**Коррекционно-развивающая программа по профилактике дезадаптации у первоклассников**

* [Выдрина Наталья Павловна](http://festival.1september.ru/authors/103-311-593), *педагог-психолог*

**Разделы:** [Общепедагогические технологии](http://festival.1september.ru/common/), [Школьная психологическая служба](http://festival.1september.ru/psychology/)

**Одной из причин дезадаптации ребенка** в школе может быть низкий уровень развития познавательных процессов, что затрудняет освоение им учебной программы. При переходе ребенка в школу психологом проводится *диагностика уровня развития* познавательных процессов. По итогам диагностики формируется группа, с которой проводятся занятия на коррекцию и развитие воображения, памяти, внимания и мышления.

**Цель** коррекционно-развивающей программы: сплочение класса, развитие познавательных процессов.

**Задачи:** развитие памяти; развитие внимания; развитие мышления; создание положительного эмоционального фона, чувства принадлежности к группе у детей; развитие коммуникативных навыков.

**Предмет коррекции:** познавательная сфера детей.

**Форма проведения:** групповые занятия по 30 – 40 минут два раза в неделю, всего 10 занятий. Группа 10 – 13 человек. В ходе работы предполагаются индивидуальные консультации с родителями и педагогами.

*Перед началом цикла и его окончанием предполагается диагностика детей по разделам программы.*

**Средства проведения:** детская игра, элементы психогимнастики, беседа, изотерапия, направленные на повышение сплоченности группы, развития памяти, мышления, внимания, внутренней активности детей, развитие навыков общения.

**Этапы занятий:** I - ориентировочный (2 занятия); II - реконструктивный (7 занятий); III - закрепляющий (1 занятие)

**Форма занятий:** каждое занятие состоит из трех частей: разминка (2 – 3 упражнения), основная (2 – 4 упражнения) и заключительная (2 – 3 упражнения).

***Цель разминки:*** создание положительного настроя в группе; снятие напряжения, получение заряда энергии.

***Основная часть*** выполняет ведущую роль в ходе всего занятия. Она включает применение методик, приемов согласно целям и задачам программы.

**Ц*ель заключения:*** создание чувства принадлежности к группе; закрепление положительных эмоций.

Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер.

**Содержание программы**

Занятие 1

Цель – помочь детям войти в контакт друг с другом и со взрослым, создание положительного эмоционального фона.

*Упражнение 1. “Знакомство”*

Дети садятся в круг на стульчики вместе с психологом. Психолог представляется, рассказывает о себе (*можно спросить у детей, как они думают, кто такой психолог и чем он занимается в школе*). Детям предлагается назвать свое имя и фамилию. 1-й ребенок называет себя, 2-й называет свое имя и имя 1-го ребенка, 3-й называет свое имя, имена 1-го и 2-го ребенка и т.д.

*Упражнение 2. “Маски”*

Начинать и заканчивать каждое наше занятие мы будем с определения настроения. Для этого я приготовила вам по три маски, на которых нарисованы лица: веселое, грустное и злое. Посмотрите, пожалуйста, на них внимательно и выберите себе то настроение, с которым вы пришли сегодня на занятие и объясните “Почему?”.

*Упражнение 3. “Карусели”*[2]

Цель – создание положительной эмоциональной обстановки, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других людей и с ритмом текста.

Дети встают в круг. Психолог говорит: “Сейчас мы с вами будем кататься на каруселях. Повторяйте за мной слова и двигайтесь дружно, чтобы карусель не сломалась”.

Еле – еле – еле – еле.
Завертелись карусели. (*Карусель медленно движется в правую сторону*)
А потом, потом, потом
Все бегом, бегом, бегом!
Побежали, побежали… (*Темп речи и движений постепенно ускоряется, направление движения меняется*).
Тише, тише, не спешите,
Карусель ос-та-но-ви-те… (*Темп движений постепенно замедляется, на слова “раз – два” все дети останавливаются и кланяются друг другу*).
Раз – два, раз – два,
Вот и кончилась игра.

