

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 43 СТАНИЦЫ СЕВЕРСКОЙ  
МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА  
С.Г.СОБОЛЕВА**

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЗ МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ В  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

**Номинация:** «Социально-педагогическое сопровождение обучающихся в трудной жизненной ситуации».

**Автор:** Мельник Екатерина Владимировна

**Место работы:** МБОУ СОШ № 43 станицы Северской МО Северский район имени Героя Советского Союза С.Г.Соболева

**Должность:** Социальный педагог

ст. Северская, 2020

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Название программы</b>	Социально-педагогическое сопровождение обучающихся из многодетных семей в общеобразовательной школе в летний период
<b>Цель</b>	Создание социально-педагогических условий для успешного развития учащихся из многодетных семей младшего школьного возраста.
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Повышение социального статуса в группе школьников;</li><li>– Улучшение межличностных отношений между учащимися и учащимися и их родителями;</li><li>– Обучение навыкам эмоциональной релаксации;</li><li>– Формирование у школьников позитивного представления о собственных возможностях;</li><li>– Способствование оптимизации самооценки школьников.</li></ul>
<b>Заказчик</b>	Администрация МБОУ СОШ №43 ст. Северской МО Северский район имени Героя Советского Союза С.Г.Соболева
<b>Разработчик Программы</b>	Социальный педагог
<b>Исполнитель</b>	Социальный педагог
<b>Сроки реализации</b>	Лето 2020г.
<b>Объекты и субъекты реализации программы</b>	многодетные семьи
<b>Возраст участников программы</b>	8-12 лет

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современном мире любое общество заинтересовано в успешном воспитании и социализации подрастающего поколения, поэтому оказание социальной и социально-педагогической поддержки семьи очень необходимо. Многодетные семьи уязвимы перед обществом из-за низкого материального достатка, затруднений в воспитании детей разного возраста.

Младший школьный возраст является достаточно значимым периодом жизни, поскольку в это время закладываются основы характера и поведения, проявляется темперамент, а также стремление занять определенный социальный статус в обществе. [1, с 116]. Приобретая новые качества и навыки, школьник учится действовать в разных жизненных обстоятельствах самостоятельно, благодаря чему на его плечи ложится личная ответственность за свои действия и поступки. Все это приводит к тому, что у ребенка меняется мировосприятие и повышается уровень интеллектуального развития.

Младший школьный возраст характеризуется самоутверждением ребенка, которое может проявляться по-разному [3, с 72]. Если у одних детей становление происходит вместе с хорошей учебой и поведением, то у других это может происходить абсолютно наоборот. Именно поэтому следует учитывать психологические особенности младших школьников, которые заключаются в стремлении к постоянному движению, необходимости делиться со взрослыми своими достижениями и результатами, а также в потребности похвалы.

На основании изучения потребностей многодетных семей, мною разработана программа социально-педагогического сопровождения детей из многодетных семей в условиях современной школы.

**Актуальность данной программы** связана с происходящими в настоящее время социально-экономическими, культурными, политическими изменениями, которые оказывают влияние на процесс социализации личности. Взаимоотношения детей в семье играют важную, чаще даже

решающую роль в становлении личности младшего школьника в процессе его дальнейшей социализации в обществе.

Поскольку семья является мельчайшей ячейкой общества, в ней получают отражение все существующие проблемы различной природы. Проблемы современной семьи настолько многогранны, а их корни бывают так глубоки, что порой без помощи специалиста их невозможно решить. Любому ребенку она нужна, ведь никакие общественные организации, детские дома и сады не в состоянии ее заменить. [5, с 93].

**Цель программы** – создание социально-педагогических условий для успешного развития учащихся из многодетных семей младшего школьного возраста.

**Задачи программы:**

1. Повышение социального статуса в группе школьников;
2. Улучшение межличностных отношений между учащимися и учащимися и их родителями;
3. Обучение навыкам эмоциональной релаксации;
4. Формирование у школьников позитивного представления о собственных возможностях;
5. Способствование оптимизации самооценки школьников.

Права участников программы: уважительное, доброжелательное отношение к детям; признание индивидуальности, ценности, значимости, уникальности ребенка в семье и школе; обязательная положительная эмоциональная оценка малейших достижений ребенка сверстниками и взрослыми; развитие у детей способности к самостоятельной оценке своей работы; возможность самовыражаться и излагать свои мысли, мнение среди сверстников и взрослых; постепенность коррекционного процесса.

**Сроки реализации программы:**

Программа рассчитана на 10 занятий (для детей), 2 вводных и 8 основных, проводимых два раза в неделю. И 5 занятий (для взрослых), проводимых один раз в неделю. Предпочтительно реализовывать программу

в летний период, что послужит дополнительной организацией занятости несовершеннолетних. Продолжительность занятия составляет 40 минут.

**Возраст участников программы:** 8-12 лет.

**Ожидаемые результаты:**

1. Развитие коммуникативных навыков;
2. Повышение уровня самооценки у участников программы;
3. Повышение информированности родителей о жизнедеятельности их детей в условиях современной школы;
4. Развитие взаимопонимания детей, родителей и педагога;
5. Возрождение традиций семейного воспитания, утверждение здорового образа жизни;
6. Улучшение микроклимата в семье;
7. Обучение родителей навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношении с ребенком;
8. Уменьшение факторов риска, приводящих к безнадзорности и правонарушениям в детском возрасте.

Следует предположить, что социально-педагогическое сопровождение детей из многодетных семей в условиях школы будет успешным, если: процесс сопровождения будет построен с учетом индивидуально – личностных особенностей детей младшего школьного возраста из многодетных семей; будет организовано повышение социально-педагогической культуры родителей и взаимодействие социального педагога с классным руководителем в вопросах сопровождения ребенка из многодетной семьи.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

### Программа по социально-педагогическому сопровождению обучающихся из многодетных семей в общеобразовательной школе в летний период

#### Структура и этапы реализации программы:

Структура занятия:

1. Приветствие (1-3 мин).
2. Разминка.
3. Основная часть (20 минут).
4. Релаксация, рефлексия.
5. Ритуал Прощания (3 мин).

Описание реализации программы: изучение нормативных документов и специализированной литературы; изучение проблемы и составление плана работы по проблеме; создание системы адаптированной комплексной диагностики и коррекционных занятий по направлениям; апробация программы социально-педагогического сопровождения обучающихся из многодетных семей; социально-педагогическое сопровождение родителей, повышение их компетентности; реализация и контроль динамики результативности программы; коррекционная и развивающая работа с обучающимися; итоговый мониторинг результатов детей из многодетных семей;

**Таблица 1**

<b>Тема/направление</b>	<b>Цель</b>	<b>Методика</b>
<b>Работа с обучающимися из многодетных семей</b>		
Самооценка	Способствовать развитию повышения самооценки,	Упражнение «На что похоже моё настроение?»

	отработки навыка уверенного поведения, самопознания, а также приобретению опыта выступления перед людьми	Упражнение «Ассоциации с фруктами» Упражнение «Ассоциации с временами года» Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»
Взаимоотношения в семье	Установление позитивного взаимодействия в малой группе, осознание ролевых функций членов семьи, мотивация участников тренинга на социально значимые семейные ценности.	Упражнение «Превращения» Упражнение «Закончи предложение» Рисование на тему «Волшебные зеркала» Упражнение «Комплименты»
Взаимоотношения в классе	Создание общей положительной атмосферы, оптимизация внутригрупповых взаимоотношений; развитие чувства принадлежности к группе.	Упражнение «Счет» Упражнение «Узнай по голосу» Упражнение «Закончи предложение» Упражнение «Ревущий мотор» Упражнение «Кино» Упражнение «Школа для животных»
Тревожность	Способствование умению управлять своими эмоциями, снятия страхов, коррекции эмоционально-волевой сферы, гармонизации межличностных отношений,	Упражнение «Моё имя» Разминка: «Смена ритмов» Упражнение «Спрятанные проблемы» Разминка: «Смена ритмов» Упражнение «Солнышко»

	укреплению уверенности в себе.	
Агрессия	Создание безоценочного восприятия личности ребенка, принятие его в целом, обучение навыкам контроля и управления собственным гневом, формирование осознания собственных эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии.	Упражнение «Волшебный стул» Разминка: упражнение «Корабль и ветер» Упражнение «Азбука страхов» Упражнение «Принц и принцесса» Упражнение «Комплименты»
<b>Работа с родителями</b>		
Самооценка	Создать условия для совместных целенаправленных усилий родителей и школы с целью повышения самооценки обучающихся, установление позитивного взаимодействия в семье, помощь в развитии чувства у детей принадлежности к группе, помощь в управлении собственным гневом, формировании осознания собственных эмоций.	Лектории для родителей; Беседы; Родительские собрания; Дискуссии; Игры, которые помогут Вам лучше узнать своего ребенка, сформировать и поддержать у него адекватную самооценку;
Взаимоотношения в семье		
Взаимоотношения в классе		
Тревожность		
Агрессия		



## **ЗАНЯТИЕ №1.**

Цель: познакомиться с классом и начать его сплочение, знакомство детей с основными правилами.

