**Психокоррекционная работа**

**с гиперактивными детьми младшего школьного возраста**

**Методические рекомендации к проведению занятий.**

 Курс, состоящий из 12 коррекционных занятий, предназначен для детей младшего школьного возраста.

 Численность детей, посещающих занятия, составляет 5-6 человек.

 Поводом для зачисления ребенка в коррекционную группу служат: диагноз врача, наблюдения, отзывы учителя, диагностика психолога, пожелания родителей.

 Цель занятий – это научить детей управлять своим поведением, а также помочь преодолеть проблему невнимания, чтобы достичь успехов в учебе.

 В состав коррекционной группы кроме гиперактивных могут входить неуверенные, импульсивные и невнимательные дети, а также один уравновешенный ребенок. Последний служит примером для подражания (но без излишнего восхваления его за образцовое поведение). Неуверенные в себе, боязливые дети получают возможность проявить большую активность, и в то же время их безопасность охраняется правилами, которые обязательны для всех участников группы.

 Перед тем как приступить к основному курсу занятий, с гиперактивными детьми желательно провести индивидуальную работу, направленную на развитие внимания или контроля за импульсивностью.

 Продолжительность группового занятия – 30 минут. Каждое из коррекционных занятий включает в себя игры на развитие внимания, контроля за импульсивностью и управление двигательной активностью, психогимнастические и телесно-ориентированные упражнения. (Необходимость введения последних объясняется тем, что, по наблюдениям медиков и психологов, гиперактивные дети не только плохо управляют своим поведением, но и плохо владеют собственным телом, недостаточно ощущают части тела).

 Психокоррекционная работа требует длительного времени и поэтому из отдельных частей, которого можно составить дополнительные занятия. Дети с удовольствием играют в одни и те же игры много раз, а польза предложенных игр состоит еще и в том, что они позволяют натренировать недостаточно развитые психические процессы.

**Конспекты групповых занятий.**

**Занятие 1.**

**Задачи:**

* + - Налаживание отношений психолога с группой и детей между собой;
		- Развитие произвольности и самоконтроля;
		- Развитие внимания и воображения;
		- Развитие согласованности движений.

Материалы к занятию: маленький мяч.

1. Упражнение «Знакомство». Каждый ребенок поочередно называет свое имя и любимое занятие, повторяя при этом предыдущее имя ребенка и любимое его занятие.
2. Упражнение «Да» и «Нет» не говорить!». Играющие отвечают на вопросы ведущего. Им запрещается при этом говорить слова «да» и «нет», а также называть цвета: голубой, зеленый, желтый, красный.

Варианты вопросов:

* Ты любишь лето?
* Тебе нравится зелень парков и скверов?
* Какого цвета небо летом?
* Какие цвета преобладают летом?
* Вы любите солнце?
* Какого цвета солнце?
* Какого цвета песок у реки?
* Могут быть огурцы только зеленого цвета?
* Какого цвета абрикос?
* Какого цвета вода в озере?
* Ты уже взрослый?
* Какого цвета мак?
* Какого цвета трава?
* Какого цвета яблоко?
* Ты хорошо плаваешь?
* Ты хорошо рисуешь?
* Ты хорошо поешь?
* Ты часто нарушаешь дисциплину?
* Ты любишь зиму?
* Тебе нравится играть в снежки?

 За каждый правильный ответ игроку дается 1 балл. При нарушении запрета балл вычитается.

1. Упражнение «Угадай, кто я?» Кто-то из детей жестами или звуками изображает какой-либо предмет. Ведущий спрашивает: «Что это за предмет? Как ты догадался?» Варианты: паровоз, чайник, самовар, собака, кошка.
2. Упражнение «Передай движение». Дети стоят в кругу и по сигналу ведущего делают вид, что передают друг другу большой мяч, тяжелую гирю, горячий блин, цветочек и др. Упражнение выполняется молча.
3. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, образуя круг. Психолог просит детей сказать, какое упражнение им понравилось. Дети, передавая друг другу мяч, поочередно делятся своими впечатлениями.

