті (крок 1-4), діти цього разу працюють з однією з тих країн, представник якої навчається в їхньому класі або є в їхній групі. Діти з задоволенням дізнаються «цікавинки» про країну, яка тим чи іншим способом пов'язана з життям їхнього товариша. Дитині - вихідцю з цієї країни відводиться роль експерта, і він може оцінювати відповіді інших дітей та доповнювати їх знахідки своїми враженнями. Як варіант, можна на заняття запросити батьків такої дитини. Спогади Батьків дитини або показ та коментування фото, слайдів чи документальних фільмів будуть важливими.

До уваги вчителя!

Зазвичай, діти з задоволенням виконують такі завдання. Тут вони отримують нові знання, навички спілкування. Далекі країни стають дітям близькими, а до своїх іноземних товаришів вони починають ставитися з повагою та інтересом.

При виконанні вправи, вчителю важливо слідкувати, щоб не було зневажливих коментарів, що стосуються звичаїв чи подій, які відбуваються в країні та того, що довелося пережити дітям-біженцям та їхнім батькам через ці події. Важливо дотримуватися правил толерантності, конфіденційності, правила не критикувати та поважати один одного.

Тема 2. Інтерактивні заняття з активною роботою дітей: які рослини та тварини України здивували, найбільше сподобалися, налякали, які з них зустрічаються і в рідних країнах дітей, які ні, чому?

Заняття 1. Вступ до теми.

На даному занятті діти можуть поділитися своїми знаннями та інформацією про відомих їм (улюблених, страшних, цікавих, красивих, добрих...) тварин. Можна показати короткі документальні або краще художні фільми про життя тварин, де підкреслюються та показуються риси тварин, що проявляються у їх способі життя та спілкуванні з іншими звірами. Часто на основі таких фільмів, можна підняти розмову з дітьми про добро і зло, любов і дружбу, як щодо до тварин так і до людей.

Заняття 2. Художня творчість: зображення тварин та рослин України.

На цьому занятті вчитель знайомить дітей з художнім зображувальним матеріалом, з роботами відомих українських художників, які працювали в анімалістичному жанрі та жанрі пейзажу. Можна використовувати зображення та фото представників фауни та флори України. Важливо також заохочувати дітей до самостійної роботи з інформацією, роботи з географічними картами, альбомами, щоб зрозуміти, чому саме тут водяться певні тварини та яке саме природне середовище для них є важливим. Тут можна також говорити про те, як можна зберегти це природне середовище, які дії кожного з нас можуть допомогти зберегти природу. Можна також запропонувати дітям створити плакат, направлений на захист природи.

Заняття 3. Художня творчість: зображення тварин та рослин інших країн, діти з яких навчаються чи працюють в даній групі.

Діти отримують завдання зібрати листки різних рослин та намалювати їх, таким чином створити гербарій. Подібні завдання можна запропонувати дітям і при вивченні тварин та рослин інших країн – згадати як виглядає якась незвичайна рослина, що не росте в Україні, яка форма листків, квітів та намалювати її.

Заняття 4. Знайомство з казками, легендами і переказами про рослини, тварини та птахів України.

Для проведення даних занять вчитель готує підбір матеріалів, що представляють зразки усної народної творчості українського народу та народів країн, представники яких навчаються в даному класі чи знаходяться в даній дитячій групі. На базі підготовлених матеріалів вчитель може запропонувати дітям роботу як з вивчення, читання чи театрального представлення на базі даних матеріалів. Робота може вестися як через порівняння, аналіз способу життя різних народів, який знайшов відображення в народній творчості, обговорення.

До уваги вчителя!

Ці заняття можна проводити як щодо кожної країни окремо, присвятивши вивченню її повністю цілий урок, чи в змішаному варіанті, використовуючи на одному уроці літературні джерела з різних країн.

Інші можливі варіанти підготовки культурологічних занять:

1. Культурологічні особливості та відмінності, що виходять з культурного та історичного розвитку країн – розглядаємо Україну та рідну країну дитини біженця:

- Одяг, народна творчість, обереги.
- Художня творчість: виготовлення оберегів.

2. Культура та історія України:

- Героїчні постаті України. Пісні, легенди, перекази, обереги.
- Відвідування музею Івана Гончара.
- Проведення екскурсій по місту Києву із активним залученням дітей.
- Художня творчість: малюнки за мотивами прогулянок та екскурсій.
- Виїзні екскурсії(за можливості): парки палаци та історичні місця України.
- Ігри народів країн, з яких приїхали діти.
- Українські народні ігри.
- Вечорниці, колядки, щедрівки.

