

О.В. Хухлаева



# ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я



Начальная школа (1-4)



Ольга Хухлаева

**Тропинка к своему Я.  
Уроки психологии в  
начальной школе (1–4)**

«Интермедиагор»

2008

УДК 371.7.015.324

ББК 884.4

**Хухлаева О. В.**

Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4) /  
О. В. Хухлаева — «Интермедиатор», 2008

ISBN 978-5-98563-431-0

В книге представлены сценарии групповых психологических занятий с учениками 1–4 классов. Основная цель программы — помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти своё место в школьной жизни. В новом издании внесены изменения в сценарии занятий для 1-го и 4-го классов. Рабочие тетради соответствуют измененным сценариям, однако их можно использовать и при работе по предыдущим изданиям программы. Издание предназначено для психологов, учителей младших классов, студентов психологических и педагогических факультетов вузов.

УДК 371.7.015.324

ББК 884.4

ISBN 978-5-98563-431-0

© Хухлаева О. В., 2008

© Интермедиатор, 2008

# Содержание

Введение	8
Часть 1. Особенности младшего школьного возраста	9
Младший школьный возраст	9
Формирование самосознания	10
Отношения с родителями	15
Отношения с учителем	17
Отношения со сверстниками	20
Часть 2. Уроки психологии в начальной школе	22
Первый класс	22
Тема 1. Я – школьник	23
Занятие 1. Я умею управлять собой	23
Занятие 2. Я умею преодолевать трудности	25
Занятие 3. Я умею слушать других	28
Занятие 4. Я умею учиться у ошибки	30
Занятие 5. Я умею быть доброжелательным	33
Занятие 6. Я – доброжелательный	35
Занятие 7. Я умею быть ласковым	36
Занятие 8. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими	39
Занятие 9. Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого	40
Занятие 10. Я учусь решать конфликты	41
Занятие 11. Я умею разрешать конфликты	42
Тема 2. Мои чувства	43
Занятие 12. Радость. Что такое мимика?	44
Занятие 13. Радость. Что такое жесты?	44
Занятие 14. Радость. Как ее доставить другому человеку?	47
Занятие 15. Радость можно передать прикосновением	48
Занятие 16. Грусть	51
Занятие 17. Страх	53
Занятие 18. Страх. Как его преодолеть?	56
Занятие 19. Гнев. С какими чувствами он дружит?	58
Занятие 20. Гнев и его польза	61
Занятие 21. Обида	64
Занятие 22. Разные чувства	67
Занятие 23. Итоговое	68
Второй класс	70
Тема 1. Вспомним чувства	70
Занятие 1. Мы рады встрече	71
Занятие 2. Понимаем чувство другого	71
Занятие 3. Мы испытываем разные чувства	72
Занятие 4. Мы испытываем разные чувства (продолжение)	74
Тема 2. Качества людей	75

Занятие 5. Люди отличаются друг от друга своими качествами	75
Занятие 6. Хорошие качество людей	77
Занятие 7. Самое важное хорошее качество	79
Занятие 8. Кто такой сердечный человек?	81
Занятие 9. Кого называют «доброжелательным человеком»?	82
Занятие 10. Трудно ли быть доброжелательным человеком?	84
Занятие 11. Я желаю добра ребятам в классе	86
Занятие 12. Чистое сердце	88
Занятие 13. Какие качества нам нравятся друг в друге?	90
Занятие 14. Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?	92
Занятие 15. Каждый человек уникален	95
Занятие 16. В каждом человеке есть темные и светлые качества	97
Тема 3. Какой Я – Какой Ты	100
Занятие 17. Какой Я?	100
Занятие 18. Какой ты?	103
Занятие 19. Какой ты? Учимся договариваться	104
Занятие 20. Трудности второклассника в школе, дома, на улице	105
Занятие 21. Школьные трудности	105
Занятие 22. Школьные трудности (продолжение)	107
Занятие 23. Домашние трудности	110
Занятие 24. Домашние трудности (продолжение)	111
Занятие 25. Итоговое	113
Третий класс	114
Тема 1. Я – фантазер	115
Занятие 1. Я – третьеклассник	115
Занятие 2. Кого можно назвать фантазером?	116
Занятие 3. Я умею фантазировать!	117
Занятие 4. Мои сны	118
Занятие 5. Я умею сочинять!	119
Занятие 6. Мои мечты	120
Занятие 7. Фантазии и ложь	123
Тема 2. Я и моя школа	125
Занятие 8. Я и моя школа	125
Занятие 9. Что такое лень?	126
Занятие 10. Я и мой учитель	128
Занятие 11. Я и мой учитель (продолжение)	130
Занятие 12. Как справиться с «Немогучками»?	132
Тема 3. Я и мои родители	134
Занятие 13. Я и мои родители	134
Занятие 14. Я умею просить прощения	135
Занятие 15. Почему родители наказывают детей?	137
Тема 4. Я и мои друзья	139

Занятие 16. Настоящий друг	139
Занятие 17. Умею ли я дружить?	142
Занятие 18. Трудности в отношениях с друзьями	144
Занятие 19. Ссора и драка	146
Тема 5. Что такое сотрудничество?	147
Занятие 20. Что такое сотрудничество?	147
Занятие 21. Я умею понимать другого	150
Занятие 22. Я умею договариваться с людьми	153
Занятие 23. Мы умеем действовать сообща	155
Занятие 24. Что такое коллективная работа?	155
Занятие 25. Итоговое	156
Четвертый класс	157
Тема 1. Кто я? Мои особенности и возможности	157
Занятие 1. Как я изменился летом?	158
Занятие 2. Кто я?	160
Занятие 3. Расту = взрослею?	162
Занятие 4. Мои способности	164
Занятие 5. Мои интересы	166
Занятие 6. Мой путь к успеху	166
Занятие 7. Мой Внутренний мир	167
Занятие 8. Уникальность Внутреннего мира	168
Занятие 9. Мой Внутренний мир и мои друзья	170
Тема 2. Мой класс и мои друзья	172
Занятие 10. Мои друзья – девочки и мальчики	172
Занятие 11. Мой класс	174
Занятие 12. Мои одноклассники	175
Занятие 13. Мои одноклассники – какие они?	178
Занятие 14. Какие ученики мои одноклассники?	180
Занятие 15. Лидерство в классе	181
Занятие 16. Конфликты в классе	182
Занятие 17. Взаимопомощь в классе	184
Тема 3. Мое прошлое, настоящее, будущее	185
Занятие 18. Мое детство	185
Занятие 19. Мое настоящее	188
Занятие 20. Мое будущее	189
Занятие 21. Мой будущий дом	190
Занятие 22. Моя будущая профессия	191
Занятие 23. Мое близкое будущее – 5 класс	191
Занятие 24. Что нового меня ждет в 5 классе	192
Занятие 25. Итоговое	194
Заключение	195
Послесловие, или ученики школы «Премьер» об уроках психологии	196
Литература	197

**Хухлаева Ольга Владимировна**  
**Тропинка к своему Я**  
**Уроки психологии в начальной школе (1–4)**

© Издательство «Генезис», 2008

## Введение

Давайте вспомним день, когда вы сами первый раз пошли в школу. Кто вас туда повел? Как вы были тогда одеты? Какие картинки всплывают в памяти? Букеты цветов, громкая музыка, взволнованные, почему-то бегающие туда-сюда родители. И вы чувствуете себя одновременно и очень гордыми, и немного испуганными. А потом вас ставят в строй таких же нарядных детей, уводят в класс, украшенный шариками и красивыми картинками. А дальше... Дальше начинается школьная жизнь. И если начало ее у всех одинаковое, то дальше пути расходятся. Кому-то удастся встать на путь успеха, которому будут сопутствовать радость, приобретение уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое. А кому-то будет трудно учиться, и тогда неизменными спутниками станут страх и обида, за ними последует чувство собственной неполноценности, ущербности, нежелание учиться.

Как помочь ребенку найти правильную дорогу в школе? Обычно взрослые сосредотачивают свои усилия только на тренировке детей в различных учебных умениях: чтении, письме, счете. Забывают, что ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. И помогать ему надо прежде всего в понимании самого себя и своего места в школьной жизни, во взаимодействии с ребятами и учителем. Помогать в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей. И тогда ребенок в школе будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

Чтобы помочь каждому ребенку найти правильную дорогу в школе, можно использовать материалы для групповых занятий, предложенные в настоящей книге. Эти материалы прошли долгий путь, видоизменялись и дополнялись. Последние изменения нам помогли сделать ученики и психологи Ломоносовской школы г. Москвы и УВК № 1687, а также студенты МГППУ. Хочется поблагодарить их, а также выразить признательность всем учащимся, психологам, студентам МПГУ и МОСУ, взаимодействие с которыми легло в основу первого издания данной книги.

## Часть 1. Особенности младшего школьного возраста

### Младший школьный возраст

Начало обучения в школе – один из наиболее значимых моментов в жизни человека. Дети обычно долго ждут этого события, ждут одновременно с радостью и волнением.

*– Ты помнишь, как первый раз пошел в школу? Какие у тебя были чувства?*

*– У меня такие... взволнованные были чувства. Меня там еще до школы учили, как надо цветы, давать. Я вместо цветов брал зонт. И я маме давал как учительнице. У меня все не получалось. Я так взволновался, что всю ночь не спал.*

*– Ты всю ночь думал, как цветы подарить?*

*– Да, думал, как я вообще в школу пойду. Я представлял, что там будут большие ребята, большие меня. А учительница, мне казалось, будет строгая. Сильно строгая. С указкой ходит там и за ухо будет всех поднимать.  
(С Антоном восьми лет беседовала Чекунова Н.)*

В древности начало систематического обучения считалось периодом качественного изменения состояния, своеобразной точкой перехода к новому состоянию. Помимо начала ученичества, такими точками являлись рождение, взросление, женитьба (замужество), смерть. Простое сопоставление событий, которые находятся в одном ряду с началом учения, подчеркивает то значение, которое придавалось последнему в традиционной культуре.

Сегодня же многие педагоги и родители недооценивают качественные изменения, происходящие в ребенке в период обучения в начальной школе. Гораздо больше внимания уделяют количественному накоплению знаний и умений детей. Однако именно качественные изменения очень важны для ребенка, они могут сыграть как позитивную, так и негативную роль, могут укрепить психологическое здоровье или же нарушить его. И если пробелы в знаниях можно впоследствии легко восполнить, то возникшие психологические нарушения могут иметь стойкий характер, с трудом поддаваться коррекции.

## Формирование самосознания

Наиболее существенные изменения происходят в сфере самосознания младших школьников. Согласно концепции В.С. Мухиной, самосознание – это некое единство, психологическая структура, состоящая из различных звеньев: имя человека, его физическая сущность; потребность в социальном признании; психологическое время личности (ее прошлое, настоящее и будущее); социальное пространство личности (права и обязанности); половая идентификация. В младшем школьном возрасте, как правило, наиболее интенсивно развиваются три звена самосознания: *потребность в признании, осознание прав и обязанностей, осознание времени*. Раскроем условия и динамику их развития.

Начнем с *потребности в признании*. Ребенок в школе впервые попадает в ситуацию социально оцениваемой деятельности. Он должен соответствовать установленным в обществе для детей данного возраста нормам чтения, письма, счета. Он впервые получает возможность объективного сравнения своей деятельности с другими через систему оценок, принятую в школе.

*Когда мы вошли в здание школы, Катюша выбежала нам навстречу с криком: «А у меня сегодня три звездочки!» Когда я заинтересовалась, что они означают, Катя с важным видом принялась растолковывать систему оценок, придуманную находчивой учительницей: «Если в тетрадке все чисто и ошибок нет, то это звездочка, если ошибка или пометка – квадратик, если их много – треугольник, ну а если совсем плохо – то палочка». Потом мы отправились в раздевалку. Катя продолжала посвящать меня в школьную жизнь: «Видишь, девочка в синей куртке – это моя подруга Маша. Она очень красиво пишет. И у нее в тетрадках одни звездочки».*  
(С Катей семи лет беседовала Еремян Ж.)

Вследствие этого некоторые дети неизбежно впервые осознают свое «невсесовершенство». А значит, возрастает зависимость от оценок взрослых, и в первую очередь учителей. Особенно важно, что самосознание и самооценка ребенка впервые получают жесткие основания для своего развития, поскольку появляются четкие критерии успеваемости и поведения в школе. Дети начинают оценивать самих себя с «официальных» позиций.

*«Я хороший мальчик. Я не бегаю на перемене, помогаю дежурным убрать класс».*

*«Я пишу красиво. Я думаю, что я хорошая».*

*«Я хорошая, потому что очень хорошо читаю, хорошо решаю задачи и пишу их красиво».*

У ребенка формируется высокая самооценка, когда его школьная успешность соответствует внешним официальным критериям, то есть когда он получает частые похвалы учителя и родителей.

*Мне нравится учиться в школе – меня хвалит Надежда Борисовна, у меня получается лучше других. И когда мама была на собрании, меня тоже хвалили. И мама пришла домой очень счастливая. Моя учительница очень хорошая. Никогда на меня не кричит. Я ее люблю.*  
(С Антоном семи лет беседовала Мататова П.)

*У нас такая хорошая учительница по рисованию, Ольга Ивановна. Она говорит, что у меня лучшие всех получается. А на конкурсе рисунков я второе место заняла. Ольга Ивановна меня очень хвалила. Даже маме позвонила и поздравила.*

*(С Лизой девяти лет беседовала Махрова И.)*

Через призму собственного «у меня получается» ребенок выстраивает свое отношение к отдельным урокам и к школе в целом.

*В школе мне нравится заниматься математикой. Я быстрее всех в классе решаю примеры. Правда, во втором классе мне не нравилось, но когда я стал ходить на продленку, то быстро научился все-все решать. Мне даже учитель говорит, что стану знаменитым математиком.*

*(Сергей девяти лет записал, беседовала Морева А.)*

*– Тебе нравится учиться?*

*– Мне нравится учиться, потому что все получается и учительница хвалит.*

*(С Настей восьми лет беседовала Морева А.)*

*Мне не нравится английский, потому что ничего не понятно.*

*(С Ирой девяти лет беседовала Арбузова Н.)*

Ребенку очень важно хотя бы в чем-то, в каких-то учебных действиях быть одним из лучших, знать, что он что-то может делать хорошо. Тогда он ощущает себя состоятельным, у него возникает чувство уверенности в своих силах и возможностях.

Но не все дети в школе попадают в ситуацию успеха в силу того, что набор критериев, по которым оцениваются действия детей, ограничен. А длительный неуспех обычно приводит к значительному снижению самооценки детей. Ребенок воспринимает свои школьные неудачи как неумение «быть хорошим».

*«Я не люблю себя, потому что плохо учусь».*

*«Я плохо читаю. Я плохой, но я могу исправиться».*

Хотя поначалу у ребенка сохраняется вера, что он сможет стать хорошим в будущем, постепенно эта вера пропадает;

*«Я плохой и исправиться не могу».*

Но ребенок еще хочет быть хорошим.

*«Я плохой мальчик, потому что надоел учительнице и ребятам. Я хоть и самый большой в классе, а ума у меня нет. Я стараюсь исправиться, но мне не удается. Я хочу быть послушным мальчиком»*

*«Я нехороший. Я не могу стать хорошим, потому что не умею решать задачи».*

В ситуации стойкого длительного неуспеха ребенок может не только осознать свою неспособность «стать хорошим», но уже потерять к этому стремление:

*«Я плохой. Но мне это безразлично».*

Депривация потребности в признании может вызвать у младших школьников не только снижение самооценки, но и появление неадекватных защитных реакций. При активном типе поведения защита оборачивается агрессией к одушевленным и неодушевленным предметам, компенсацией в других видах деятельности. При пассивном типе появляются неуверенность

в себе, стеснительность, лень, апатия, уход в фантазии или болезни – реальные или симулированные. Иногда ребенок начинает скучать по детскому саду.

*В воскресенье к нам в гости приехали наши друзья с семилетним внуком Мишей. Я стала расспрашивать его о семье, о том, чем он увлекается. Он очень эмоционально и увлеченно рассказывал мне, что любит играть в компьютерные игры, описал подробно каждую из них, приглашал в гости поиграть вместе. Но когда я спросила, нравится ли ему в школе, он весь сжался и буркнул; «Нет». Я спросила; «А что тебе там не нравится?» – «Не нравится, и все», – ответил ребенок, еще больше зажимаясь. «А в садике было лучше?» – спросила я. «Да! Там была такая здоровская воспитательница. И мы играли. И она давала нам рисовать то, что мы хотим. Она давала нам сколько угодно бумаги, карандашей, фломастеров, и все такое яркое. Однажды, мой рисунок даже на стенку повесила!» – рассказывал он. По мере рассказа Миша все более воодушевлялся, начал улыбаться и снова потянулся ко мне. «Ты, наверное, очень старался, когда рисовал?» – спросила я. «Да не очень. А она повесила и сказала, что очень красиво. На меня все ребята смотрели, некоторые просили подарить им рисунок. Но я подарил его воспитательнице. Она очень обрадовалась». – «Тебе бы хотелось вернуться в детский сад?» – «Да!»*

*(С Мишей семи лет беседовала Трошина Е.)*

Кроме того, если ребенок воспринимает результаты учебы как единственные критерии собственной ценности, он приобретает «ограниченную идентичность» (по Э. Эрикссону: «Я есть только то, что я могу делать»). Малейшее снижение результатов учебы приводит к чувству неполноценности, которое может негативно повлиять на актуальную ситуацию ребенка и сформировать неблагоприятный жизненный сценарий.

*Я все три года учился на одни пятерки и был одним из лучших. Но в прошлой четверти получил сразу две четверки. Это очень плохо. Я боюсь, что меня разлюбят учительница. И ребята не будут уже так слушаться. И в играх я уже не буду главным. Ведь у меня есть две четверки, значит, я уже не самый лучший. Я буду стараться, чтобы в этой четверти у меня были все «пять».*

*(С Юрой девяти лет беседовала Канахина М.)*

Рассмотрим особенности **прав и обязанностей** младших школьников. У детей появляется сразу множество **обязанностей**: не опаздывать, сидеть спокойно, не разговаривать, не играть на уроках, не бегать, не кричать, выполнять домашние задания и т. п. Чтобы ребенка считали хорошим, он должен беспрекословно выполнять свои обязанности. При этом о своих **правах** ребенок осведомлен гораздо меньше.

*– А что ты можешь делать в школе, на что имеешь права, что тебе разрешают?*

*– Ага! Что я могу? Нам разрешают не пить воду из-под крана. А еще разрешают помогать ловить первоклассников, чтобы не бегали. Позволяют шутить, приносить игрушки в школу.*

*(С Аней десяти лет беседовала Олейник М.)*

Большинство школьных обязанностей, как правило, направлены на воспитание послушания и на сдерживание естественных потребностей в игре, в движении, в общении. Обязанности, касающиеся отношений между людьми, обычно осознаются значительно меньше. Получается, что обязанности в представлении детей связываются в основном со школой и семьей, а

права – с улицей. Впоследствии это может привести к формированию стойкого негативного отношения к школе в сочетании с потребностью полностью «раскрепощаться» на улице.

Время младшего школьника становится более структурированным, и неизбежно меняется *осознание времени*. Ребенок, как и в дошкольном возрасте, устремлен в будущее, но оно для него довольно абстрактно и не побуждает к конкретным действиям, не влияет на его поведение. Например, мечты о будущей профессии и т. п., как правило, не подкрепляются никакими усилиями в этом направлении.

*Когда я вырасту, у меня будут длинные волосы. Я буду высокая, буду носить костюм и папку с документами. Как моя двоюродная сестра Анжела. Я буду работать юристом и ездить по странам. В квартире у меня будет как во дворце: большие картины, золотые люстры, красивые ковры.*  
(С Дашей семи лет беседовала Волокова О.)

*Я когда вырасту, то буду банкиром и буду зарабатывать много денег.*  
(С Костей восьми лет беседовала Иванова М.)

– *Когда я буду взрослым, у меня будет много машин. Тань, а у тебя есть машина?*

– *Нет.*

– *Не расстраивайся. Когда я буду взрослым, я заработаю денег и куплю тебе. Какую ты хочешь машину?*

(С Димой семи лет беседовала Юдина Т.)

*Я беседовала со второклассниками о том, кто кем хочет быть. Дети рассказывали поочередно. Начал Коля:*

– *Я хочу быть водителем трамвая.*

– *Почему?*

– *Это интересно – возить людей.*

– *Как ты себе представляешь водителя трамвая?*

– *Он в оранжевой жилетке. Обязательно в форме.*

*Тут в разговор вмешался Толя:*

– *Ты что! Тоже мне водитель. Ты же там в трамвае замерзнешь. И там мало платят.*

– *А где платят много?*

– *Ну, это смотря какая работа. Если будешь стоматологом, там много. А если водителем трамвая, то он с голоду помрет.*

*...Дети продолжали рассказывать. Наконец, когда до Толика дошла очередь, он рассказал:*

– *Я буду бензозаправщиком.*

– *Почему?*

– *Ты ничего не делаешь и получаешь большие деньги.*

– *Ты думаешь, что это легко?*

– *Конечно. Да там делать нечего. Стоишь и бензин заливаешь. Это же не то, что глупый водитель трамвая.*

*В разговор вступил Коля:*

– *Ну, ты же меня оскорбляешь? А у тебя бензин вдруг прольется и взорвется. А ты убежать не успеешь. Ха-ха-ха!*

(С детьми семи лет беседовала Юшваева И.)

Однако в первом классе может наблюдаться и ориентация на прошлое. Часть детей испытывает желание вернуться в детство.

*«Хочу быть маленьким, послушать, как меня мама успокаивает».*

*«В детском саду было лучше, там много играли».*

*«В детстве меня мама много-много целовала».*

Появление подобных ностальгических настроений свидетельствует о нарушении адаптации к настоящему. Интересно, что ориентация на прошлое также свойственна старшим школьникам в период адаптации к новым условиям жизни, нередко она проявляется в период кризиса «середины жизни», в пожилом возрасте – при нарушении адаптации к старости.

Если младший школьник по каким-либо причинам сталкивается с ситуацией смерти близких людей, то у него может сформироваться страх собственной смерти, который внешне открыто не проявляется, но будет замечен при углубленном диагностическом обследовании.

*У меня есть бабушка, которую я очень люблю, ее зовут баба Галя. У нее всегда очень вкусные пирожки, и она любит нас с мамой. Но сейчас она болеет и лежит в больнице. Мы с мамой ее навещаем. Мама говорит, что бабы. Гали может скоро не стать. Как же так? Получается, что и мамы, может не стать, и меня? А если нас всех не будет, кто же останется? И зачем тогда все надо, если никого не будет?*

*(С Наташей семи лет беседовала Морозова Н.)*

Важным в этот период является и процесс осознания ребенком своего имени, достаточно вспомнить, какое значение имени человека придавалось в традиционной культуре. В современной школе ребенка чаще всего называют по фамилии, что негативно сказывается на его отношении к самому себе.

Завершая обсуждение структуры самосознания младших школьников, хотелось бы подчеркнуть, что систематические ситуации неуспеха приводят к появлению у детей тревожности, агрессивности, трудностям в общении со взрослыми и сверстниками, формированию других негативных личностных новообразований.

## Отношения с родителями

Теперь рассмотрим изменения в общении ребенка с родителями, которые характерны для начального периода обучения в школе. Можно сказать, что в это время родители как бы становятся «новыми людьми», поскольку во многом взаимоотношения родителей с ребенком теперь опосредуются школой. Как отмечает А.И. Луньков (1995), если родитель понимает сущность изменений в ребенке, то статус ребенка в семье повышается и он включается в новые взаимоотношения. К сожалению, чаще отношения между ребенком и родителями становятся более конфликтными.

– *Здравствуй, Миша.*

– *Здрасьте.*

– *Чем занимаешься?*

– *Уроки делаю. Надоело. Я не успеваю прийти из школы, а меня все ругают и заставляют целый день делать уроки.*

– *А ты не хочешь?*

– *Я хочу гулять с мальчишками во дворе. Хочу играть в футбол. Я хочу стать футболистом. Но из-за этих уроков... – Миша заплакал и убежал в другую комнату.*

*(С Мишей семи лет беседовала Орлова М.)*

*Ненавижу, когда бабушка с мамой заставляют меня делать уроки.*

*Прихожу с продленки, хочу спать. А они требуют, чтобы, я все сделала. Иногда плачу из-за этого.*

*(С Аней восьми лет беседовала Разживина А.)*

У родителей может актуализироваться собственный страх перед школой. Корни этого страха лежат в коллективном бессознательном, так как появление учителей на социальной арене в древности было знаком того, что родители не всемогущи, их влияние ограничено (см. Луньков, 1995).

Следует также иметь в виду, что многие современные родители стремятся удовлетворить свое социальное честолюбие через школьную успешность ребенка. Становится престижным не только иметь загородный дом и иномарку, но и ребенка, который учится в гимназии, лицее, дорогой частной школе или в крайнем случае в классе с каким-нибудь уклоном и обязательно на пятерки. Поэтому ребенок обязан достигать успехов, чтобы соответствовать ожиданиям родителей. Успешность награждается любовью, неуспешность приводит к ее лишению.

*Я недавно получила двойку по контрольной. Мама со мной поссорилась.*

*Я в последнее время стала часто приносить двойки! Мы с мамой как бы удаляемся друг от друга, потому что наши отношения зависят от того, как я учусь. Если я получу «пять», мы с ней разговариваем, вместе гуляем с собакой... А если получу «два», мы с ней как чужие. Мне становится обидно, так как хотелось бы, чтобы, у нас всегда были дружеские отношения.*

*(С Машей девяти лет беседовала Доронина М.)*

Такого ребенка часто можно узнать по одежде: он одет, как кукла, не всегда в удобную, но обязательно дорогую одежду. Получается, что он вынужден жить желаниями своих родителей, а не своими. Однако наиболее тяжелой является ситуация, когда предъявляемые родителями требования не соответствуют возможностям ребенка. Она становится фактором риска и может привести к нарушениям психологического здоровья.