**Занятие 2.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности;
* Развитие внимания, наблюдательности и воображения;
* Развитие эмоционально-выразительных движений;
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы к занятию: магнитофон; кассета с записью спокойной музыки; альбомный лист; цветные карандаши; тетрадные листочки; ручки.

1. Игра «Изобрази явление». Психолог и дети перечисляют приметы осени: дует ветер, качаются деревья, падают листья, идет дождь, образуются лужи. Психолог показывает движения, которые соответствуют этим явлениям: «Дует ветер» - дует, вытянув губы. «Качаются деревья» - покачивает вытянутыми вверх руками. «Падают листья» - выполняет плавные движения руками сверху вниз. «Идет дождь» - выполняет мелкие движения руками сверху вниз. «Появляются лужи» - смыкает руки в кольцо перед собой. Когда дети запомнят показанные движения, объясняются правила игры: пока звучит музыка, дети двигаются по классу, как только музыка прекращается, дети останавливаются и слушают, какое явление называет психолог. Дети должны выполнить движение, которое соответствует данному явлению.
2. Упражнение «Укрась слово». Детям предлагается подобрать как можно больше определений к каждому слову.

Осень (какая она?)…

Дом (какой он?)…

Зима (какая она?)…

Лето (какое оно?)…

Бабушка (какая она?)…

Цветок (какой он?)…

Мама (какая она?)…

Игра (какая она?)…

1. Игра «слушай команду». Звучит спокойная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду психолога (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание.
2. Упражнение «Раз, два, три – говори!» Дети сидят за партами. Психолог на большом альбомном листе или на доске рисует морской берег, волны, чаек, пароходик. Затем он вызывает одного из детей и шепотом предлагает ему внести в рисунок дополнение (изобразить облако, лодочку, камешек на берегу, еще одну птицу и т.п.). Рисунок убирается из поля зрения других детей, и вызванный ребенок выполняет инструкцию, и рисунок вновь демонстрируется детям. Психолог просит определить, какая новая деталь появилась на картине, и назвать ее, но только после того, как прозвучит команда: «Раз, два, три – говори!». Картина дополняется поочередно всеми детьми.
3. Упражнение «Одно большое животное». Дети и психолог встают в круг и берутся за руки. Психолог говорит: «Представьте себе, что мы – одно большое животное. Будем дышать все вместе: шаг вперед – вдох, шаг назад – выдох. Упражнение выполняется 3 раза.
4. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, образуя круг. Психолог просит сказать, какое задание сегодня было самым трудным. Дети поочередно высказывают свое мнение.

**Занятие 3.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и воображения.
* Развитие координации движений.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.
	1. Игра «Запретное движение». Дети стоят полукругом напротив психолога, который говорит: «Я буду показывать различные движения. Вы будете повторять все движения, кроме одного». Сначала психолог показывает разные движения (например, руки вверх, в стороны и др.). Дети повторяют их. Затем психолог называет и показывает «запретное» движение (например, подпрыгивание), которое дети не должны повторять. Дается сигнал к началу игры. Дети повторяют все движения психолога, кроме «запретного».
	2. Игра «Робот». Психолог говорит, что ребенок сейчас превратится в робота, который умеет только подчиняться командам. Ребенок замирает в стойке «смирно». Далее психолог дает ему команды, например: «Три шага вперед, два шага направо, правую руку вперед, два шага налево, левую руку в сторону, руки опустить, стоять смирно».
	3. Игра «Колпак мой треугольный». Играющие сидят на стульях в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак», заменяют его жестом (например, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове). В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем повторе дети изображают только жестами всю фразу.
	4. Упражнение «Способы применения предмета». Называется какой-либо хорошо известный предмет, например, «книга». Надо назвать как можно больше различных способов его применения: книгу можно использовать как подставку для кинопроекта, можно ею прикрыть от посторонних глаз бумаги на столе и так далее. Побеждает тот, кто укажет большее число различных функций предмета.
	5. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, образуя круг. Психолог просит детей сказать, какое задание сегодня было самым трудным. Дети поочередно высказывают свое мнение.