3.4. Основи інтерактивного підходу в груповій роботі з дітьми біженцями старшого шкільного віку

Методика тренінгового навчання з дітьми дозволяє засвоїти теоретичний та практичний матеріал в цікавій ігровій формі і набути навичок та вмінь, необхідних для використання у повсякденному житті, в спілкуванні з друзями в подальшому розвитку себе як особистості.

В основі тренінгового навчання - методика участі, при якій активною учасницею навчання є вся група, а головний принцип – досвід кожного безцінний, думка кожного важлива.

При такому підході нові знання засвоюються значно ефективніше тому, що:

- дітям цікаво, весело, є можливість висловлювати свої думки без критики та осуду з боку інших дітей;

- є можливість попрацювати в групах чи в парі з тими дітьми, з якими раніше не наважувалися б спілкуватися;

- можливість знайти нових друзів через розширення кола спілкування. Коли людина відкривається з інших, не стандартних боків та цінуються знання, що не стосуються шкільної програми, а такі як допомога, доброзичливість, вміння слухати, ставати на сторону інших дітей, розуміти їх;

- кожен(кожна) стає активним учасником(учасницею) процесу навчання;

- відповідальність за своє навчання діти беруть на себе;

- дружня атмосфера допомагає бути відвертими і щирими.

Можна відпрацювати та проаналізувати свою поведінку в різних ситуаціях в безпечних умовах, що особливо важливо для дітей, які пережили травматичні ситуації, як от діти – біженці.

Підготовка зали до роботи:

Специфіка проведення тренінгу вимагає достатньо великого приміщення, де б могло розміститися до 20 учасників. Стільці на яких сидять діти, за методикою проведення тренінгу, розміщені по колу. Бажано, щоб вільних стільців між дітьми не було, тобто коло має бути замкнене. Таке розміщення дозволяє реалізувати методику тренінгового навчання:

- всі знаходяться в рівних умовах - рівні в своєму досвіді, думках, висловлюваннях;

- замкнена лінія кола символізує конфіденційність, все особисте, про що говорять учасники залишається в цьому колі;

- коло символізує і те, що в його середину кожна дитина віддає свій досвід, своє вміння, свої думки та бачення ситуації. Особливо це важливо для групи, в якій є діти біженці з дуже різним життєвим досвідом;

- тренер є одним із учасників, рівний з рівними в одному колі – висновки не привносяться ззовні, а формулюються на основі досвіду групи.

Перший час для дітей така форма роботи може бути незвичною, але разом із зміною розташування робота в колі спонукає їх і до прийняття правил нової форми роботи. Якщо в занятті приймає участь ще хтось із вчителів, то важливо, щоб вони теж знаходилися в колі і виконували всі вправи нарівні з дітьми. Протягом всього тренінгу на великих листках паперу, прикріплених на фліп-чарті чи великій дошці, тренером фіксуються думки та пропозиції групи, теоретичний матеріал, результати мозкового штурму. Всі ці матеріали, а також результати роботи малих груп прикріплюються на стіні чи наперед визначених місцях, так, щоб група і тренер (вчитель) могли їх бачити і використовувати в подальшій роботі протягом всієї роботи тренінгу. Для роботи в малих групах мають бути підготовлені великі листки паперу, на яких учасники зможуть робити записи для демонстрації результатів роботи перед групою. Заздалегідь потрібно перевірити наявність фломастерів та їх якість. Фломастери мають бути як мінімум 4-х кольорів: синій та зелений для нейтральної інформації, чорний для негативної та червоний для того, щоб підкреслити щось важливе, на що важливо звернути увагу групи.

Так само важливо перевірити наявність скотчу, ножиців та інших допоміжних матеріалів, необхідних для роботи тренера. Добре, якщо відрізки скотчу будуть наперед підготовлені і прикріплені одним кінцем до зворотного боку дошки фліп-чарту – при необхідності буде легко ними скористатися

Тренер має продумати місця, де учасники зможуть працювати в малих групах та мати достатню кількість фломастерів чи олівців, якими зможуть користуватися учасники при виконанні завдань. Заздалегідь має бути підготовлений і роздатковий матеріал до кожної вправи, з яким працюватимуть учасники.