### **Упражнение «Здравствуйте, я рада познакомиться».**

#### **Выработка правил поведения на занятиях.**

Ведущий предлагает правила поведения на занятиях, особо подчеркивая, что эти правила в равной степени относятся и к нему, и к участникам:

1. Доверительный стиль общения.
2. Анонимность рассказываемых ситуаций, случаев из жизни.
3. Искренность в общении.
4. Нельзя вне занятий обсуждать то, что мы узнали друг о друге на занятиях, и то, как разные ребята ведут себя на них.
5. Уважение говорящего.
6. Активное участие в происходящем, это норма поведения, в соответствии с которой в любую минуту мы реально включение в работу группу.
7. Постоянный состав группы.
8. Ритуал принятия правил.

#### **Разминка: «Смена ритмов»**

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

#### **Упражнение «Мой личный герб»**

Цель: знакомство, получение первичной информации друг о друге.

#### **Рефлексия:**

А теперь расскажем, друг другу о том, что было хорошего на занятиях, чем они понравились вам. Берем в руки мячик. Я начну с себя: «Я увидела на занятиях, какие вы все добрые и как вам хочется, чтобы все были радостными и счастливыми. Как вы все старались, помогали друг другу. Мне было интересно играть и заниматься с вами». Передавать мячик по кругу.

#### **Ритуал прощания:**

Инструкция: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой вы подарите друг другу аплодисменты в знак благодарности. Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник

выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ №2**

### **Упражнение «Ритуал приветствия»**

Цель: создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, формирование чувства близости с другими детьми.

### **Разминка: упражнение «Шалтай-болтай»**

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди.

### **Упражнение «Счет»**

Цель: сплочение группы, эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

### **Рефлексия:**

Участники по кругу: характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось — не понравилось, что показалось самым важным, полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

### **Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ №3**

### **Упражнение «Ритуал приветствия»:**

Все участники группы берутся за руки и здороваются друг с другом, называя по имени.

### **Разминка: «Смена ритмов»**

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

## **Упражнение «Превращения»**

### **Упражнение « На что похоже моё настроение?»**

### **Упражнение « Закончи предложение»**

#### **Рефлексия:**

А теперь расскажем, друг другу о том, что было хорошего на занятиях, чем они понравились вам. Берем в руки мячик. Я начну с себя: «Я увидела на занятиях, какие вы все добрые и как вам хочется, чтобы все были радостными и счастливыми. Как вы все старались, помогали друг другу. Мне было интересно играть и заниматься с вами». Передавать мячик по кругу.

#### **Ритуал прощения:**

Инструкция: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой вы подарите друг другу аплодисменты в знак благодарности. Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ №4**

### **Упражнение «Ритуал приветствия»**

Инструкция: участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

#### **Разминка: Упражнение «Ревущий мотор»**

#### **Упражнение «Ассоциации с фруктами»**

Цель: освоение участниками группы техники Я-заявления.

#### **Упражнение «Кино»**

Цель: Самовыражение, самосознание. Создание атмосферы принятия и понимания, развитие эмпатии, умения безоценочно относиться друг к другу.

### **Упражнение «Волшебный стул»**

Цель: Снятие внутренних зажимов. Поиск своих ресурсов.

### **Упражнение « Ласковый мелок»**

#### **Рефлексия:**

Участники по кругу: характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось — не понравилось, что показалось самым важным, полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

#### **Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ № 5**

### **Упражнение: «Ритуал приветствия»**

Все участники группы берутся за руки и здороваются друг с другом, называя по имени.

### **Разминка: упражнение «Корабль и ветер»**

### **Упражнение «Ассоциации с временами года»**

### **Рисование школьных страхов**

### **Упражнение «Спрятанные проблемы»**

Цель: способствовать выходу тревожных переживаний детей, проявлению чувств.

#### **Рефлексия:**

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

#### **Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий

выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ № 6**

### **Упражнение «Ритуал приветствия»**

#### **Разминка: «Смена ритмов»**

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

### **Упражнение «Ассоциации с одеждой»**

#### **Упражнение «Азбука страхов»**

### **Упражнение « Страшная сказка по кругу»**

#### **Рефлексия:**

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

#### **Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ № 7**

### **Упражнение «Ритуал приветствия»**

#### **Разминка: упражнение «Шалтай-болтай»**

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди.

#### **Упражнение «Угадай, где я»**

#### **Упражнение «Школа для животных»**

#### **Упражнение «Неопределённые фигуры»**

#### **Рефлексия:**

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

#### **Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник

выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ № 8**

**Упражнение «Ритуал приветствия»**

**Разминка: упражнение «Корабль и ветер»**

**Упражнение « Конкурс боюсек »**

**Упражнение «Принц и принцесса»**

**Рисование на тему « Волшебные зеркала»**

**Рефлексия:**

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

**Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ № 9**

**Упражнение: «Ритуал приветствия»**

**Разминка: Упражнение «Ревущий мотор»**

**Упражнение «Ассоциации с временами года»**

**Упражнение «Путаница»**

**Упражнение «Кораблик»**

**Упражнение «Волшебники»**

**Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»**

**Рефлексия:**

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

**Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник

выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## **ЗАНЯТИЕ № 10**

### **Упражнение: «Ритуал приветствия»**

#### **Разминка: «Смена ритмов»**

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

#### **Упражнение «Комплименты»**

#### **Упражнение «Я сильный – я слабый»**

#### **Упражнение «Солнышко»**

Цель: Вызвать у участников положительные эмоции.

#### **Рефлексия:**

Ответ на вопрос: что было интересно, важно, понравилось на занятии?

#### **Ритуал прощания:**

Инструкция: Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Список литературы

1. Ачильдиева Е.Ф. Многодетная семья в современной России / Е.Ф. Ачильдиева. - М.: Педагогика, 2014. - 230 с.
2. Басов Н.Ф. Социальный педагог: введение в профессию / Н.Ф. Басов. - М.: Академия, 2012. - 170 с.
3. Василькова Ю.В. Методика и опыт работы социального педагога: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю.В. Василькова. - М.: Наука, 2011. - 400 с.
4. Госпорьян А.М. О системе социального обслуживания семьи детей / А.М. Госпорьян, М.П. Новикова. - М.: Педагогика, 2014. - 258 с.
5. Курагина Г.С. Социально-педагогическое сопровождение детей из многодетной семьи: Автореф. дис. на соиск. уч. степ. кандидата пед. наук. / Г.С. Курагина. - СПб.: Питер, 2010. - 198 с.
6. Липский И.А. Педагогическое сопровождение развития личности: теоретические основания // [http:// www. Lipsky. ru/ statii/ soprov.htm](http://www.Lipsky.ru/statii/soprov.htm)
7. Методика и опыт работы социального педагога / под ред. Л.В. Кузнецовой. - М.: Психология, 2011. - 163 с.
8. Методика и технологии работы социального педагога: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Б.Н. Алмазов М.А. Беляева Н.Н. Бессонова. - М.: Академия, 2012. - 192 с.



Банк методик

Упражнение «На что похоже моё настроение?»

Детям предлагаются пиктограммы с изображением различных оттенков настроений.



Сначала социальный педагог выясняет, знают ли дети основные характеристики настроения человека, а затем предлагает выбрать ту картинку, которая в наибольшей степени похожа на настроение ребенка. (Вводятся понятия: веселое (радостное), грустное (хочется помолчать, подумать о чем-нибудь, хочется плакать).

- При помощи каких слов вы можете рассказать о своем настроении?

- Какое у тебя сейчас настроение?

- Какого цвета твое настроение?

- С каким запахом можно сравнить твое настроение?

- На что похоже твое настроение?

(Плохая погода, холод, дождь, хмурое небо — агрессивные элементы, которые свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.)

Если в процессе беседы выясняется, что у кого-то из детей плохое настроение, взрослый им предлагает все отрицательные эмоции поместить в волшебный мешочек.

Для образца педагог может вспомнить ситуации из своей жизни, связанные с плохим настроением, и тоже поместить эти воспоминания в мешочек.

В конце беседы педагог обобщает ответы детей и обращает их внимание на то, что настроение может быть разным:

- Хорошее настроение мы выражаем с помощью таких слов, как веселое, радостное, светлое, праздничное, сказочное.