**Занятие 4.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и воображения.
* Развитие координации движений.
* Развитее групповой сплоченности и доверия детей друг к другу.

Материалы к занятию: мяч.

* 1. Упражнение «Расскажем и покажем». Дети встают полукругом напротив психолога и повторяют за ним слова и движения.
		+ Один, два, три, четыре, пять!/ Поочередно загибают пальцы правой руки.
		+ Можем все мы показать!/ Ритмично хлопают в ладоши.
		+ Это локти – их коснемся./ Обхватывают ладонями оба локтя.
		+ Вправо, влево мы качнемся./ Выполняют наклоны вправо и влево.
		+ Это плечи – их коснемся./ Кладут кисти рук на плечи.
		+ Вправо, влево мы качнемся./ Выполняют наклоны вправо и влево.
		+ Если мы вперед качнемся, то коленей мы коснемся./ Выполняют наклоны вперед, касаются коленей.
		+ Один, два, три, четыре, пять!/ Поочередно загибают пальцы левой руки.
		+ Можем все мы показать!/ Ритмично хлопают в ладоши.
			1. Игра «Передай мяч». Дети встают в круг и передают друг другу мяч с закрытыми глазами в медленном темпе.
			2. Телесно-ориентированное упражнение «Насос и мяч». Психолог предлагает детям разделиться на пары. Один из детей изображает мяч, другой – насос. Каждый ребенок выполняет движение в соответствии с полученной ролью. «Мяч сдутый» - ребенок сидит на корточках. «Насос надувает мяч» - ребенок делает соответствующие движения руками, сопровождая их звуками «С-с-с…». «Мяч становится все больше» - ребенок постепенно встает, надувает щеки, поднимает руки вверх. «Насос прекращает работу» - ребенок делает вид, что выдергивает шланг. «Мяч вновь сдувается» - ребенок медленно садится, выпускает воздух из щек, опускает руки. Упражнение повторяется несколько раз, затем дети меняются ролями.
			3. Игра «Волшебные превращения». Психолог предлагает ребенку изобразить какое-нибудь животное или предмет. В кого или во что превратился ребенок, должны отгадать дети.
			4. Упражнение «Использование предметов». Перечисли все возможные случаи употребления названного предмета, например таких как: газета, карандаш, стул, консервная банка стол, стул.
			5. Упражнение «Запрещенная цифра». Дети повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши.
			6. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, образуя круг, и делятся впечатлениями о выполненных упражнениях.

**Занятие 5.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и памяти.
* Развитие мышления и воображения.
* Развитие эмоционально-выразительных движений.
* Снятие психоэмоциональных напряжений
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы к занятию: альбомные листы; карандаши цветные.