На взаимоотношения с родителями, помимо школы, влияет переход ребенка в так называемый латентный возрастной период. Происходит разочарование в родителях, их идеальный образ развеивается. Признаком этого процесса становится появление детских фантазий в духе «семейных романов» – ребенок считает, что он не родной, а усыновленный. Следует отметить возможные осложнения этого периода: вероятно падение интереса к школе, появление школьных страхов и тоски по дому. Кроме того, усталость детей вследствие школьных перегрузок может приводить к регрессивному поведению. Они начинают вести себя как маленькие дети, отвечают агрессивными выпадами или требуют нежности и ласки. Такие проявления – нормальные защитные реакции, помогающие снять усталость, но если регрессии проявляются регулярно, они могут перерасти в патогенные факторы (вызвать агрессивность, плаксивость). Таким образом, от родителей требуется чуткость и понимание потребностей детей, в противном случае становится вероятным развитие тех или иных нарушений психологического здоровья.

В младшем школьном возрасте дети начинают постепенно оценивать реальные качества своих родителей, а к концу 4-го класса в преддверии подросткового возраста у них может появиться желание спорить с родителями, действовать наоборот.

*Я хочу, чтобы дети были как взрослые, а взрослые – как дети. Тогда бы я командовала: «Выпрями спину, надевай капюшон, когда гуляешь. Уроки быстрее учи».*

*(С Люсей девяти лет беседовала Котова Е.)*

*Сына в последнее время как будто подменили. Раньше был такой ласковый, добрый, во всем меня слушался. А теперь не ребенок, а комочек негативных эмоций. С отцом постоянно спорит. Пытается доказывать свою правоту. Стал краснеть и отворачиваться, когда я его целую, особенно в присутствии посторонних. А приходя из школы, каждый раз разбрасывает свои вещи. И на мои просьбы, убрать отвечает с раздражением, что уберет позже. Тем самым он как будто пытается сделать мне вызов своим поведением. Я в ответ не могу сдержаться и начинаю на него кричать. В результате ничего хорошего из этого не выходит.*

*(С мамой Сережи девяти лет беседовала Лисова К.)*

*А еще я хочу быть хорошей девочкой. Когда я вырасту, я не прокалю себе в носу сережку.*

*(С Лизой восьми лет беседовала Серякова К.)*

## Отношения с учителем

Но особо значимы для младшего школьника взаимоотношения с учителем. На него изливается часть любви, которая отрывается от родителей (особенно в первом классе). Можно сказать, что ребенок обожествляет учителя, считает его совершенством. Учитель, по его мнению, знает и умеет абсолютно все, не должен иметь никаких недостатков.

– Ты знаешь какую-нибудь смешную игру?

– Даже не знаю. Надо подумать.

– Ты должна все знать.

– Почему?

– Ты же на учительницу учишься. Значит, должна знать все и обо всем.

– Но все и обо всем знать невозможно.

– А ты должна!

(С Ирой девяти лет беседовала Арбузова Н.)

– Как ты думаешь, как училась твоя учительница?

– Она лучше всех училась. Она много знает и нам рассказывает.

(С Олей восьми лет беседовала Мальшиева Е.)

Часто учитель становится для ребенка объектом подражания. Он замечает мельчайшие детали прически, одежды любимого учителя и даже типичные жесты и позы.

*А еще у нашей учительницы на пальце кольцо с часами. Я у мамы, прошу купить такое же. А она говорит, что я маленькая. Ну какая же я маленькая? Я уже во второй класс хожу. А еще она все время с распущенными волосами ходит. Я тоже так хочу. А нам в школе не разрешают, заставляют в бантиках ходить.*

(С Катей семи лет беседовала Баранова Л.)

– Тебе нравится учиться?

– Очень. Так интересно с Еленой Вячеславовной. Я, когда вырасту, буду учительницей, как она.

(С Ритой семи лет беседовала Тараскина К.)

Учитель во многом определяет мнения, стремления младшего школьника. Глазами учителя ребенок видит себя, сверстников, школьную жизнь.

*Мне не нравится в школе, что мальчишки Анну Павловну расстраивают. Надо, чтобы все были хорошие и послушные.*

(С Дашей семи лет беседовала Волокова А.)

*Учительницы, должны быть серьезными. И она так говорит, чтобы все обращали внимание только на нее, ни на что больше. На доску. На нее. Все! Больше ни на кого! Кто входит – должны вставать. Не встанут – значит, такой класс невнимательный. Вот так вот.*

(С Антоном восьми лет беседовала Чекунова Н.)

Поэтому оценка учителя для ребенка особо значима; она может способствовать формированию у него уверенности в себе или же, наоборот, чувства собственной неумелости, беспомощности. Последнее может порождать у ребенка обиду и даже злость.

*Мне в школе хорошо, правда, по утрам приходится рано вставать. Но зато меня вчера учительница похвалила. Я первый в классе задачу решил.  
(С Витей семи лет беседовал Телешов А.)*

– Тебе нравится в школе?

– Да, нравится. У нас такая учительница хорошая. Она меня все время хвалит.

– У тебя, наверное, все получается?

– Да, почти все. Вот только в прописи некоторые буквы плохо получаются. Но я стараюсь их красиво писать. И учительница говорит, что скоро они у меня тоже получатся.

*(С Викой семи лет беседовала Кормилицына М.)*

– Сережа, ты был сегодня в школе?

– Был.

– Ну и как там?

– Мы там лепили сегодня... А математичка просто какая-то тупая. Она знаешь, что сделала? Она нам целых три упражнения задала. Я не буду их делать! Она плохая! Ее никто не любит! Она всех достала! Не буду ничего делать. А ее убил бы. Если бы у меня пистолет был бы. Таких не должно быть!

*(С Сережей восьми лет беседовала Никитина О.)*

Действительно, учитель, с одной стороны, любим, уважаем, но с другой – нередко внушает страх, являясь источником столь болезненно переживаемой ребенком оценки. В норме в младшем школьном возрасте начинают активно развиваться *социальные страхи*: страх не соответствовать общепринятым нормам, образцам поведения (страх сделать что-то не так, опоздать и т. п.). Появляется опасность перерождения нормальных страхов в невротические, и первым признаком этого можно назвать появление страха перед учителем.

Необходимо помнить также, что в младшем школьном возрасте должна произойти дифференциация значимых фигур. Началом этого процесса (обычно это начинается во втором классе) является стремление ребенка заметить и обсудить достоинства и недостатки педагога, окончанием – умение сравнивать своего педагога с другими педагогами и родителями.

– Как дела в школе, Стас?

– Никак... плохо... опять эта дура-учительница меня наругала. Не понимаю, за что она меня ненавидит. Все хихикают. А замечание только мне делает. Какая же она бестолковая, прибить мало!!! А еще она ко мне на перемене сегодня приставала: «Стас, не бегай! Стас, не бегай!» А я знаю, она мне просто завидует. Она толстая и, как я, бегать не умеет. А если она побежит, то у нас в школе пол провалится.

– Сегодня вам много задали?

– Нет или да, не знаю. Но сегодня я делать ничего не буду. Я в отпуске, и ты ко мне с уроками не приставай. – Стас грозно на меня посмотрел. – О, забыл сказать. Сегодня я на физкультуре самый первый прибежал. Все девчонки на меня смотрели, даже Катя!

– Тебе же Вика нравилась?

– Я ошибся. Вика – дура. Она вчера «тучу» получила. Она тупая. А Катька – так себе. Она похуже меня учится. Но ничего, она «тучи» не получает.

*Стас задумался и замолчал, а потом почти шепотом сказал мне:*

*– Смотри, там бабушка идет с большими сумками. Хоть учительница и дура, но старым надо помогать, тут я с ней согласен.  
(Со Стасом семи лет беседовала Гадалова Л.)*

Таким образом, для сохранения психологического здоровья ребенка необходимо помочь ему избежать развития страха перед учителем, помочь увидеть учителя как обычного человека, со своими достоинствами и недостатками, и как следствие этого – принять его.

## Отношения со сверстниками

Насколько важны для ребенка в этот период взаимоотношения со сверстниками? С одной стороны, они во многом опосредуются взаимоотношениями с учителем, то есть принимаемый им ребенок будет популярен среди школьников. И наоборот, отвергаемый педагогом ребенок, вероятнее всего, станет классным изгоем.

– Катя, а у вас в классе все ребята хорошие?

– Нет, есть и бестолковые, ну, например, Васька Лисицын.

– А почему ты считаешь, что он бестолковый?

– Ну, это его так учительница называет.

– А почему?

– А у него в тетрадках сплошная грязь, и почерк ужасный, читать невозможно.

(С Катей семи лет беседовала Еремян Ж.)

С другой стороны, младшие школьники – это все еще дети, которым необходимо играть. Поэтому невозможность пообщаться, а значит, и поиграть с ребятами воспринимается остро.

– А в какие игры, вы играете?

– Да в разные. В прятки. Вчера в дочки-матери играли. На резиночках прыгали. А еще в школу играем. Только Танька-двоечница ничего не знает, а еще хочет учительницу играть.

(С Катей семи лет беседовала Баранова Л.)

Однажды, на продленке мы устроили себе на дереве наблюдательный пункт: набрали досок, коробок, прикрепили их к веткам. Один пацан принес из дома бинокль, и мы наблюдали за прохожими.

(С Вовой десяти лет беседовала Слученкова О.)

– А во что вы сейчас с девочками играете?

– В дочки-матери. Я – мама, я забочусь о своих девочках.

– А папа в вашей игре есть?

– Нет, папы у нас нет. Да и не нужен он нам. А зачем? Я и сама со всем справлюсь. Я – богатая мама.

(С Юлей восьми лет беседовала Иванова О.)

Примерно со второго-третьего класса дружба между детьми начинает постепенно освобождаться от влияния взрослых. Дети оценивают привлекательность сверстников уже по собственным критериям.

У меня в классе есть один мальчик, который все время дергает Марину за косички. А ей больно. Я за нее заступилась. Дала ему сдачи, а он расплакался. Зато теперь он к Марине не пристаёт. Но я же правильно сделала, ведь она моя лучшая подруга.

(С Лизой восьми лет беседовала Орлова И.)

– С кем ты дружишь в школе?

– Ну, конечно, с мальчишками, так как девчонки совсем не то.

(С Кириллом семи лет беседовала Солдатов Е.)

Общение происходит в основном в однополых группах: девочки с девочками, мальчики с мальчиками. Хотя детский игровой интерес к противоположному полу сохраняется, включая в себя любопытство к половым органам друг друга.

– Привет, Костик.

– Привет. Знаешь, Маиш, я тебя люблю... еще я, правда, люблю другую Машку, Женьку. Ну, тебя сильнее. Вот вырасту и женюсь на тебе.

– Ты что, я уже буду старая для тебя.

– Ничего не старая. Женюсь и все. Прикинь, мою мамку как-то в школу вызывали.

– А что ты натворил?

– Ты что? Нет. Я просто с девчонками целовался. Только не думай, что в щечку, нет. По-настоящему.

– Кто же тебя научил?

– Никто. Я в кино видел. Хочешь, покажу?

(С Костей восьми лет беседовала Иванова М.)

*Когда мы на физкультуре раздеваемся, мальчишки всегда подглядывают. А почему бы нам не посмотреть?...Я мальчиков голыми видела. Когда проходила мимо раздевалки, там на корточках сидел голый мальчик.*

(С Юлей восьми лет беседовала Никитина С.)

И в заключение обсуждения факторов риска нарушения психологического здоровья в младшем школьном возрасте хочется упомянуть одну из важнейших проблем – проблему сохранения «внутреннего ребенка». Преобладание в традиционной системе школы обучения по образцам, поощрение значимыми взрослыми в ребенке «взрослых качеств» и наказание «детских» могут привести к потере контакта с «внутренним ребенком». Однако, по мнению К. Юнга, именно Ребенок прокладывает путь к будущему преобразованию личности, синтезирует противоположности (качества характера) и высвобождает новые возможности, придающие жизнеспособность человеку. Ребенок умеет радоваться, бескорыстно любить, он оптимист, умеет «видеть сердцем». Потеря контакта со своим «внутренним Ребенком» может обернуться не только существенными нарушениями психологического здоровья, но и приведет к снижению способности к творчеству и продуктивности. Именно об этом писал Антуан де Сент-Экзюпери, когда рассказывал о летчике, показывавшем всем своим знакомым рисунок удава, проглотившего слона. Он задавал всем один и тот же вопрос: «Что изображено на рисунке?» Но все отвечали стандартно: «Шляпа». И летчик прятал рисунок обратно.

Действительно, многие взрослые забыли о существовании Ребенка в себе, расплачиваясь за это потерей вкуса, радости к жизни. Поэтому взрослым имеет смысл начать с себя, а потом бережно поддерживать искреннего, спонтанного, интуитивного Ребенка в наших детях.

## Часть 2. Уроки психологии в начальной школе

### Первый класс

Какова же специфика проблем первоклассника? Главная их особенность – первичное осознание позиции школьника прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учится выполнять. Присутствует острое желание быть успешным в учебе, а для ребенка это означает то же, что быть хорошим и любимым. Это наглядно выявляется при собеседованиях с родителями в начале первого года обучения. Содержание родительских жалоб в это время обычно сводится к тому, что ребенок неряшливо пишет, не старается, либо старается, но тем не менее у него многое не получается. Ему трудно жить в атмосфере постоянной требовательности и контроля, он нуждается в помощи родителей при выполнении домашних заданий, во всяком случае, в присутствии взрослых. При этом родителям приходится жертвовать личным временем и досугом, мало времени остается для обычных домашних дел. Переход ребенка в школу часто превращается в настоящее испытание для любящих родителей.

А сами первоклассники? Они быстро утрачивают праздничное настроение Первого сентября, школьные уроки тяготят их, они жалуются на трудности и скуку. Дети с нетерпением ждут звонка на перемену, когда можно переключиться на привычные игры и общение со сверстниками. Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

Ребенок лучше всего запоминает информацию, когда не только слышит ее, но и видит ее наглядное отображение, имеет возможность потрогать изучаемый объект. Внимание и память пока еще в основном произвольны, то есть для концентрации ребенку требуется внешняя помощь (интересные картинки, звуковые сигналы, игровые ситуации). В силу этого отвлекаемость на занятиях довольно высока.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия (например, проверить наличие ошибок в написанном тексте). Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Учебная деятельность более эффективна в условиях игры, при наличии элементов соревнования. Исходя из этого, предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего – в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке,

но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем.

Другая важная задача в работе с первоклассниками – установление атмосферы дружелюбия. Нужно учитывать, что большинство детей растут в атмосфере домашнего тепла и внимания и приходят в школу от любящих родителей, бабушек и дедушек. Те же, кто посещал детский сад, страдают от смены привычного окружения, от утраты налаженных дружеских контактов. В классе вокруг них много ровесников, но они все чужие, и общение нужно выстраивать заново, а далеко не каждый ребенок легко устанавливает новые привязанности.

Исходя из этого, первой темой, изучаемой на занятиях по психологии, должна быть тема «Я – школьник», которая включает занятия, посвященные знакомству со школой, с учениками своего класса, привыканию к требованиям обучения. Вторая тема – «Мои чувства» – помогает детям научиться понимать и контролировать свои эмоциональные состояния. В целом за первый год обучения ребенок делает огромные шаги не только в интеллектуальном развитии, но и в адаптации к незнакомому, первоначально чужому миру школы. Миру, в котором ему предстоит прожить 11 важнейших (с точки зрения становления личности) лет своей жизни.

Следует иметь в виду, что в случае эмоциональной усталости у ребенка может проявляться «детское» поведение: плач, капризы, желание телесных контактов. При появлении таких симптомов следует разрешить ребенку не включаться в занятие, а тихонько порисовать.

## **Тема 1. Я – школьник**

### **Цели**

- сфокусировать внимание учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период;
- мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.

### **Занятие 1. Я умею управлять собой**

#### **Введение**

Ведущий проводит беседу о том, что такое психология и зачем она нужна человеку. Он показывает детям цветок и спрашивает у них, как вырастает такой цветок и что для этого нужно. Из ответов детей он делает вывод, что большой красивый цветок вырастает из маленького семечка. А для того чтобы он вырос большим, красивым, радовал окружающих, ему необходимы дождик и солнышко. Так же и у людей. Чтобы из мальчика или девочки вырос красивый, умный, счастливый и здоровый взрослый, ему необходимы тепло, поддержка, а также умение понимать себя и других людей.

Психология изучает мысли и чувства людей. Для чего это необходимо знать? Для того чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно и весело, помогать друг другу.

#### **Основное содержание занятия**

**«Кто такой дрессировщик, и почему он может управлять животными?»** Ведущий спрашивает ребят, бывали ли они в цирке и видели ли какие-либо номера с участием дрессировщика. Нескольких учащихся он просит рассказать о своих впечатлениях. Затем предла-

гает им подумать, в чем состоит секрет того, что животные слушаются дрессировщика, ведь физически он намного слабее их. Можно пересказать детям отрывок из книги Л. Давыдычева «Лелишна из третьего подъезда», в котором рассказывается о дрессировщике.

Выступление дрессировщика занимало все третье отделение. Зрителям оно очень нравилось. Им было немного жутко. Совсем рядом – свирепые львы и огромные львицы. А когда звери раскрывали пасти, видно было каждый зубище. Но с лица дрессировщика не сходила улыбка.

Публика ахала и охала. То замирала от страха и восхищения, то восторженно шумела. Львы, конечно, слушались укротителя, но со злобой и неохотой. Казалось, что вот-вот кто-нибудь из них взревет и бросится на него. Бросались, замахивались лапой, но потом исполняли то, что от них требовали.

В заключение дрессировщик сделал из львов живой ковер и прилег на них отдохнуть. Один лев вдруг раскрыл пасть, но дрессировщик потрепал его по густой шерсти, и он успокоился.

Жалко было покидать цирк.

После этого дети отвечают на вопросы. Боялся ли дрессировщик? Показывал ли он свои чувства животным? Трудно ли ему было сохранять улыбку? Что могло бы произойти, если бы он показал свой страх? Чего ему на самом деле хотелось, когда лев разинул пасть? (*Убежать со сцены.*) Трудно ли ему было сдерживать свои желания и делать то, что нужно для работы со львами? Можно ли сказать, что дрессировщик умел управлять своими чувствами и поведением, то есть управлять собой?

Обсуждая отрывок, ведущий подводит учащихся к выводу, что главный секрет дрессировщика – в умении управлять самим собой.

Ведущий просит учащихся подумать, в каких профессиях и почему нужно уметь управлять собой. Подводит их к тому, что умение управлять собой необходимо в любом деле.

**«Нужно ли ученику умение управлять собой?»** Учащимся предлагают подумать, как умение управлять собой проявляется у школьника, а для этого закончить следующее предложение:

«Если ученик умеет управлять собой, то он умеет... (*быстро успокаиваться, переставать смеяться, настраиваться на урок, не обращать внимания на выкрики окружающих, делать то, что нужно, а не то, что хочется, и т. п.*)».

Делается вывод, что такой ученик умеет сдерживаться и выполнять учебные требования взрослых.

Можно спросить учащихся, трудно ли всегда управлять собой и что может помешать этому, а что помочь.

**«Я умею управлять собой».** Ведущий пересказывает отрывок из книги Л. Давыдычева.

Однажды Виктора пригласил в цирк знакомый дрессировщик. Он провел его за кулисы (*следует спросить, понимают ли дети, о чем идет речь*) и попросил подождать. А сам пошел готовиться к выступлению. Но случилось непредвиденное. Засмотревшись на клетку с обезьянками, Виктор шагнул в железный коридор. Не заметил этого и продолжал шагать по нему дальше. А это был коридор, по которому львы выходили из своей клетки на сцену. В это время рабочие подкатали к железному коридору клетку. Подняли дверцу. И лев по знакомой дороге побежал на арену. Тут только сообразив, что произошло, завизжал фокусник, который был рядом. Виктор обернулся и увидел льва. Раскинув руки, он замер. Лев остановился. Рыкнул. Тут

подбежали рабочие, вооруженные шестами с железными наконечниками, преградили ему дорогу и пытались заставить повернуть обратно. Но удары только злили зверя. Он повернулся к мальчику, но тот не шевелился. Это озадачило зверя. Если бы Виктор повернулся к нему спиной и побежал, лев стрелой бросился бы на него. Но мальчик не двигался. И льву стало ясно – маленький человечек его не боится. Пока лев размышлял, в коридор вбежал дрессировщик и загнал льва обратно в клетку.

Ведущий спрашивает ребят, умел ли Виктор управлять собой и в чем это проявлялось. Затем он интересуется, хотят ли они уметь управлять собой. Получив их согласие, ведущий раздает каждому ребенку по Рабочей тетради и просит рассмотреть рисунок со львами и дрессировщиком из первого занятия.

**«Умею остановиться».** Ведущий предлагает ребятам начинать громко произносить звук «а» с того момента, как он подбросит в воздух лист бумаги, и мгновенно остановиться, когда лист коснется стола (бросать надо над столом). В другом варианте он предлагает им по хлопку начать крутиться за партами и по сигналу «сели тихо» (произносится шепотом) красиво сесть и замереть на месте.

**«Умею выполнять требования взрослых».** Ведущий предлагает учащимся в парах выполнить задание по сложной инструкции. Остальные определяют, кто из участников выполнил инструкцию правильно. Ученики начинают действовать, предварительно прослушав инструкцию.

*«Подойдите к доске, возьмите мел в левую руку, нарисуйте три точки и один крестик, после этого тихо сядьте на свое место».*

*«Подойдите к двери, два раза постучите по ней тихо, три раза подпрыгните, один раз мяукните, потом тихо сядьте на свое место».*

В более сложном варианте инструкцию можно давать шепотом.

Если дети начнут шуметь, упражнения в парах можно прекратить, а раздать им листочки в клеточку и предложить отступить три полных клеточки вниз и нарисовать узор по инструкции взрослого (сначала на слух, затем продолжить самостоятельно).

В конце занятия ведущий объявляет ребятам, что они прошли испытания на умение управлять собой. Теперь они могут приклеить наклейку в Рабочей тетради на Гору Радости Знаний.

## **Занятие 2. Я умею преодолевать трудности**

### **Разминка**

**«Ролевая гимнастика».** Ведущий заранее готовит карточки с изображениями различных животных. Дети по очереди их изображают.

### **Основное содержание занятия**

**«Вспомни и сделай».** Ведущий предлагает ребятам вспомнить основную мысль прошлого занятия и выполнить несколько заданий (подобных заданию «Умею остановиться» из прошлого занятия).

**«Я умею справляться с трудностями».** Ведущий рассказывает учащимся о подвиге адмирала Ушакова.

Флоту под командованием адмирала Ушакова нужно было выполнить очень трудную задачу: победить турецкий флот. Шла русско-турецкая война. По русским кораблям стреляли турецкие береговые пушки и пушки с турецких кораблей. Русских кораблей было меньше, чем турецких. Матросам было трудно и страшно, что они проиграют битву. Но они все равно продолжали сражаться и победили. Ушаков стал героем России, и его именем назвали орден.

Затем дети отвечают на вопросы:

- Что сделали Ушаков и его верные матросы?
- Как же им удалось совершить подвиг? Ведь было очень трудно.
- Можно ли сказать, что преодоление трудностей – это путь к подвигу?
- Можно ли сказать, что если тебе трудно что-то делать, но ты все равно делаешь, то это хорошо, так как трудности помогают нам быть храбрыми и сильными?
- А какие трудности есть у учеников?
- Кто хочет научиться преодолевать трудности, то есть совершать подвиги уже сейчас, в школе?

**«Сумей понять».** Ведущий читает текст, одновременно отвлекая детей и мешая им слушать. После этого каждому ребенку задается вопрос по тексту. Детям нужно постараться ответить на вопросы правильно, тем самым показав, что они сумели выполнить задание, несмотря на шум.

**«Вопрос».** Ведущий дает детям инструкцию: «Вам нужно выслушать вопрос, дождаться своей очереди и ответить одним предложением, нельзя выкрикивать с места, отвечать не по теме». Вопросы:

- Как зовут вашу маму?
- Что ты вчера делал?
- Какая твоя любимая игрушка?

**«Тихо».** Ведущий предлагает детям сидеть тихо, пока он будет считать до десяти, а сам в это время отвлекает их.

\* \* \*

Если остается время, можно прочитать и обсудить с детьми следующую сказку (автор – А. Смирнова).

Жил да был один лопух. Рос он на прекрасном лугу, знаком был с разными цветами и сорняками. Как-то раз он, как обычно, смотрел на свой луг, оценивая его красоту, и задумался: «А ведь, наверное, существует еще какой-нибудь луг, кроме этого».

– Послушай, одуванчик, тебе нравится жить на нашем лугу? – как-то спросил лопух своего ближайшего соседа.

– Я об этом не задумывался, скорее всего – да, мы можем играть, когда захотим. Солнышко греет мои щечки по утрам. Я могу общаться с тобой, дорогой лопух. Чего же еще желать? – лениво отзывался одуванчик.

– А вдруг есть еще чего желать, а мы тут сидим с тобой и не знаем! – горячился лопух.

В это время мимо пролетала бабочка, она была яркая чернокрасная с огромными фиолетовыми кругами на хрупких крыльшках.

– Откуда ты, такая красивая? И как тебя зовут? – спросил с удивлением лопух.

– Я – бабочка, – ответила неожиданная гостья, – правда, еще несколько дней назад была гусеницей. Лечу на маковое поле, его уже видно отсюда.

– Правда? А я никогда не видел отсюда макового поля, какое оно? – растерялся лопух.

– Оно отсюда кажется красным, но когда подлетаешь ближе, видны черные сердцевинки больших цветков мака. А когда садишься на краешек лепестка, не видно земли, а лишь цветок и небо!

– Наверное, маковое поле на тебя похоже... А там живет еще кто-нибудь?

– Да, я часто встречаю там пчел, они собирают цветочный мед и рассказывают о далеких местах, где я и сама не бывала. Мне пора, может, еще встретимся! – улыбнулась бабочка и упорхнула с волной свежего ветерка.

Лопух воодушевленно рисовал мысленные картины, представляя маки, пчел, их мед и бабочку, которая недавно была гусеницей, когда увидел муравья.

– Эй, привет, ты кто такой? И чем ты занят? – заинтересовался лопух.

– Я – муравей, мне нужно отнести эту тяжелую соломинку к моему дому, меня и так уже жук отвлек, так что некогда мне болтать, извини! Если я ко времени не успею, худо будет. В другой раз поболтаем.

И лопух снова остался в обществе одуванчика.

– Одуванчик, я отправляюсь в путешествие, хочешь со мной? – вдохновенно спросил лопух.

– А зачем? Вдруг это утомительно или даже опасно?! Там подстерегают всяческие сложности и неизвестности! Мне и здесь, пожалуй, уютно сидеть.