*Упражнение 4. “Загадки”*

Цель - развитие образного и логического мышления, умения выделять существенные признаки и сравнивать; тренировка быстроты и гибкости ума, сообразительности.

*Упражнение 5. “Что можно сделать за перемену?”*

Цель – развитие образного и логического мышления, сообразительности, умения излагать свои мысли.

Детям предлагается подумать и ответить на вопрос “Что можно успеть сделать за перемену?”. После того, как дети ответят, им предлагается определить, какие названные ими действия запрещено делать в школе и почему?

*Упражнение 6. “Улитка”*[2]

Цель – снятие эмоционального напряжения, агрессии. Снижение импульсивности детей.

У детей спрашивают: “Как вы думаете, почему улитка боится лягушки? Что улитка делает, когда ей угрожает опасность?” Затем дети встают за взрослым “паровозиком” – каждый обнимает впереди стоящего за талию. “Теперь мы с вами одна большая улитка”. По команде “Лягушка” улитка закручивается в спираль и замирает, не двигается, не шевелится. По команде “Лягушка ускакала” дети, не расцепляя рук, прохаживаются по классу и хором говорят:

Вновь гулять улитка хочет, радуется и хохочет.

*Упражнение 7. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

ЗАНЯТИЕ 2 (проводится в кругу)

Цель – сплочение группы, создание положительного эмоционального фона.

*Упражнение 1. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

*Упражнение 2. “Ласковое имя”*[1]

Цель – развитие эмпатии, создание положительного эмоционального фона.

Каждому ребенку предлагается назвать ласково соседа, сидящего справа, который должен поблагодарить говорящего. После первого круга упражнение выполняется в другую сторону (т.е. ласково назвать теперь нужно соседа слева).

*Упражнение 3. “Атомы и молекулы”*[4]

Цель – снятие напряжения, сплочение группы. Также, с помощью этого упражнения можно пронаблюдать отношения между детьми (часто определяется “изгой”, т.е. ребенок, которого отталкивают).

Дети свободно передвигаются по классу. Через некоторое время психолог говорит: “Каждый из вас атом, но вам скучно бродить по одному, поэтому атомы решили объединиться по 2, затем по3 и т.д.” (в зависимости от количества участников).

*Упражнение 4. “Я люблю…”*

Цель – развитие эмпатии, умения выражать свои мысли.

“Для того чтобы мы смогли узнать друг друга лучше, я предлагаю вам поиграть в игру “Я люблю…”. Тот, у кого окажется мячик, должен бросить его любому участнику, но при этом сказать, что он любит. Например, я бросаю мячик Оле и говорю: “Я люблю кататься на велосипеде”.

*Упражнение 5. “Слушаем тишину”*

Цель – развитие самоконтроля, слухового внимания, снятие эмоционального напряжения, снижение двигательной активности.

Детям предлагается 15 секунд помолчать и послушать тишину. После этого каждый сообщает о том, что он смог услышать.

*Упражнение 6. “Барометр настроения”*[1]

Цель – снятие напряжения, создание положительного эмоционального климата.

Ведущий спрашивает у детей, знают ли они что такое барометр (термометр, градусник) и для чего он нужен. Затем детям предлагается показать свое настроение только руками: плохое ладони касаются друг друга, хорошее – руки разведены в стороны.

ЗАНЯТИЕ 3

Цель - формирование знаний о познавательных процессах; развитие памяти, внимания, мышления, воображения.

*Упражнение 1. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

*Упражнение 2. Беседа*

Цель - снятие напряжения, создание положительного эмоционального климата в группе, умения выражать свои мысли, сообразительности.

“Знаете ли вы ребята, для чего человеку нужны память, внимание, мышление и воображение? Совершенно верно….”

*Упражнение 3. “Лабиринты”*

Цель - развитие наглядно-образного мышления, внимания, способности к самоконтролю.