- Плохое настроение можно выразить следующими словами: сердитое, мрачное, угрюмое, печальное.

- А от чего зависит настроение?

- Может ли меняться настроение?

### **Игра «На что похоже настроение?»**

Дети по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать лучше педагогу воспоминанием

-Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?

В конце педагог обобщает — какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и т. д. Надо учитывать, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

### **Упражнение «Ассоциации»**

#### **Упражнение «Ассоциации с фруктами»**

Цель: освоение участниками группы техники Я-заявления.

Инструкция: проассоциируйте себя, свое сегодняшнее настроение, с каким

либо фруктом. Я сегодня похожа на спелое зеленое яблоко: ничего необычного, просто нормальное рабочее настроение. Продолжите по кругу.

### Упражнение «Ассоциации с временами года»

Инструкция: Проассоциируйте себя, свое сегодняшнее настроение, с каким - либо временем года. Я сегодня похожа на спелое лето: это середина года, когда длинные дни и можно много чего успеть сделать. У меня хорошее рабочее настроение. Продолжите по кругу.

**Упражнение «Ассоциации»**

- Если семья — это **здание**, то какое...
- Если семья — это **цвет**, то какой...
- Если семья — это **музыка**, то какая ...
- Если семья — это **геометрическая фигура**, то какая...
- Если семья — это **настроение**, то какое...

### Упражнение «Мой портрет в лучах солнца».

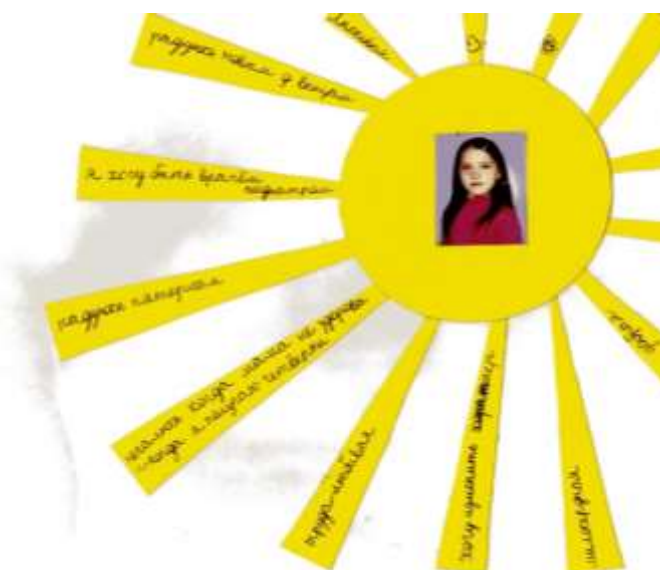
Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.

Форма проведения: групповая (не исключается и индивидуальная).

Материал: лист бумаги и ручка или карандаши для каждого участника.

Ход упражнения: – Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей.

Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?»



все

### **Упражнение «Превращения»**

Психолог предлагает детям: «Сейчас вы будете волшебниками, а волшебники умеют превращаться во что угодно! Итак, - «нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;

- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса».

### **Упражнение «Завершение предложения» методика детская (вариант В. Михала)**

Проективная методика исследования личности. Тест относится к методикам дополнения и отчасти к ассоциативным методикам и направлен на диагностику отношения ребенка к родителям, братьям, сестрам, к детской неформальной и формальной группам, учителям, школе, своим собственным способностям, а также на выявление целей, ценностей, конфликтов и значимых переживаний.

«Наш материал, — пишет автор проективной методики, — ориентирован на определение социальной позиции и самопонимание ребенка».

Данный тест может применяться сам по себе, однако автор методики рекомендует применять его после проведения интервью «Волшебный мир». Все ответы ребенка следует записывать дословно.

Представленный здесь вариант теста незначительно изменен в сравнении с русским переводом оригинала. Устранены стилистические погрешности перевода и изменен порядок предложений.

Инструкция.

— Я могу предложить тебе вот какую игру. Я буду называть тебе начало предложения, а ты — заканчивать его.

— Теперь — внимание! Отвечать нужно быстро и каждый раз то, что придет в голову первым, но так, чтобы получалось законченное по смыслу предложение. Прежде чем начнем игру, можно немного потренироваться. Например, я говорю начало предложения:

— Каждое утро...

Похвалите ребенка, скажите, что он все правильно понял, а если показалось, что он сказал не первое окончание предложения, которое пришло ему в голову, напомните ему инструкцию еще раз. Можно предложить еще один пример:

— Много отдал бы за то, чтобы я...

При необходимости объясните правило еще раз.

Рекомендовано фиксировать время реакции с помощью секундомера. Вместе с тем, это может внести излишнюю нервозность в общение с психологом и отвлекать ребенка. Поэтому лучше пользоваться часами с секундной стрелкой, делая это незаметно, пока ребенок обдумывает ответ, отсчитывать про себя 3 с. и ставить в протоколе точку после каждого такого

интервала. Тест необходимо проводить индивидуально и только в устной форме.

#### Содержание

В представленном списке предложения сгруппированы по диагностической направленности на изучение отношения ребенка к разным лицам и разным проблемам — к матери, отцу, братьям, сестрам, сверстникам; к школе, учителям; видам на будущее и т.д. Порядковый номер перед началом каждого предложения соответствует его месту в списке, предлагаемом для диагностического применения. Порядок можно менять, но так, чтобы предложения на одну тему распределялись равномерно, а не группировались вместе.

Стимульный материал.

3. Мы любим маму, а...
15. Я думал, что мама чаще всего...
7. Отцы иногда...
9. Что бы наш папа...
5. Мой брат (сестра)...
11. Если бы мой брат (сестра)...
2. Ребенок в семье...
10. Мои близкие думают обо мне, что я...
4. Бываем среди детей, но...
8. Дети, с которыми я играю...
12. Мои друзья меня часто...
23. Мой учитель (учительница, учителя)...
16. Если бы не было школы...
18. Когда думаю о школе, то...
1. Я думаю, что людей больше...
6. Я достаточно ловкий, чтобы...
21. Я самый слабый...
13. Я хочу, чтобы у меня не было...
17. Я весь трясусь, когда...
19. Если бы все ребята знали, как я боюсь...
20. Был бы очень счастлив, если бы я...
24. Всегда мечтаю...
14. Больной ребенок...

#### Ключ.

Предложения в методике сгруппированы по следующим категориям:

- а) отношение к матери — 3, 15;
- б) отношение к отцу — 7, 9;
- в) отношение к братьям, сестрам — 5, 11;
- г) отношение к семье — 2, 10;
- д) отношение к ровесникам — 4, 8, 12;
- е) отношение к учителям и школе — 23, 16, 18;
- ж) отношение к людям в целом — 1;
- з) отношение к собственным способностям — 6, 21;

- и) негативные переживания, страхи — 13, 17, 19;
- к) отношение к болезни — 14;
- л) мечты и планы на будущее — 20, 22, 24.

Интерпретация.

Основу интерпретации составляют содержательный анализ ответов, частота дополнительной части предложения, время ответа, а также высказывания ребенка по поводу того, насколько предложенные фразы соответствуют реальности (по нашим данным, дети говорят об этом довольно часто).

Социальную позицию ребенка исследуют предложения, направленные на изучение его отношения к группе сверстников, учителям, родителям и членам семьи. Следует отметить, что случаи, когда во всех окончаниях фраз этой группы имеются признаки напряженности, конфликта, должны привлекать особое внимание психолога-практика, поскольку дезадаптация во всех сферах межличностных отношений является симптомом аномального развития личности. Автор методики вслед за Саксом рекомендует ставить баллы по ответам (2 балла — серьезные нарушения, требующие психотерапии, 1 балл — умеренные нарушения).

Самопонимание ребенка изучается с помощью предложений, направленных на исследование значимых переживаний ребенка, оценку своих возможностей, а также рефлексивную самооценку, формирующуюся к началу подросткового возраста. Так, ответ 12-летнего ребенка: «Я не знаю, что думаю о себе» на предложение: «Мои близкие думают обо мне, что я...» указывает на запаздывание формирования рефлексивной оценки, но может быть и проявлением психологической защиты. В этом случае предложения о членах семьи будут иметь нейтральную эмоциональную окраску или содержать признаки конфликта. Приведенный пример показывает, как, во-первых, один и тот же ответ в различном контексте может означать разные особенности личности ребенка и, во-вторых, как предложение может быть подтверждено или опровергнуто на основе данных того же теста незаконченных предложений.