– Одуванчик, одуванчик... Ну подумай сам, разве мы узнали бы о том, что существует маковое поле, пчелы и мед, если бы бабочка не рассказала нам об этом? О том, что если сесть на край лепестка, то не видно земли? О том, что муравьи любят больше трудиться, чем болтать с жуками и лопухами? А представляешь, как много интересного можно узнать, если самим захотеть! Взять и отправиться в путь! Конечно, может, будет нелегко, но радость знания слишком велика, и ради нее я готов преодолеть трудности! – закончил свою речь лопух и стал собираться в дорогу.

– Я с тобой пойду, я тоже хочу узнавать! А мы сможем иногда отдохнуть и поиграть немножко? – неуверенно спросил одуванчик.

Лопух развеселился:

– Сможем, ведь, играя, тоже можно узнавать, но сейчас перед нами трудный путь и необходимо не забывать о его цели.

– Хорошо, я готов! – сказал одуванчик, и они отправились.

Шли они долго, встречались им разные хищные птицы, крутые склоны, почти непроходимые грязевые разливы, ручьи и болота, настигал их холодный ветер и суровый ливень, пекло жаркое солнце. Но все преодолевали наши странники. Увидели они и маковое поле, удивившись его размерам и сочности красок. Увидели еще много других полей, лугов, лесных опушек, горных верхушек, водоемов, зверей, насекомых. Завели много новых друзей. И

каждый раз, узнавая что-то новое, радовались: «Надо же, и это мы теперь знаем! И так, оказывается, бывает! Как здорово! Радость новых знаний действительно стоит преодоления этого трудного пути!.. Дерзайте и вы!» – говорили всем недоверчивым лопух и одуванчик, рассказывая о своих приключениях, обо всем, что уже увидели, и о том, что еще хотят увидеть.

### Занятие 3. Я умею слушать других

#### Разминка

**«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных домашних животных: коров, кошек, собак и т. п. (без карточек).

#### Основное содержание занятия

**Задание на повторение «Я умею справляться с трудностями».** Ведущий просит детей рассказать, как они справлялись с трудностями на прошлой неделе и какие трудности у них были.

**«Слушать и слышать».** Ведущий рассказывает детям историю про альпинистов.

Однажды группа друзей собралась в свой отпуск пойти на Эверест. Эверест – это высокая гора, залезть на которую, как известно, очень тяжело. И вот шли они по горным хребтам и ущельям, долго шли. Но, проходя рядом с глубоким обрывом, один молодой человек вдруг оступился, вскрикнул и упал бы в обрыв, если бы не удержался за край пропасти. Друзья уловили еле слышный крик о помощи и помогли своему товарищу. Молодой человек поблагодарил ребят и спросил: «Как же вы услышали меня, ведь это почти невозможно было сделать?» – «Да, действительно, тебя было почти не слышно, но ведь мы твои друзья. Тем более в горах надо всегда держать ухо востро».

После этого ребята отвечают на вопросы:

- Как вы думаете, почему туристы все-таки услышали зов о помощи своего товарища?
- Значит, действительно нужно уметь слышать других?
- Зачем нам нужно *слушать* и *слышать* других?
- Когда нужно слышать и слушать других? Приведите пример.
- Скажите, вам интересно слушать, когда говорят другие?
- Хочется ли нам это делать?

**«Запомни ответ».** Ведущий говорит: «А вот мы и проверим, умеете ли вы слушать других». Далее задает какой-нибудь вопрос, предупреждая, что спросит только трех человек. Задача детей – выслушать вопрос, не кричать с места, поднять руку и запомнить ответ другого ребенка. Примеры вопросов: «Что такое счастье? Как доставить маме радость?»

**«Диалог».** Ведущий делит детей на пары. Им нужно по очереди рассказать друг другу что-нибудь интересное. Далее ведущий по очереди спрашивает у детей, кто что им рассказал и было ли им интересно.

Ведущий должен подвести детей к тому, что интересно слушать других, а не только говорить самому.

**«Общий рисунок».** Ведущий предлагает детям нарисовать в паре общий рисунок. Задача детей состоит в том, чтобы договориться, что они нарисуют, кто что и как будет рисовать.

\* \* \*

Если остается время, можно прочитать детям сказку и обсудить ее.

Жил-был муравьишка Гришка. Был он очень непоседливым, постоянно носился взад-вперед, прыгал и бегал. Любимая игра у него была салочки. Бывало, соберутся они с друзьями-муравьями во дворе с утра пораньше и бегают целый день друг за другом. Вечер настал, все устали, а Гришка все бегают, все ему мало. А иногда придумывал Гришка всякие проказы: то бабочек за крылья подергает, то верхом на червяках покатается, то жуков-пауков на спинки переворачивает, так что они встать не могут, а только смешно лапками шевелят и ругаются. За такие веселые проказы любили очень Гришку его друзья, всегда он был у них заводилой. Если друзья собирались идти куда-нибудь или играть во что-то, всегда Гришку с собой звали.

Настала осень, пришло время Гришке в первый класс идти. Очень ему хотелось в школу. Мама ему рассказывала о том, как хорошо в школе учиться, как интересно, как много у него появится новых друзей и подруг. Муравьишка, идя в школу, уже предвкушал все эти радости. Когда Гришка начал учиться, он понял, что почти все мамины предсказания сбылись. Только одного мама не сказала ему. Оказывается, на уроке не все так весело, что-то не получается, да и бегать и разговаривать нельзя, нужно только сидеть смирно и слушать. А Гришка не мог спокойно весь урок высидеть на одном месте, скучно ему было. Да и, если честно, ему казалось, что если он не будет всех веселить и проказничать, никто с ним и дружить-то по-настоящему не захочет, всем с ним будет скучно. Ведь прежние его друзья, с которыми он играл во дворе, любили его именно за веселые проказы. Поэтому посреди урока Гришка громко смеялся, разговаривал, вертелся, а иногда вскакивал и начинал по классу бегать. Ясное дело, что учительнице это очень не нравилось. Поэтому Гришку часто наказывали, ругали. И мама ругалась, и учительница ругалась. Да и ребятам, поначалу относящимся к Гришкиным проказам как к веселой забаве, стало это все надоедать. Надоели им Гришкины проказы потому, что мешали учительницу слушать. А муравьишка наш тем временем чувствовал себя все хуже и хуже. Учителя ругали его, никто с ним не хотел дружить, и никому его проказы смешными не казались. Так бы долго еще все продолжалось, остался бы Гришка в конце концов без друзей, если бы не одно происшествие.

Однажды, после особенно неудачного дня в школе, когда учительница опять ругалась, а ребята не смеялись над его шутками, Гришка пришел домой совсем расстроенный. Вечером он лег спать, и ему приснился такой сон. Приходит он в класс, садится за парту, начинается урок. Перед ним сидит какой-то новый ученик-муравьишка. И вот посередине урока, когда учительница рассказывает самое интересное, этот муравьишка начинает толкать товарища, крутиться, вертеться, бросаться ручками и ластиками. Вот он поворачивается к Гришке и начинает что-то говорить без умолку. Гришка уже не слышит учительницу, совсем ничего не слышит, кроме этого

муравьишки. А тот все смеется, дергает Гришку, то ручкой его ткнет, то ластиком кинет. Вот он вскакивает и по классу начинает бегать, теперь он всем мешает. Гришка уже злится и думает: «Как же можно так себя вести?! Ведь этот новый муравьишка всем мешает: и учительнице, и ребятам. С ним же никто в классе дружить не будет, потому что он ни о ком, кроме себя, не думает, только всем мешает».

Проснулся утром Гришка, вспомнил свой сон и понял, что он себя в классе вел совсем как тот муравьишка. Очень ему стало стыдно, и тогда он твердо решил, что никогда так себя вести не будет. Ведь такими поступками он только расстраивает учительницу и своих товарищей, так он никогда не заведет себе друзей. Бегать и прыгать ведь можно и на переменах. Нужно думать не только о себе, но и о других. Тогда и другие будут тоже о тебе думать, любить тебя, дружить с тобой.

С тех пор как Гришка это понял, на уроках он стал вести себя совершенно по-другому. Теперь он сидит смирно, внимательно слушает учительницу, никому не мешает. А друзей у него стало только больше.

## **Занятие 4. Я умею учиться у ошибки**

### **Разминка**

**«Противоположности».** Детям предлагают изобразить разных животных: большое и маленькое, толстое и тонкое. Затем их просят придумать слова, противоположные тем, которые назовет ведущий (*короткий, сухой, твердый, большой*).

### **Основное содержание занятия**

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям сказку.

В одной школьной стране жили-были Ошибка и Неошибка. И вот как-то раз на перемене они заспорили: кто нужнее и важнее детям? Неошибка говорит:

– Меня все любят, все хотят, чтобы в тетради неошибки чаще встречались. А ты только огорчаешь всех. Вот вчера была самостоятельная по математике, а ты к некоторым детям в примеры проскочила. Зачем ты это сделала?

Ошибка ей отвечает:

– В самостоятельную работу я пришла к ребятам, которые не всегда внимательны. Теперь они об этом знают, и когда более сложные примеры будут, они постараются быть более внимательными и решать их правильно. И по другим предметам благодаря мне учиться они лучше будут.

И так горячо спорили Ошибка и Неошибка, что чуть не подрались. Хорошо, что в класс вошла учительница и сказала им:

– Вы обе не правы, вы обе нужны детям. Неошибка помогает быть успешными. А Ошибка – понять непонятное, лучше запомнить, учиться делать все правильно. И вообще, вы, как правая и левая руки, как день и ночь, нужны друг другу. Не было бы дня, не было бы и ночи, не так

ли? Вы просто противоположны друг другу. Но кроме вас, в жизни полно противоположностей.

**«Чему может научить ошибка?»** Ведущий предлагает детям разыграть ситуации, в которых герой совершает ошибки, затем придумать, чему они могут научить его. Например, неправильно получил ответ при сложении 5 и 3, перепутал письменные буквы «б» и «д» и т. п.

\* \* \*

Если останется время, можно прочитать детям еще одну сказку (автор – Е. Демехина) и обсудить ее.

Коля проснулся в отличном настроении. За окном была зима, и большие хлопья снега падали на землю. Он встал, улыбнулся, посмотрев в окно, потянулся и пошел завтракать. Мама сегодня приготовила его любимые оладьи. Все было здорово этим утром – Коля выспался, вчера сделал все уроки, еще с вечера собрал портфель, вкусно поел и уже думал о том, как он все хорошо ответит в школе, а потом пойдет играть с ребятами в снежки и кататься на санках.

Коля надел ботинки, куртку, натянул на себя шапку и шарф. Мама поцеловала его в щечку и пожелала удачи. Он взял свой модный портфель, купленный на прошлой неделе, и пошел в школу. Он был уже большим и взрослым, учился в третьем классе и сам ходил в школу. Он, конечно, замечал, что мама смотрит на него в окошко, когда он выходит на улицу, но что взять с этих взрослых – нервничают, волнуются непонятно из-за чего!

Школа находилась в пяти минутах ходьбы от Колиного дома. Он шел по улице, разгребая ногами выпавший ночью снег, и повторял выученное вчера вечером стихотворение.

Коля выучил его на славу – несколько раз рассказал маме, несколько раз перед зеркалом, а потом еще и папе, когда тот пришел вечером с работы.

Урок чтения был вторым.

Перемена уже закончилась, учительница вошла в класс и сказала:

– Начнем урок. Садитесь все на свои места. На прошлом уроке я вам задавала выучить стихотворение. Сейчас я буду называть фамилии, а тот, кого я назову, выйдет к доске и прочитает нам, что он выучил.

Кажется, она еще что-то говорила после этого, но у Коли в голове крутилось всего два слова: «К доске, к доске...» Дело в том, что он, конечно, все выучил и знал, но почему-то при этих словах у него как будто комок вставал в горле, руки начинали трястись, а в голове возникала какая-то путаница, и он ничего не мог сформулировать.

Коля сидел за своей партой, не видя, что происходит вокруг, как вдруг услышал: «Николай! Иди к доске! Ты что, не слышишь, что я тебе говорю?» Это был голос учительницы. «Да-да», – робко сказал он, встал из-за своей парты и медленно пошел к доске. С каждым шагом ему становилось все хуже и хуже: руки начинали трястись все сильнее и сильнее, голова закружилась, он весь покраснел, и ноги начали подкашиваться.

Когда Коля дошел до доски и встал перед классом, ему стало совсем плохо. Двадцать пар глаз смотрели на него, превращаясь в огромное страшное чудовище. Это чудовище выглядело совсем не дружелюбным, оно так пристально вглядывалось в Колю, что мороз начинал идти по коже. Казалось,

оно так и ждало, когда Коля допустит какую-нибудь ошибку. И тогда уж чудовище точно не упустит своего – набросится и разорвет его на части.

– Николай, мы ждем! – раздался все тот же знакомый голос.

А Николай стоял и боялся даже пошевелиться. Он старался не думать о чудовище и даже начал было рассказывать стихотворение, но из его рта раздалось только что-то вроде: «М-м-мор-р-роз-з».

После этих слов чудовище стало зло смеяться и передразнивать его. Коля почувствовал, что вот-вот из его глаз польются слезы, ведь было не только страшно, но еще и обидно. «Я ведь все знаю! Я действительно учил! За что оно надо мной смеется?» – думал он, а слезы так и норовили скатиться по его щекам.

Но все же знают, что мужчина не должен плакать. Коле стало так стыдно, что он выбежал из класса, захлопнул за собой дверь и пошел к туалету, чтобы никто не увидел, как он плачет. Он шел по пустому коридору (ведь сейчас все были в классах на уроке) и вдруг услышал чей-то то ли крик, то ли писк. Коля оглянулся по сторонам, но никого не увидел и пошел дальше. Но тут снова раздался этот странный писк.

– Кто здесь? – спросил Коля.

– Это я, я здесь, – пропищал кто-то.

– Где здесь? Я никого не вижу!

– Я здесь, на подоконнике.

Коля посмотрел на подоконник и увидел маленький оранжевый комочек. Он подошел к комочку и взял его на руки. Комочек был чуть теплым и весь дрожал. Коля снял свитер, положил в него комочек, и когда он перестал дрожать и раскрылся, то оказался маленьким, пушистым и почему-то оранжевым зайчиком, похожим на кусочек солнца.

– Кто ты? – спросил наш герой.

– Я – Солнечный Зайчик, – ответил комочек.

– Что? – удивился Коля. – А я думал, что ты просто отражение луча Солнца в зеркале. А что ты здесь делаешь?

– Знаешь, – отвечал Солнечный Зайчик, – я и есть кусочек света, просто я спустился на Землю и заблудился, а у вас здесь так холодно, я и не знал, что так бывает. Я испугался, но вижу, ты тоже напуган. А почему у тебя такие красные и заплаканные глаза?

– Понимаешь, – грустно ответил Коля, – вчера вечером я выучил одно стихотворение, которое должен был сегодня рассказать, но я не знал, что это надо будет делать у доски. Там чудовище, оно смеется надо мной. Короче, у меня ничего не получилось. Наверное, я никогда не смогу...

Зачем он рассказал этому Комочку свою историю? Ведь он уже почти забыл о ней, только в душе оставалась какая-то непонятная обида то ли на себя, то ли на всех остальных. Коля не знал. Тем более что Солнечный Зайчик все равно, наверное, не поймет его.

Но Зайчик вдруг сказал:

– Да нет, что ты, конечно, сможешь! Я помогу тебе в этом. Понимаешь, когда я был еще меньше и практически не умел светить, я очень боялся попадаться людям на глаза. Мне было так страшно, что все эти люди разочаруются во мне, что я начинал светить все хуже и хуже. И тогда Солнце рассказало мне, что все сталкиваются с этими проблемами и даже оно само когда-то было маленьким кусочком света. Оно поделилось со мной огоньком,

который называется уверенностью. После этого я стал смотреть на людей без страха и увидел, что на самом деле они улыбаются мне и совсем не хотят, чтобы мне было страшно и плохо.

– Надо же, – сказал Коля.

А Солнечный Зайчик продолжал:

– Я спустился на землю, чтобы подарить тебе и всем людям с похожими проблемами этот огонек. Вот, возьми! – И Комочек дотронулся до Коли своей лапкой.

Коля ощутил, как что-то теплое и доброе поселилось внутри него.

– Спасибо, – сказал он.

– Если что, – продолжал Солнечный Зайчик, – я буду наверху. И каждый человек на Земле может теперь смотреть на Солнышко, на меня или на любой другой свет и разжигать потихоньку в себе этот огонек. Ведь он и так есть у каждого внутри, его просто нужно не бояться заметить и разжечь. Ну ладно, прощай, Коля! У меня еще много дел. Спасибо, что согрел меня. Пользуйся своим огоньком!

– Прощай, – прошептал Коля, наблюдая, как Солнечный Зайчик улетает далеко-далеко, но свет его становится все ярче.

Коля постоял немного, повернулся и пошел обратно в класс. Он был полон решимости и уверенности. «Я смогу!» – сказал он себе. Он вошел в класс со словами: «Я расскажу вам стихотворение!»

И учительница, и класс удивленно посмотрели на Колю и стали его внимательно слушать. Коля начал рассказывать и почувствовал, что чем лучше он рассказывает, тем сильнее разгорается огонек. А чем сильнее разгорается огонек, тем смешнее становится чудовище.

Закончил он стихотворение, и случилось **Чудо: бывшее чудовище улыбнулось и заплодировало Коле.**

«Почему?» – спросите вы. Найдите в себе этот огонек, подмигните Солнечному Зайчику и сами узнаете...

## **Занятие 5. Я умею быть доброжелательным**

### **Разминка**

**«Ролевая гимнастика».** Дети самостоятельно по очереди исполняют роли различных диких и домашних животных.

### **Основное содержание занятия**

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям историю-сказку.

В одной волшебной стране жили два друга – ученики волшебной школы Зороастр и Жоакин. Как-то после обеда они решили поспать, и так крепко они спали, что не заметили, как им в рот влетела недоброжелательность. А они, не просыпаясь, проглотили ее. А когда проснулись, недоброжелательность уже поселилась в них. И стали они... драться, обзывать, радоваться, когда кто-то плакал, грустить, когда кого-то хвалят. А уж как им понравилось командовать

другими, в игру не принимать, обидные слова говорить! Увидел это главный волшебник их страны и говорит:

– Избавляться вам надо от недоброжелательности.

А Зороастр возразил:

– Я хочу оставить недоброжелательность у себя. Ведь когда я обижаю кого-то, командую кем-то, в игру не принимаю, то таким себя сильным, могучим чувствую!

– Нет, – сказал главный волшебник, – истинная сила человека – это его ум, веселый характер, умение придумывать игры. Только такого человека все любят – веселого, доброжелательного. А недоброжелательного можно только бояться. Любить его никак не получится.

– А я хочу, чтобы меня любили, поэтому я хочу быть доброжелательным, только как это сделать?! – воскликнул Жоакин.

– Это трудно. Проглотить недоброжелательность легко, а вот справиться с ней непросто. Нужно пройти четыре испытания, как бы взойти на четыре горы.

Какие это испытания? В нашей сказке Жоакин их выполнил. А посмотрев на него, выполнил и Зороастр. Они научились справляться со своей недоброжелательностью. И теперь, даже если они случайно откусывали от нее кусочек, то уже знали, что нужно делать. И тогда их всех стали называть благородными людьми.

Ведущий спрашивает ребят, хотят ли они стать благородными людьми. Он говорит о том, что это довольно трудно. Необходимо пройти несколько испытаний.

**«Первое испытание».** Суть первого испытания – найти хорошее в любом человеке. Каждый ребенок пишет на листочке имя того ученика в классе, на которого он меньше похож. Затем он находит в этом ученике три качества, которые ему особенно нравятся. После этого все по очереди называют эти качества.

**«Второе испытание».** Суть второго испытания – суметь понять другого человека. Каждый ребенок получает листочек с именем сверстника уже по выбору ведущего. Ему нужно подумать и назвать любимые занятия того ребенка, чье имя написано у него на листке.

**«Третье испытание».** Суть третьего испытания – уметь сказать спасибо другому. Ведущий говорит о том, что всегда есть за что сказать спасибо любому человеку, нужно только хорошо об этом подумать. Показывает, как это можно делать. Благодарит одного ученика, к примеру, за интересные ответы. Тот благодарит следующего. Так по цепочке в задании принимают участие все дети.

Для того чтобы не осталось детей, которым никто не хочет сказать спасибо, лучше «цепочку» регулировать. Например, ведущий может перебрасывать новогоднюю гирлянду из фольги от того ребенка, который будет сейчас говорить, к тому, кого он должен будет поблагодарить. Гирлянда придает особый интерес заданию.

**«Четвертое испытание».** Ведущий рассказывает детям, что часто мы ненароком можем обидеть другого и очень важно уметь просить прощения и прощать. Он показывает, как можно просить прощения, обращаясь к двум-трем детям. Затем так же, как в предыдущем задании, дети по цепочке делают это.

## Занятие 6. Я – доброжелательный

### Разминка

**«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных животных. По заданию ведущего их животные могут быть радостными или грустными.

### Основное содержание занятия

**«Кому письмо?»** Ведущий заранее готовит детям письма: на одной стороне листа написаны три хороших качества каждого ребенка, а на другой у одной трети класса будут написаны слова «умение видеть хорошее», у второй трети – «спасибо», у остальных – «извините». Затем он зачитывает качества, а дети угадывают, кому предназначено письмо.

**«Качества доброжелательного человека».** Дети читают, какие слова есть в их письмах, и вспоминают, какие умения необходимы для доброжелательного человека – видеть в другом хорошее, говорить «спасибо», «извините».

**«Зачем нужны качества?»** Дети разбиваются на три команды в зависимости от того, написано ли у них в письме «спасибо», «извините» или «умение видеть хорошее». Командам нужно подумать, почему именно это умение необходимо для того, чтобы быть доброжелательным, затем рассказать об этом классу.

**«Ищем хорошее качество, благодарим, извиняемся».** Представителям команды «Умение видеть хорошее» нужно назвать хорошие качества трех учеников других команд, представителям команды «Спасибо» – сказать трем ученикам спасибо, а представителям команды «Извините» – извиниться.

**«Желаем добра».** Ведущий говорит, что слово «доброжелательный» состоит из двух слов: «добро» и «желать», то есть доброжелательный человек желает добро другим. И предлагает каждой команде по цепочке пожелать друг другу что-то хорошее.

\* \* \*

Если остается время, можно прочитать и обсудить с детьми сказку.

День клонился к закату. Сережа подошел к окну, на душе у него было беспокойно; на кухне мама убирала посуду в шкаф, а отец, закрывшись газетой, смотрел телевизор.

«Что они понимают?! – подумал Сережа, глядя в пустоту ночи. – Не хотел я его бить, он сам ко мне полез! Я его всего один-единственный раз... а он...

Ну и что, буду я один. Вот волк – он такой сильный, и все его боятся. Он один, а чем я не волк, Серый Волк? Хм... а звучит... Не нужны мне друзья! Я – волк-одиночка, сильный, мудрый и жестокий к врагам!!!»

Вдохнув полной грудью воздух свободы, поверив в это, Сережа постоял еще немного у окна и лег спать.

Заснул он на удивление быстро: не метался по кровати, как раньше, не спорил с собой, с другими людьми, сон как будто обнял его своими мягкими руками, унося в свой мир...

Лес. Ночь. Пробираясь сквозь чашу, Сережа увидел два желтых глаза. Через мгновение рядом с ним оказался волк.

– Как здорово, что я с тобой встретился. Я преклоняюсь перед твоей силой: ты умен, ты свиреп, тебя все боятся, ты можешь ходить, куда захочешь, и делать, что нравится. В этом лесу нет зверя страшнее тебя. Ты же волк-одиночка, – сказал Сережа.

Волк посмотрел на Сережу спокойными, умными, большими желтыми глазами:

– Жизнь волка-одиночки тяжела и коротка. Мы, волки, живем стайей. Вместе мы можем загнать более крупную добычу. Вместе легче защищаться. В жизни нужны друзья, которым можно доверять. Если хочешь, идем со мной. Я познакомлю тебя со своей стайей, покажу тебе своих волчат.

И они пошли.

На опушке леса после удачной охоты отдыхали волки, резвились веселые волчата. Устроившись поудобнее, волк очень долго рассказывал своему спутнику о жизни стаи.

– А мне казалось, вы злые!

– Злость – вредное чувство. Мы нападаем только тогда, когда нам надо есть, защищаться или помогать другим зверюшкам. Подумай над этим.

Вдруг Сережа услышал странный знакомый звук. Он доносился откуда-то издали, становясь все назойливее. Волк, лес, волчата – все стало расплываться. И сквозь туман он услышал голос волка: «Прими стаю, и стая примет тебя».

Сережа открыл глаза. Комната залита утренним светом. Пора идти в школу.

«А может, стоит присмотреться к одноклассникам?» – подумал Сережа.

## **Занятие 7. Я умею быть ласковым**

### **Разминка**

**«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных животных. По заданию ведущего они могут быть злыми или испуганными.

### **Основное содержание занятия**

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям историю.

Мама часто говорила Павлику: «Расти ласковым, сынок, тогда все у тебя будет получаться, а сам станешь счастливым человеком». Счастливым Павлик быть хотел, но не очень понимал, зачем для этого становиться ласковым. И решил он спросить об этом у своих соседей. Они явно были счастливыми людьми. Один сосед был известный жокей, принимал участие в мировых состязаниях, второй – крупный политик, он участвовал в переговорах России со многими странами. Третий – выдающийся врач-хирург. Он делал очень

опасные операции на сердце. Правда, у Павлика была еще одна соседка – старушка из однокомнатной квартиры. Но она жила одна, никакими заслугами не блистала. И Павлик решил к ней с вопросами не обращаться.

Сначала он позвонил в дверь жокею и прямо с порога выпалил: «Скажите, вам нужно уметь быть ласковым?» Жокей улыбнулся: «Конечно, ведь я сначала моего рысака поглажу, а только потом на него сажусь. Он мою руку из ста тысяч других узнает».