* 1. Игра «Космическое путешествие». Психолог говорит детям: «Представьте, что вы превратились в космонавтов, а стульчики на которых вы сидите, превратились в ракету. Вам предстоит отправиться в путешествие на другую планету. Наденьте скафандры». Дети делают вид, что надевают скафандры. «Скафандры надеты, экипаж космонавтов делает круг почета перед посадкой в ракету». Дети, идя друг за другом, обходят класс.
	2. Психолог напоминает, что на них надеты большие скафандры, поэтому идти нужно медленно, широко расставляя ноги. «Космонавты занимают свои места в ракете». Дети садятся на стульчики. «Внимание! До старта осталось 5 секунд. Начинается отсчет времени: «Пять, четыре, три, два, один, старт!» Дети имитируют звук двигателей. «Объявляется общая готовность. Перед вами неизвестная планета. Ракета идет на посадку». Дети делают вид, что пристегиваются. Кладут руки на колени, откидывают голову назад, напрягают мышцы тела. «Поздравляю вас. Посадка прошла успешно». Дети расслабляют мышцы. «Сейчас вы высадитесь на незнакомой планете. Будьте внимательны. Вам предстоит рассказать всем жителям Земли о том, что вы увидите». Дети встают со стульчиков, широко расставив ноги, ходят по залу, внимательно смотрят по сторонам. «Внимание! Говорит командный пункт. Всем космонавтам необходимо вернуться в космический корабль». Дети садятся на стульчики. «Сосредоточьтесь, скоро вы будете выходить на связь с Землей». Дети опускают голову и закрывают глаза.
	3. Упражнение «Интервью». Психолог говорит: « Земля на связи. Вам предстоит ответить на вопросы журналистов. Отвечайте хором, но помните, что Земля находится очень далеко, звук будет доходить не сразу, а через 3 секунды, поэтому говорить нужно только после счета «Раз, два, три». Все готовы? Начали! Космонавты здоровы? Раз, два, три! Люди на планете есть? Небо какого цвета? Вода есть? Животные есть? Домой хотите? Вам там понравилось? Хотите еще побывать на этой планете? Кого вы бы с собой взяли на планету? Как бы вы назвали планету?»
	4. Упражнение «Пловцы». Психолог говорит: «Пришло время отправляться в обратный путь». Дети садятся на стульчики, имитируют звук двигателей. «Ракета приближается к Земле. Садимся. Что произошло? Мы не приземлились, а «приводнились». Ракета оказалась в море. Придется выбираться из нее и плыть к берегу». Дети встают со стульев и, имитируя движения пловцов, обегают класс и садятся на места.
	5. Рисование на заданную тему. Детям раздаются альбомные листы и цветные карандаши и, предлагается нарисовать то, что каждый из вас мог бы (хотел бы) увидеть во время путешествия по незнакомой планете.
	6. Заключительный этап. Каждый ребенок показывает и объясняет то, что он нарисовал.

**Занятие 6.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания, наблюдательности, памяти.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы к занятию: карточки с заданиями; простой карандаш; 6-7 предметов различной фактуры.

* 1. Игра «Внимательные глазки». Психолог предлагает одному из детей спрятаться за штору. Остальные дети по очереди отвечают на вопросы: какие у него волосы, глаза, брюки или платье и т.д. Упражнение повторяется несколько раз с разными детьми.
	2. Упражнение «Расставь точки». В течение 2-3 секунд ребенку показывают картинки, на которой в квадрате нарисованы точки. Затем закрывают этот квадрат листом бумаги. Ребенок должен расставить точки в пустом квадрате точно так же, как на картинке.
	3. Упражнение «Числа». Детям предлагается по очереди считать от 1 до 30. Числа, содержащие 3 или делящиеся на 3, произносить нельзя. Вместо этого надо сделать хлопок. Тот, кто ошибается, выбывает из игры.
	4. Упражнение «Алфавит». Между детьми распределяются буквы алфавита. Далее психолог диктует какую-либо фразу. А ребята, как на пишущей машинке, должны «распечатать» эту фразу. Печатание нужной буквы обозначается хлопком в ладоши того участника игры, за которым данная буква закреплена. Кто ошибается, тот придумывает фразу.
	5. Упражнение «Ласковые лапки». Психолог подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; психолог объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.
	6. Игра «Слушай хлопки». Все дети идут по кругу или передвигаются по классу в свободном направлении. Когда психолог хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка дети возобновляют ходьбу.
	7. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, образую круг. Каждый ребенок высказывает свое мнение, какое задание было самым трудным.

**Занятие 7**

**Задачи:**

* Развитие внимания и произвольного поведения.
* Развитие воображения и речи.
* Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.
	1. Упражнение «Лимон». Психолог предлагает детям представить, что в правой руке у них лимон, из которого нужно выжать сок. Дети как можно сильнее сжимают правую руку в кулак, затем расслабляют ее. Аналогичное упражнение выполняется левой рукой.
	2. Упражнение «Составь предложение». Детям предлагается составить предложение из трех слов, которые никак не связаны между собой.
		+ Медведь, карандаш, озеро.
		+ Улица, портфель, милиционер.
		+ Лиса, волк, рыба.
		+ Ворона, сыр, ель.
		+ Солнце, крокодил, река.
		+ Велосипед, цветок, небо.
		+ Улица, очки, сумка.
		+ Мяч, ракета, книга.
		+ Мост, человек, тетрадь.
		+ Дерево, тигр, человек.
			1. Игра «Давайте поздороваемся». Дети по сигналу психолога начинают хаотично двигаться по классу и здороваться со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок – здороваемся за руку;

- 2 хлопка – здороваемся плечиками;

- 3 хлопка – здороваемся спинками.

 Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

* + - 1. Упражнение «Живая картина». Часть детей создают сюжетную сценку и замирают до тех пор, пока водящий не отгадает название картины.
			2. Игра «Где что было». Детям показывают несколько предметов, лежащих на столе. Когда он отвернется, один из предметов убирают или переставляют. От ребенка требуется указать, что изменилось. Начинать следует с небольшого количества предметов, постепенно его увеличивая.
			3. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, образуя круг и, делятся своими мнениями о проведенных упражнениях.

**Занятие 8.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и наблюдательности.
* Развитие доверия к другому.
* Развитие ориентировки в пространстве.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.
1. Упражнение «Слепой и поводырь». Психолог расставляет по классу несколько стульев и разделяет детей на пары. Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль слепого, другой – поводыря. «Слепому» завязывают глаза, «поводырь» берет его за руку и ведет по залу, обходя стулья. Затем дети меняются ролями. Остальные дети наблюдают за парой.
2. Игра «Летает – не летает». Все встают в круг. Психолог называет разные предметы. Дети должны поднимать руки вверх только тогда, когда психолог произносит название предмета, который может летать. Психолог, провоцируя детей. Поднимает руки вверх при произнесении каждого слова.
3. Упражнение совместное рисование человека и игра «Что изменилось?» Психолог рисует на альбомном листе или на доске голову человека. Затем дети поочередно подходят к листу, шепотом называют часть тела, которую нужно дорисовать и дополняют рисунок. По окончании совместного рисования листок переворачивается, психолог вносит в рисунок какую-нибудь деталь и вновь показывает изображение детям. Один ребенок подходит к доске и показывает появившуюся деталь. Дополнения в рисунок вносятся несколько раз.
4. Упражнение «Чет-нечет». Дети делятся на пары, становятся друг против друга. По команде психолога каждая пара начинает считать от 1 до 100, причем один партнер произносит нечетные числа, а другой – четные. Рядом стоят такие же участники игры, и они тоже считают. В такой обстановке считать трудно. Но участники игры должны стараться не сбиться. Побеждает та пара, которая быстрее сосчитает до 100.
5. Упражнение «Говори!» Детям предлагается отвечать на вопросы, но только после слова «говори». Вопросы могут быть на любую тему.
6. Заключительный этап. Обсуждение детьми понравившихся упражнений.

**Занятие 9.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и координации движений.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы для занятия: красный, синий и желтый квадраты, карточки для демонстрации; тетрадные листы в клеточку; ручки.