Для интерпретации отдельных предложений они сгруппированы по следующим категориям:

- а) отношение к матери;
- б) отношение к отцу;
- в) отношение к братьям, сестрам;
- г) отношение к семье;
- д) отношение к ровесникам;
- е) отношение к учителям и школе;
- ж) отношение к людям в целом;
- з) отношение к собственным способностям;
- и) негативные переживания, страхи;
- к) отношение к болезни;
- л) мечты и планы на будущее.

### **Упражнение «Волшебное зеркало»**

Цель: гармонизация и развитие здоровой «Я-концепции».

Педагог предлагает детям нарисовать себя снова в трех зеркалах, но не в простых, а в волшебных: в первом — маленьким и испуганным; во втором — большим и веселым; в третьем — счастливым.

Задаются вопросы:

- Какой человек симпатичнее?
- На кого ты больше похож?
- В какое зеркало ты чаще смотришься?

### **Упражнение «Комплименты»**

Цель: помочь ребенку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

Содержание: Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит:

«Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. После упражнения обсудить с детьми, что они чувствовали, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты. Для этого упражнения фоном можно задействовать лирическую музыку.

На упражнение отводится 15-20 минут.

### **Упражнение «Счёт до десяти»**

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

Ход упражнения: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее +. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

Обсуждение:

- Что с вами происходило?
- Если не получилось, то почему?
- Какую стратегию вы выбрали?

### **Упражнение «Узнай по голосу»**

Цель: Образовательная: учить ребят играть в коллективе.

Развивающая: развивать память, мышление и воображение, умение ориентироваться при помощи голоса.

Воспитательная: создание положительного эмоционального фона.

Время – 30 минут

Условия проведения, оборудование: комната для проведения групповых занятий, мяч.

Количество участников: 15-20 человек.

Возраст участников: 7-12 лет.

### **Ход игры.**

1. Организационный момент.

2. Водная беседа.

3. Правила игры.

4. Физминутка.

5. Подведение итогов урока.

9. Организованное окончание урока.

### Ход занятия:

1. Организационный этап.

Здравствуйте, дети! Садитесь! Все готовы играть? Кто сегодня дежурный? Кто отсутствует?

2. Вводная беседа.

- Здравствуйте ребята!

Кто как голос подает? Воробей (чирикает), ворона (каркает), собака (лает), корова (мычит), кошка (мяукает), петух (кукарекает), утка (крякает), гусь (гагагает), лев (рычит), змея (шипит), и т. д.

Кто чей ребенок? Указать стрелками –

Корова жеребенок,

Курица теленок;

Лошадь цыпленок

Кошка львенок

Собака котенок

Лев щенок

Друг друга вы знаете по имени. Но сейчас мы с вами будем знакомиться, но будем делать это необычно. Каждый из вас по кругу должен будет назвать свое имя и определение на первую букву своего имени. Например, Дарья «добрая», Валера «верный» и т.д. Всем понятно? После того, как Дарья сказала имя и определение на первую букву. Она передает мяч (или мягкую игрушку) следующему игроку. Итак, игра началась.

Итог игры.

Понравилась игра?

Какое имя запомнилось?

Чье определение имени понравилось?

Игра окончена.

### **Упражнение «ревущий мотор»**

Цели: Это оживленная и увлекательная игра, которая создает в классе атмосферу автогонок и высвобождает энергию.

Инструкция: Кто из вас видел настоящие автомобильные гонки? Вы помните, как режут моторы, когда водители после очередного виража давят на газ?



Сейчас мы организуем здесь нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля "Рррмм". Один из вас начинает, произнося "Рррмм" и быстро поворачивает голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же «вступает в гонку» и быстро произносит свое "Рррмм", повернувшись к следующему соседу. Таким образом, "рев мотора" быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот.

*Когда "рев мотора" пройдет полный круг, остановите действие и продолжите объяснение игры дальше:*

Конечно же, у нашего гоночного автомобиля есть и тормоза. Когда на них нажимают, раздается другой звук- "Иииик". Когда кто-нибудь во время "движения автомобиля" вдруг произносит Иииик, он тем самым останавливает нашу машину и разворачивает её в противоположную сторону. Любой из вас может внезапно остановить автомобиль и заставить его двигаться в противоположную сторону. Но у каждого есть право только дважды сделать это, чтобы и остальные смогли поучаствовать в игре.

В конце игры Вы можете попросить детей "проехать" круг особенно быстро, и в конце всей "гонки" всем вместе одним единым "Иииик" закончить игру.

Анализ упражнения:

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Что тебе понравилось больше - "давить на газ" или "тормозить"?
- Нравятся ли тебе такие быстрые игры или ты предпочитаешь более медленные?
- Чувствуешь ли ты себя сейчас бодрым и активным?

### **Упражнение «Кино»**

Цель: Самовыражение, самосознание. Создание атмосферы принятия и понимания, развитие эмпатии, умения безоценочно относиться друг к другу.

Упражнение выполняют дети, взрослые только слушают и могут задавать вопросы. Представьте, что о тебе, когда тебе 30 лет сняли фильм и сейчас ты его смотришь. Расскажи, как ты – главный герой фильма – выглядишь, чем занимаешься и т.п. Нарисуй кадры из фильма. Доволен ли ты этим фильмом? Что понравилось больше всего? Каков жанр этого фильма? Если ты не совсем доволен, что бы тебе хотелось изменить в этом фильме? Что тебе нужно для этого сделать?

### **Упражнение «Школа для животных»**

Педагог говорит: – Я расскажу вам о школе для животных. О тех, кто там учится. Первой в школу пришла лошадка – чистенькая, аккуратная, спокойная. Перед школой она вымыла уши, расчесала гриву и хвост, ровно подстригла челочку, надела новые носочки. В школе лошадка внимательно слушает учителя, делает то, что ей говорят, сразу. Поднимите руку те, кому понравилась лошадка, кто хочет быть похожим на нее. Тому, кто поднял

руку, выдается синяя фишка – символ лошадки. – За лошадкой в школу пришел медвежонок. Сразу видно, какой он умный. Он хочет в школу: ведь там можно многое узнать, там решают задачи, а он очень любит ломать голову над всякими задачами и загадками. Когда медвежонок думает, а думает он все время, он чешет лапкой за ухом. Поэтому голова у него постоянно лохматая. Так как медвежонок постоянно занят умными мыслями, он несколько рассеян, может не заметить стоящего рядом зверя и нечаянно наступить ему на лапу. В таких случаях он очень огорчается и обязательно извиняется. Кому понравился медвежонок, кто хочет быть похожим на него? Тому, кто поднял руку, выдается коричневая фишка. – Прибежала в класс белочка. Больше всего на свете она любит веселую компанию. Очень в школу хотела: ведь там так много зверят, со всеми можно поболтать и посмеяться. Белочка-болтушка знает много историй и песенок. Она непоседа, не может долго оставаться на одном месте, все время скачет. Белочка очень ласковый зверек. Если кому-то грустно, она обнимет, приласкает, развеселит, пощекочет мягким хвостиком, но сама может расплакаться, когда ее никто не замечает, когда не с кем поболтать. Если кто-то скажет грубое слово, белочка сердится и кидается шишками. Кому нравится белочка, поднимите руки. Тому, кто поднял руку, выдается желтая фишка. – Затем пришел котенок. Это самый умелый организатор и выдумщик. Он так хорошо может придумывать игры, что с ним всегда интересно. Он никогда не скучает. Если рядом друзья, котенок затевает общую игру. Если рядом никого нет, он может играть с чем угодно: с клубочком, с палочкой, с собственным хвостом. У него покладистый, добродушный характер и единственное, чего он не любит, это слово «надо». Мама-кошка часто слышала от сына «Не хочу!» и привела его в школу, надеясь, что малыш подрастет и станет послушнее. Котенок с удовольствием прибежал в школу: он любит все новое. Но по дороге в школу он сказал маме: «Не хочу становиться взрослым! Хочу всю жизнь играть! В школе ведь разрешают играть?» Кто похож на котенка, кому нравится котенок? Тому, кто поднял руку, выдается розовая фишка. – А вот в класс входит зайка (психолог показывает мягкую игрушку). Он дрожит, сжимается в комочек и тайком смахивает слезинку. Кто утешит зайку? Дети подходят к зайке, обнимают его, успокаивают, говорят, что в школе хорошо, не страшно. Тот, кто считает себя похожим на зайку, берет черную фишку. (У каждого ребенка может оказаться несколько фишек.) – Учительница в этой школе – кенгуру. Она прекрасная учительница, такая, что лучше не бывает! Опишите ее характер, скажите, кто из учеников ей нравится? (Ответы детей.) Кенгуру дает задание на дом: Выучить песенку «Нам не страшен серый волк» и завтра спеть. Кому задание? (Зайке.) Целую минуту посидеть, молча и внимательно рассмотреть цветок, а завтра его описать. Кому задание? (Белке.) Совершить маленькую и безвредную проказу: перелезть через забор, хотя рядом есть калитка. Кому задание? (Медвежонку.) Сделать серьезное взрослое дело: например, перевести слепого крота через дорогу. Кому задание? (Котенку.) И т.д.