Политика Павлик встретил выходящим из лифта. Он похвалил Павлика за вопрос и ответил: «Политику обязательно нужно уметь говорить ласковые, добрые слова, без них никаких переговоров не проведешь». Пошел тогда Павлик за советом к врачу. Тот посмотрел на него ласково и спросил: «Когда я так на тебя смотрю, ты хорошо себя чувствуешь? Так и мои больные. Я всегда перед операцией смотрю на них ласково, взглядом уверенности им придаю. И они с улыбкой от меня уходят». Вышел Павлик от врача, а из-за соседней двери, где старушка жила, так вкусно запахло, что позвонил он и в эту дверь. Оказалось, что вовремя – старушка как раз с противня пирожки да ватрушки снимала. Усадила она Павлика, угостила, чем могла. А пока он ел, к старушке то и дело гости разные приходили, добрые слова ей говорили, мол, какая она доброжелательная, веселая, ласковая. И она им тоже добрыми словами отвечала. Не стал спрашивать старушку Павлик ни о чем. Сам догадался. Где добрые слова – там много друзей, даже если нет славы и богатства.

Ведущий задает детям вопрос: «Зачем людям необходимо уметь быть ласковыми?» Затем просит подумать, как проявляют свое ласковое отношение герои рассказа.

**«Ласковый взгляд».** Ведущий выбирает трех экспертов. Они садятся перед классом. Остальные по очереди подходят к каждому эксперту и смотрят на него ласково. Эксперты определяют, у кого ласковый взгляд получился очень хорошо.

**«Ласковое прикосновение».** Проводится аналогично предыдущему.

**«Ласковые слова и интонация».** Проводится аналогично предыдущему.

\* \* \*

Если останется время, можно прочитать и обсудить сказку (автор – А. Лунева).

Жил-был волчонок Сеня. Он очень любил играть с другими волчатами. Особенно в салки. Но когда он был водящим, то любил кусать других волчат за хвосты, вместо того чтобы легонько хлопать лапой. Волчата сердились на Сеню. Просили его так не делать. Но он все равно кусал. Ему нравилось, как все взвизгивали от его укусов.

Но однажды волчата обиделись на Сеню и сказали ему:

– Если ты еще раз кого-то укусишь, мы позовем колдунью с холма Забытой Улыбки, и ты больше никогда не сможешь смеяться и улыбаться, а будешь только рычать и пугать всех своим злобным воем. С тобой перестанут дружить все в нашем лесу, потому что будут бояться тебя.

Но Сеня не поверил им.

– Ладно вам. Нет никакой колдуньи, и Холма этого нет. Сказки все это. Я этому не верю и не боюсь, – сказал он и куснул волчонка Васю.

Наутро он проснулся и пошел к ручью умыться. Поплескался в воде и вышел на берег. Только решил причесаться, посмотрел в воду, а оттуда смотрит не Сеня, а злой, оскалившийся волчонок.

– Нет, это не я, – сказал Сеня и еще раз посмотрел в воду. Он попытался улыбнуться, но увидел только оскал. – Значит, это все правда про колдунью с Холма, – испугался Сеня. – Ребята не обманули меня. Надо что-то делать!..

Заплакал Сеня. Но вместо плача услышал он злой рык.

– Тут не плакать надо, а действовать, – сказал кто-то сверху.

Сеня поднял голову и увидел Мудрого Филина, сидящего на еловой ветке.

– Тебе надо идти в дальний лес, найти Холм Забытой Улыбки и вернуть свою улыбку. И поторопись. Если не успеешь до захода солнца, то не видать тебе своей улыбки никогда, – сказал Филин и улетел.

Сеня встал, вытер слезы. Мудрый Филин был самым умным в лесу, и причин не верить ему у волчонка не было. Сеня точно не знал, где находится Дальний Лес. Лишь слышал, что за Глубокой Рекой и ходить туда опасно. Но делать было нечего, и он пошел.

Долго шел Сеня по лесу, пока не вышел к реке. Сел Сеня на берегу и стал думать, как ее переплыть. Плавать он не умел, плот делать тоже. Пригорюнился волчонок и стал выть. И такой жалобный у него был вой, что из леса вышел лосенок.

– Что случилось? – спросил у Сени лосенок.

– Я потерял улыбку, – ответил Сеня и рассказал лосенку о своей беде.

– Да, нелегко тебе будет. Но я могу тебе помочь, хотя кусать своих друзей, конечно, не стоило, – сказал лосенок. – Я перевезу тебя через реку.

Он велел Сене, чтобы тот забрался к нему на спину и держался покрепче, но не впивался когтями. Так они переплыли реку.

Куда идти дальше, волчонок не знал. Поэтому он шел туда, где лес становился выше, гуще, а злых мошек и комаров все больше и больше.

Наконец он увидел Холм Забытых Улыбок. Он был весь абсолютно серый. Там росли серые деревья, серые цветы, бродили серые куры и петухи. А еще там шел мелкий холодный дождик и дул сильный ветер, так что было слышно только его завывание: «У-у-у!..»

«Интересно, солнце еще не зашло? – подумал Сеня. – Не ясно, день сейчас или вечер. – А потом вдруг испугался: – До Холма-то я дошел, но ведь колдунья не отдаст мне мою улыбку просто так».

И тут рядом с Холмом он увидел поляну красивых разноцветных цветов.

– Соберу я их для колдуньи, – решил Сеня.

Он собрал большой букет и вступил на Холм. Его встретила грустная колдунья в сером платье. Она удивилась и обрадовалась букету.

– Мне еще никто не дарил цветы, – сказала она. – А самой мне нельзя уходить с Холма. Ты угадал мое желание, Сеня. Я помогу тебе, если ты отгадаешь мою загадку.

– Я попробую, – ответил Сеня. Я очень хочу улыбаться.

– Хорошо. Вот загадка:

Они помогут всегда,  
Не обидят никогда.  
Если ты попал в беду,

Скажут: верь, я помогу.

– Друзья, это друзья! – воскликнул Сеня и улыбнулся.  
С тех пор Сеня стал самым ласковым волчонком в стае.

## **Занятие 8. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими**

### **Разминка**

**«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных животных. По заданию ведущего они могут быть злыми или добрыми.

### **Основное содержание занятия**

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям сказку.

В одной волшебной стране все люди были волшебники, поэтому дети обязательно ходили в школу волшебников. И главным в этой школе было обучение детей внутренней силе, силе духа. Только когда ученик становился сильным духом, его начинали учить волшебству. В первый класс дети приходили еще слабые духом, можно сказать, что они приходили с духом мышки, всего боялись, даже друг друга. Потом они смелели и приобретали дух зайца. И только через некоторое время они становились увереннее в себе и приобретали дух благородного льва.

История наша случилась в одном из классов такой волшебной школы. Дети в нем благополучно достигли духа зайца, но остановились на этом. По возрасту им нужно было приобретать дух благородного льва, и они очень хотели казаться львами, но внутри оставались зайцами. Тогда они стали придумывать способы, как бы им доказать окружающим, что они уже львы и их можно учить волшебству. Способ был найден, они объединились вместе и стали дразнить, не принимать в игру одного из учеников. Когда они вместе делали это, казались себе все сильнее и сильнее. А что делал тот другой ученик? Он сначала обижался и плакал. Потому что ему было больно и тяжело на сердце от того, что такие дорогие ему ребята не хотят с ним играть. А потом стал становиться сильнее и сильнее, потому что находил в себе силы противостоять всем. И когда пришел верховный маг, чтобы проверить, кто уже достиг силы духа благородного льва, оказалось, что только тот ученик, который научился не обращать внимания на дразнилки ребят, может обучаться волшебству. А остальные – те, кто не умеет сдерживать себя, – остались с духом зайца.

В той же школе был еще один класс. Там произошла похожая история. Но закончилась она по-другому. Духа благородного льва достигли там два ученика. Как-то раз один из тех, кто дразнил, вдруг задумался: а достойно ли он поступает, проявляет ли силу, добывая слабого? И стал он один перед классом защищать того, кого дразнили. И не потому, что он нравился ему, а просто из чувства справедливости. Ему было очень трудно противостоять классу, дразнить вместе со всеми было гораздо проще. Но, преодолевая эти

трудности, он как раз и приобрел силу духа благородного льва. А потом и остальные, глядя на него, задумались о том, что всем вместе против одного выступить не совсем прилично. И через некоторое время уже весь класс приступил к изучению волшебства.

Ведущий задает вопросы: «Как вы думаете, большинство ребят вашего класса уже приобрели силу льва? Могли бы они обучаться волшебству, если бы учились в той школе?»

Ведущий говорит детям, что на сегодняшнем и нескольких следующих занятиях они будут учиться становиться сильными духом. И первое, что необходимо уметь сильным духом, – это договариваться друг с другом.

**«Нарисуй страну».** Класс делится на три команды, заранее составленные педагогами (необходимо исключить явных недругов, которые не смогут играть вместе).

Каждой команде дается лист ватмана. Членам команды нужно договориться и выделить каждому примерно одинаковую территорию для его страны (нельзя делить лист на равные прямоугольники). Дети дают своим странам названия, рисуют главные города.

**«Что между странами?»** Детям необходимо договориться о том, что находится между их странами (моря, леса, горы и т. п.), потом нарисовать все это.

**«Как страны общаются?»** Детям нужно договориться о средствах сообщения между странами и нарисовать их (корабли, железные дороги и т. п.).

**«Общий рассказ».** Командам нужно подготовить общий рассказ о своих странах и представить его классу.

## **Занятие 9. Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого**

### **Разминка**

**«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных животных. По заданию ведущего они могут быть смелыми или трусливыми.

### **Основное содержание занятия**

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям сказку.

Дело происходило в той же волшебной школе, в том классе, в котором ученики решили развивать в себе силу духа. Они уже почти научились играть вместе и почти всегда принимали в игру друг друга. Теперь они уже гордились этим. «Ведь это ученица нашего класса, она будет играть с нами!» – произнесла юная волшебница Векторана шустрому Юктору, когда тот сказал о своей однокласснице: «Она только мешает нам играть». И уже ученики других волшебных классов стали смотреть на ребят с уважением: «Да, они друг друга в обиду не дают. Вот бы и нам учиться в этом классе».

И все было бы хорошо, но однажды в классе произошла такая история. Как-то учительница заболела. Ее заменяла другая. А тут учитель физзарядки – так у них называлась физкультура – сказал, что нужно выделить трех человек

для участия в очень интересных соревнованиях. Векторана не растерялась: «Пойду я, моя подруга и Юктор – он шустрый». Учитель физкультуры записал их имена и ушел. А после уроков в класс пришел главный волшебник школы. Он был строгий и невеселый. Все поняли, что в классе случилось что-то неправильное. Векторана сразу поняла, в чем дело... «Но мы же договорились со всеми. Ведь никто мне не возразил», – сказала она.

Ведущий спрашивает детей: «Как вы думаете, почему пришел волшебник и что он хочет сказать ребятам?» Дети приходят к выводу, что на самом деле ученики не договорились, потому что Векторана не спросила мнения других.

**«Кто умеет слышать мнение другого?»** Ведущий дает детям послушать два разговора, записанных заранее на диктофон, и просит определить, в каком разговоре ребята слушали мнения друг друга, а в каком один подавлял другого.

Диалоги могут быть примерно такими:

– *Давай построим домик.*

– *Давай.*

– *Мы возьмем кубики...*

– *Да. И еще можно взять вон то «Лего». А давай ты будешь строить кухню и гостиную.*

*А я спальню.*

– *Давай.*

– *Так, это надо поставить сюда. Передай мне кубик, он будет лежать здесь.*

– *Ой, а это можно положить сюда. И может...*

– *Нет, надо сделать так, как я скажу.*

– *Почему? Я ведь тоже хочу.*

– *Нет, давай я буду решать.*

**«Оружие для защиты».** Ведущий раздает командам их работы, сделанные на прошлом занятии, а также фольгу, ракушки, кусочки проволоки, пластилин. Предлагает вернуться в свои страны, поскольку существует угроза нападения сильного противника. Нужно разработать и сделать оружие для защиты. Детям необходимо договориться, какое это будет оружие, как оно будет выглядеть, из чего его нужно соорудить и кто что будет делать. Дети делают оружие, затем рассказывают о его устройстве классу.

## Занятие 10. Я учусь решать конфликты

### Разминка

**«Ролевая гимнастика».** Дети по очереди изображают различных животных: больших и трусливых, маленьких и смелых. Например, смелую мышку и трусливого льва, смелого воробья и трусливого орла.

### Основное содержание занятия

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям историю.

Мальчик, о котором пойдет речь, заканчивал первый класс. Его папа был в длительной командировке. И вот папа приехал и говорит:

– Ну-ка, сын, расскажи, какие в вашем классе есть радости и трудности?

– Класс у нас очень хороший, – ответил мальчик. – На уроках все вместе с трудностями справляемся. А вот на прогулках иногда конфликты бывают.

– А ты знаешь, что такое конфликт? – удивился папа.

– Конечно, знаю. Конфликт – это (*помогайте, ребята*) столкновение интересов, когда один хочет сделать так, а другой – эдак. Чаще конфликт заканчивается ссорой, вызывает обиду и злость.

– А вот тут я с тобой не согласен, – сказал папа. – Конфликт – он как задача. Решишь неверно – огорчишься. А если правильно – все будут довольны. Только решать конфликт еще труднее, чем задачу.

– А ты научи меня, папа, – попросил мальчик, – а я потом ребятам в классе расскажу.

Давайте и мы с вами будем учиться решать конфликты.

**«Это конфликт?»** Ведущий предлагает ребятам ситуации и просит догадаться, можно их назвать конфликтом или нет и почему.

– Девочки играют, подходит Наташа, хочет присоединиться. А у них все места заняты. Одна из них отвечает: «Извини, все занято, в следующий раз».

– Мальчики играют, подходит Витя, хочет играть с ними. Один из них отвечает: «Отойди, ты нам мешаешь».

– Миша хочет играть в одну игру, Петя в другую. Спорят, обижаются, Петя толкает Мишу.

– Маша хочет играть в одну игру, Настя в другую. Спорят, потом договариваются играть в обе игры по очереди.

**«Придумай конфликт».** Ведущий предлагает ребятам подумать и назвать три варианта конфликта между детьми на прогулке. Например:

– Маша спускается по лесенке с горки, Наташа поднимается. Никто не хочет уступать.

– Два мальчика хотят водить.

– Дети строятся идти на прогулку. Миша и Петя хотят стоять первыми, начинают толкаться.

**«Инсценирование конфликта».** Ведущий выбирает наиболее яркий конфликт из названных, помогает детям инсценировать его и найти правильное решение, в основе которого лежит совместная уступка. Если есть куклы, это можно сделать с их помощью.

## Занятие 11. Я умею разрешать конфликты

### Разминка

**«Почему подрались дети».** Дети делятся на пары. Они придумывают причину, по которой можно подраться, а затем разыгрывают драку. Остальные должны догадаться, почему они подрались и чем закончится драка.

**«Испугаем по-разному».** Дети придумывают и показывают различные способы того, как можно испугать человека. Если детям трудно рассказать об этих способах, взрослый помогает им. Как правило, дети называют возможность испугать человека криком, громким стуком, страшными словами, страшным смехом, страшным лицом или картинкой.

## Основное содержание занятия

**Работа со сказкой.** Ведущий рассказывает детям историю.

После занятия психологией, на котором ребята учились разрешать конфликты, на прогулке случилась такая история. Наташе не понравилось, что Петя, пробегая мимо, нечаянно коснулся ее куртки. Куртка была новая, и Наташа ее берегла.

Поэтому она крикнула ему: «Бегать надо осторожнее!», а потом догнала и стукнула его по спине. Петя удивленно остановился. «Мы же только что на уроке психологии разбирали, как надо мирно конфликты решать», – сказал он ей. «Глупости все это, – ответила Наташа, – никому это умение не нужно. Это просто взрослые придумали, чтобы нами удобнее было управлять. Вот я тебя стукнула, мне хорошо, а ты меня нет – тебе плохо, вот и разрешай дальше конфликты мирно».

Огорчился Петя. Может, и правда не надо ему конфликты мирно разрешать? Вечером подошел он к папе. А тот сидит за своим столом, что-то пишет. «Папа, а взрослым нужно уметь конфликты решать?» – спросил он. Папа ответил: «Извини, сынок, мне некогда отвечать. Я к переговорам готовлюсь. Очень важный для всех вопрос будет обсуждаться, как бы конфликта не вышло». Пошел Петя к бабушке, а та его и вовсе слушать не стала. Телевизор смотрит, «Новости», оторваться не может. «Иди, Петя, вместе поглядим, – говорит она, – очень интересно про конфликт в Ираке рассказывают». Только хотел Петя к маме подойти, но слышит – из другой комнаты визг раздается. Там его младшие братья играют. И мамин строгий голос раздается: «Ну когда наконец прекратятся ваши конфликты?»

Пошел Петя к себе и понял он, что...

Ведущий спрашивает детей, что понял Петя.

**«Инсценируем конфликт».** С помощью ведущего дети инсценируют рассказ и ищут конструктивный выход из конфликта Наташи и Пети.

**«Конфликт».** Ведущий делит класс на подгруппы и предлагает им инсценировать и разрешить один и тот же конфликт, например, «Класс строится, чтобы идти на прогулку. Денис и Максим хотят быть первыми: „Я первый!“ – „Нет, я!..“». Затем ребята предлагают варианты выхода из ситуации, и в результате делается вывод, что отличие конфликта от задачи состоит в том, что его можно решать разными способами.

## Тема 2. Мои чувства

### Цели

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;
- помочь детям осознать относительность оценки чувств;
- способствовать снижению уровня страхов.

## Занятие 12. Радость. Что такое мимика?

### Разминка

**«Зайчик рассмеялся, зайчик испугался».** По сигналу ведущего учащиеся быстро меняют изображаемое эмоциональное состояние (чередование напряжения и расслабления).

**«Раз, два, три, позу за мной повтори».** Ведущий принимает какую-либо позу, ребята должны замереть в той же позе. Один из учеников («эксперт») ходит по классу и определяет тех, кто повторил позу неверно, при этом учитываются и выражение лица, и положение пальцев, поворот головы и т. п. «Эксперт» вносит необходимые поправки.

### Основное содержание занятия

**«Закончи предложение».** Дети вспоминают ситуации, связанные с радостью. После этого они завершают предложения: *Для ребенка радость – это...*

*Для ученика радость – это...*

*Для мамы радость – это...*

**«Зоопарк».** Дети получают карточки с изображениями животных (зайца, волка, медведя) и по очереди показывают радостных животных. Затем они должны подумать, как художнику удалось изобразить радость, а ребятам – понять, что изображена именно радость, а не какие-нибудь другие чувства. Ведущий рассказывает о мимике как средстве выражения чувств.

**«Рисунок радости».** Учащиеся представляют себя художниками, иллюстрирующими детские книги, и выполняют рисунок на тему «Радость».

### Комментарии для ведущего

У некоторых учащихся последнее задание может вызвать затруднения. В нашей практике были случаи, когда дети отказывались выполнять рисунок или хотели изобразить «злую радость». Первым приходилось помогать, переформулировав задание: «Нарисуй то, что ты любишь делать». Вторым же мы позволяли изображать то, что им хочется, добавляя: «Это твоя радость, и ты имеешь право чувствовать и рисовать ее как хочешь».

## Занятие 13. Радость. Что такое жесты?

### Разминка

**«Угадай, где я иду?»** Ведущий имитирует ходьбу по различным поверхностям (грязи, льду, снегу и т. д.). Дети повторяют движения, затем отгадывают, по какой «поверхности» осуществлялось движение в каждом случае.

**«Превратись в животное».** Ведущий, а затем и участники по очереди превращаются в какое-нибудь животное, остальные отгадывают (с использованием карточек с изображениями животных).

**Кричалка «Я очень хороший!».** Детям предлагают повторить слово вслед за ведущим в соответствии с предлагаемой им громкостью несколько раз: шепотом, громко, очень громко. Таким образом ведущий и дети шепчут, произносят, выкрикивают слово «я», затем «очень» и, наконец, «хороший».

### **Основное содержание занятия**

**«Радость можно выразить жестом».** Дети показывают радость только глазами, только губами, только одной рукой, двумя руками (при этом лицо закрывается листом бумаги). Побеседуйте о том, что чувство можно выразить по-разному, в том числе при помощи рук. Введите понятие «жест».

**«Передай сообщение».** Дети по очереди превращаются в учительницу, которая должна без слов, одними жестами передать классу то или иное сообщение: «Сидите тихо», «Не балуйтесь», «Молодец», «Встаньте смирно», «Садитесь», «Иди к доске» и т. п.

**«Объясни задание».** Ребята делятся на пары. В каждой паре один ребенок должен при помощи жестов объяснить задание второму. Задания раздает ведущий. Они могут быть любыми, но обязательно доступными для детского понимания и связанными с конкретными знакомыми детям действиями, например: «принести тетрадь», «вытереть доску», «снять пальто» и т. п.

Побеждает та пара, которая смогла быстрее других достигнуть взаимопонимания и выполнить задание за самое короткое время. (Предметами при объяснении задания пользоваться нельзя.)

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Когда молочные зубы сменились постоянными*

*(Е. Фатеева)*

В одной тихой речке жил-был маленький крокодиленок. У него был красивый длинный хвост и много острых зубов. И вот когда его зеленая кожа стала твердой и молочные зубы сменились постоянными, он пошел в школу. Крокодиленок очень гордился этим, но вскоре он перестал радоваться, потому что дела его в школе шли плохо. Он никак не мог научиться нырять и притворяться замшелым бревном, хотя все остальные крокодилы в классе уже умели делать это. Учительница – большая темно-зеленая крокодилица – хвалила всех в классе, кроме крокодиленка, а иногда даже ругала его и ставила ему «двойки». Все крокодилы в классе дразнили его и называли глупым, с ним никто не водился.

Мама-крокодилица очень огорчалась и спрашивала, в кого он такой уродился. Папа-крокодил грозился отлупить крокодиленка ремнем и всегда ставил в пример себя. «Я, – говорил он, – в твои годы нырять лучше всех в классе, а бревном притворялся так, что на меня даже бабочки садились. А ты что же?» Что мог ответить крокодиленок? Он и сам считал себя плохим и ни на

что не способным. Он даже не слушал объяснений учительницы, так как думал, что все равно ничего не поймет. И вот однажды в их классе появился новый ученик, его родители переехали из другой речки. Как ни странно, новенький подружился с крокодиленком. «Почему ты дружишь со мной? – спрашивал он своего нового друга. – Ведь я такой плохой, что со мной даже никто не играет...» А друг ему ответил, что не все так плохо, надо просто стараться учиться лучше, и объяснил, как это можно сделать.

С этого дня крокодиленок начал вставать утром пораньше и повторял все, что сделал вчера. Домашнее задание он теперь выполнял очень тщательно, не ленился, на уроках внимательно слушал учительницу и все запоминал. Он учился все лучше и лучше, а вскоре стал лучшим в классе. Он научился замечательно нырять и притворяться бревном. Учительница его хвалила, а одноклассники принимали в свои игры. «Я же говорил, что ты сможешь!» – радовался его друг.

После того как крокодиленок нашел в себе силы учиться лучше, он перестал думать, что он плохой, и окончил четверть на одни пятерки. Родители устроили в честь этого большой пир, куда пригласили всех его одноклассников. Крокодиленок был счастлив, он говорил: «Я хорошо учусь, я хороший!» И все радовались вместе с ним.

### **Вопросы для обсуждения**

- Что огорчало крокодиленка в начале сказки?
- Каким он себя считал и почему?
- Как ему удалось начать учиться лучше?
- Как понимать слова «он нашел в себе силы учиться лучше»? Какие силы можно найти в себе?
- Были ли у вас похожие ситуации?

### **Комментарии для ведущего**

В сильных классах можно предоставить ребятам более подробную информацию о жестах. Рассказать, что многие жесты пришли из глубокой древности и имеют свою историю. Так, большой палец, поднятый вверх или опущенный вниз, как знак одобрения или неодобрения был известен еще древним римлянам. Интересно, что в течение многих веков считалось: если кто-то чешет голову или теребит одежду в присутствии другого человека, то этим выражает свое пренебрежение к нему. Образованные люди так не поступали. Можно рассказать ребятам о том, что существуют международные жесты, например, поднятая рука означает просьбу человека обратить на него внимание. Однако в то же время для сообщения одной и той же информации у разных народов могут использоваться различные жесты. Например, некоторые африканские народы в знак приветствия передают друг другу тыкву, а эскимосы легонько стучат кулаком по голове и плечам.

На этом занятии начинается работа с терапевтической метафорой. Перед прочтением сказки ведущий раздает детям альбомы и говорит о том, что при желании они могут, слушая сказку, делать рисунки. Рисовать можно все, что угодно, но на тему сказки. Когда ведущий заканчивает чтение, дети, как правило, продолжают рисовать. Лучше всего обсуждать услышанное именно в это время, поскольку дети еще находятся «внутри сказки».

Вопросы для обсуждения желательно подготовить заранее с учетом специфики класса. На наш взгляд, обсуждение сказок наиболее трудная, но очень важная часть занятия. Дети получают опыт анализа своих проблем, возможность рассказать о своих тревогах. И очень важно, чтобы любые чувства ребенка были приняты как имеющие право на существование. Поскольку начинающему ведущему может быть непросто составлять вопросы самостоятельно, после сказок будут приведены варианты вопросов.

## **Занятие 14. Радость. Как ее доставить другому человеку?**

### **Разминка**

**«Угадай, где я иду?»** Как и на предыдущем занятии, дети имитируют ходьбу по разным поверхностям, но уже по другим: по горячему песку, по лужам, по колючей траве босиком...

### **Основное содержание занятия**

**«Как доставить радость другому человеку?»** В ходе беседы на эту тему дети должны высказать как можно больше предположений о том, как можно доставить радость другому человеку: попытаться рассмешить, погладить его, сказать добрые слова... Много ли способов удастся вспомнить всем вместе?

**«Собираем добрые слова».** Дети вспоминают добрые слова или хорошие качества человека и называют их, перебрасывая друг другу мячик.

**«Скажи мишке добрые слова».** Ведущий «приглашает» на занятие игрушечного медвежонка. Ребята придумывают для него добрые слова. Затем по очереди каждый из них берет мишку в руки, как бы превращаясь в него, и выходит к доске. Остальные участники обращаются к «мишке», называя его добрыми словами. Таким образом каждый ребенок, побывав в роли мишки, получает свою порцию «словесных поглаживаний».