Має бути наявність місць, де можна буде частувати учасників під час перерви на чай-каву, наявність чайника, посуду та інших життєво-необхідних речей.

Всі ці речі потрібно передбачити наперед, бо нічого так не засмучує, як тренер, який не може знайти роздатковий матеріал після оголошення вправи, чи даремно намагається відірвати (відгризти, відкусити...) скотч за відсутності ножиців і т. д. Всі ці «дрібниці» можуть відволікти дітей від процесу спілкування та внести певну несерйозність та «метушливість» в тренінгові

роботу (діти ж при цьому відволікаються. Починають бавитися, втрачають нитку розмови).

Дуже важливо, щоб всі напрацьовані матеріали були вивішені чи прикріплені до стін і були в полі зору всіх учасників(учасниць) на протязі всього тренінгу. У разі, коли тренінг продовжується кілька занять(навіть коли є певна перерва між цими заняттями) матеріали зберігаються і вивішуються тренерами на видному місці ще до початку заняття.

Це допомагає групі:

- повернутися в атмосферу минулого дня(заняття,)
- згадати всі теми, висновки, результати обговорення,
- відчутти кожному(кожній) важливість своїх думок,
- відчутти поважливе ставлення тренера до роботи групи.

Неприпустимо тренеру на очах дітей, навіть після завершення роботи, м'яти, рвати чи викидати в смітник, «непотрібні» папери чи якимось по-іншому прибирати (все це буде виявом неповаги до групи). Краще їх звернути в рулон і забрати з собою, а потім занести інформацію в комп'ютер. При підведенні підсумків, проведенні аналізу чи підготовці до наступного заняття, ця інформація ще зіграє свою неоціненну роль.

Завдання тренерів (тренерок):

На вчителів, які готові використовувати інтерактивні технології навчання (тренерів) покладається велике навантаження та відповідальність. Адже тренерська робота потребує: великої віддачі, енергетичних затрат, вміння працювати з усією групою і, в той же час, бачити і чути кожну дитину. Тому тренер має володіти певними якостями: бути толерантним, доброзичливим, відкритим, вміти працювати в команді, володіти засобами ефективної комунікації, щиро любити та поважати дітей.

Одним із основних завдань тренера є - за дуже короткий проміжок часу створити в групі знайомих однокласників і в той же час незнайомих особистостей дітей, атмосферу довіри та відкритості, викликати почуття захищеності та комфорту.

Як цього досягнути?

Зазвичай, з групою працює 2 тренери (тренерки). Це дає можливість:

- приділити достатню увагу кожній дитині і при цьому врахувати всі представлені думки – коли один тренер (тренерка) працює з групою, інший (інша) може на фліп-чарті фіксувати думки;

- підвищити якість сприйняття інформації дітьми завдяки чергуванню подання інформації різними тренерами.

Варто також врахувати наступні рекомендації:

- при виконанні вправ обговорення чи мозкового штурму тренер має зафіксувати на папері кожну думку - не може бути кращих чи гірших думок, правильних чи неправильних;
- при формулюванні висновків чи підведенні підсумків важливо спиратися на думки учасників, які були висловлені при обговоренні;
- при роботі з усією групою важливо, в той же час, бачити і чути кожного учасника – кожен має бути впевнений, що всі дії і слова тренера адресовані лише йому;
- для досягнення цього ефекту, важливо звертатися до дітей на ім'я, яке вони напишуть на бейджику та підтримувати їх участь в роботі групи, словами подяки: «Дякую, Олю! Дякую, Сергію!»;
- дуже важливо підтримувати контакт очима при спілкуванні з конкретною дитиною та заохочувати їх невербальними знаками;
- у групі, в якій навчається понад 20 дітей варто працювати двом тренерам. Коли один тренер працює з групою і підтримує з учасниками зоровий та невербальний контакт, інший може фіксувати інформацію на папері, надавати роздатковий матеріал чи надавати будь-яку іншу допомогу першому тренеру;
- при роботі 2-х тренерів найкраще, щоб їх робота чергувалася;
- при обдумуванні чи підготовці дітей до виконання індивідуальних завдань важливо не порушувати атмосферу тренінгу: тренеру не варто відволікатися на вирішення якихось своїх питань, які не стосуються виконання вправи, не перемовлятися з партнером, не шарудіти паперами, готуючись до наступної вправи.