## Упражнение «Я и моё имя»

Возраст: для детей 6-12 лет.

Цель: способствовать формированию позитивного образа «Я», активизировать процесс самопознания, способствовать принятию собственного имени. Развитие воображения и творческого мышления.

Оборудование: бумага и цветные карандаши (по количеству детей).

Ведущий: Ребята, нашу встречу я хочу начать с вопроса: «Легко ли жить человеку без имени?» (Ответы детей).

Ведущий: Давайте разыграем с вами одну ситуацию и я вам докажу, что без имени обходиться непросто. (Обыгрывается ситуация в которой выбранный ребёнок становится позади остальных ребят и пытается позвать какого-то определённого ребенка, не называя его имени).

Ведущий: Вот подтверждение того, что без имени нелегко. Имя помогает человеку выделиться среди других. А помните ли вы какие-нибудь стихи, в которых упоминаются имена?

А. Барто

Наша Таня громко плачет –  
Уронила в речку мячик.  
Тише Танечка, не плач,  
Не утонет в речке мяч.

А. Барто «Верёвочка»

... Вышла Лидочка вперёд,  
Лида прыгалку берёт...  
- Лида, Лида!  
Вот так Лида! –  
Раздаются голоса. –  
Посмотрите, эта Лида  
Скачет целых полчаса...

С. Чёрный «Купание»

... А в кухне купают Олю,  
Воды ей нагрели вволю.  
Но Оля кричит: «Уйдите!  
Мочалкой меня не трите!  
Я голову мыть не стану!  
Не буду садиться в ванну!» ...

Э. Мошковская «Капризы»

Все капризы у Оксанки  
Соберем в большие санки,  
Отвезём в далекий бор,  
Дальше моря, дальше гор!

А. Барто «Вовка – добрая

душа»  
... С добрым утром!  
Малышам и взрослым людям  
Паренёк махал рукой.  
С ним теперь знакомы будем –  
Это Вовка – есть такой! ...

С. Чёрный «Про Катюшу»

... Катя – Катенька – Катюша  
Уложила спать игрушки:  
Куклу безволосую,  
Собачку безносую  
И корову безрогую –  
Всех в комок,  
В старый мамин чулок. ...

С. Чёрный «Прятки»

Оленька играет в прятки.  
Где искать ее, ребятки?  
Заглянули под кровать –  
Под кроватью не видать.  
- Где ты, Оля, далеко ли?  
Мы соскучились без Оли! ...

Н. Саконская

Маша варежку надела.  
Ой, куда я пальчик дела?  
Нету пальчика, пропал,  
В свой домишко не попал!

И оставим возле елки...  
Пусть едят их злые волки!

Маша варезку сняла:  
– Поглядите-ка, нашла!  
Ищешь, ищешь и найдешь.  
Здравствуй, пальчик!  
Как живёшь?

С. Михалков «А что у вас?»  
Кто на лавочке сидел,  
Кто на улицу глядел,  
Толя пел,  
Борис молчал,  
Николай ногой качал. ...

С. Михалков «Дядя Стёпа»  
... По фамилии Степанов  
И по имени Степан,  
Из районных великанов  
Самый главный великан.

Педагог: Имя даётся человеку его родителями в тот момент, когда ребёнок ещё слишком мал, и сам имя себе его выбрать не может. Я хочу узнать, родители угодили вам, когда назвали вас вашим именем. Закройте глаза и поднимите три пальца, если вы в восторге от вашего имени, один – если вам не нравится имя, два пальца, если вы относитесь к вашему имени спокойно. (Обсуждение).

Педагог: Имя каждого из вас что-то значит, у него есть перевод. Об этом мы сейчас с вами и поговорим. А также вспомним ваших знаменитых тёзок. Тёзкой называют человека у которого такое же имя как у вас. Давайте сейчас поговорим о каждом. (пример)

Давайте начнём с Насти. Её полное имя – Анастасия, в переводе с греческого языка – воскрешая, возрождённая. Как можно её ещё называть? (Настенька, Настёна, Настюша). А теперь попробуйте вспомнить знаменитых тёзок Насти. (Анастасия Волочкова – балерина).

Педагог: А теперь я хочу предложить вам нарисовать ваши автопортреты. Будет очень хорошо, если вы сможете обыграть значение вашего имени в автопортрете. Если вы плохо помните, как выглядите, то можете подойти к зеркалу и рассмотреть себя.

### *Мужские имена*

- Александр (Саша, Саня, Сашок, Санёк) – (греч.) защитник людей – Македонский, Суворов, Пушкин, Калинин
- Алексей (Алёша, Лёша, Лёха) – (греч.) помощник, заступник, предводитель – Плещеев, Толстой.
- Андрей (Андрюха, Андрюша) – (греч.) мужественный, храбрец – Миронов, Малахов (телеведущий), Губин
- Анатолий (Толя, Толик, Толян) – (греч.) восточный, как восход солнца – Папанов
- Антон (Тоша) – (греч.) вступающий в бой – Чехов, Макарский (мюзикл «Notre Dame de Paris»), Зацепин
- Аркадий (Аркаша) – (греч.) пастух – Арканов (сатирик)

- Артём (Тёма, Тёмка, Тёмик, Артемий) – греч. – совершенный, здоровый, невредимый – Троицкий (критик), Ткаченко (актёр «Даже не думай»)
- Борис (Боря, Борян) – (рус. и болг.) – борец – Заходер, Ельцин, Пастернак, Моисеев
- Вадим (Вадик) – (др.-рус.) – возмутитель, смутьян, спорщик – Байков (певец, продюсер), Казаченко (певец)
- Валентин (Валя) – (лат.) – здоровый, сильный – Юдашкин
- Валерий (Валера) – (лат.) – бодрый, крепкий – Меладзе, Брюсов
- Василий (Вася) – (греч.) – царственный, царь, предводитель, властелин – Жуковский, Шукшин
- Виктор (Витя, Витёк) – (лат.) – победитель – Рыбин (певец), Цой (певец)
- Виталий (Виталик, Виталя) – (лат.) – жизненный, жизнеспособный – Бианки, Прошкин (хоккеист)
- Владимир (Володя, Вова, Вован) – (слав.) – владеющий миром – Путин, Жириновский, Машков
- Вячеслав (Слава, Славик) – (слав.) – владеющий большой славой – Зайцев, Тихонов, Невинный.
- Георгий (Жора, Гоша) – (рус. из греч.) – земледелец – Жуков
- Герман (др.-герм.) – единоутробный, родной – Титов
- Григорий (Гриша) – (греч.) – бодрствующий – Распутин
- Даниил = Данила (Даня) – (рус., древ.-евр.) – мой бог – Хармс
- Денис (Дэн) – (греч.) – посвящённый Дионису, богу вина, поэтического вдохновения и весёлых игр – Давыдов, Фонвизин
- Дмитрий (Дима, Димон, Митя) – (от греч.) – принадлежащий Диметре, богине земледелия; земледелец, крестьянин – Донской, Маликов, Билан, Певцов
- Евгений (Женя, Жека) – (греч.) – благородный – Осин, Плющенко
- Иван (Ваня) – (рус. из др.-евр.) – благоволение божие, благость; красивый, замечательный, богатый – Тургенев, Бунин, Ургант (телеведущий)
- Игорь (Игорёк, Игорян) – (др.-сканд.) – охраняемый богом изобилия; обладатель силы, воитель – Князь Игорь, Матвиенко (муз. продюсер)
- Илья (Илюша, Илюха) – (др.-евр.) – божья помощь; верный, крепкий, неподкупный – Муромец, Глазунов
- Кирилл (Кирюша) – (греч.) – повелитель, господин, хозяин – Андреев (группа Иванушки)
- Константин (Костя, Костик) – (лат.) – постоянный, твёрдый – Ушинский
- Максим (Макс) – (лат.) – самый большой, величайший – Горький, Галкин, Фадеев (муз. продюсер)
- Михаил (Миша, Мишаня) – (др.-евр.) – подобный богу – Лермонтов
- Мстислав (Слава, Славик) – (др.-рус.) – славный мститель – Растрепович