### **Комментарии для ведущего**

Последнее задание этого занятия является основным. В ходе него впервые проводится работа с внутренним «запретом на похвалу», который характерен для детей этого возраста. Одним ребятам бывает трудно произносить добрые слова, другим – принимать «словесные поглаживания», поэтому упражнение проводится опосредованно, с использованием игрушечного мишки. Ведущему нужно быть готовым к тому, что некоторым детям потребуется помощь. Мне запомнилось, как выполнял это задание «трудный» (гиперактивный, агрессивный, с завышенным уровнем притязаний) первоклассник с редким именем Николас. Выслушав инструкцию, он выкрикнул: «Я не буду участвовать!» Я согласилась. Однако он с радостью подбирал «добрые слова» другим ребятам и особенно учительнице (она тоже играла). А потом тихо сказал: «Я тоже хочу». И когда он, красный от смущения, взял мишку в руки и прижался ко мне спиной, у меня защемило сердце. Он выслушал все обращенные к нему слова, а потом произнес: «Нет. Я не такой хороший». У меня потом никогда не было проблем с дисциплиной Николаса, хотя другие педагоги постоянно жаловались на него.

## Занятие 15. Радость можно передать прикосновением

### Разминка

**«Муха».** Ведущий дотрагивается «волшебной» палочкой до детей, «замораживает» их. Каждый должен представить, что ему на нос села муха. Прогнать ее можно только движением носа. (Муха перелетает с места на место: вот она села на левый глаз, губы, щеки, лоб, подбородок и т. д.)

**«Превратись в животное».** Ведущий предлагает детям по очереди загадать и изобразить радостное животное, остальные отгадывают, какое именно.

**«Фотоохота».** Один ребенок превращается в какое-либо животное и двигается по классу. Другой старается повторить его движения. Третий – фотоохотник – командует: «Раз, два, три, фотография – замри!» Замирают оба ученика: и животное, и его фотография. Остальные дети определяют, насколько фотография получилась похожей на оригинал.

**Кричалка «Ура успешной фотоохоте!».** Дети повторяют фразу (по одному слову) за ведущим, сначала с нарастанием громкости от слова к слову, затем со снижением громкости от максимальной до шепота – и в конце громко выкрикивают всю фразу.

### Основное содержание занятия

**«Радость можно передать прикосновением».** Ведущий прикасается к ребенку, предварительно загадав любое качество, которое ему нравится в этом ребенке, а тот угадывает задуманные качества (можно привлечь к угадыванию всю группу). Затем водящими становятся сами дети и также «передают радость прикосновением».

**«Котенок».** Дети представляют, что мама принесла домой котенка. Ему страшно и грустно. Каждый из детей по очереди превращается в котенка, а остальные гладят его и говорят добрые слова.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О муравьишке, который пошел в школу*

*(Е. Катинская)*

Как-то ранней осенью я отправилась в лес за разноцветными листочками... Я шагала по кривой тропинке, то и дело наклоняясь за красивыми листиками. Когда цветной букетик был готов, я решила немного отдохнуть и присела на пенек, который вырос, как маленький домик, прямо на бугорке. Я провела рукой по пушистому мху и вдруг заметила, что я здесь не одна: по пеньку бегали муравьишки. Те, что побольше, несли какие-то прутики и соринки, а малыши копошились все вместе под маленьким сучком. Пока

я наблюдала за жителями пенька, мне припомнилась история, рассказанная однажды моей бабушкой...

\* \* \*

В одном лесу, на красивой земляничной поляне жили семейства муравьев. Взрослые муравьи ходили на работу и оставляли своих детишек-муравьишек дома с бабушкой; в других семьях с малышами оставалась мама; некоторых муравьишек водили в детский садик за старой сосной.

Прошло время, муравьишки подросли, им пора было идти в школу, чтобы учиться писать и читать, узнавать много интересного о лесе, где они живут, о том, как жили муравьи до их рождения... Для всей поляны это было радостным событием: родители покупали деткам симпатичные рюкзачки, в которые складывали ручки, цветные карандашники и тетрадки, сделанные из тонкой коры клена.

И вот настал день, когда муравьишки отправились в школу. Их встретил взрослый муравей-учитель. Он отвел всех в класс и познакомил со школой. Муравьишки очень волновались, им было непривычно: ведь теперь они уже не просто муравьишки, а ученики! А что значит быть учеником, они еще плохо знали и пока только разглядывали своего учителя...

Постепенно муравьишки стали привыкать к школе, полюбили своего учителя, нашли друзей... Но были и такие, кому приходилось труднее: они скучали по маме и по дому. Одним из таких учеников был малыш по имени Усатик Ресничкин. Усатик постоянно думал о маме, отвлекался на уроках и все время хотел домой. Он еще ни с кем не подружился и поэтому на переменках всегда грустил. Иногда по утрам ему даже не хотелось идти в школу. Так продолжалось много дней, и муравьишка уже решил, что так будет всегда...

И вот ранним утром Усатик, как обычно, собирался в школу. Небо было серым, солнышко спряталось, и от этого становилось совсем печально. Мама дала Усатику бутерброд с малиновым вареньем и сказала: «Пора в школу...» Усатик шагал по тропинке, смотрел на серое небо, которое, казалось, вот-вот заплачет, и тут... с неба упала Капелька.

– Ой! – сказала она. – Муравьишка, ты почему такой грустный?

– Не видишь, что ли, в школу иду, – нехотя отозвался Усатик.

– Ах, в школу, как это здорово! Значит, ты ученик?

– Ну, ученик, а что?

– А я вот сижу целыми днями в облачке и мечтаю, что когда-нибудь тоже пойду в школу. Но мы, капельки, не учимся, – грустно сказала Капелька.

– А почему ты так хочешь в школу? Там же трудно: надо сидеть за партой, а учитель все время что-то говорит, иногда я даже не успеваю понимать. А еще там много незнакомых муравьев и муравьишек, а еще...

– Что – еще? – спросила Капелька.

– А еще там нет мамы, – вздохнул Усатик.

– Глупыш, когда я с дождиком бываю возле школы, я вижу через окошко, как много там муравьишек: одни сидят за партой и разглядывают книжки, другие пишут какие-то закорючки.

– Буквы называются, – поправил Усатик.

– Как здорово – буквы... А что еще ты знаешь? – заинтересовалась Капелька.

– Ну... – с важным видом начал муравьишка, – знаю про буквы, их очень много, а из букв составляют слова... А еще есть интересные книжки с картинками...

– И ты их все умеешь читать? – перебила Капелька.

– Ну нет, пока мне их читает мама или учитель, но потом я и сам научусь!

– Как я тебе завидую, Усатик! Ты найдешь себе друзей, узнаешь много интересного, будешь почти как взрослый. И главное – представь, как будут рады за тебя папа и мама. Ты будешь приходить из школы, рассказывать, что узнал, как провел время, с кем познакомился, что делал на переменках, какой у тебя учитель. Ведь мама обычно все о тебе знает, потому что всегда рядом с тобой, а теперь у тебя появился кусочек дня, когда ты в школе, и ты уже можешь что-то делать сам, без помощи мамы, потому что ты – ученик.

– Знаешь, как это трудно? – пожаловался Усатик.

– А разве интересно, когда все легко и просто, ведь это скучно. Хотя... я тебя очень хорошо понимаю – новые муравьишки, большая школа и все совсем не так, как дома. Но поверь мне, ты должен научиться быть учеником. Ведь остальные муравьишки тоже впервые в школе, им тоже нелегко. Просто некоторые привыкают быстро, у них кое-что лучше получается, и они быстрее находят друзей. А другие привыкают немного медленнее и боятся быть одни. Не все ведь одинаковые, правда? Кому-то легче, кому-то труднее... Так что беги, Усатик, в школу, а вечером дома расскажешь маме, что было нового сегодня, какие были уроки, с кем ты играл. Просто подойди к ней и скажи: «Мам, послушай, как было сегодня в школе».

– Спасибо тебе, Капелька! Ну, я побежал, а то опоздаю на урок! – прокричал Усатик.

Он вбежал в школу, поднялся по ступенькам в класс и сел за парту рядом с другим муравьишкой.

– Привет, Усатик, – сказал сосед по парте.

– Доброе утро, – ответил Усатик и улыбнулся.

– А ты сегодня веселый, – заметил муравьишка с другой парты.

Тут вошел учитель, и начался урок. Усатик огляделся по сторонам: небо за окном не казалось таким серым, потому что там, в тучках, жили капельки, учитель уже не казался таким чужим и непонятым, а другие муравьишки внимательно слушали учителя и уже открыли книжки. «Ну вот, опять замешкался!» – подумал Усатик.

– Ресничкин Усатик, открой книжку, – сказал учитель. Усатик открыл книгу и почему-то снова улыбнулся. «Я ученик», – гордо подумал он.

А вечером, когда мама пришла с работы, Усатик усадил ее на диван и сказал:

– Знаешь, мам, в школе все так необычно... Сегодня мы учили новые буквы и еще рисовали картинки, а еще...

– Что еще, малыш? – спросила мама.

– А еще я соскучился по тебе, мамочка, но мне пора делать уроки, потому что завтра я снова пойду в школу, а вечером расскажу тебе о том, что там было.

### **Вопросы для обсуждения**

– Почему Усатику было сначала грустно в школе?

- Какие самые грустные слова он произнес? («Там нет мамы»)
- Как понимать слова Капельки «Надо научиться быть учеником»? Разве этому нужно учиться?
- Попробуйте сказать слова «Я ученик» так же гордо, как их произнес Усатик.
- Почему маме не пришлось вечером заставлять Усатика делать уроки?

### Комментарии для ведущего

Центральное задание этого занятия – упражнение «Радость можно передать прикосновением» – предназначено для работы с умением принимать поддержку. Поэтому совершенно не важно, отгадает ли ребенок то качество, которое задумал ведущий. Главное, чтобы он вслух произносил свои предполагаемые хорошие качества, чтобы их называл весь класс (как можно больше). Ведущий же на каждый неправильный ответ ребенка отвечает словами: «Да, мне нравится в тебе твоя доброта (смелость, честность и т. п.), но я загадал другое качество».

Упражнение «Котенок» предполагает работу с «телесными поглаживаниями». «Испуганный котенок» садится на стул перед классом, остальные по одному гладят и обнимают его (те, кто хочет это делать). Если выполнение упражнения затянется, можно котенка заменить щеночком.

## Занятие 16. Грусть

### Разминка

«Покажи профессию». Дети по очереди загадывают какую-нибудь профессию и изображают ее. Остальные отгадывают.

«Скажи да и нет». Ведущий предлагает детям сказать «да» и «нет» из роли вороны, воробья, коровы, волка.

### Основное содержание занятия

«Закончи предложение». Ведущий говорит о том, что человек не всегда радуется, иногда ему может быть и очень грустно. Далее дети заканчивают предложения:

*Ребенку грустно, когда...*

*Учительнице грустно, когда...*

*Маме грустно, когда...*

«Грустные ситуации». Дети вспоминают и рассказывают ситуации в школе, когда им было очень грустно. Ведущий старается помочь им осознать, как они действуют в грустной ситуации: плачут, обижаются, злятся или как-то еще.

«Котенок загрустил». Дети по очереди играют роль котенка, который загрустил, а остальные разными способами стараются его утешить.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

## *Сказка про котенка Ваську*

*(К. Ступницкая)*

Жил-был котенок Васька, и был он большим хулиганом. Оставит мама-кошка вязанье на столе, Васька схватит клубок, весь его разматывает, всю мебель в комнате опутает. Варит мама суп, Васька залезет в кастрюлю лапой, мясо выловит и утащит куда-нибудь, даже не съест, а так бросит. Или просто ходит, своих братьев-сестер задирает, а те обижаются, плачут.

Попадало Ваське за его шалости, но он ничего поделать с собой не мог, все равно безобразничал. Да и что ему еще оставалось, скучно ему было. Папа почти все время проводил на охоте, мама по хозяйству возилась, а братья-сестры (их у него было целых шесть) Ваську не любили (так ему казалось). Вот он и хулиганил, чтобы как-то развлечься.

Однажды Васька сильно провинился. Бегал он по комнате за мухой, да так заигрался, что не заметил, как смахнул с полки дедушкин портрет, тот упал, и стекло в рамочке разбилось. Очень рассердились на Ваську родители, без ужина оставили, выставили на крыльцо «думать над своим поведением».

Сидит Васька один на крыльце, грустно ему, есть хочется. Обидно – не хотел он портрет разбивать. Решил Васька пойти побродить. Недалеко от их дома был скотный двор, зашел Васька туда. Там теплее было и светлее. Идет Васька по двору, видит, сидит курица, а вокруг нее цыплята. Она кудахчет ласково, перышки им клювом чистит, крылом укрывает. И тут совсем Ваське грустно стало: вспомнил он свою маму. Та уже давно Ваську не ласкала, все больше ругалась, а если не ругалась, то казалось, и вовсе не замечала. Сел Васька в углу и заплакал.

В это время пришла из поля во двор корова Буренка. Увидела Ваську и спрашивает его:

– Что ты, Васька, тут делаешь? Почему плачешь?

– Выгнали меня – портрет дедушкин разбил. А плачу, потому что грустно.

– Эх, Васька, что ж ты такой хулиган?

– Да не хотел я его разбивать, случайно вышло, – ответил Васька. Усы его от слез совсем повисли.

Жалко стало Буренке Ваську.

– Хочешь молока? – предложила она.

Напоив Ваську молоком, Буренка спросила:

– Ну, расскажи мне, отчего тебе грустно.

Васька всхлипнул и ответил:

– Вон мама-курица как своих цыплят любит: перышки им чистит, под крылом греет. А моя мама совсем меня не любит, не натворю чего, так и вовсе не заметит.

– Ну что ты, Васька? Конечно, она тебя любит! А не ласкает тебя потому, что некогда ей – дел-то вон сколько, вас у нее семеро. Ты бы, чем шалить, лучше бы помог ей, вот увидишь, как она обрадуется!

Васька посмотрел на Буренку недоверчиво, но плакать перестал.

– Ступай теперь домой, тебя уж, наверное, ищут.

Пришел Васька домой, его действительно искали.

Тяжелый день был у Васьки, он быстро заснул. Проснувшись на следующее утро, он вспомнил слова Буренки. Решил помочь маме. Пришел на кухню, спросил, что сделать. Мама-кошка удивилась, но поручение Ваське дала – отправила за молоком к Буренке. Потом попросила шишки для самовара собрать. После обеда – посуду помыть. За ужином мама рассказала папе-коту, как Васька ей помогал, тот удивился и похвалил Ваську.

Устал Васька за день, лег спать, и когда он почти уже заснул, подошла к его кровати мама и сказала:

– Спасибо тебе, Васька, за то, что так помог мне сегодня! Помурлыкала немного и даже лизнула Ваську.

### Вопросы для обсуждения

- Каким был котенок Васька?
- Почему ему стало грустно?
- Что он стал делать, когда ему было грустно?
- Что он подумал о маме?
- Что сказала ему Буренка?
- Что он стал делать после разговора с Буренкой?
- Почему мама похвалила его?

## Занятие 17. Страх

### Разминка

«Дотроньтесь до...» Ведущий произносит фразу: «Дотроньтесь до (кончика носа, правой щеки и т. п.) те, кто (сегодня умывался, ел вчера шоколад, боится мышей и т. п.)». Вопросы о страхах перемежаются вопросами на любые другие нейтральные темы. Дети отвечают молча, меняя способ ответа по команде ведущего.

### Основное содержание занятия

«Мысленная картинка». Дети должны с закрытыми глазами нарисовать, а затем описать группе мысленную картинку, которая соответствует предлагаемым для прослушивания музыкальным отрывкам либо звукам природы (резкая, громкая музыка, звуки грозы). После этого детям объявляется (шепотом) новая тема: «Страх».

«Покажи страшилку». Ведущий показывает детям изображения страшных сказочных персонажей: Бабы Яги, Змея Горыныча, скелетов, вампиров и т. п. Затем водящему предлагается внимательно рассмотреть одну из картинок, чтобы он мог изобразить выбранный персонаж как можно точнее. Остальные отгадывают, кого именно изображает водящий.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

## *Девочка с мишкой*

*(Е. Зубарева)*

В одном обычном городе, в обычной семье жила-была обычная девочка Света. У нее было много игрушек, но особенно Света любила маленького плюшевого мишку. Света заменяла ему маму: пела ему песенки, баюкала его. А Светина мама рассказывала ей на ночь сказки и потом выходила из комнаты, поцеловав дочку и пожелав ей спокойной ночи.

Как только погаснет свет, Света накрывалась с головой одеялом, зажмуривалась и старалась уснуть, прижимая к себе мишку. Под одеялом было душно и жарко, но выглануть из-под него Света боялась. Ей казалось, что вокруг нее пляшут страшные, зловецкие тени: вот-вот поймают ее длинными ручищами и начнут мучить. Если не удавалось заснуть, то девочка начинала кричать и звать маму. Мама приходила, включала свет, прижимала Свету к себе, баюкала ее, и тогда девочка засыпала, уверенная в том, что мама рядом и всегда сможет защитить ее.

Однажды родители собрались вечером в гости. Перед уходом мама рассказала дочке сказку. Девочка уснула, а мама спокойно погасила свет и ушла.

Ночью Света проснулась и увидела, что вокруг нее темнота. Ее сердце забилось, слезы покатались из глаз; она позвала маму, но вспомнила, что ее нет дома. Стало еще страшнее! Света подумала, что можно включить свет, но для этого надо было встать и сделать несколько шагов... Нет, от самой этой мысли мурашки бегут по коже... Света заплакала еще сильнее, сжалась в комочек под одеялом. И вдруг услышала чьи-то всхлипы.

Девочка притихла, вылезла из-под одеяла, оглядела темную комнату. Из глаз ее любимого плюшевого мишки капали слезы!

– Ты тоже плачешь? Ты тоже боишься? погоди... я помогу тебе... я не дам тебя в обиду. Я расскажу тебе сказку, а ты вытирай слезы, закрывай глазки и постарайся уснуть.

Света уложила мишку, тихо спела ему колыбельную, рассказала одну из маминих сказок.

В это время вернулись родители. Папа услышал звуки в темной комнате, открыл дверь и увидел Свету, которая сидела на кровати и что-то шептала.

– Почему ты не спишь? Хочешь, я включу свет, если тебе страшно?

– Нет, папочка, тише! Не разбуди мишку!.. Он так боялся, плакал, а я ему рассказывала сказку. Теперь он спит и ничего не боится. Мне тоже давно пора спать. Спокойной ночи...

## *Темноландия*

*(Р. Масленикова)*

Жил маленький мальчик. Он ужасно боялся темноты, никогда не выключал свет на ночь, старался не оставаться один в темной комнате.

Однажды, заснув при ярком свете, он увидел удивительный сон – яркий, красочный, красивый. Проснувшись, он усомнился в том, что это был сон, – так четко отложились его образы в сознании... Он помнил, как закрывал глаза при свете, но сейчас, открыв их, он обнаружил полную темноту. «Это мама выключила свет», – догадался мальчик и тут заметил рядом с собой маленького человечка. Он был очень смешной: в большом колпаке, который сползал на глаза, в причудливых башмаках и с огромными ушами.

– Привет, Дениска! – поздоровался человечек, дружелюбно улыбаясь.

– Здравствуйте, а вы кто? – удивился Дениска (мальчика и вправду так звали).

– Я сказочный эльф Энни и пришел сюда, чтобы показать тебе прекрасную волшебную страну, которая называется Темноландия.

– Нет, я не хочу ее смотреть, – отвечал мальчик, – я боюсь темноты.

– Я знаю, и мне очень обидно, что ты боишься красоты, которой ты никогда не видел. Пойдем же!

Мальчику не хотелось идти в Темноландию, но он не хотел показаться эльфу маленьким трусишкой. Он согласился пойти с ним.

Через мгновение Дениска с эльфом оказались перед чудесным замком, освещенным полной луной и многочисленными звездочками, которые улыбались мальчику и вежливо здоровались с ним.

– Это наш главный замок, а это – ворота в нашу страну. Нравится ли тебе здесь?

– Еще бы! – отвечал мальчик. – Мне всегда казалось, что только при солнечном свете все может быть красивым. Но этот ночной замок просто прекрасен! Он будто осыпан серебристым инеем. Здорово!

Они направились дальше. На пути им встретился чудесный водопад, струи которого мерцали в лунном свете. Кругом летали восхитительные птицы, некоторые из них плескались в струях водопада.

– Посмотри на горы слева от тебя, – говорил эльф. – Их вершины покрыты снегом. Видишь, как сияет снег в лунных лучах? А теперь пойдем в лес.

«Но в лесу всегда темно и не видно луны», – вспомнил мальчик о своем страхе.

– Но там еще лучше, чем здесь. Пойдем, ты не пожалеешь, – уговаривал Энни Дениску.

Да, он был прав. В лесной траве сверкали светлячки, много смешных эльфов гуляли здесь, взявшись за руки. Они ходили по лесу и слушали пение ночных птиц, любовались светлячками, разговаривали с животными.

– Вот такая наша Темноландия! Но, Дениска, тебе уже пора просыпаться – наступает утро.

– Да, я пойду, – отвечал мальчик. – Мне очень у вас понравилось. Здесь очень красиво! До свидания!

– До свидания, – отвечали маленькие эльфы. – Вспоминай о нас почаще, особенно когда будешь ложиться спать.

– Тебя проводить, Дениска? Тебе не страшно? – спросил вдруг эльф Энни. – Ведь в нашей стране нет фонарей.

– Нет-нет, спасибо. Как может быть страшно там, где так красиво?! Я пойду один, – ответил Дениска.

Попрошавшись со всеми эльфами, мальчик пошел домой по чудесному лесу со светлячками, осмотрел еще раз серебристые горы, полюбовался напоследок водопадом и прекрасным замком... И тут он открыл глаза и проснулся.

...На следующий вечер, ложась спать, он по привычке оставил свет в комнате включенным, но затем встал и погасил его: «Хочу опять попасть в прекрасную Темноландию!»

Через некоторое время мама вошла в темную комнату Дениски и очень удивилась, увидев, как крепко он спит. А папа задумался и сказал: «Наш мальчик, возможно, повзрослел...»

### **Комментарии для ведущего**

Занятия по темам, связанным со страхом, помимо общеразвивающего, могут иметь коррекционное воздействие: утвердить право детей на переживание страха (все люди боятся чего-либо, бояться не стыдно), дать детям возможность отреагировать страхи, показать некоторые способы совладания с ними. Поэтому основная работа на данном занятии строится на обсуждении сказок. Читать сказки нужно очень медленно, периодически обращаясь к детям со словами: «А у вас было что-то похожее?» Как правило, еще в начале первой сказки ребята начинают рассказывать о своих страхах. А если во время чтения второй сказки остановиться после слов «...усомнился в том, а сон ли это был вообще...», дети начнут говорить о своих страшных снах, которые «как будто по-настоящему».

После медленного чтения сказок дети рисуют иллюстрацию к одной из них (по выбору). Хотя многие хотят и успевают нарисовать два рисунка.

## **Занятие 18. Страх. Как его преодолеть?**

### **Разминка**

**«Неопределенные фигуры».** Ведущий рисует на доске неопределенные фигуры, ребята придумывают, на каких страшных существ они похожи.

### **Основное содержание занятия**

**«Конкурс пугалок».** По кругу быстро передается мячик. Получивший его должен назвать тот или иной страх человека (повторяться нельзя). Кто не может быстро придумать страх, выбывает из игры. Определяются один-два победителя конкурса.

**«Чужие рисунки».** Ведущий показывает детские рисунки на тему «Страх». Учащимся необходимо угадать, какому страху посвящен рисунок.

**«Закончи предложение».** Дети заканчивают следующие фразы:

*Дети обычно боятся...*

*Взрослые обычно боятся...*

*Мама обычно боятся...*

*Учителя обычно боятся...*

В результате обсуждения этой работы делается обобщение: каждый человек может иногда чего-то бояться, и страх – это не то, чего следует стыдиться, хотя и полезно учиться его преодолевать.

**Работа со сказкой.** Дети слушают и обсуждают историю о Мише и Маше. Особый акцент делается на понимании того, что можно бояться за другого человека.

### *Мы просто очень боялись за вас*

В одном большом городе, в доме на первом этаже жила семья: папа, мама и двое детей – Миша и Маша. Мама с папой ходили на работу, а Миша и Маша – в школу. Они были близнецами и поэтому учились в одном классе и сидели за одной партой. Папа и мама любили своих детей и гордились ими, но одно огорчало – оба ребенка очень всего боялись: боялись темноты, боялись волка, боялись оставаться одни дома...

Когда они ложились спать, Миша клал рядом с собой игрушечный пистолет, который, несмотря на то что был игрушечным, очень громко стрелял. А Маша – саблю из Мишиного рыцарского набора. И каждый раз, засыпая в своих кроватках, они долго крутились, прислушиваясь к каждому шороху, так что по утрам, поправляя их простыни, мама только охала.

Однажды вечером мама с папой уложили детей спать и уехали ненадолго на вокзал встречать бабушку.

– Может быть, второпях они забыли закрыть дверь? – прошептал сестре Миша, потому что вскоре в коридоре, а затем в кухне послышались какие-то уж слишком громкие шорохи и шаги.

Дети тихонько приоткрыли дверь в коридор и тут же захлопнули ее. Там ходила большая черная собака с опущенным хвостом. Дети придвинули к двери стулья, велосипеды и залезли под Машину кровать. Но вдруг в их головы пришла страшная мысль: «А мама с папой, а бабушка? Что будет с ними, когда они увидят собаку? Может быть, она бешеная и кусает их?» Дети затряслись от страха и тихонько заплакали. Но вдруг Миша решительно взял свой пистолет, а Маша – саблю.

– Я испугаю ее, – сказал Миша.

– А я побью ее, – сказала Маша.

Дети разобрали завал около двери и вышли в коридор. Миша загрохотал пистолетом, а Маша застучала саблей по стене, потом по батарее.

– Пошла вон! – закричали они хором.

И собака выскочила, а дети заперли за ней дверь. Вскоре пришли родители. Они были очень встревожены. Соседка предупредила, что от их

двери бежала большая черная собака. Дети рассказали им все, что было. Родители обрадовались: они гордились такими детьми.

– Как же вам удалось прогнать такую страшную собаку? – спросили они.

А дети отвечали:

– Мы просто очень боялись **за вас**.

### **Комментарии для ведущего**

В конце занятия ведущий подводит ребят к мысли, что не бывает «плохих» или «хороших» чувств. В разных ситуациях чувство может мешать, а может и помогать человеку и окружающим его людям.

