**Пример психокоррекционных мероприятий в процессе обучения школьников с проблемами в обучении и поведении: тревожные дети**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Феменология** | **Возможные**  **причины** | **Рекомендации,**  **коррекция** |
| *На уроках не поднимают руку, при обращении молчат* | Низкая самооценка | Создайте ситуацию успеха для этого ребенка |
| *Испытывает постоянный страх перед опросом у доски, контрольными и диктантом* | Высокий уровень тревожности (постоянное ощущение неуспеха) | Изучите межличностные отношения в классе |
| *Не общителен со сверстниками, обидчив, пассивен* | Высокие и неадекватные требования к ребенку.  Пробелы в знаниях.  Низкая мотивация. | Как можно чаще называйте ребенка по имени и хвалите его в присутствии других.  Сравнивайте результаты деятельности ребенка с его же результатами, которых он достиг вчера, но не с результатами других детей.  Постарайтесь установить визуальный контакт, это придаст уверенность ребенку во время ответа.  Избегайте заданий, которые выполняются за определенное, фиксируемое педагогом время.  Старайтесь не ставить такого ученика в ситуацию неожиданного вопроса и быстрого ответа на него. Дайте время на обдумывание.  Ответ может быть в письменной форме или в другом виде.  Путем правильной тактики поощрений необходимо формировать уверенность в своих силах, знаниях, в возможности учиться; это поможет ученику в экстремальных, стрессовых ситуациях.  Осторожно оценивайте неудачи ученика, ведь он и сам очень болезненно относится к ним.  Помните! После неудачного ответа, оцененного отрицательно, ребенок подавлен и неработоспособен. |

**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЛЯ ТРЕВОЖНЫХ ДЕТЕЙ**

**«ПОХВАЛИЛКИ»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Игра способствует повышению самооценки ребенка, повышает его значимость в коллективе.* |
| ***Содержание*** | Все дети сидят в кругу (или за партами). Каждый получает карточку, на которой зафик­сировано какое-либо одобряемое окружающи­ми действие. Ребенок должен «озвучить» кар­точку. Причем, начав словами «Однажды я...» Например: «однажды я помог товарищу в шко­ле», или «Однажды я очень быстро выполнил домашнее задание» и т.д.  На обдумывание задания дается 2–3 ми­нуты, после чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он здорово выполнил то дейст­вие или совершил тот позитивный поступок, который указан в его карточке.  После того, как все дети выскажутся, взрос­лый может обобщить сказанное. Если же дети готовы к обобщению без помощи взрослого, пусть они сделают это сами. В заключении мож­но провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того, чтобы это заметить, необходимо очень внима­тельно, заботливо и доброжелательно относить­ся к людям, окружающим нас. |

**«ЗА ЧТО МЕНЯ ЛЮБИТ МАМА»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Повышение значимости каждого ребенка глазах окружающих его детей* |
| ***Содержание*** | Все дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама.  Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил, за что любит мама, каждого присутствующего в группе ребенка При затруднении другие дети могут ему помочь.  После этого целесообразно обсудить с деть­ми, приятно ли было им узнать, что все, что они сказали, другие дети запомнили. Дети обычно сами делают вывод о том, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.  Примечание: на первых порах дети, чтобы показаться значимыми для других, рассказы­вают, что мамы любят их за то, что они моют посуду, не мешают маме писать диссертацию, за то, что любят маленькую сестренку... Толь­ко после многократного повторения этой игры дети приходят к выводу, что их любят просто за то, что они есть. |

**«НЕДОТРОГИ»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Игра способствует повышению самооценки ребенка, развитию эмпатии.* |
| ***Содержание*** | Взрослый вместе с детьми в течение нескольких занятий рисуют карточки с пиктограммами. Необходимо обсудить с детьми, что означает каждая пиктограмма. Например, картинка с изображением улыбающегося человечка может символизировать Веселье, с изобра­жением, например, двух одинаковых нарисованных конфет – Доброту или Честность. Если дети умеют читать и писать, вместо пиктограмм можно записать на каждой карточке какое-либо положительное качество ребенка (обязательно положительное!).  Каждому ребенку выдается 5–8 карточек. По сигналу ведущего дети стараются закре­пить на спинах товарищей (при помощи скот­ча, стикеров и т.д.) все карточки.  По следующему сигналу взрослого дети прекращают игру и обычно с большим нетер­пением снимают со спины «добычу».  На первых порах, конечно, случается, что не у всех играющих оказывается много карточек, но при многократном повторении игры и после проведения обсуждений ситуация меняется. Во время обсуждения можно спросить у детей, при­ятно ли получать карточки. Затем можно спросить, что приятнее: дарить хорошие слова дру­гим или получать их самому. Как правило, дети говорят, что нравится и дарить, и получать. Тогда ведущий может обратить их внимание на тех детей, которые совсем не получили карточек или получили совсем мало. Обычно эти дети при­знаются, что они с удовольствием дарили, но им бы тоже хотелось получить в подарок карточку. Чаще всего, при повторном проведении игры «отверженных» детей не остается. |