- Никита (Никитос, Никитка) – (греч.) – победитель – Михалков, Малинин
  - Николай (Коля, Колян, Никола) – (греч.) – народный победитель, победитель народов – Басков, Гоголь, Носов, Фоменко (шоу-мен)
  - Олег (Олежка) – (др. – сканд.) – святой, светлый, ясный – Меньшиков, Газманов
  - Пётр (Петя) – (греч.) – крепкий как камень, скала – Чайковский
  - Роман (Рома) – (греч.) – крепкий – Рябцев (певец)
  - Святослав (Слава) – (др.-рус.) – освящённый славой –
  - Сергей (Серёжа, Серёга, Серёня) – (лат.) – высокий, высокочтимый – Михалков, Рахманинов, Безруков, Овчинников (вратарь), Жуков («Руки Вверх»)
  - Фёдор (Федя) – (греч.) – божий дар – Тютчев, Бондарчук, Шаляпин
  - Юрий (Юра, Юрик, Юрасик) - (см. Георгий) – Олеша, Энтин, Лужков
- Женские имена***
- Алла (Аллуся) – (греч.) – вторая – Пугачёва, Духова (руководитель балета «Тодес»)
  - Александра (Саша, Саня, Шура, Алекса) – защитница людей – Маринина, Алекса (Фабрика Звёзд 4)
  - Анастасия (Настя, Настёна) – (греч.) – возрождённая, воскресшая – Волочкова, Стоцкая
  - Анна (Аня, Анюта) – (др.-евр.) – Курникова, Ахматова
  - Валерия (Лера, Лерика) – (лат.) – здоровая, бодрая – Валерия
  - Виктория (Вика) – (лат.) – имя богини победы – Токарева, Толстогоанова (актриса)
  - Галина (Галя, Галочка) – (греч.) – тихая, спокойная – Старовойтова
  - Дарья (Даша) – (перс.) – сильная, побеждающая – Донцова, Ермолаева (гр. «Сливки»)
  - Евгения (Женя) – (греч.) – благородная – Волконская («Фабрика Звёзд 4»), Власова (певица)
  - Екатерина (Катя, Катерина) – (греч.) – чистая, благопристойная, непорочная – Климова (актриса «Бедная Настя»), Андреева (телеведущая «Новости» ОРТ)
  - Елена (Лена) – (греч.) – солнечная, факел – Вяльбе, Темникова («Фабрика Звёзд 2»)
  - Елизавета (Лиза, Лизок, Елизавета) – (др.-евр.) – почитающая бога, верная, скромная – Елизавета Петровна (императрица)
  - Ирина (Ира, Ирен, Ирсен) – (греч.) – мир – Дубцова («Фабрика Звёзд 4»), Тонева («Фабрика Звёзд 1»)
  - Кристина (Крис) – (греч.) – христианка – Орбакайте
  - Лариса (Лара) – (греч.) – чайка – Долина
  - Людмила (Люда, Люся) – (рус.) - милая людям – Гурченко
  - Марина – (Греч.) – морская – Цветаева, Казанкова (актриса «Бедная Настя»), Хлебникова

- Мария (рус.) – любимая, желанная – Шарапова (теннис), Киселёва (синхронное плавание)
- Надежда (Надя) – (рус.) – надежда – Кадышева, Бабкина
- Наталья (Наташа, Натаха, Ната) – (лат.) – рождественская, родная – Королёва
- Ольга (Оля) – (сканд.) – святая – Дроздова (актриса), Орлова (певица)
- Светлана (Света, Светик) – (рус.) – светлая, ясная – Света (певица), Светикова (певица), Хоркина (гимнастка)
- Татьяна (Таня, Танюха, Танюша) – (лат.) – учредительница – Веденеева, Овсиенко, Толстая
- Юлия (Юля, Юлёк) – (лат.) – пышная, сноп – Бордовских, Михальчик («Фабрика Звёзд 3», Меньшова)
- Яна (греч.) – милованная богом – Чурикова (телеведущая)

### **Разминка: «Смена ритмов»**

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

Инструкция: Если воспитатель хочет привлечь внимание детей, он начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать: раз, два, три, четыре... Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают: раз, два, три, четыре... Постепенно воспитатель, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

### **Упражнение «Спрятанные проблемы»**

Большинство тревожных детей склонны держать в себе склонные переживания. Эта игра позволит ребёнку проявить свои чувства, снизить уровень тревожности и подготовиться к играм второго цикла. Для проведения игры понадобятся пустая ёмкость с крышкой (ящичек, коробка), фломастеры, бумага. Психолог проделывает в крышке отверстие, чтобы туда можно было просунуть небольшой лист бумаги. Затем он предлагает ребёнку нарисовать, что или кто его тревожит (пугает), рассказать об этом, а потом бросить в «почтовый ящик», т.е. спрятать проблему. Если у ребёнка недостаточно развиты изобразительные навыки или он отказывается рисовать, можно предложить ему рассказать о своей проблеме, затем дунуть на чистый листочек («вложить» в него проблему) и «спрятать» её в «почтовом ящике». После занятия можно спросить ребёнка, что он хочет сделать с содержимым ящика. Если ребёнок затрудняется с ответом психологу нужно предложить различные варианты: выбросить, порвать, смять, сжечь и т.д.

### **Упражнение «Солнышко»**

Это упражнение можно считать и диагностическим, и коррекционным: оно работает на повышение самооценки ребёнка и хорошо показывает,

насколько в сознании ребёнка закрепились те или иные представления о себе.

Для его выполнения потребуется альбомный лист, фломастеры или карандаши.

Попросите ребёнка нарисовать солнышко с лучами. Никаких требований к рисунку не предъявляется, ребёнок рисует солнышко где угодно в пределах листа и чем ему нравится. Пусть ребёнок немного расскажет о солнышке.

— Солнышко — какое оно?

— Яркое, жёлтое, красное, доброе, тёплое, радостное...

— А теперь представь, что солнышко — это ты. У солнышка твоё имя.

Пусть ребёнок подпишет своё имя на солнышке. У солнышка обязательно должны быть лучи. Если их немного, то подрисуйте до 7-9 лучиков.

— Ты перечислил, какое солнышко замечательное: тёплое, светлое, доброе...

Давай подпишем каждый лучик солнышка, называя какое-то твоё замечательное качество. Какой ты?

Ребёнок может не сразу ответить. Помогите ему, сказав, например: «Я считаю, что ты добрый. А ещё какой?»

Каждое названное вами или ребёнком качество подписывается вдоль лучика. Задача: постараться, чтобы каждый лучик был назван. И позвольте ребёнку немного пофантазировать, прихвастнуть. Не возражайте, даже если считаете, что это качество или привычка у него не развито или вообще отсутствует. Так вы сможете услышать, что ребёнок считает своими достижениями. «Я мою посуду... Убираю игрушки...». Запишите всё, что услышите, пусть и делается это порой со слезами или даже скандалом. Не нужно реплик: «Да, это делается, когда тебе десять раз скажешь...» и т.п.. В упражнении «Солнышко» мы работаем только на позитиве. Интересна реакция родителей, которые видят на занятиях, как меняется настроение ребёнка. На одном из последних занятий мама 5-летнего Андрюши спросила, можно ли дома нарисовать это солнышко на большом листе и прикрепить на стену.

Можно, конечно, можно! А ещё можно, даже нужно, попросить всех, кто знает ребёнка подписать лучики этого солнышка. Можно добавлять лучики каждый раз, когда вы заметите в ребёнке что-то, за что его нужно похвалить. Лучики может добавлять и сам ребёнок.

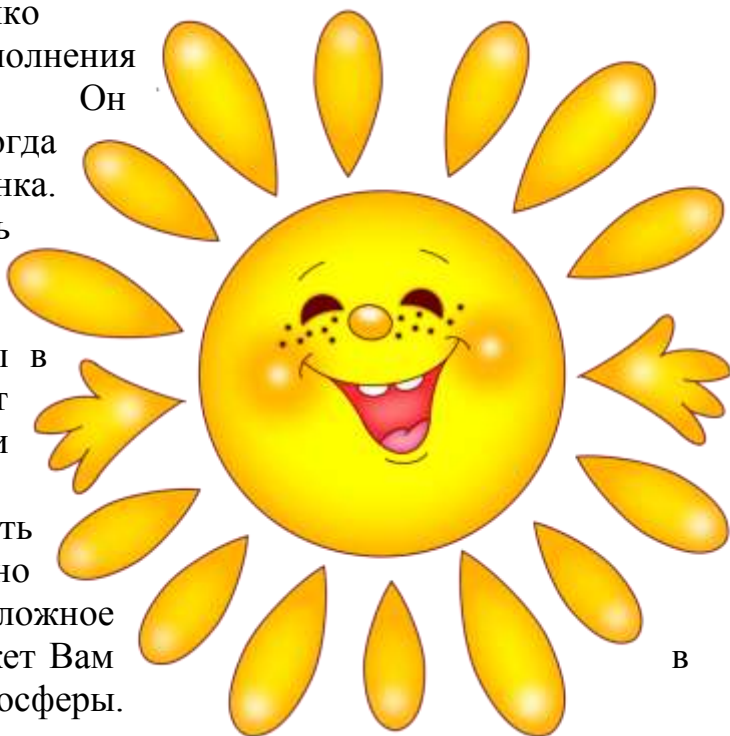
Одно очень важное условие. Как бы вы ни сердились на сына или дочку, в чём бы они ни провинились, наказывая их, никогда не упоминайте в этот момент про ваше рукотворное солнышко.