## **Занятие 19. Гнев. С какими чувствами он дружит?**

### **Разминка**

**«Художники».** Для выполнения этого упражнения потребуются театральный грим и две большие пластмассовые куклы. Дети делятся на две группы. Каждая из них задумывает то или иное чувство и соответственно гримирует свою куклу. Затем дети одной группы отгадывают, какое чувство задумано и изображено на лице куклы, загримированной другой группой.

**«Попугай».** Ведущий произносит короткое предложение, например: «Я иду гулять». Один из участников повторяет это предложение, стараясь при этом выразить заранее задуманное чувство. Остальные дети отгадывают, какое чувство было загадано.

**«Покажи дневник маме».** Из числа участников выбираются «мама» и «ученик». «Ученик» пишет на листочке оценку и показывает ее так, чтобы видела только «мама». «Мама» должна без слов выразить свое чувство так, чтобы остальные дети догадались, какую оценку получил «ученик».

### **Основное содержание занятия**

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

#### ***О мальчике Сереже, который всего боялся и потому дрался***

Жил-был первоклассник Сережа. Он красиво писал и неплохо читал. А примеры решал лучше всех в классе. И даже во время прогулок умудрялся не вымазаться в лужах. Одна была у него слабость: он всего боялся. А оттого... постоянно дрался.

Вот, скажем, подходит к нему Пашка Замордашкин и говорит: «Чур, я сегодня первый на прогулке большой лунокат пускать буду». А Сережа его как стукнет! Повалит его Сашка Бендибрашкин на перемене на пол – всем ведь поваляться хочется! – а Сережа и его ударит так, что визжит Сашка на всю школу. Хлопнет по плечу Ленка Конопенкина: «Ты, Сережа, салочка». Так он Ленку тут же толкнет.

И ругали Сережу за это, и наказывали. Ничего не помогало, пока не начались в том первом классе, где Сережа учился, занятия психологией. И тогда Сережа понял, что дрался он только потому, что... боялся! Страх, оказывается, очень дружен с другим нехорошим чувством. С каким? Правильно, со злостью или с гневом. И ребята Сереже помогли справиться с этой ужасной привычкой. Как им это удалось? Давайте вместе вспомним, как человек может справиться со своим страхом...

### **Вопросы для обсуждения**

- Знаете ли вы таких ребят, которые дрались, потому что боялись?
- Что бы вы им сказали? Как бы им помогли?

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Как ромашки с васильками поссорились*

*(Е. Вишнева)*

Я расскажу тебе удивительную историю про говорящие цветы. Они живут на нашей Цветочной поляне на опушке леса. А зовут их Ромашками и Васильками. Они всегда были дружными: вместе веселились и играли, помогали друг другу. На опушке не смолкал радостный смех, а вместе с ним по воздуху разносилась ароматная пушистая пыльца. В солнечный день поляна благоухала.

Но однажды приключилось несчастье. Началось все с пустяка. Васильку понравилось, как Ромашка жмурится на солнце, и он беззаботно рассмеялся, но Ромашке не понравилось, что над ней смеются. Она обиделась, и все ее лепестки от негодования покраснели. Подруги Ромашки тоже обиделись на такое неделикатное обращение и решили объявить Василькам войну. Они перестали с ними играть, обидно подшучивали над ними. Васильки в ответ начали дразнить Ромашек: хватали их за лепестки и задорно кричали: «Любит! Не любит!» Этим они совсем вывели Ромашек из себя. К вечеру друзья окончательно рассорились и разошлись на разные стороны Цветочной поляны. Ведь никакая уважающая себя Ромашка не будет расти рядом с такими забияками и грубиянами! И всякому Васильку наконец могут надоест капризы и колкости.

– Как хорошо! Теперь здесь никто не пихается и не толкается! – успокоились Ромашки.

– И хныканья не слышно! – приятно удивились Васильки. «Вот теперь начнется спокойная жизнь!» – подумали все.

И вот наступило первое утро этой спокойной жизни. Ромашки принялись красоваться друг перед другом и хвастаться своими лепестками. Хвастались, хвастались и заспорили. У кого лепестки лучше? На кого села самая красивая бабочка? У кого самая желтая серединка? Кто веселее всех смеется? Эти вопросы не давали им покоя, Ромашки не нашли ответов и заскучали.

У Васильков дело обстояло не лучше. Они скучали, так как знали мало игр (все их придумывали Ромашки). Больше всего Васильки любили мериться силой. Мерились они силой, мерились и подрались. И некому было их успокоить и помирить. Самые слабые заплакали, а сильные молчали, но и им было не по себе.

Наступила ночь. Стало темно, заухала сова. Ромашки испугались. «Где же наши сильные и храбрые Васильки? Мы так боимся!» – думали они.

А Васильки еще вечером решили уйти жить к своим дальним родственникам, Колоскам, и уже были на пшеничном поле. Однако Колоски их встретили холодно и заявили, что они не желают знаться с простыми Васильками. «Где же наши милые, добрые Ромашки?! – подумали Васильки. – Как напрасно мы их обидели!» А Колоски стали еще злее. Они сказали Василькам, что скоро придет Человек и всех их выгонит с поля. Василькам стало страшно. Впервые они, такие храбрые, испугались. «Все потому, что нет наших Ромашек! Они бы обязательно что-нибудь придумали!» – решили Васильки, собрались и зашагали обратно к поляне, а потом и побежали, от страха все ускоряя бег.

А на поляне в это время было тревожно. Мыши узнали, что защитники Ромашек ушли, и решили подгрызть их корешки. Щелкая зубами, они приближались к Ромашкам. Те закричали. К счастью, их услышали Васильки. Только что трусливо бежавшие от Человека, они вдруг храбро бросились на защиту своих подруг. Мыши не ожидали такой атаки и разбежались.

– Как хорошо, что вы вернулись! – воскликнули Ромашки.

– Простите нас! – сказали Васильки.

– Ведь нам так весело вместе! – хором сказали цветы.

– Вы такие выдумщицы!

– А вы такие сильные!

– Вы очень добрые!

– А вы храбрые! – слышалось со всех сторон.

Наступило примирение, цветы рассмеялись, и пушистая ароматная пыльца облаком поднялась над поляной. С тех пор они всегда дружны.

Вот такая сказочная поляна есть на свете. Ты всегда можешь ее найти по звонкому смеху, слышному оттуда, и пушистому облаку душистой пыльцы, гуляющему над поляной.

### **Вопросы для обсуждения**

- Почему поссорились Васильки с Ромашками?
- Как они себя чувствовали, когда были в ссоре?
- Что помогло им помириться?
- Были ли у вас похожие ситуации?

### **Комментарии для ведущего**

Итогом занятия должен стать вывод о том, что страх и обида нередко вызывают гнев. Хорошо, если каждый ребенок придумает свой личный пример на связку *обида – злость* или *страх – злость* (эти слова можно написать на доске).

## Занятие 20. Гнев и его польза

### Разминка

**«Черная рука – белая рука».** Дети должны представить себе и изобразить «черную руку» – руку, готовую к агрессии, напряженную, с напряженными пальцами. Затем по сигналу ведущего превратить ее в «белую руку» – расслабленную, готовую приласкать.

**«Разозлились – одумались».** По сигналу «Разозлились!» дети напрягают тело, сжимают кулаки, по сигналу «Одумались!» – расслабляются и улыбаются.

**«Поссорились – помирились».** Дети выбирают двух участников, которые должны представить, что их правые руки – это человечки, выполняющие на столе разные действия по команде ведущего: знакомятся, идут гулять вместе, ссорятся, дерутся, обижаются друг на друга, мирятся, идут играть вместе. Затем руки превращаются в двух петушков и выполняют те же действия, но с добавлением «петушиных» звуков.

### Основное содержание занятия

**«Закончи предложение».** Учащиеся заканчивают следующие фразы:

*Гнев приносит пользу, когда...*

*Гнев приносит вред, когда...*

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О путнике и его беде*

*(С. Кондратенков)*

Мне вспомнилась одна старая история. Произошла она в давние времена, когда люди еще не имели ни телефонов, ни телевизоров, ни машин. Вокруг были одни зеленые леса да поляны. Жизнь была спокойной и размеренной. Почти как у бабушки в деревне.

Тогда люди не знали, что земля состоит из материков и островов. Они догадывались, что где-то далеко есть земли, в которых живут воинственные племена. Иногда они почему-то нападают на мирных жителей, грабят селения, сжигают дома и идут дальше, принося с собой горе и разорение.

На окраине одной деревушки росла березовая роща. И вот однажды с той самой стороны, откуда обычно приходили разорители, появился одинокий путник. С виду обычный человек, но чем-то он отличался от жителей деревни – то ли одеждой, то ли широкой открытой улыбкой, при виде которой так и хотелось улыбнуться в ответ. Наверное, его улыбка была похожа на твою. Этот путник решил передохнуть и остановился в березовой роще. Присел на траву, закрыл глаза и услышал тихий шелест деревьев. Они будто пели ему колыбельную песню, а солнечные зайчики, пробиваясь сквозь листву, затеяли

игру на его лице. Он чувствовал, как теплые пятнышки перескакивают со щеки на лоб, со лба на подбородок. Путнику стало так хорошо, что он решил остаться в этой деревне.

Пока он сидел под деревом, к нему подошел седой старик, присел рядом:

– Откуда путь держишь, чужестранец?

– Я уже и не помню, где начал свой путь, – отвечал тот, – знаю только, что, где бы я ни появился, я везде приношу с собой горе. Вроде стараюсь помогать людям, но обязательно получается что-то не так, вот я и ухожу подальше от печалей.

– Разве можно уйти от печалей? – удивился старик.

– Конечно, – отвечал путник, – уходя, ты оставляешь печаль на месте, а с собой берешь только радость.

Они долго беседовали, а потом старик пригласил путника к себе. Тот остался жить в селении. Он помогал жителям чем мог, а когда узнал о существовании воинственных племен, заявил:

– Неужели вы ни разу не пытались дать им отпор? Нет? Тогда надо этому научиться!

Путник пошел в дом и вынес оттуда тяжелый, блестящий на солнце меч.

– С помощью такого меча и храбрости в душе можно победить любого врага! – сказал он и взмахнул мечом, со свистом рассекая воздух.

Самые храбрые юноши в деревне пошли в ученики к чужестранцу. После тренировок он уходил в березовую рощу, сидел на траве, прислонясь спиной к теплому белому стволу, слушал шепот листвы. Это место было его самым любимым во всей округе.

Однажды поутру жители услышали бряцание металла и топот тысяч ног, увидели огромные полчища воинов. Защитники селения были наготове и ждали врага на большом поле перед березовой рощей. Воины поначалу удивились, встретив отпор, но затем вынули из ножен острые мечи и ринулись в бой. Сначала они потеснили защитников деревни, но как только битва перешла в рощу, у жителей селения как будто прибавилось отваги, и они стали защищаться с удвоенной силой. Над рощей стоял звон металла, повсюду блестели скрещиваемые в битве мечи. Путник, сражавшийся в самой гуще битвы, уже не помнил, где находится. Он только знал, что надо убивать врагов, и махал своим верным мечом во все стороны: взмах и удар, взмах и удар. Битва так захватила его, что он ничего не чувствовал, кроме злобы и ненависти.

И вдруг... вдруг он споткнулся и упал. И снова стал самим собой. Он увидел свои руки, дрожащие от усталости, услышал необычную тишину. Потом огляделся вокруг, и увиденное поразило его настолько, что он застыл на месте.

Старой березовой рощи больше не было. От нее остались одни пеньки, а среди них стоял старик и печально смотрел на путника.

– Что со мной случилось? – спросил путник, когда обрел дар речи.

– Ты так забылся в своем гневе, что не заметил, как враги бежали, а ты все продолжал рубить. Даже наши воины испугались тебя и ушли, а ты все продолжал размахивать мечом и погубил все деревья, – ответил старик.

Путник сел и зарыдал. Он опять принес с собой беду и загубил любимую рощу. Он взял свой меч и, волоча его по земле, пошел прочь от деревни. Уйти в новые места путник был не в силах, и он остался жить неподалеку, выстроив себе хижину на опушке леса. Меч он припрятал подальше. Улыбка исчезла с

его лица. Он больше не появлялся в селении. Люди часто видели его бродящим по лесу, одинокого и печального.

И вот на это селение опять напали враги. Началась битва, но жители поняли, что без силы и ловкости путника им с врагом не справиться. За ним послали гонца, но путник и слышать ничего не хотел: «Я поклялся больше не брать в руки меч. Хватит! Я приношу горя больше, чем радости. Я сдержу свою клятву». Гонец ушел ни с чем.

Когда у защитников селения силы были на исходе, к путнику пришел старик. Он посмотрел путнику в глаза: «Если это необходимо, то нужно взять в руки самый большой меч. Не надо только забывать, что от тебя одного зависит, с какой силой и на что опустится твой меч». И старик побрел в деревню.

«Да, – подумал путник, – от беды не убежишь, беду можно только победить». Он разыскал свой меч и ринулся на помощь жителям селения. Он сражался храбро, как всегда, но постоянно помнил слова старика и, увидев первого убегающего прочь врага, тут же опустил свой меч. Это была настоящая победа. Самая радостная победа в его жизни. И он снова улыбнулся... прямо как ты сейчас.

А на месте вырубленной роши выросла новая, и чем выше становились деревья, тем лучше путник умел владеть собой и все чаще на его лице светилась улыбка.

### Вопросы для обсуждения

- Каким был путник?
- Почему в первом бою с врагами путник порубил все деревья?
- Какие чувства не дали ему остановиться, когда он уже победил врагов?
- Почему он не хотел принимать участие в бою во второй раз?
- Какую главную победу над собой одержал путник?
- Покажите улыбку путника так, чтобы захотелось улыбнуться в ответ.
- Как вы понимаете слова «я ухожу от своих печалей»?
- Что, кроме меча, нужно, по мнению путника, чтобы победить врага? (*Храбрость в душе.*)
- Как вы понимаете слова «...и снова стал собой»? Разве путник превращался в кого-то другого?
- Что значит «ты забылся в своем гневе»?
- Объясните фразу «не надо забывать, что от тебя одного зависит, с какой силой и на что опустится твой меч».
- Почему последняя победа была самой радостной в жизни путника?
- Подумайте, почему чем лучше путник учился сдерживать себя в нужный момент, тем чаще он улыбался?

### Комментарии для ведущего

Гнев является наименее дозволенным чувством, в особенности для детей. Нередко детям бывает трудно выражать гнев, поэтому очень важно, чтобы они осознали, что имеют право чувствовать гнев. Необходимо также подчеркнуть неоднозначность этого чувства, обратить внимание детей на то, что оно может быть полезным. Однако при этом важно сделать акцент на том, что грань между «гневом во вред» и «гневом на пользу» очень тонкая, поэтому чело-

веку необходимо контролировать проявления гнева. Последний вывод может быть сделан в ходе обсуждения сказки. Она довольно длинная и трудная для восприятия первоклассников, поэтому следует читать ее очень медленно, по возможности выразительно, и обсуждение проводить не после, а в процессе чтения сказки.

## Занятие 21. Обида

### Разминка

**«Массаж чувствами».** Дети становятся «цепочкой» (в затылок друг другу), положив подушечки пальцев на спину впереди стоящего ребенка. По сигналу ведущего они изображают подушечками пальцев различные чувства: радость, злость, страх, любовь и т. п.

**«Пусть всегда будет!»** Ведущий рассказывает детям о том, что один маленький мальчик придумал такие слова: «Пусть всегда будет солнце, пусть всегда будет небо, пусть всегда будет мама, пусть всегда буду я!», и предлагает придумать каждому свое самое заветное «пусть». Затем все дети хором кричат «Пусть всегда будет...», а один из детей добавляет свое желание, затем то же самое по очереди делают остальные.

**«Весеннее настроение».** Дети по очереди придумывают и изображают руками фигуру, которая соответствует весеннему настроению. Затем говорят, в какой цвет они бы ее раскрасили, какой она будет на ощупь, как будет пахнуть.

### Основное содержание занятия

**«Закончи предложение».** Дети заканчивают предложения:

*Ребенок обижается, когда...*

*Мама обижается когда...*

*Учительница обижается, когда...*

**«Какая у меня обида».** Ведущий рассказывает детям о том, что обида у разных людей бывает различной. У одних она быстро забывается, тает, как снежинка на теплой руке. А у других она живет долго. И тогда она напоминает иголку в ботинке – постоянно колет человека и заставляет его грустить или злиться на обидчика. Ведущий предлагает детям выполнить задание 3 из Рабочей тетради, посвященное обиде. Или можно раздать детям листы бумаги, на которых ведущий заранее разделил лист пополам и на первой половине приготовил контурное изображение ладони, а на второй – ботинка. Дети должны нарисовать маленькую обиду, которая тает на ладони, и большую острую обиду, которая мешает жить, в ботинке. В процессе рисования ведущий спрашивает детей, на что похожа их собственная обида, помнят ли они ее долго или быстро прощают обидчика.

**«Напрасная обида».** Ведущий говорит, что нередко один человек обижается на другого совершенно зря, потому что обидели его не нарочно, а нечаянно. Он просит детей вспомнить случаи, когда они обижались друг на друга. После каждого рассказа все хором кричат: «Ох, обиделся ты зря! Это все твои друзья!»

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

## *Обида*

*(Е. Карабашева)*

– Сашенька, сынок! – Мама тихонько отворила дверь детской и вошла в комнату.

На кровати, отвернувшись к стене, лежал маленький мальчик. Услышав мамин голос, он не повернулся и ничего ей не сказал, хотя сердце у ребенка радостно забилось. Мама подошла к кровати и села у изголовья. Поглаживая сына по голове, она продолжала спокойным, ласковым голосом:

– Милый мой, почему ты не стал пить чай со своими любимыми пирожными? Я купила их специально для тебя. Ты не захотел пить чай со мной? Но бабушка говорила, что ты меня целый день ждал, все время спрашивал ее, когда я вернусь. А теперь, когда я здесь, ты ушел в свою комнату, лег на кровать, отвернулся к стене и молчишь. Знаю, ты на меня обиделся, и догадываюсь почему. Поверь мне, я тебя очень люблю и так же, как и ты, хочу, чтобы мы все время были вместе, но, к сожалению, это невозможно.

Мальчик не шелохнулся и продолжал молчать. Мама тихонько вздохнула и сказала:

– Саша, хочешь, я расскажу тебе одну очень интересную сказку?

Саша повернулся, угрюмо посмотрел на маму и спустя некоторое время кивнул. Мама нежно улыбнулась сыну и начала: «В одном волшебном лесу жило много разных сказочных зверей. Среди прочих и медведица с медвежонком и престарелой бабушкой. У них была большая, но очень уютная берлога со всеми удобствами. Там было много красивых интересных вещей, на столе у медведей всегда была самая вкусная еда, а комната медвежонка была завалена разнообразными игрушками. И вообще медведи жили хорошо, и не только потому, что у них все было, просто они друг друга любили, дружили между собой и всегда друг другу помогали. Лишь одно огорчало маму-медведицу, а еще больше – маленького медвежонка: медведица работала лесным доктором, а в волшебном лесу, несмотря на то что он волшебный, все время кто-нибудь нуждался в помощи врача.

Медведицы практически все время не было дома, а маленький медвежонок, хоть у него была любящая бабушка и много друзей, постоянно скучал по маме. Она тоже очень скучала по своему сыну, беспокоилась за него. Ей хотелось как можно больше времени проводить с ним, но она понимала, что не может бросить свою работу. Без ее помощи заболевшие звери не обойдутся».

Тут мама прервалась и посмотрела на сына. Мальчик развернулся к ней лицом и слушал ее с большим интересом.

– А что было дальше? – тихо спросил Саша. – Продолжай, пожалуйста!

И мама продолжила: «Только маленький медвежонок этого не понимал. Он проводил долгие часы в ожидании мамы, постоянно спрашивал про нее у бабушки, а когда мама возвращалась, медвежонок уходил в свою комнату и не хотел даже разговаривать с медведицей. Мама очень переживала, когда ее сын так делал, пыталась ему объяснить важность своей работы, но у

нее это не получалось. Через какое-то время медвежонок успокаивался и вновь начинал разговаривать с медведицей, но потом все повторялось снова. Однажды произошла история, которая изменила эту ситуацию».

Мама мельком посмотрела на сына – тот очень внимательно ее слушал. Его лицо покраснело, а в глазах горел живой интерес.

«Как-то раз вечером, когда медведица укладывала медвежонка спать, укрывала сына теплым одеялом и рассказывала ему очень интересную сказку, в дверь их берлоги громко постучали. Медведица встревоженно посмотрела в сторону двери и пошла ее открывать. Она боялась, что опять кому-то понадобилась ее помощь, а ей так не хотелось сейчас оставлять своего медвежонка!

На пороге стоял запыхавшийся испуганный зайчонок. Он начал сбивчиво говорить. Из его рассказа медведица поняла, что произошел несчастный случай. Бельчонок прыгнул за шишкой с одного дерева на другое, но не долетел и упал на землю. Сейчас бельчонок не может подняться на лапы. Он лежит на лесной поляне между двумя соснами, плачет и жалуется, что у него сильно болит лапка.

Медведица схватила свой волшебный чемоданчик с лекарствами, велела медвежонку оставаться в постели и сказала, что постарается вернуться сразу же, как освободится. Бабушка-медведица к тому времени уже спала, и мама-медведица не стала ее будить.

Она ушла, а медвежонку стало очень грустно и обидно, что мама оставила его и побежала помогать неизвестно кому. И тогда он решил нарушить мамин наказ. Медвежонок вылез из-под теплого одеяла, в которое его так нежно укутала мама, встал с постели, вышел из детской и тихонько, чтобы не разбудить бабушку, выскользнул из берлоги.

Краем уха медвежонок слышал разговор мамы с зайчонком и знал, в какую сторону ему держать путь. Он огляделся по сторонам, никого не увидел и со всех лап помчался на поляну.

На поляне было полным-полно зверей. Медвежонок спрятался за дерево и начал наблюдать за тем, что происходит. Он увидел, как его мама склонилась над заплаканным бельчонком, как она его успокаивает и одновременно осматривает, увидел, с какой надеждой смотрят на нее родители бельчонка, и внутри у него зародилось сомнение: может, он зря так обижался на маму?

– Перелом правой лапы, – серьезным голосом сказала медведица.

Бельчиха-мама вскрикнула.

– Но ничего страшного, – тут же успокоила ее медведица, – сейчас наложу гипс, и вскоре его лапа будет как новенькая.

Медведица тут же это проделала.

– Ну вот, теперь твоей лапе нужен полный покой, и тогда она скоро заживет! – сказала медведица бельчонку.

Родители бельчонка стали благодарить медведицу, а медвежонок, гордый за свою маму, выскочил из своего укрытия и побежал к ней.

– Мама, мама! – кричал он ей. – Какая ты молодец!

Мама-медведица увидела своего сына. Выражение ее мордочки стало сначала испуганным, потом серьезным, и вдруг на ней появилась радостная улыбка. Ей расхотелось ругать медвежонка за то, что он не послушался ее. А медвежонок тем временем подбежал к ней.

– Теперь я понял, – сказал он, – какая важная у тебя работа! Прости меня, что я так себя с тобой вел! Я больше так не буду!

Мама-медведица обняла медвежонка, поцеловала его и сказала:

– Я знаю, что мы мало бываем вместе, и постараюсь как можно больше времени проводить с тобой.

С тех пор мама-медведица и медвежонок никогда из-за этого не ссорились. Мама старалась как можно больше времени проводить с сыном, а он спокойно отпускал маму по делам. Однажды медвежонок сказал медведице: „Мама, когда я вырасту, я, пожалуй, тоже стану лесным доктором!“».

– Ну, вот и все! Как тебе сказка? – спросила мама Сашу.

Мальчик поднялся, обнял маму и спросил:

– Мам, а ты тоже кому-то помогаешь, как медведица?

– Да, – ответила мама.

– Значит, я зря на тебя обижаюсь? – спросил мальчик.

– Пожалуй, – ответила мама.

– Прости меня! Я больше так не буду! – пробормотал Саша.

– Знаешь, – сказала мама, поцеловав Сашу, – я могу тебе пообещать то, что медведица пообещала своему медвежонку. Я постараюсь как можно больше времени проводить с тобой!

– И мы пойдем с тобой в цирк, когда у тебя будет время? – спросил Саша.

– Обязательно! – ответила мама. – Мы пойдем туда в воскресенье!

– Ура! – радостно закричал Саша.

### Вопросы для обсуждения

- Почему Саша обиделся на маму?
- Как мама помогла понять Саше, что он обиделся на нее зря?
- Что он сделал, когда понял, что обиделся на маму напрасно?

## Занятие 22. Разные чувства

### Разминка

**«Попугай».** Ведущий произносит короткое предложение, например: «Я иду гулять». Один из участников повторяет фразу, стараясь при этом выразить заранее задуманное чувство. Остальные дети отгадывают, какое чувство было задумано.

**«Покажи дневник маме».** Из числа участников выбирают «маму» и «ученика». «Ученик» пишет на листочке оценку и показывает ее так, чтобы видела только «мама». «Мама» должна без слов выразить свое чувство, а остальные дети – догадаться, какую оценку получил «ученик».

**«Шурум-бурум».** Водящий загадывает чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и произнося лишь слова «шурум-бурум», показать детям чувство. Дети отгадывают чувство.

**«Море волнуется».** Водящий (на первых порах это ведущий группы) начинает так: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три: фигура радости (страха, стыда и т. д.) на месте замри». Далее водящим становится тот, кто создал наиболее яркую фигуру.

**«Волны».** Для выполнения этого упражнения потребуются две голубые атласные ленты длиной 1–1,5 метра. Ведущий называет детям по очереди то или иное чувство и предлагает попробовать превратиться в морские волны и с помощью лент показать «волны радости», «волны гнева», «волны страха» и др. Со старшими детьми можно обсудить, какими средствами они при этом пользовались.

### Основное содержание занятия

**«Закончи предложение».** Дети дают определения шести различным чувствам:

*Радость – это когда...*

*Печаль – это когда...*

*Страх – это когда...*

*Гнев – это когда...*

*Обида – это когда...*

*Стыд – это когда...*

**«Ожившее чувство».** Участники делятся на шесть групп (в соответствии с шестью названными чувствами). Каждой группе, используя цветную бумагу и краски, нужно изготовить костюм и маску для своего чувства, придумать типичные для него фразы и подготовить актера для исполнения роли чувства. На это занятие хорошо бы пригласить «комиссию» – других учеников и учителей. Когда «актеры» подготовятся, участники садятся в «зрительный зал», «комиссия» занимает свои места, а актеры по одному выходят на «сцену». В дискуссии по поводу точности выражения чувств, то есть в определении победителя, принимает участие не только комиссия, но и вся группа.