Детям выданы карточки с нарисованными лабиринтами. Как правило, детям уже известно это задание и им необходима дополнительная инструкция.

*Упражнение 4. “Зеркало”*[2]

Цель - развитие воображения, ориентации в пространстве, умения повторять движения взрослого.

Все дети встают в круг или в одну линию, напротив взрослого и становятся "маленькими зеркалами". Взрослый показывает движение, а они повторяют его.

*Упражнение 5. “Заметь и запомни”*[3]

Цель - развитие зрительной памяти, наблюдательности.

На столе (доске) выкладывают 7 - 10 различных предметов и закрывают их. Затем, приоткрыв примерно на 10 секунд, снова закрывают и предлагают детям их перечислить. Можно заменить один предмет другим и предложить детям найти, что же изменилось или поменять порядок.

*Упражнение 6. “Мне нравится…”*[1]

Цель - развитие эмпатии, создание положительного эмоционального климата в группе.

Надо обратится к соседу, сидящему слева со словами: “Сашенька, мне нравится…”, то есть похвалить соседа за что-то. Сделать ему комплимент.

*Упражнение 7. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

ЗАНЯТИЕ 4

Цель - сплочение группы. Развитие произвольного запоминания, внимания.

*Упражнение 1. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

*Упражнение 2. “Это я. Узнай меня”*[2]

Цель - снятие эмоционального напряжения, агрессии, развитие эмпатии, тактильного восприятия, создание положительного эмоционального фона в группе.

Выбирается один водящий, который поворачивается спиной к остальным. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и говорят: “Это я. Узнай меня”. Водящий должен угадать, кто до него дотронулся. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли ведущего.

*Упражнение 3. “Заметь, запомни, нарисуй”*

Цель - развитие зрительной памяти, наблюдательности.

Это упражнение похоже на “Заметь и запомни” (занятие 3, упр. 6), но здесь детям предлагается нарисовать недостающий или появившийся предмет.

*Упражнение 4. “Путанка”*[2]

Цель – развитие произвольного запоминания, создание положительного эмоционального климата в группе.

Выбирается водящий, остальные встают в круг или в шеренгу. Водящий 15 секунд запоминает порядок, в котором стоят дети. Затем он отворачивается, а кто-нибудь из ребят меняется местами или кто-то уходит. Водящему нужно определить, что же изменилось?

*Упражнение 5. “Добрый бегемотик”*[2]

Цель – снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение двигательной активности.

Дети встают в шеренгу. Взрослый говорит, что все вместе они – маленький добрый бегемотик. Каждый ребенок обнимает за талию впередистоящего. Затем детей просят погладить своего соседа по плечику, по головке, по спине, по ручке…После этого взрослый предлагает “бегемотику” походить по классу, присесть и т.д.

*Упражнение 6. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

ЗАНЯТИЕ 5

Цель – сплочение группы. Развитие памяти, внимания, мышления, воображения.

*Упражнение 1. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

*Упражнение 2. “Пузырь”* [2]

Цель – сплочение детей, развитие чувства ритма.

Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют круг, сужают его, затем говорят:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,
Оставайся такой, да не лопайся!

Постепенно дети расширяют круг все больше и больше, пока воспитатель не скажет: “Лопнул пузырь!” Тогда дети приседают на корточки и хором говорят: “Хлоп!”

Упражнение 3. “Исключение лишнего” [5]

Цель – развитие способности устанавливать неожиданные связи между разрозненными явлениями, переходить от одной связи к другой, умения одновременно удерживать в поле мышления сразу несколько предметов и сравнивать их между собой.

Берутся любые три слова (собака, помидор, солнце). Надо оставить только те слова, которые обозначают в чем-то сходные предметы, а одно слово - “лишнее”. Следует найти как можно больше вариантов исключения лишнего слова.