* 1. Игра «Кричалки – шепталки – молчалки». Психолог говорит: «Ребята, внимательно следите за квадратами, которые я буду показывать. Если увидите красный квадрат – можно крикнуть любое слово, если желтый – можно только шептать, а если синий – нужно замереть на месте и замолчать.
	2. Упражнение «Солнечный лучик». Дети садятся на корточки и закрывают глаза. Психолог говорит: «Мы играли, играли и немного устали. Присели отдохнуть и задремали. Но вот солнечный лучик: коснулся глаз – откройте глаза; коснулся лба – пошевелите бровями; коснулся носа – наморщите нос; коснулся губ – пошевелите губами; коснулся подбородка – подвигайте челюстью;
	3. коснулся плеч – приподнимите и опустите плечи; коснулся рук – потрясите руками; коснулся ног – попрыгайте. Солнечный лучик поиграл с вами и скрылся – вставайте, ребята.
	4. Игра «Самый внимательный». Дети встают полукругом. Затем определяют ведущего. Ведущий должен запомнить порядок расположения участников игры. Затем он отворачивается. В это время игроки меняются местами. Ведущий должен сказать, как стояли его товарищи в начале игры. На месте ведущего должны побывать все игроки.
	5. Упражнение «Исправь ошибки». Детям предлагается исправить ошибки, специально сделанные в словах при чтении стихотворений.
		+ Ехал дядя без жилета, заплатил он штраф за это./Билета.
		+ Сели в ложку и айда! Покатили вдоль пруда./Лодку.
		+ Тает снег, течет ручей, На ветвях полно врачей./Грачей.
		+ Мама с бочками пошла по дороге вдоль села./Дочками.
		+ На поляне весной вырос зуб молодой./Дуб.
		+ На пожелтевшую траву роняет лев свою листву./Лес.
		+ На глазах у детворы крысу красят маляры./Крышу.
		+ Я рубашку сшила шишке, я сошью ему штанишки./Мишке.
		+ Чтоб пообедать, взял Алешка в правую руку левую ножку./Ложку.
		+ На пароходе повар-док приготовил вкусный сок./Кок.
		+ Очень ласковый был дот, он хозяйку лизнул в лоб./Кот.
		+ В реке живет мак, его не поймаю никак./Рак.
		+ Рогатый дол по дороге шел./Вол.
		+ Теннис – популярный спорт, но для спорта нужен торт./Корт.
		+ Очень вкусная игра – украшение стола./Икра.
		+ На волке – сметана, творог, молоко. И рад бы поесть, да достать нелегко./Полке.
			1. Упражнение «Нарисуй по памяти картинку». В течение 5 секунд детям показывается картинка, которую они должны потом воспроизвести на листе бумаги.
			2. Заключительный этап. Дети, передавая друг другу желтый квадрат, поочередно делятся своими впечатлениями.

**Занятие 10.**

**Задачи:**

* Развитие произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и воображения.
* Развитие эмоционально-выразительных движений.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы к занятию: магнитофон; кассета с записью спокойной музыки.

1. Упражнение «Давайте поздороваемся». Звучит спокойная музыка, дети ходят по классу. Если психолог хлопает в ладоши один раз, дети здороваются за руку, если два – плечиками, если три раза – спинками.
2. Игра «Море волнуется». Дети ходят по классу, изображая руками движения волн. Психолог говорит: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура – замри!» Дети должны остановиться и удерживать позу, в которой они находились до того, как прозвучала команда «Замри».
3. Упражнение «Пластилиновая кукла». Психолог делит детей на пары. Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль скульптора, другой – пластилина. «Скульптор» должен лепить «куклу», придавая «пластилину» определенную позу. «Пластилин» должен быть мягким и податливым.
4. Игра «Иголка и нитка». Один из детей становится ведущим – «иголкой», а все остальные – «ниткой». Ребенок, выполняющий роль иголки, ходит по классу, меняя направление, а все остальные дети идут за ним. Ведущий меняется, игра продолжается. Каждый ребенок должен побывать в роли иголки.
5. Заключительный этап. Дети поочередно высказывают свое мнение о предложенных упражнениях.

**Занятие 11.**

**Задачи:**

* Развитие внимания и самоконтроля.
* Развитие памяти и воображения.
* Развитие эмоционально-выразительных движений.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы к занятию: альбомный лист; цветные карандаши.