**«Рисунок чувств».** Дети получают по листу бумаги, разделенному на четыре равные части, и, выбрав четыре любые чувства из шести, выполняют маленькие рисунки на тему этих чувств. Затем рисунки сравниваются и обсуждаются.

### Комментарии для ведущего

Предложенные задания можно изменить на игры, которые на предыдущих занятиях вызвали у детей наибольший интерес. Кроме того, можно предложить детям дома выполнить творческие задания. Например, нарисовать «Азбуку страшилок» или сочинить веселую сказку, подобрать из журналов фотографии людей, выражающих те или иные чувства.

### Занятие 23. Итоговое

Заключительное занятие в конце года должно обобщать в увлекательной форме основные знания и навыки детей, полученные ими в течение года. Оно позволит детям вспомнить полюбившиеся упражнения, применить их в новой ситуации. Это занятие может стать одним из ярких и памятных событий конца учебного года, если оно будет проведено как праздник. Подготовьтесь к нему вместе с детьми: вместе выберите подходящий вариант (фестиваль, конкурс, игра), подумайте, какие упражнения нужно включить в это занятие.

Детям обычно хорошо знакома форма игры-конкурса типа КВН. Класс разделяется на две команды, и между ними устраивается веселое соревнование, включающее знакомые задания, но с новым содержанием. Задания могут быть, например, такими:

– Дети слушают начало знакомой сказки. Какая команда сможет более точно вспомнить продолжение и конец сказки, назвать как можно больше ее героев, припомнить выразительные детали сюжета и мелкие эпизоды?

– К доске прикрепляются рисунки детей по темам сказок или психологических упражнений (команды могут предварительно обменяться рисунками). Нужно вспомнить, какая сказка или ситуация проиллюстрирована каждым рисунком.

– Команда составляет «психологический портрет» одного из участников своей команды и предлагает соперникам отгадать, кто именно кроется под этим описанием, аргументируя свои предположения.

– Каждая команда получает карточку с названием какого-либо чувства или качества и должна подготовить аллегорическую сценку, представляющую характерную ситуацию, в которой выражается загаданное чувство или проявляется качество.

Заданий и конкурсов может быть много, но главное условие – зрелищность и увлекательность. Для такого мероприятия нужны зрители и болельщики, поэтому заранее нужно организовать присутствие учителей, детей из других классов и, конечно, родителей. Такой праздник необходим для ощущения полноты и завершенности, которое остается по окончании долгой и важной работы.

## Второй класс

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

В течение второго учебного года дети должны получить довольно полное представление о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках.

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексию. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, быть хорошим, любимым, у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Например, ребенок может думать о себе: «Я плохой, потому что я плохо пишу». Эта тенденция может закрепиться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неуспехи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой учащиеся получают возможность исследования себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий.

В это время активно развивается воля ребенка. Он учится сдерживать свои непосредственные импульсы, учитывать желания других людей. Начинают развиваться произвольные внимание и память. Но для длительной концентрации ребенку требуется внешняя опора (интересные картинки, звуковые сигналы, игровые ситуации). Внимание зависит не только от воли ребенка, но и от его темперамента, и многим детям по-прежнему трудно сохранять сосредоточенность в течение занятий. Устойчивость внимания снижается к концу дня, недели, учебной четверти, после длительных заболеваний. Поэтому не стоит требовать абсолютной дисциплины и послушания от второклассников на групповых занятиях.

Учитель продолжает оставаться значимой фигурой, однако отношение к нему становится более личностным, появляется стремление к общению с ним на переменах, прогулках, а также способность дифференцировать его личностные качества (как и качества сверстников). Начинает развиваться способность к сотрудничеству в играх и учебе. Дети учатся договариваться, уступать друг другу, распределять задания без помощи взрослых. Но делать это им еще трудно.

Может наблюдаться сильное стремление к лидерству, между некоторыми детьми возникает соперничество.

Ребенок начинает осознавать свою роль в семье, отношения между родителями и глубоко страдает, если они его не удовлетворяют.

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

### Тема 1. Вспомним чувства

## Цель

– актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.

## Занятие 1. Мы рады встрече

### Разминка

«**Мячик**». Дети бросают друг другу мячик со словами «Я рад снова видеть тебя (называют имя)». Мячик должен побывать в руках у каждого ребенка.

### Основное содержание занятия

«**Вспомним чувства**». Ведущий показывает детям рисунки с изображением чувств. Дети называют чувства и передают их при помощи мимики.

«**Чувства-воспоминания**». Ведущий называет чувства и просит детей вспомнить и рассказать ситуации, которые произошли с ними летом и вызвали такие же чувства.

«**Рисунок радости**». Дети вспоминают свои каникулы и рисуют сценки из летней жизни, вызвавшие наибольшую радость.

## Занятие 2. Понимаем чувство другого

### Разминка

«**Мячик**». Дети бросают друг другу мячик со словами: «Летом я научился (добавляют свои умения)».

«**Лишнее слово**». На доске написаны слова: «радость», «глупость», «злость», «грусть». Детям нужно найти лишнее слово (*«глупость», потому что это не чувство*).

### Основное содержание занятия

«**Я тебя понимаю**». Ребенок садится на стул перед классом и рассказывает о каком-либо случае, который с ним произошел. Остальным нужно догадаться, какое чувство испытывал ребенок в той ситуации. Потом дети по очереди подходят к нему и, глядя ему в глаза, произносят: «Я понимаю тебя, ты чувствовал... (страх, радость, грусть и т. п.)». Сидящий на стуле ребенок сообщает, кто из подходивших к нему ребят угадал его чувство.

«**Сочини рассказ**». На доске размещаются картинки с изображениями трех чувств. Детям нужно сочинить рассказ, герой которого в начале, в середине и в конце истории испытывал бы те же чувства, которые представлены на доске.

**«Общая радость».** К доске прикрепляется лист ватмана. Ведущий предлагает детям нарисовать общий рисунок радости. Дети по очереди подходят к листу, фломастером изображают на нем что-либо (цветы, игрушки, мороженое) и вслух объясняют, почему их изображение подходит для этого рисунка. Общий рисунок может быть объединен сюжетом или представлять набор отдельных деталей.

### **Занятие 3. Мы испытываем разные чувства**

#### **Разминка**

**«Мячик».** Дети бросают друг другу мячик со словами: «Летом мне нравилось... (добавляют свои воспоминания)».

**«Лишнее слово».** На доске написаны слова «гнев», «обида», «злость». Детям нужно догадаться, какое слово лишнее (*«обида», потому что гнев и злость обозначают сходные чувства*).

#### **Основное содержание занятия**

**«Режим дня».** Ведущий просит одного из детей вспомнить, как он просыпался сегодня утром, кто его будил. Остальные пытаются догадаться, какое чувство он при этом испытывал. Ребенок рассказывает, что он чувствовал в действительности. Следующего ребенка ведущий спрашивает о том, как он завтракал и что ел на завтрак. Остальные также угадывают его чувства. Переходя от ребенка к ребенку, ведущий последовательно обсуждает чувства, испытываемые детьми в момент выхода из дома, по дороге в школу, на первом уроке, на втором и т. п. Можно вспомнить все действия до момента отхода ко сну.

**«Рисуем режим».** Дети делят лист бумаги на четыре части. В первой части они пишут заголовок «Утро», во второй – «Школа», в третьей – «Время после школы», в четвертой – «Вечер», и рисуют те чувства, которые обычно в это время дня испытывают (вариант – испытывали вчера). Если группа сильная, школьное время можно поделить на отдельные уроки.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

#### ***Сказка о мальчике, который боялся темноты***

***(М. Маслова)***

Жил-был на свете мальчик, который очень боялся темноты. Как только наступало время ложиться спать и в доме выключали свет, мальчику становилось очень страшно. Он лежал в своей кроватке и прислушивался к каждому шороху. Ему казалось, что сейчас откроется дверца шкафа, оттуда выбежит страшное чудовище и набросится на него. И от этого ему становилось еще страшнее. Ему казалось, что с наступлением темноты комната наполняется страшными и злыми чудовищами, которые пришли его напугать. От страха он начинал плакать и звать маму. Когда мама приходила, он просил

ее включить лампу, стоявшую рядом с его кроватью, и посидеть с ним, так как ему было очень страшно. Он начинал рассказывать маме о чудовищах, которые живут в его комнате, но она его успокаивала и говорила, что никаких чудовищ нет и ему нечего бояться. Но мамины слова не могли успокоить мальчика, и как только наступал вечер, ему опять становилось страшно.

Однажды мальчику приснился сон. Ему снилось, что он оказался в волшебной стране. Это была очень большая и красивая страна. Там ему встретилась добрая фея. «Здравствуй, мальчик», – сказала она. «Здравствуй», – ответил мальчик. «Знаешь ли ты, как называется моя волшебная страна?» – спросила фея. «Нет», – ответил мальчик. «Она называется „Не боюсь“, и ты попал сюда не случайно. Я узнала, что ты очень боишься темноты и страшных чудовищ, которые живут в твоей комнате, и решила тебе помочь». Мальчик удивленно посмотрел на фею и спросил: «Но как ты можешь мне помочь?» Фея улыбнулась: «В моей стране все страшные чудовища волшебным образом превращаются в смешных и добрых, а потом и вовсе исчезают». «Но как это у тебя получается?» – изумленно спросил мальчик. «Я обязательно все расскажу, но если ты хочешь избавиться от страхов, ты должен выполнить все мои задания», – сказала фея. «Хорошо», – ответил мальчик.

«Для начала тебе надо испугать меня, чтобы я поняла, как тебе бывает страшно», – сказала фея. Мальчик очень удивился такой просьбе, но решил ее выполнить. Он соорудил страшную гримасу на лице и закричал страшным голосом: «У-у-у!» Он так старался, что фея действительно испугалась. «Молодец, мне было очень страшно, – сказала фея. – Но это только первая часть нашего превращения. А теперь возьми мои карандаши и попробуй нарисовать своих страшных чудовищ. Только рисуй их так, чтобы они действительно были очень страшными». Мальчик снова удивился: «Мне кажется, ты хочешь еще больше запугать меня». «Нет, – ответила фея. – Я очень хочу тебе помочь, но если ты не выполнишь все мои задания, то у нас ничего не получится». «Ну хорошо», – согласился мальчик, взял у феи волшебные карандаши и начал рисовать. Он долго и старательно рисовал своих чудовищ, фея осталась очень довольна его рисунком. «Замечательно, – сказала она. – Ты выполнил мои задания, и можно начинать превращать этих чудовищ в добрых и смешных. Давай возьмем волшебные карандаши – именно они помогут нам осуществить превращение». Она взяла свою волшебную шкатулку и достала оттуда много ярких и красивых карандашей. «Будем делать наше чудовище добрым», – сказала фея и нарисовала красным карандашом улыбку на его лице. «Здорово!» – воскликнул мальчик и подрисовал чудовищу смешные ушки с кисточками. А потом они вместе раскрасили чудовище яркими карандашами и нарисовали в его лапах красивый цветочек. А вместо темноты у них получилось небо со множеством ярких звездочек, а одну звезду они сделали самой крупной и красивой. Когда рисунок был готов, фея спросила у мальчика: «Ну как, теперь тебе не страшно?» «Нет, – ответил мальчик. – Теперь это вовсе не чудовище, а очень доброе и красивое волшебное животное. И я больше его не боюсь». «Ну что же, я очень рада, что смогла тебе помочь и ты наконец-то избавился от своих страхов», – сказала фея.

«А теперь посмотри внимательно на стены моего волшебного царства», – попросила фея. Мальчик поднял голову и увидел на стенах множество ярких

и смешных рисунков. «Что это?» – удивился мальчик. «Это рисунки таких же детей, как и ты, которые тоже когда-то боялись темноты», – ответила фея.

«Неужели их так много?» – удивился мальчик. «Конечно, очень многие дети, как и ты, боялись темноты, но мне удалось им помочь», – ответила фея. «Здорово! – воскликнул мальчик. – Ты очень добрая, большое тебе спасибо!» «Пожалуйста, – ответила фея. – Я надеюсь, что тебе никогда больше не будет страшно. Но если ты все же испугаешься, вспомни свой рисунок и все то, что мы с тобой делали, и страх сразу же пройдет». «Я уверен, что больше никогда ничего не буду бояться», – ответил мальчик.

«Да, чуть не забыла, оставь мне, пожалуйста, свой рисунок, он будет мне напоминать о тебе, ну а ты будешь вспоминать меня, вглядываясь в звездное небо. Там ты увидишь такую же красивую и большую звезду, как та, которую ты нарисовал на этом рисунке. Эта звездочка специально будет светить в твое окошко, и в комнате уже не будет так темно», – сказала фея. «Еще раз большое тебе спасибо. Я никогда тебя не забуду», – ответил мальчик. «Я очень рада, но нам пора прощаться». «До свидания!» – прокричал мальчик, покидая волшебную страну. «До свидания», – ответила фея.

Мальчик открыл глаза и сел в своей кровати. «Какой чудесный сон мне приснился», – подумал он. Его комната была залита ярким светом. Он подбежал к окну и увидел множество звезд на ночном небе. И тут он заметил одну особенно яркую звездочку, которая светила прямо в его окошко, и комната уже не казалась такой темной. «Неужели это был не сон? – подумал мальчик. – Хотя какая разница, самое главное то, что я больше не боюсь темноты». И мальчик побежал к своей кровати. Он укутался в теплое одеяло и уснул уже совершенно без всякого страха. А звездочка продолжала светить, заливая комнату мальчика ярким светом.

### Вопросы для обсуждения

- Чего боялся мальчик?
- Как фея помогла ему избавиться от своего страха?
- Какие еще способы преодоления страха вы знаете?

### Комментарии для ведущего

Если темп работы класса невысок, для упражнения «Рисуем режим» лучше подготовить заранее небольшие кружочки с символическим изображением чувств, чтобы дети не тратили времени на рисование, а выбирали и наклеивали нужные.

## Занятие 4. Мы испытываем разные чувства (продолжение)

### Разминка

**«Реши пример».** Ведущий показывает детям психологический пример и объясняет его содержание (записанное на доске): *обида + злость = ссора*. Предлагает решить следующие примеры: *обида + грусть = (слезы) радость + интерес = (дружба)*.

Дети могут давать разные ответы, главное, чтобы они смогли объяснить, почему получили тот или иной ответ.

**«Кто сегодня чувствовал...»** Ведущий просит тех детей, которые сегодня чувствовали интерес к чему-либо, встать и хлопнуть в ладоши, тех, кто испытывал покой – встать и подпрыгнуть, кто чувствовал обиду – встать и погладить себя по голове, а гнев – встать и дотронуться пальцем до носа, страх – встать и дотронуться до соседа, радость – встать и крикнуть «Ура!».

### **Основное содержание занятия**

**«Пластилиновое чувство».** Каждый ребенок получает по цветному листу бумаги и карточке, на которой написано название того или иного чувства. Детям необходимо изобразить это чувство на своем листе при помощи пластилина, который они выбирают сами из общих коробок.

**«Палитра чувств».** Для выполнения этого задания необходимы цветные журналы с изображением людей. Дети делятся на подгруппы по 3–4 человека. Каждой группе необходимо найти и вырезать из журналов лица с изображением заданного чувства. К доске крепится лист ватмана, на котором ведущий заранее изображает большой круг, разделенный на сегменты, у каждого из которых по внешней стороне написано название того или иного чувства. Вырезанные лица дети приклеивают к «своему» сегменту до тех пор, пока все не будут заняты. Завершившие работу помогают другим подгруппам.

### **Комментарии для ведущего**

Последнее задание может занять много времени.

## **Тема 2. Качества людей**

### **Цели**

- ознакомить детей с понятием «качества людей»;
- помочь детям исследовать свои качества, изучить свои особенности.

### **Занятие 5. Люди отличаются друг от друга своими качествами**

#### **Разминка**

**«Лишнее слово».** На доске написаны слова «грусть», «печаль», «страх». Детям нужно догадаться, какое слово лишнее (*«страх», потому что остальные – синонимы*).

**«Кто сегодня молодец».** Ведущий предлагает детям узнать, кто из них сегодня молодец, и говорит: «Молодец, кто сегодня улыбался». Дети, которые считают, что сегодня много улыбались, громко кричат: «Это я!» Далее ведущий продолжает игру со словами: «Молодец,

кто сегодня помог другу», «Молодец тот, кто старался на уроке», «Молодец, кто говорил только правду», «Молодец, кто с радостью шел в школу» и т. п.

### **Основное содержание занятия**

**«Качества».** Дети вспоминают известные им чувства. Затем ведущий говорит о том, что, помимо чувств, люди обладают теми или иными качествами, которые отличают их друг от друга. В хороших качествах человека заключена его внутренняя сила. Он предлагает вспомнить, какие хорошие качества они знают. Дети передают друг другу фигурку льва или другого сильного животного, называя при этом хорошие качества людей. Ведущий помогает им.

**«В чем твоя сила?»** Ребенок садится на стульчик в центре круга и берет в руки игрушечного льва. Ведущий предлагает детям поискать внутреннюю силу этого ребенка, то есть назвать главное хорошее качество, которое отличает его от других. Дети с помощью ведущего выбирают это качество и хором выкрикивают его, например: «Артем – умный», «Жанна – нежная». На стульчике должны побывать все дети.

**«Сердце класса».** Ведущий заранее готовит из плотной бумаги сердце и прикрепляет его к доске. Дети вспоминают хорошие качества, которые имеются у всех учеников, и записывают их фломастерами внутри сердца.

**«Чьи качества».** Ребенок-водящий загадывает кого-либо из участников, никому об этом не говоря. Затем он указывает на одно или несколько написанных на «сердце» качеств, показывая тем самым, что у загаданного человека они есть. Остальные отгадывают, кого задумал водящий.

### ***Пятерка и доброе сердце***

Жил-был на свете Петя-Петушок. Жил он с родителями, которые его любили. Он их тоже очень любил и поэтому старался радовать их. Когда Петушок подрос, у него выросли большие перышки, гребешок стал ярко-красненьким. И вот он пошел в школу.

А там!.. Там он стал учиться, познакомился с новыми друзьями. Очень скоро его любимая учительница Совушка-Головушка стала ставить оценки. И когда Петушок получал пятерки, он очень радовался, рассказывал родителям, и они тоже были счастливы. Через некоторое время Петя стал хвастаться пятерками перед своими друзьями, родственниками. Сначала все за него очень радовались, давали конфеты, гладили по голове и хвалили. Но как-то раз, получив пятерку, Петя побежал домой, чтобы сообщить о ней родителям. По дороге домой его остановила Бабушка-Лошадушка и попросила:

– Помоги мне, пожалуйста, донести сумку до дома. Мне очень тяжело.

– Подожди, мне некогда. Я получил пятерку, бегу домой, чтобы рассказать об этом.

И побежал дальше. Когда Петя прибежал домой, мама с папой убирали курятник. Петя сказал им:

– Mamочка! Папочка! Я получил пятерку! Я молодец? Что я заслужил?

Мама и говорит ему:

– Ты умница, но сейчас мы должны убрать наш курятник. Не мог бы ты подмести свой уголок? А потом мы отпразднуем твой успех!

– Нет, мам, потом: я бегу к друзьям. Я же пятерку получил, хочу поиграть.

И Петя побежал во двор. Там он увидел друзей, они что-то дружно обсуждали. Петя подбежал к ним и сказал:

– Ребята, я получил пятерку! Здорово?

– Подожди ты со своими пятерками! Мы идем Старичку-Хомячку помогать.

Петя побрел обратно. Он сильно расстроился, чуть ли не плакал: никто не захотел с ним играть, все друзья от него отвернулись. Пятерка уже не приносила ему радости. Он пошел домой. По дороге увидел плачущую Белочку-Леночку. Он хотел пройти мимо, но вернулся и спросил:

– Что же ты плачешь?

– Я... я... у меня все мои орешки рассыпались.

– Не плачь, давай вместе соберем их, из-за этого не стоит плакать!

Они вместе собрали орешки, и Белочка вытерла слезки: «Спасибо! Ты очень добрый!» И Петя пошел домой. Никому не говоря ни слова, не хвастаясь, он незаметно убрал свой уголок, перебрал зернышки и подмел крылечко. Забыв о пятерке, он побежал через двор к Хомячку, нагнал своих друзей и стал им помогать. После этого Хомячок угостил их чаем с теплыми бубликами. И Петушок подумал: «Как хорошо! У меня опять есть друзья! А Хомячок рассказывает такие интересные истории!» Придя домой, Петя почувствовал запах чего-то вкусенького. На кухне он увидел родителей.

– Мы тебя ждем! Заходи скорее! Это для тебя!

На столе стоял пирог из самых лучших зернышек, а на пироге было выложено «Спасибо!».

– Ой, а за что? – спросил Петя.

– Ну как же! Ты сегодня был таким молодцом! Убрал свой уголок, помог Белочке – она нам рассказала, и старичку Хомячку. И в школе получил пятерку! Это хорошо, что ты такой заботливый.

И Петя тоже сказал себе спасибо. Он понял, что не пятерка помогла ему, а доброе сердце.

### Вопросы для обсуждения

– Почему родители и все звери не очень-то и радовались оценке Петушка? Это было из-за того, что они его не любили, или по какой-то другой причине?

– Что понял Петя?

– Как ты считаешь, пятерка – это самое важное в жизни или нет?

## Занятие 6. Хорошие качества людей

### Разминка

«**Какие качества задуманы**». Ведущий предлагает детям догадаться, какие качества он задумал, по первому слогу, например, «че...» (*честный*), «ла...» (*ласковый*), «до...» (*добро-*

*желательный*), «жи...» (*жизнерадостный*). Можно предложить им догадаться, что задумано, по словам с пропущенными буквами, например, ве...ливый, не...ный (*вежливый, нежный*). Затем спросить, кому из ребят их класса эти качества больше всего подходят.

### **Основное содержание занятия**

**«Отзывчивость».** Ведущий предлагает детям подумать, какого человека можно назвать отзывчивым. Затем дети представляют, как будет проходить день в школе у отзывчивого человека, и рассказывают об этом.

**«Три качества».** Ведущий называет три хороших качества и просит встать тех детей, которые считают, что эти качества у них есть.

**«Я знаю пять хороших качеств».** Для игры необходим мяч. Дети по очереди встают в центр круга и, ударя мячом о пол, произносят: «Я знаю пять хороших качеств». Далее на каждый удар о пол они называют качества, считая их, например: ласковый – раз, трудолюбивый – два, великодушный – три, добрый – четыре, смелый – пять. Потом встает следующий ребенок. Ведущий просит детей по возможности не повторять слова.

**«Качество в подарок».** Дети передают по кругу мячик и называют по одному хорошему качеству, как бы даря его соседу.

### ***Я не такой, как все!***

В далекой-далекой стране в большом красивом старинном замке жили привидения. Их было очень много, и все они любили пугать людей, живущих в замке, даже маленьких детей! Привидения очень гордились тем, что люди их боялись. Но жило среди этих злых и страшных привидений одно маленькое привидение по имени Добряк. Так вот, было оно таким добрым, таким хорошим, что никогда никого не пугало, да никто его и не боялся, ведь оно было совсем не страшным! Жило привидение тихо и мирно, никого не трогая. Только одно его расстраивало: все остальные привидения смеялись над ним, говорили, что он неудачник, что ничего не умеет, даже напугать кого-нибудь. Маленькое привидение очень переживало. Ему так хотелось с кем-нибудь дружить, а с ним никто даже не разговаривал. Все только обижали его.

И вот однажды все злые привидения собрались и решили между собой, что если Добряк никого не напугает, то они прогонят его из замка. Они позвали «провинившегося» и сказали ему, что если он хочет остаться жить в замке, то должен обязательно кого-то напугать. Маленькое привидение заплакало, ему так не хотелось никого обижать! Однако и уходить из замка, скитаться одному по свету ему тоже не хотелось. И оно решило напугать кого-нибудь.

Притаившись на шкафу, Добряк ждал, когда кто-нибудь пройдет мимо. И вот через какое-то время маленькое привидение наконец услышало шаги. Посмотрев вниз, Добряк увидел идущего мимо мальчика. Маленькое привидение очень любило детей, и ему не хотелось пугать малыша, но, вспомнив угрозу злых привидений прогнать его из замка, Добряк слетел со шкафа и, громко и страшно закричав, полетел прямо на мальчика. Тот испугался, побежал, но споткнулся и упал. От страха, от боли в ушибленном

колене он заплакал. Малыш выглядел таким несчастным, что доброму маленькому привидению стало жаль его, и оно решило, что пусть его лучше выгонят, чем оно будет пугать кого-то. Добряк подлетел к мальчику и решил извиниться перед ним:

– Мальчик, прости меня, пожалуйста, я не хотел тебя так обидеть.

Мальчик перестал плакать и посмотрел на привидение. Теперь оно не казалось ему страшным, а совсем наоборот, смешным и добрым, и он спросил:

– А как тебя зовут?

Маленькое привидение очень удивилось, ведь никто никогда не спрашивал, как его зовут.

– Добряк.

– А меня Ваня. Хочешь со мной дружить?

– Конечно, хочу! – Маленькое привидение очень обрадовалось, ведь у него никогда не было друзей, а ему так хотелось, чтобы они были.

И с этого дня Добряк дружил с Ваней, с другими детьми, играл с ними в салочки, в мячик, читал сказки, ходил в цирк или просто смотрел мультики. И был счастлив. Еще бы, ведь у него появились друзья, которые его любят и совсем не боятся!

Однажды Добряк собрался пойти с друзьями в зоопарк и решил позвать с собой всех привидений (ведь он был таким добрым!). Злые привидения увидели, какой он хороший, и им стало стыдно. Они попросили у Добряка прощения и разрешения дружить с ним и его новыми приятелями. Ведь на самом деле они были не такими уж злыми, и им тоже хотелось дружить, просто они не знали как. Конечно же, Добряк их простил, ведь он знал, как важно, чтобы были друзья. И они теперь дружили все вместе, а маленькое привидение все любило и уважало.

### Вопросы для обсуждения

- Из-за чего переживало маленькое привидение?
- Чем Добряк отличался от всех остальных, и как ему это помогло?