*Упражнение 4. “Найди отличия”*

Цель – развитие произвольного внимания, наглядно–образного мышления, способности к самоконтролю.

Детям даются рисунки, между которыми нужно найти определенное количество различий.

*Упражнение 5. “Зеркало” (см. занятие 3, упр. 5)* [2]

*Упражнение 6. “Лакомство для друга”* [2]

Цель – развитие внимания, памяти, мышления детей.

Детям раздаются картинки с изображением известных им животных. Каждый ребенок должен ответить, чем же питается, что кушает его животное.

*Упражнение 7 “Улитка” (см. занятие 1, упр. 7)* [2]

*Упражнение 8. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

ЗАНЯТИЕ 6

Цель – развитие внимания, мышления, воображения; сплочение группы.

*Упражнение 1. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

*Упражнение 2. “Самолет летит по небу”* [2]

Цель – развитие воображения, слухового внимания, способности быстро реагировать на инструкцию.

Дети стоят в кругу. Взрослый говорит:

Самолет летит по небу,
В самолете я лечу. *(Дети изображают руками крылья самолета, гудят).*

Взрослый говорит:

На машине я поеду,
Если только захочу. *(Дети изображают, как они едут на машине, держатся за руль, рычат, подражая мотору). Можно усложнить задание и сознательно путать слова и движения.*

*Упражнение 3. “Перепутанные линии”* [3]

Цель – развитие концентрации внимания у детей.

Для этого упражнения необходимы карточки размером 12 x 7, на которых нарисованы перепутанные линии одного цвета. Время выполнения 3 – 5 минут.

Инструкция к заданию такова: “Посмотрите на карточки. По краям карточки проведены вертикальные линии с нанесенными на них шкалами. Около каждой черточки стоит цифра. Эти цифры соединены перепутанными линиями. В течение нескольких минут нужно только глазами без помощи рук найти дорожку (“пройти” по ней), ведущую от одной цифры к другой: от единицы к единице, от двойки к двойке и т.д. Вам нужно пройти по трем любым дорожкам”.

*Упражнение 4. “Живая картинка”*

Цель – развитие восприятия, воображения, мышления детей; умения выделять главное в предмете.

Детям выдаются картинки с изображением животных. Каждый ребенок, посмотрев на свою картинку, “оживляет” ее, показывая какое-то движение или позу. Остальные дети отгадывают.

*Упражнение 5. “Сходство и различие”*

Цель – развитие логического мышления, умения одновременно удерживать в поле мышления сразу несколько предметов и сравнивать их между собой.

Детям предлагается сравнить между собой два предмета. Например, стул и стол, лампочку и луну и т.д. В конце можно усложнить задание и дать слова, между которыми трудно установить логическую связь.

*Упражнение 6. “Черепахи”* [2]

Цель – научить детей контролировать свои действия, слушать и понимать инструкцию взрослого.

Дети встают по одну сторону класса. Взрослый встает напротив них по другую сторону. По его команде дети должны двигаться к нему. Их задача – идти как можно медленнее. Побеждает тот, кто придет последним. Стоять на одном месте нельзя.

*Упражнение 7. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

ЗАНЯТИЕ 7

Цель – развитие познавательных процессов; сплочение группы.

*Упражнение 1. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

*Упражнение 2. “Атомы и молекулы” (см. занятие 2, упр.3)* [4]

*Упражнение 3. “Путаница”* [3]

Цель – развитие произвольного внимания, способности к самоконтролю.

Ребенку предлагаются рисунки, содержащие несколько наложенных одно на другое контурных изображений разных предметов, животных и пр. Необходимо как можно быстрее отыскать все замаскированные изображения.

*Упражнение 4. “Покажи нос”* [2]

Цель – развитие слухового внимания, обучение детей ориентации на своем теле.

Все играющие стоят напротив взрослого, который называет им одну часть тела, а показывает другую. Дети должны заметить это и не повторить неверное движение.