Поверьте, одна невинная вроде фраза типа «Ты же солнышко, а так поступаешь...» способна разрушить весь эффект упражнения. Проступок, без сомнения, требует разумного наказания, но никак не перечёркивания того, что ваш ребёнок — ваше солнышко

И ещё один вариант выполнения упражнения «Солнышко». Он выполняется тогда, когда нарисовано солнышко ребёнка. Предложите ему нарисовать подобное солнышко для бабушки или папы, для сестрички или воспитательницы в детском саду. Пусть это будет подарок на день рождения или просто приятный сюрприз.

Мы все хотим слышать добрые слова, но этому нужно учить. Пусть это несложное упражнение «Солнышко» поможет Вам созданию тёплой и душевной атмосферы.



В

### **Упражнение «Волшебный стул»**

Это упражнение не только позволяет приобрести и развить навыки получения и передачи обратной связи, но и создает условия для обратной связи среди всех участников занятия.

Инструкция. В нашем кругу сегодня есть место чуду и волшебству! Здесь в кругу стоит «волшебный» стул. Что в нем необычного? Человек, который садится на него, становится обладателем уникальной возможности услышать от нескольких человек из группы обратную связь. Это могут быть и критика, и положительные высказывания. Тем, кто дает обратную связь, необходимо делать это, используя правила обратной связи, тому, кто сидит на «волшебном» стуле, — внимательно все выслушать, не оправдываясь, не благодаря, а просто принимая информацию. Затем на «волшебном» стуле окажется следующий участник. Итак, кто хотел бы первым сесть на «волшебный» стул?

Анализ

- Что вы чувствовали, когда получали обратную связь?
- Что удивило?
- Удалось ли вам следовать правилам?
- Хотите ли дать обратную связь группе?

### **Упражнение «Корабль и ветер»**

Цель: Снятие мышечного напряжения.

Проведение: «Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!» Упражнение можно повторить 3 раза.

### **Упражнение "Азбука страхов"**

Ребенку предлагается нарисовать различных страшных героев на отдельных листах и дать им имена. Далее ребенок рассказывает о том, что нарисовал. Далее ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

### **Упражнение «Принц и принцесса»**

Цель: Дать почувствовать себя значимым, выявление положительных сторон личности; сплочение детской группы.

Содержание: Дети стоят в кругу. В центр ставится стул — это трон, Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребенок по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.

## **КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **Консультация для родителей на тему: «Советы многодетным семьям»**

Универсальной формулы воспитания детей в многодетной семье не существует, поскольку каждая ячейка общества сама для себя определяет, как будет выстраивать отношения, какую воспитательную систему применять. При этом важно учитывать собственные особенности, нравственные принципы, религиозные взгляды и т.п. Однако существуют некоторые общие моменты, характерные в целом для многодетных семей. Руководствуясь нехитрыми правилами, можно существенно облегчить жизнь себе и вырастить счастливых детей.

Обычно разница в модели поведения в многодетной семье становится очень заметной после того, как в ней появляется третий и последующие дети. Именно на этом этапе привычные схемы управления приходится пересматривать.

#### **Кто в семье главный?**

Распространенной ошибкой многих современных родителей становится ориентирование лишь на ребенка. Его нужды, интересы, а также капризы ставятся на первый план. В итоге мама и папа могут превратиться в «обслуживающий персонал» подрастающего эгоиста. Но когда в семье уже более двух детей, такая модель быстро изживает себя. Малышам нужно дать понять, что «правители» в их маленьком государстве - папа и мама, а они – «народ». И тут важно, чтобы власть «родительской верхушки» не была деспотична, а основывалась на любви и понимании.

#### **Я в домике!**

Главенствующее положение родителей должно подтверждаться наличием у них какой-то личной зоны. Например, дети должны знать, где могут «жить» и «гулять» их игрушки, а куда доступ им категорически

запрещен. Так, у папы может быть свое кресло, у мамы – уютная тахта у кофейного столика или же общее место отдыха взрослых – их спальня.

Детей нужно научить, что если взрослые находятся в своей личной зоне — все стараются их не трогать. Такой совет дают родители-психологи Уильям и Марта Серз в книге «Ваш ребенок - от рождения до двух лет». Естественно, по мере взросления детей у каждого также должен появиться «свой уголок».

### **Дозированное внимание – залог любви и понимания.**

Нормальное количество родительского внимания - залог равновесия в семье. Известно, что чем больше становится детей в семье, тем лучше они друг с другом играют. У них появляется возможность выбора игровых партнеров - для скуки просто нет времени.

При этом важно помнить об индивидуальном родительском внимании для каждого ребенка – время от времени мама или папа должны лично заниматься с каждым: играть, гулять, заниматься бытовыми делами или просто болтать.

Помните, что ваш старший ребенок порой подсознательно хочет показаться малышом, чтобы добиться большего к себе внимания - не осуждайте его слишком строго. При этом не перегружайте его обязанностями как «самого взрослого» - помощь родителям должна быть дозированной. Помимо домашних дел возни с младшими братьями-сестрами у него должно быть личное время на свои увлечения.

### **Мы – друзья!**

Незадолго до появления в семье третьего ребенка, нужно сплотить старшего и младшего ребенка – поселить их в одной комнате, научить их играть вместе, убираться, кушать, купаться и т.п. Младшему в такой ситуации будет психологически проще воспринять появление в семье нового малыша, а у вас с мужем будет возможность хотя бы немного пообщаться наедине.

### **Про делегирование полномочий и приоритеты.**

Если в семье трое и больше детей, то нужно научиться распределять обязанности и справляться с делами, распределив их по степени важности. Так, дети-дошкольники вполне могут помочь маме и по хозяйству (убрать игрушки, помыть посуду, протереть пыль) или какое-то время присмотреть за малышом. Не забывайте, что эти занятия не должны выглядеть как наказание и не казаться рутинной – обыграйте задание, преподнесите это в дружественном тоне, отметьте, что вам важна помощь именно от вашего ребенка.

Вам также придется пересмотреть систему приоритетов, научиться решать, что вы делаете в начале, что потом, а за что вообще не возьметесь. Не стоит взваливать все на себя, учитесь просить помощи у мужа или родственников, а может и у близких друзей. Оставляйте силы на себя и мужа. Помните, что родители первичны, а дети вторичны, и от вас никто не ждет жертвенности.

В вашей семье могут быть свои законы, но главное, чтобы у взрослых не было разногласий по поводу «свода правил» поведения. Иначе детям будет сложно соблюдать эти законы, ваш авторитет, как «правителей», начнет падать, а дети будут меньше к вам прислушиваться и плохо себя вести. Главное правило, которое нужно запомнить: вы должны жить не ради себя, и не ради детей, а ради семьи – жить в мире и согласии друг с другом.

Среди всех существующих жизненных позиций, которые создавались на протяжении многих столетий, формирование семейных ценностей считается самым важным в жизни человека. В семье ребенок рождается, учится жить достойно, уважать людей. Без базовой семейной подготовки человеку очень сложно будет находиться в обществе. Следующий этап – это формирование семейных ценностей в школе. Ребенок, находясь в юном возрасте, воспринимает всю информацию как поучительную, чаще всего прислушивается к ней. Потому проведенные мероприятия по формированию семейных ценностей в стенах школы увлекательны.

В первую очередь родители и все взрослые люди, присутствующие в семье, должны определить семейные ценности. Единство во мнении помогает объяснить ребенку то, что нужно. Формирование семейных ценностей происходит за счет убеждений, определенного образа жизни, отношения к окружающим людям за пределами семьи.