* 1. Игра «Что изменилось». Психолог говорит: «Мы приехали в зимний лес. Будьте внимательны и постарайтесь запомнить все, что вы увидите». Психолог показывает альбомный лист, где нарисованы сугробы, ели, голые деревья, облака. Дети рассматривают картину, затем психолог переворачивает рисунок и вносит в изображение какую-нибудь деталь: птичку, бабочку, цветок, сугроб, гриб. Рисунок вновь демонстрируется детям. Дети молчат до тех пор, пока психолог не предложит показать появившийся предмет и ответить на вопрос: «Может ли этот предмет находиться в зимнем лесу?» одному из детей. Дополнения в рисунок вносятся до тех пор, пока все дети не побывают у доски.
	2. Упражнение «Снежинки». Дети закрывают глаза. Психолог говорит: «Представьте себе, что с неба падают снежинки, а вы ловите их ртом. А теперь снежинка: легла на правую щеку – надуйте ее; легла на левую щеку – надуйте ее; легла на носик – наморщите нос; легла на лоб – пошевелите бровями; легла на веки – поморгайте глазами и откройте их. Снегопад закончился».
	3. Упражнение «Совместное рисование снеговика». Психолог говорит: «Сейчас мы все вместе изобразим на альбомном листе снеговика. Каждый нарисует по одной детали». Дети поочередно, следуя инструкции психолога, рисуют вначале нижний круг, затем средний, верхний, изображают части лица, ведро на голове, метлу и т.п.
	4. Упражнение-игра «Что произойдет?» Дети по очереди отвечают на вопросы:
		+ Что произойдет, если животные заговорят человечьим голосом?
		+ Что произойдет, если люди не будут спать?
		+ Что произойдет, если дождь будет лить, не переставая?
		+ Что произойдет, если люди будут жить не умирая?
		+ Что произойдет, если оживут все сказочные герои?

 Выигрывает предложивший самые интересные и фантастические ответы.

* + - 1. Упражнение «Закончи рассказ». Детям предлагается закончить рассказ.

На реке.

Юра и Толя шли по берегу реки.

- Интересно, - сказал Толя, - как совершаются подвиги? Я все время думаю о подвиге.

- А я об этом даже не думаю, - ответил Юра. И вдруг с реки донеслись…

* + - 1. Упражнение «Придумай рассказ о домашнем животном». Детям предлагается придумать рассказ или сказку о любом домашнем животном. Затем расскажи его за минуту.
			2. Заключительный этап. Дети поочередно высказывают свое мнение о предложенных упражнениях.

**Занятие 12.**

**Задачи:**

* Развитее произвольности и самоконтроля.
* Развитие внимания и воображения.
* Развитие эмоционально-выразительных движений.
* Снятие психоэмоционального напряжения.
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Материалы к занятию: мяч; тетрадные листы; ручки.

* 1. Упражнение «Комплименты». Дети встают вкруг. Психолог, отдавая мяч одному из детей, говорит ему комплимент. Ребенок должен сказать «спасибо» и передать мяч соседу, произнося при этом ласковые слова в его адрес. Тот, кто принял мяч, говорит «спасибо» и передает его следующему ребенку.
	2. Игра «Испорченный телефон». Психолог придумывает слово и шепотом произносит его на ушко ребенку, сидящему справа от него, тот тоже шепотом передает услышанное соседу справа и т.д. Последний ребенок произносит слово вслух.
	3. Упражнение «Составь предложение». Детям предлагается составить предложение из 4 слов, в которых каждое слово начинается с указанной буквы. Последовательность букв можно изменять. Например: МВЧО. – Мальчик Витя чисто одет. (ВСНТ; АБВЗ; РВИБ; ЛЗВТ).
	4. Упражнение «Продолжи слог». За минуту дети должны подобрать как можно больше слов, начинающихся на слог:
		+ «ко-/корова, коза, кони, король, корень, корица, конец и т.д.;
		+ «ли-/лиса, липа, ливень и т.д.;
		+ «со-/сокол, собака, соты, сорока и т.д.;
		+ «ба-/балет, бабушка, баран, банан и т.д.
	5. Упражнение «История одной буквы. Детям предлагается составить длинный рассказ из слов, начинающихся на одну букву, например: «Академик астрономии Антон Алексеевич Арбузов Арендовал автобус апельсинов, а артист Алексей Антонович Ананасов арестован Атаманом аборигенов».
	6. Заключительный этап. Дети садятся на стулья, поставленные в круг. Дети рассказывают, какое упражнение им больше всего понравилось.

**Использованная литература.**

1. Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. /Под ред. И.В. Дубровиной. 2-е издание – М.; ТЦ «Сфера», 1998.
2. Гиперактивность и дефицит внимания у детей / А.Максимова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006.
3. Арцишевская И.Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. Изд. 2-е, доп. – М.: Книголюб, 2005.
4. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие познавательных способностей у младших школьников. Популярное пособие для педагогов и родителей – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2004.