**«СКУЛЬПТУРА» (известная игра)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Развитие умения владеть мышцами лица, рук, ног и т. д., снижение мышечного напряжения.* |
| ***Содержание*** | Дети разбиваются на пары. Один из них – скульптор, другой – скульптура. По заданию взрослого (или ведущего-ребенка) скульптор лепит из «глины» скульптуру:   * ребенка, который ничего не боится; * ребенка, который всем доволен; * ребенка, который выполнил сложное за­дание и т. д.   Темы для скульптур может предлагать взрослый, а могут выбирать сами дети. Затем дети могут поменяться ролями. Возможен ва­риант групповой скульптуры  После проведения игры целесообразно об­судить с детьми, что они чувствовали в роли скульптора, скульптуры, какую фигуру при­ятно было изображать, какую – нет. |

**«ЛАСКОВЫЙ МЕЛОК»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Игра способствует снятию мышечных зажимов, развитию тактильных ощущений.* |
| ***Содержание*** | Существует хорошее развлечение – рисовать или писать на спине друг у друга различные картинки или буквы, а затем отгадывать, что было изображено.  Данная игра нравится многим детям, но, к сожалению, не очень подходит тревожным мальчикам и девочкам, т.к. они, пытаясь раз­гадать задумки партнера по игре, могут вол­новаться, переживать, вследствие чего напря­гать мышцы сильнее и сильнее. Поэтому мы предлагаем модификацию данной игры.  Взрослый говорит ребенку следующее: «Мы с тобой будем рисовать друг другу на спине. Что ты хочешь, чтобы я сейчас нари­совал? Солнышко? Хорошо». И мягким при­косновением пальцев изображает контур солн­ца. «Похоже? А как бы ты нарисовал на моей спине или руке? А хочешь, я нарисую тебе солнце „ласковым" мелком? » И взрослый ри­сует, едва касаясь поверхности тела. «Тебе приятно, когда я так рисую? А хочешь сейчас белка или лиса нарисуют солнце своим „лас­ковым" хвостиком? А хочешь, я нарисую дру­гое солнце, или луну, или что-нибудь еще?» После окончания игры взрослый нежными движениями руки «стирает» все, что он на­рисовал, при этом слегка массируя спину или другой участок тела. |

**«ДРАКА»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Упражнение помогает расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.* |
| ***Содержание*** | Представьте, что вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-прекрепко стисните зубы. Сожмите как можно сильнее кулаки, до боли вдавите пальцы в ладони. На несколько секунд затаите дыхание.  Задумайтесь: а, может, и не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятнос­ти позади! Встряхните кистями рук. Почувст­вовали облегчение?  Примечание: Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми. |

**«ПОКАТАЙ КУКЛУ»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Игра способствует снятию мышечных за­жимов в области рук, повышению уверенности ребенка.* |
| ***Содержание*** | Ребенку дают в руки маленькую куклу или другую игрушку и говорят, что кукла боится кататься на качелях. Наша задача состоит в том, чтобы научить ее быть смелой. Сначала ребенок, имитируя движение качелей, слегка покачивает рукой, постепенно увеличивая амплитуду движений (движения могут быть в различных направлениях), затем взрослый спра­шивает ребенка о том, стала ли кукла смелой, если нет, то можно сказать ей, что она долж­на делать, чтобы преодолеть свой страх. Затем игру можно продолжить еще раз. |

**«ДОБРЫЙ – ЗЛОЙ, ВЕСЕЛЫЙ – ГРУСТНЫЙ»**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель*** | *Игра помогает расслабить мышцы лица.* |
| ***Содержание*** | Взрослый предлагает ребенку вспомнить различных героев любимых сказок. Затем просит ребенка ответить на следующие вопросы: «Кто из героев самый веселый? Кто самый злой? Кто самый веселый? А кто самый грустный? А каких ты еще знаешь героев (удивленных, испуганных и т.д.)?» Затем все на­званные персонажи ребенок рисует на листе бумаги. После этого взрослый говорит: «Я сейчас попробую загадать какого-либо из этих героев и показать тебе, как он выглядит. А ты отгадай, кто это». Взрослый делает веселое выражение лица. Ребенок отгадывает, какой из нарисованных персонажей бывает таким. Затем ребенок изображает выражение лица любого героя, а взрослый отгадывает, кто это. Данную игру можно порекомендовать тре­вожным детям и их тревожным родителям. |