Родители должны интересоваться у учителей, каким образом происходит формирование семейных ценностей в школе. Семья - это основная ячейка, которая дает ребенку базу знаний, пониманий и восприятия внешнего мира. Но мероприятия по формированию семейных ценностей, проведенные в здании школы, позволяют закрепить информацию, которая доносится ребенку дома. Если в семье есть семейные ценности и ребенок о них знает с ранних лет, то в подростковом возрасте с ним не будет никаких проблем. Об этом на протяжении многих лет говорят учителя, психологи и ученые, занимающиеся вопросами семейных ценностей в семьях.

Формирование семейных ценностей в школе начинается с начальных классов. Педагоги уверены в том, что с первого дня нахождения ребенка в обществе у него должно произойти формирование семейных ценностей и общественных. Но так как базой при формировании являются именно семейные ценности, педагоги отталкиваются от того, к чему ребенок уже приучен. Если ребенок воспитывался в угнетенной обстановке, эгоцентризме, его учили пренебрегать общественным мнением, он будет чувствовать себя изгоем в обществе. Школьный педагогический состав при виде ребенка с такими ценностями должен уделить ему особое внимание. Посещение психолога поможет решить проблемы с восприятием ценностей как семейных, так и общественных. Главное - начать уделять внимание чаду и корректно донести до него нужную информацию. Своевременная помощь направит ребенка на правильный путь. Он поймет это не сразу, но со временем оценит труды своих учителей.

Мероприятия по формированию семейных ценностей проводятся практически в каждой школе. Педагогический состав старается сплотить

родителей и детей в единое целое. Ежегодно, согласно программам, проводят мероприятия «День Матери», «Спортивная Семья», выставка семейных стенгазет. Для того чтобы формирование семейных ценностей сплотило всех, детей просят нарисовать генеалогическое древо или родословную фамилии. В процессе таких мероприятий семья становится сплоченной, родители помогают детям и наоборот. Уважение друг к другу, забота формируют базовую часть семейного кодекса семьи. Семья играет важную роль не только в воспитании детей, но и в жизни страны. Родители благодаря семейным ценностям могут сделать своего ребенка успешным, стремительным человеком, уважающим общество.

Начинать рассуждение о семейных ценностях лучше в узком кругу и домашней обстановке. Всех членов семьи не должна раздражать эта тема, иначе разговор не принесет результата. Если родители уделяют внимание этому вопросу, то ребенок будет легко находить общий язык с разными людьми. Достаточно часто детям дают задание написать сочинение на тему «Семейные ценности». И нередкими являются случаи, когда дети не знают, что это такое и о чем нужно писать. Идеальным считается вариант, когда ребенок умеет сравнивать семейные ценности своей семьи с ценностями, которые описывались в произведениях литературы. Такие сочинения пишут только те дети, родители которых уделяют им и их образованию внимание. Все плановые сочинения введены в список выпускных экзаменов. Рассуждение о семейных ценностях доступно сформировавшимся подросткам. У детей малого возраста еще нет базы знаний отечественной и мировой литературы. Они не могут сопоставить семейные ценности с сюжетами, описанными в книгах.

Для всего общества приоритетным является семейный авторитет. Крепкие и доверительные отношения – это основа формирования личности человека. Современные семейные ценности могут быть самыми разными, каждая семья формирует их из собственных приоритетов, убеждений. Именно молодежь определяет будущее своей страны. На школьных

мероприятиях обсуждают современные семейные ценности, слушают жизненные позиции. Другими словами, готовят молодежь к взрослой жизни. И это правильно, так должно быть во всех детских образовательных учреждениях. Современное общество спешит во всем. Подросткам хочется быстрее вырасти, пойти на работу, начать достигать поставленных целей. Но в жизни не всегда получается так, как изначально было задумано. Почему жить по плану очень сложно? Потому что для этого необходима жесткая дисциплина. Следуя собственным жизненным позициям, молодежь забывает о другом мнении, тем самым переставая уважать окружающих. Пренебрежительное отношение к поступкам и мнению окружающего социума приводит к тому, что мнение человека становится пустым. На него никто не обращает внимания, к нему не прислушиваются. И это очень страшно. Молодежь, не имея семейных ценностей, в обществе будет чувствовать себя крайне неловко.

Ребенок - это чистый лист. Он изначально готов принимать всю информацию, которую ему преподносят. Не всегда эта информация полезная или правильная. Потому что в школах периодически проводят классный час «Семья, семейные ценности». Именно на классном часе педагогический состав имеет возможность поднять те темы, которые важны для коллектива класса. Присутствие на том мероприятии родителей и детей очень важно. Даже самый балованный ребенок, услышав, что его ругают при родителях, а те, не защищают, а качают головой, испытывает чувство дискомфорта. Ему неловко от того, что в классе находятся его одноклассники и их родители. Общество, не одобряя поведения ребенка и наглядно ему это показывая, побуждает его к размышлениям о том, стоит ли в следующий раз повторять ошибки. Воспитание семейных ценностей в сознании чада происходит при беседе в узком семейном кругу. После полученных замечаний в школе родители обязательно начнут поднимать эту тему дома. Важно, чтобы беседа не проходила на повышенных тонах. Ребенок может закрыться, начать плакать, результата от такой беседы не будет.



Семья и семейные ценности должны ассоциироваться у ребенка с теплом, уютом, пониманием, уважением, любовью. Душевное и моральное спокойствие достаточно часто подводят подростков к размышлениям. Причем они рассуждают не сами с собой, а со своими сверстниками. Разговоры в окружении о том, какие ценности семейных отношений есть у товарищей, лишней раз дают повод задуматься над собственными отношениями с родителями. Подростковый возраст очень сложен. Юношеский максимализм, отсутствие боязни кого- или чего-либо приводят родителей в паническое состояние. Нельзя впадать в истерики, таким образом, ситуацию и отношение чада к себе не изменить. Работа над собой, своими ошибками позволит увидеть ребенку то, что он небезразличен собственным родителям. Сказать о том, что понимаешь, еще не значит понимать. Очень важно, чтобы ребенок умел уступать в семье взрослым. И дело даже не в возрасте, а человеческом отношении и понимании того, что у него еще нет достаточного опыта, чтобы он мог спорить с родителями. Единая семья может быть только тогда, когда взрослые и дети умеют слушать друг друга и прислушиваться. При общении с ребенком родителям необходимо исключить метод отрицания. Существует масса других способов дать понять человеку, нужно так поступать в дальнейшем или нет. Применяемое насилие в семье ведет к агрессии и игнорированию взрослых. В таких семьях дети растут сами по себе, возможно, с ними никогда родители не заведут разговор о семейных ценностях. Такая семья вряд ли будет единой.

Изначально нужно говорить о том, как родители относятся друг к другу. В семьях со спокойной обстановкой и уравновешенными родителями чаще всего растут дети, у которых все в порядке с психикой, они понимают, что семья – это самое главное в жизни. Формирование семейных ценностей у детей из многодетных или проблемных семей практически не происходит. В таких ситуациях нужно переживать и о формировании личности. Но как известно, одно без другого существовать не может. В таких ситуациях на

помощь приходят квалифицированные специалисты, психологи, педагоги. Чаще всего детки из неблагополучных семей стараются много времени проводить в школе. Там им интересно, они имеют возможность общаться с детьми разных возрастов. Именно в школе можно многое понять, если прислушиваться к советам учителей. Проводимые мероприятия, направленные на выяснение того, есть ли в их семьях ценности, приводят к тому, что дети находят эти ценности и стараются их донести до родителей. В практике психологов и педагогов много разных ситуаций, которые можно отнести к нестандартным. Все дети и их родители разные, только одни понимают значимость семейных ценностей, а другие нет.

Подводя итог, можно сказать о том, что детские образовательные учреждения в жизни детей, подростков играют важную роль. В процессе формирования личности, семейных и общественных ценностей ребенок не должен чувствовать себя неловко. И если родители не имеют возможности или желания самостоятельно донести до ребенка информацию, за них это сделают профессионалы. Главная цель учителей - не только научить семейным и общественным ценностям, но и дать возможность сравнивать эти понятия. Некоторые люди могут спросить: Зачем ребенку писать сочинение на тему «Семейные ценности»? Это необходимо для того, чтобы педагогический состав понимал, с каким ребенком родители дома беседуют и у него сформированы семейные ценности, а с кем нужно работать в стенах школы. В школе этим вопросам уделяют большое внимание. Беседы с родителями и детьми проходят в процессе проведения классного часа. Педагог, общаясь с детьми и родителями, смотрит на реакцию двух сторон. От того, как отреагируют родители на похвалу или ругань, зависит очень многое. Даже самый обычный учитель математики очень хороший психолог. Он может невооруженным глазом увидеть и понять, какие отношения в той или иной семье. На основании имеющегося отношения он поймет, нужно работать дополнительно с этим ребенком или нет.