*Упражнение 5. “Незаконченные фигуры”* [3]

Цель – развитие воображения и творческих способностей ребенка.

Детям раздаются листы бумаги с нарисованными на них фигурками (кругами, квадратами, треугольниками, разными ломаными линиями и т.д.). дети должны за 5 – 10 минут пририсовать к фигуркам все, что угодно так, чтобы получились предметные изображения.

*Упражнение 6. “Загадки”*

Цель - развитие образного и логического мышления, умения выделять существенные признаки и сравнивать; тренировка быстроты и гибкости ума, сообразительности.

*Упражнение 7. “Пузырь” (см. занятие 5, упр. 2)* [2]

*Упражнение 8. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

ЗАНЯТИЕ 8

Цель – развитие коммуникативных навыков, развитие мышления, внимания, воображения.

*Упражнение 1. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

*Упражнение 2. “Ласковое имя” (см. занятие 2, упр.2)* [1]

*Упражнение 3. “Что было бы, если…”*[5]

Цель – развитие воображения, мышления.

Детям предлагается немного пофантазировать на различные темы. Например, если каждый человек с рождения приобретет свойство читать мысли другого, как изменится жизнь на земле? Если бы все люди разучились говорить, то…

*Упражнение 4. “Лабиринты” (см. занятие 3, упр. 3)*

*Упражнение 5. “Улитка” (см. занятие 1, упр. 7)* [2]

*Упражнение 6. “Способы применения предмета”*

Цель – развитие концентрации мышления на одном предмете, умение вводить его в самые разные ситуации и взаимосвязи; развитие воображения.

Называется какой-либо хорошо известный предмет, например “книга”. Надо назвать как можно больше различных способов его применения. Запрещается называть варварские способы использования предмета.

*Упражнение 7. “Черепахи” (см. занятие 6, упр. 6)* [2]

*Упражнение 7. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

ЗАНЯТИЕ 9

Цель – развитие мышления, воображения; снятие эмоционального напряжения.

*Упражнение 1. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

*Упражнение 2. “Пузырь” (см. занятие 5, упр. 2)* [2]

*Упражнение 3. “Исключение лишнего” (см. занятие 5, упр.3)* [5]

*Упражнение 4. “Кто больше”*

Цель – развитие мышления.

Выбирается любая буква алфавита. Детям предлагается называть слова, которые начинаются на эту букву.

*Упражнение 5. “Зеркало” (см. занятие 3, упр. 5)* [2]

*Упражнение 6. “Слушаем тишину” (см. занятие 2, упр. 5)*

*Упражнение 7. “Барометр настроения” (см. занятие 2, упр. 6)* [1]

ЗАНЯТИЕ 10

Цель – формирование положительного климата в группе, снятие эмоционального напряжения, диагностика межличностных отношений.

*Упражнение 1. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

*Упражнение 2. “Атомы и молекулы” (см. занятие 2, упр. 3)* [1]

*Упражнение 3. “Незаконченные фигуры” ( см. занятие 7, упр. 5)* [3]

*Упражнение 4. Социометрия “Два домика”* [2]

Цель – диагностика межличностных отношений.

*Упражнение 5. “Медали”*

Заранее каждому ребенку заготавливается медаль (самый внимательный, умный, дисциплинированный и т.д.), которые вручаются детям.

*Упражнение 6. “Маски” (см. занятие 1, упр. 3)*

**Литература:**

1. Ивашова А. Сотрудничество: программа социального тренинга для дошкольников и младших школьников // Школьный психолог. 2003. № 27-28.
2. Лютова Е. К., Монина Г. Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства). – СПб., 2002.
3. Практикум по возрастной психологии / Под ред. И. В. Дубровиной. – М., 1999.
4. Рахманкулова Р. Программа работы по профилактике и коррекции дезадаптации у первоклассников // Школьный психолог. 2003. № 18.
5. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога. Учебное пособие в 2-х томах. Том 2. – М., 2000.