## Занятие 7. Самое важное хорошее качество

### Разминка

**«Найти лишнее слово».** На доске написаны слова «доброта», «радость», «вежливость». Детям нужно догадаться, какое слово лишнее (*доброта, вежливость – качества, радость – чувство*).

**«Качества – шепотом».** Ведущий тихим шепотом называет те или иные качества. Детям нужно постараться услышать, какие качества произносит ведущий, и назвать их.

### Основное содержание занятия

**«Сборы в дорогу».** Ведущий просит детей представить себе, что они собираются в трудное путешествие и собирают чемодан. В чемодан можно, помимо прочих вещей, положить

одно важное качество. Затем просит всех придумать, какое самое важное для себя качество каждый положит в чемодан.

**«Кто любит людей?»** Ведущий спрашивает детей о том, как можно назвать человека, который умеет любить других. Вводится понятие «сердечный человек», обсуждается, в чем состоит умение любить людей и нужно ли ему специально обучаться.

**«Поделимся любовью».** Ведущий предлагает детям «зарядить» своей любовью какой-нибудь предмет: медвежонка, куклу, мячик и т. п. Для этого они все вместе или по очереди кладут на него свои ладошки и мысленно «заряжают» его. После этого дети по очереди бросают друг другу этот предмет. После каждого броска они спрашивают друг у друга: «Ты получил мою любовь?» И просят передать ее дальше по кругу.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Хвостатик*

В густой тени огромных каштанов жила дружная семья Хвостатиков. Каждое утро вся семья принимала солнечные ванны на огромной лесной поляне, а затем, возвращаясь, наполняла дом голосами, звонким смехом и криками. Мама каждый раз тщетно пыталась урезонить смеющихся «хулиганов», а потом, махнув рукой, заливалась звонким смехом вместе с ними. Лишь только самый младший из Хвостатиков не резвился от души, как его братья и сестры. Маленький Хвостатик был озабочен своими мыслями, а они были нерадостными.

По соседству с ними жила другая дружная семья по фамилии Хвоста, один из них даже учился в школе вместе с маленьким Хвостатиком. Маленький Хвостатик думал: «Как здорово звучит имя „Хвоста“! – Его воображение рисовало нечто большое, грандиозное, величественное. – „Хвоста!“ звучит гордо, и какой шлейф почета окружает это имя!» Родители-Хвосты более чем уважаемые граждане Хрустального леса. А портрет его деда висит в школе. Вот было бы здорово носить такое имя – Хвоста!!! А ведь они почти родственники – только маленький кусочек «тик» в фамилии мешает.

В самом мрачном расположении духа маленький Хвостатик шел в школу – ведь там учителя опять начнут хвалить его одноклассника Хвосту. Он и самый умный, и самый пригожий, и самый смелый, и товарищам всегда помогает, и контрольные лучше всех пишет. Ну еще бы! Разве может сын таких родителей быть плохим! Ну почему он не Хвоста, а всего лишь какой-то Хвостатик?!

Подходя к берегу реки, маленький Хвостатик неожиданно увидел Хвосту. «Ну вот, стоило вспомнить, как его и принесла нелегкая!» – пробурчал Хвостатик. Но что это? Хвоста то бегал взад и вперед по берегу, обхватив голову руками, то снова останавливался и замирал на месте. Рядом стояли другие одноклассники и что-то оживленно обсуждали, указывая в сторону реки.

Маленький Хвостатик проследил за направлением их рук и увидел, что в реке барахтается малышка. Было видно, что у нее уже почти не осталось сил держаться на плаву. Она отчаянно била руками по воде и звала на помощь.

Хвостатик, не раздумывая, скинул ботинки и прямо в одежде бросился в воду. В его голове была только одна мысль: «Успеть! Успеть, пока еще не поздно!» И он успел.

Уже на берегу он передал испуганную малышку, которая оказалась младшей сестренкой Хвосты, в руки ребят. А позже выслушал слова благодарности от родителей Хвосты и лично от директора школы. Портрет Хвостатика повесили среди портретов лучших учеников школы, и он вдруг стал известным среди девочек. Теперь они подкидывали ему записки, а одна даже «строила глазки».

Дома папа пожал ему руку и сказал, что гордится таким сыном. А мама в этот вечер долго гладила его по головке, укладывая спать. И уже засыпая, маленький Хвостатик подумал о том, что вовсе не так уж плохо быть Хвостатиком. «Не важно, кто твои родители, важно – кто ты. Именно действия и поступки заставляют звучать твое имя гордо!»

### Вопросы для обсуждения

- Из-за чего переживал Хвостатик? О ком он думал?
- О ком и о чем думал Хвостатик, когда бросился спасать малышку?
- Как ты думаешь, что (если не брать в расчет случай) помогло Хвостатику снова ощутить, что его имя звучит «гордо»?

## Занятие 8. Кто такой сердечный человек?

### Разминка

«**Найти лишнее слово**». На доске написаны слова «честность», «грусть», «доброта». Детям нужно догадаться, какое слово лишнее (*грусть – чувство, остальные – качества*).

«**Отгадай качество**». Ведущий пишет на доске слово «йынчедрес». Нужно догадаться, какое качество зашифровано.

### Основное содержание занятия

«**Догадайся, что задумано**». Дети по очереди загадывают то или иное качество, про-износя вслух первые 2–3 звука. Остальные догадываются, какое качество было задумано.

«**Пять моих хороших качеств...**» Ребенок выходит в круг, поднимает вверх ладонь и называет пять своих хороших качеств, загибая при этом пальцы. Начинает он со слов «Я знаю пять своих хороших качеств...». После этого то же самое делают все остальные дети. Ведущий в дополнение спрашивает детей, насколько они сами обладают таким качеством, как сердечность.

«**Мягкое сердце**». Для выполнения упражнения необходима небольшого размера мягкая игрушка в виде сердца. Дети вспоминают, какого человека можно назвать сердечным, – того, кто умеет любить других. Далее ведущий говорит, что есть люди на земле, которые не умеют любить. Потому что их сердце зачерствело. Их называют бессердечными. Предлагает

поучиться делать свое сердце мягким и любящим. Он показывает ребятам игрушку-сердце, дает потрогать и просит составить устный список, кому бы они хотели послать свою любовь при помощи этого мягкого сердца. Это могут быть мама, папа, друзья, а могут быть деревья или любимый медвежонок. После этого дети закрывают глаза. Держась рукой за сердце (если детей в группе много, понадобится несколько сердечек), они представляют свое собственное сердце таким мягким, как то, за которое они держатся. Может быть, оно не только мягкое, но и пушистое, как котенок. И из этого мягкого пушистого сердца можно легко послать лучики тепла и света всем тем, кого хочется любить. Дети выполняют упражнение в течение 3–5 минут, затем все делятся опытом. Некоторые дети могут рассказать о картинках, которые им представились. При обсуждении следует сделать акцент на том, что есть много людей, которые нуждаются в любви детей. Можно также отметить, что дети, несмотря на свой малый рост и возраст, могут принести окружающим много пользы и радости своей любовью.

### **Комментарии для ведущего**

Последнее упражнение должно проводиться в абсолютной тишине. Если останется время, можно предложить детям нарисовать те картинки, которые им представились.

## **Занятие 9. Кого называют «доброжелательным человеком»?**

### **Разминка**

**«Найти лишнее слово».** Ведущий записывает на доске слова: «злость», «обида», «недоброжелательность». Детям нужно догадаться, какое слово лишнее (*недоброжелательность*).

**«Какое слово не подходит».** Детям нужно найти в предложении слово, которое не подходит к слову «ученик»: «Ученик доброжелательный, добродушный, доброумный». В ходе упражнения обсудите с детьми значения этих слов, попросите их назвать имена одноклассников, которые обладают такими качествами.

### **Основное содержание занятия**

**«„Волшебные“ слова».** Дети вспоминают, какого человека можно назвать вежливым. Ведущий рассказывает детям о том, что у вежливых людей есть свои любимые слова, которые надо произносить с особыми чувствами. Это слова «спасибо» и «пожалуйста». Когда мы говорим эти слова, нужно помнить, что при этом мы посылаем другому чувство благодарности, признательности. Дальше один из детей подходит к другому и, глядя ему в глаза, произносит «Спасибо!», мысленно посылая при этом свою любовь и благодарность. Другому необходимо, также излучая тепло, ответить «Пожалуйста!». Затем он ищет ребенка, которому он сможет сказать спасибо.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Маленький котенок*

Жил-был маленький-маленький котенок. Жил он в маленьком и очень уютном домике вместе со своей мамой-кошкой и папой-котом, братьями и сестрами-котятами. Был он самый маленький, а еще очень рыжий. Да-да, ярко-рыжий! Когда он шел по улице, сразу было видно, что это именно ОН идет, такой он был рыжий. И самое удивительное было то, что все вокруг него были серые: темно-серые, светло-серые, серые в черную и белую полоску – и ни одного, ну совсем ни одного рыжего! Все в его семье – и мама-кошка, и папа-кот, и котята – были очень красивых серых оттенков; и вся его родня была серая; и все знакомые. Словом, из всех, кого он знал, он был один такой рыжий!

И вот однажды произошел с ним совсем печальный случай. Когда наш маленький котенок гулял во дворе, он увидел двух сиамских котят, которые весело играли в мячик, прыгали и веселились.

– Привет, – сказал рыжий котенок, – вы так здорово играете. Можно и я поиграю с вами?

– Не знаем, – сказали котята, – видишь, какие мы красивые: дымчато-серого цвета, а ты какой-то странный, почти красный, мы никогда таких не видели, лучше будем играть вдвоем!!!

Тут к ним подошел большой непослушный котенок с соседнего двора, темно-серый в тонкую черную полоску. Он недобро усмехнулся и сказал: «Ты такой маленький и оранжевый. Очень может быть, что ты вовсе не маленький рыжий котенок, а просто-напросто большая красная МЫШЬ!!!»

Очень-очень грустно стало маленькому котенку, он потерял аппетит, плохо спал по ночам и все думал, ворочаясь в своей кроватке: «Я такой маленький, такой рыжий! Никто даже не хочет играть со мной и, наверное, никогда не будет дружить!»

Маленькому котенку было очень обидно и больно. И стал он такой печальный, совсем перестал гулять во дворе, все сидел дома и смотрел в окно. Маме он говорил, что ему просто не хочется гулять, но на самом деле он очень боялся, что будет гулять совсем один и никто не захочет с ним играть!

Так он сидел целыми днями у окошка и печалился. Но однажды случилось вот что: с самого утра было сыро и пасмурно, все было серым и блеклым, и всем было очень-очень грустно в такую погоду. И вдруг из-за туч выглянуло солнышко. Оно раскрасило все вокруг в яркие цвета, и всем стало весело и светло. «Как все любят солнышко, какое оно красивое. А ведь оно такое же оранжевое, как и я! – подумал маленький котенок. – Я буду таким же хорошим, и всем будет тепло и радостно рядом со мной!» И котенок решил не бояться и выйти во двор погулять.

На улице была ужасная суматоха, все столпились около самого большого дерева во дворе: на нем сидел маленький белый котенок и громко плакал – он боялся и никак не мог слезть вниз. Все очень беспокоились, что он упадет. Но наш рыжий котенок храбро залез на дерево и снял малыша. Все вокруг очень радовались и говорили: «Смотрите, какой храбрый и добрый котенок!!!» «Да, – говорили в ответ, – он очень смелый, просто настоящий герой!» И все поздравляли котенка, который очень радовался. Он выпрямился во весь рост и распушил хвостик. «Смотрите, какой он красивый, добрый и яркий,

как маленькое солнышко!» – сказал кто-то. И котенок шел домой очень-очень счастливый и светло улыбался всем вокруг.

### Вопросы для обсуждения

- Из-за чего грустил и переживал котенок?
- Почему с ним не хотели играть?
- Что понял котенок, когда посмотрел на солнышко?
- С тобой когда-нибудь случалось что-то похожее?
- Чему ты мог бы научиться у котенка, а чему его мог бы научить сам?

## Занятие 10. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

### Разминка

**«Какое слово не подходит».** Детям нужно найти прилагательное, которое не подходит к слову «девочка». «Девочка – воспитанная, вороная, волевая» (*вороная*). В ходе упражнения обсудите с детьми значения этих слов, попросите их назвать имена одноклассников, которые обладают такими качествами.

**«Какое качество зашифровано».** Детям нужно расшифровать качество и объяснить, что оно означает: «брифедлифый» (*приветливый*).

### Основное содержание занятия

**«Я бы хотел стать более...»** Дети представляют, что в класс пришел волшебник и они могут у него попросить только одно хорошее качество. Роль волшебника играет ведущий. Дети по очереди обращаются к нему со словами: «Я бы хотел стать более... ласковым, доброжелательным...» Далее им нужно доказать волшебнику, что это действительно необходимо. Тогда волшебник соглашается, гладит ребенка по голове и говорит утвердительно: «Ты будешь более...»

**«Золотой ключик».** Ведущий вместе с детьми вспоминает, какого человека можно назвать доброжелательным. Затем звучит небыстрая музыка. Ведущий просит детей закрыть глаза и положить правую руку на область своего сердца. Сам он делает то же самое. Далее он просит их представить, что в сердце каждого ребенка есть дверка, через которую можно получить или посылать любовь. А ключик от этой дверки в руках самих детей. Чтобы повернуть ключ и открыть дверку, надо только представить себе, что она открывается при дыхании. Вдыхая, можно почувствовать, что эта дверка открывается и в сердце каждого впускается любовь и солнечный свет. А при выдыхании любовь посылается из сердца. Она может посылааться разным людям: папе и маме, друзьям. Далее ведущий предлагает детям увидеть солнечный свет в сердцах тех людей, кому они отправляют свою любовь, и, если захочется, улыбнуться при этом. Упражнение выполняется несколько минут. После этого дети и ведущий делятся опытом. Особое внимание уделяется вопросу о том, трудно ли было желать добра другим людям.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

## Часы

На самом обыкновенном письменном столе самого обыкновенного мальчика, едва виднеясь за ручками, тетрадками и линейками, раскиданными в ужасном беспорядке, стояли Электронные Часы.

Стояли они во всех смыслах этого слова. Выглядывая из-за подставки для ручек, они печально темнели погасшим гладким окошком, за которым уже давно не светились яркие зеленые цифры. Погасли они в один грустный день, когда маленькое сердечко Часов – батарейка, перестало работать.

Вот тогда-то и возник на письменном столе одного мальчика беспорядок. Ведь никто с того момента не знал, который час. Семейство Карандашей стало постоянно опаздывать в Пенал, длинный и деревянный, который уже несколько лет служил им транспортом в школу, и некоторые Карандаши даже оставались дома. Шариковые Ручки слишком поздно принимались писать примеры, и Тетради из-за этого пестрели красными чернилами учительницы.

Лампа, наоборот, прежде времени выключалась, думая, что уже время ложиться спать, и все в темноте попадали в аварию. Так однажды степенная широкая Линейка, воткнутая в Подставку, задела своим концом в темноте густой Клей для бумаги, и тот вылился на несчастный письменный стол и покрыл его липким непроходимым болотом, в котором утонули два новеньких беленьких ластика.

Все ругали Часы, как только могли.

– Как вам не стыдно? – укорял их толстый черный Фломастер. – Все из-за вас мучаются!

И тут же Фломастеру вторили Тетрадки.

– Мы так надеялись на вас, – шелестели они своими страничками в клетку и полоску. – А теперь мы постоянно краснеем, потому что Ручки не знают, когда им браться за работу, и все время не успевают ее выполнить.

Но Часам нечего было ответить. Они лишь покрывались все большим слоем пыли и беспомощно смотрели на царящий на столе беспорядок. Однако всему плохому когда-нибудь приходит конец.

В один прекрасный день все неприятности большой канцелярской семьи закончились. Часы получили в подарок новенькую, только что распечатанную батарейку! С них стерли пыль, аккуратно отодвинули дверцу сзади и вставили длинное блестящее сердечко. Тут же зажглось в Часах яркое окошко, и весело загорелись четкие зеленые цифры.

– Началось новое время! – торжественно произнес деревянный Пенал и открыл свою крышечку. Карандаши дружно полезли в свой домик.

Все зашевелилось на столе, каждая вещь находила свое место. И когда все пришло в окончательный порядок, все дружно закричали:

– Ура! Да здравствует время! Да здравствуют наши Часы!

Дружная семья карандашей, ручек и тетрадок так радовалась, что едва успела замереть на местах, когда к столу подошел мальчик.

Он немножко удивился, увидев, как преобразился его стол с тех пор, как он поменял в часах батарейку, но потом он посмотрел на их яркие зеленые цифры и, сладко потянувшись, отправился в кровать досматривать начавшийся прошлой ночью сон.

А Часы, подмигнув всем своим друзьям светящимся окошком, вновь стали серьезными и, как строгие караульные, замерли на страже покоя и порядка на самом обыкновенном письменном столе самого обыкновенного мальчика.

### Вопросы для обсуждения

- О каком качестве рассказывает эта сказка?
- Тебе нравится то, что произошло на письменном столе, когда Часы встали? Как все это можно назвать одним словом?
- Почему все вещи кричали: «Да здравствуют наши Часы!»?

## Занятие 11. Я желаю добра ребятам в классе

### Разминка

«**Аналогии**». Детям предлагается установить аналогию и придумать пары слов: «аккуратность – аккуратный, грусть – (*грустный*)».

«**Шифровальщики**». Какое качество зашифровано словом «друтолюбифый» (*трудолюбивый*)?

### Основное содержание занятия

«**Как ведет себя человек**». Ведущий рассказывает детям, что люди с разными качествами в одной и той же ситуации ведут себя по-разному. Далее он задает несколько ситуаций, а дети проигрывают их окончания из ролей трудолюбивого, любознательного, отзывчивого ребенка: «Учительница говорит: „Урок окончен“...», «Мама разбила тарелку...», «Мама пришла с работы домой...».

«**Я желаю добра**». Для выполнения этого упражнения необходимы флакончики с раствором для мыльных пузырей. Дети представляют, что они легко дышат и вдыхают свою любовь в каждый пузырик. Это любовь к цветам, животным, людям, ко всему миру. Пузырики разлетаются в разные стороны, унося с собой любовь детей. Затем дети по одному выходят к доске, задумывают, кому они хотят послать свою любовь, и выдувают пузыри. Остальные догадываются, кому посылалась любовь.

На большом листе ватмана ведущий заранее рисует солнце. Дети по очереди или все вместе (если группа маленькая) кладут на бумагу свои ладошки так, чтобы пальцы касались солнца, затем обводят их. После этого каждый ребенок закрашивает чужую ладошку так, чтобы она была красивой. Когда коллективный рисунок будет готов, ведущий просит детей представить, какие ценности будут находиться в этих ладонях, наполненных солнцем. Это могут быть дружба, смех, любовь и т. п. Затем можно провести обсуждение этого упражнения.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О подзорной трубе*

Если чего-то очень захотеть и стремиться к этому, то обязательно этого добьешься.

В темном чулане старого дома, в запыленном сундуке жили вещи. Это были не простые вещи, а вещи бывалого моряка.

Да, да, не удивляйтесь, того самого, который чего только не видал за свои путешествия. Чего здесь только не было! И черный бинокль, и потрепанная тельняшка, и деревянная трубка, без которой моряк никогда не выходил в море. А в самом углу сундука лежала подзорная труба. Так получилось, что она оказалась сама по себе. Вещи уже давно смирились со своей участью – лежать и пылиться в сундуке. Они мало разговаривали, совсем не вспоминали о прошлом, а главное, не понимали подзорную трубу, ее мечты и надежды. А труба была совсем не такая! По своей натуре она была доброй, веселой, настойчивой, а главное – она любила мечтать.

«Ах, – думала труба, – как душно, пыльно, темно в этом старом сундуке!»

И хотя она немного утратила свою внешнюю красоту, но внутри оставалась прежней. Она еще надеялась вырваться на волю, но не так легко это было сделать.

И вот однажды, разбирая вещи в чулане, старый моряк вытащил сундук на свет. Ах, как была рада труба! Наконец-то она вырвалась из маленького чулана, и хотя еще оставалась в сундуке, все равно была счастлива.

– Открой же сундук! – умоляла труба.

Но моряк не торопился. На какое-то мгновение труба подумала, что ей все приснилось. Но вдруг она услышала слабый скрип. И вот совершилось второе чудо!

– А что, если меня здесь просто не заметят? – испугалась труба. – Ведь я лежу на самом дне!

И она стала тянуться наружу всем своим телом. Но мы-то знаем, что это было невозможно. Ведь она могла думать, разговаривать сама с собой, размышлять, но двигаться она не умела.

Но все же она пыталась, стремилась! И вдруг... Она увидела свет. Старый моряк добрался до дна!

– Ну вот же я, вот, возьми меня! – шептала труба.

И она почувствовала его руки, она могла узнать их среди тысячи. Как много раз он брал ее в руки и всматривался в даль. Труба была счастлива. Ей хотелось кричать, петь, смеяться! И она смеялась, только по-своему!

И вдруг ей стало страшно. А что, если старый моряк положит ее обратно? Что тогда? Нет, только не это!

А моряк держал трубу в руках, вспоминал былые годы, как он с друзьями ходил в море. Сколько пережито!

Правда или нет, но на миг моряк почувствовал укор, глядя на запылившуюся трубу. Как он мог оставить свою спутницу одну в этом старом сундуке?

Он бережно стер с нее пыль, отнес в комнату и поставил на шкаф рядом с окном.

– Спасибо, спасибо тебе, друг, – все говорила труба.

И хотя она не ходила в море, но она была счастлива!

Ведь каждый день она могла видеть своего друга – моряка, разговаривать с ним, вспоминать прошлое. Она ощущала легкий ветерок из окна, лучи солнца скользили по ее телу. Она могла любоваться из окна. Ей было просторно и легко!

### Вопросы для обсуждения

- О чем любила мечтать подзорная труба?
- Какие чувства испытывала труба, когда лежала в сундуке и когда думала, что моряк положит ее обратно?
- Какие чувства мог испытывать моряк, глядя на свою трубу?
- Какие дела могла труба делать в доме?
- Нарисуй героев сказки.

## Занятие 12. Чистое сердце

### Разминка

**«Аналогии».** Ведущий предлагает ребятам установить аналогию и придумать пары слов: «злость – злой, доброжелательность —... (*доброжелательный*)».

**«Шифровальщики».** Дети должны разгадать зашифрованные слова «выйзаботли» (*заботливый*), «любныйдрузе» (*дружелюбный*).

### Основное содержание занятия

**«Чистое сердце».** Ведущий рассказывает детям о том, что обувь, одежда человека, его тело могут время от времени пачкаться. Необходимо периодически их чистить, мыть. То же происходит и с сердцем человека. Иногда человек попадает в ситуацию, когда сильно злится, завидует. Обижается на кого-то. И на его сердце накапливаются крупинки злости, зависти, обиды. Они мешают ему любить других людей и быть любимым. Поэтому сердце человека иногда нужно очищать. Ведущий предлагает детям подумать, от каких чувств или качеств они хотели бы очистить свое сердце. Затем выбрать бумагу того цвета, который подходит под чувство или качество, вырезать его ножницами, сделав любой формы.

После этого дети очищают свои сердца – рвут вырезанные фигуры на кусочки и бросают в урну.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

## *Сказка про гусеничку*

*(А. Котова)*

В стародавние времена в одном волшебном лесу на зеленой-зеленой поляне жила-была маленькая желтая гусеничка с голубыми пятнышками. Были у этой гусенички мама и папа, которые очень любили ее и каждый день приносили ей нектар с цветов на соседней поляне. А еще каждый вечер мама купала гусеничку в ароматной росе, которая собиралась в голубых как небо колокольчиках. А папа в это время играл для них волшебные мелодии на скрипке со струнами из тончайшей паутинки.

Когда гусеничка подросла, папа стал брать ее с собой в удивительные путешествия на соседнюю поляну. Во время этих прогулок они бегали, веселились и играли в разные интересные игры. Жизнь казалась гусеничке солнечной, радостной и удивительно волшебной.

Но вот в один из погожих летних деньков вместо любимого нектара родители принесли гусеничке маленького братика и сказали: «Посмотри, какой хорошенький милый малыш! Да он просто чудо!»

Гусеничка посмотрела на малыша и не нашла в нем ничего чудесного – у него даже голубых пятнышек еще не было. В общем, он был совсем несимпатичным. «И что в нем нашли родители? Он даже играть не умеет, только плачет и вечно чем-то недоволен. С ним же неинтересно! Я же лучше!!!»

С этого момента жизнь гусенички сильно изменилась. Родители все реже и реже приносили ей чудесный нектар с соседней поляны, и папа почти перестал брать ее с собой на прогулки. И даже купаться по вечерам ей приходилось самой, так как родители все свободное время уделяли маленькому брату.

Гусеничку стали посещать нехорошие мысли. Бывало так, что ей хотелось, чтобы маленького брата навсегда унес с собой паук или чтобы братик просто исчез куда-нибудь волшебным образом. Вот тогда все стало бы как прежде. Родители вновь бы начали играть с ней и опять любили бы ее как прежде. И тогда она не была бы такой одинокой и никому не нужной.

Так проходило время, и ничего не менялось в жизни гусенички. Но вот однажды, в пасмурный осенний день родители уехали в гости и оставили гусеничку одну с маленьким братиком. Гусеничка не хотела играть с малышом и решила выйти на улицу. К ее удивлению, братик выполз за ней из домика. Тут внезапно на небе сгустились тучи, поднялся сильный ветер, который подхватил и начал уносить маленького братика. Гусеничка очень испугалась за малыша, схватила его крепче и с трудом затащила в домик. Несколько минут дети сидели на полу и молча смотрели друг на друга, потом крепко обнялись и заплакали.

После этого происшествия гусеничка и ее маленький братик подружились и не расставались ни на минуту. Они вместе играли, пили ароматный нектар и ходили гулять на соседние волшебные полянки. На самом

деле маленький братик оказался добрым, веселым и забавным. Родители очень обрадовались тому, что их дети подружились, и стали любить их еще больше.

С тех пор семья гусенички зажила весело и счастливо, и в их жизни больше не было ни одного пасмурного дня.

### Вопросы для обсуждения

– Какие мысли стали посещать гусеничку, когда у нее появился младший братик? Почему?

– Как ей удалось очистить от них свое сердце?

– Были в вашем сердце похожие мысли?

## Занятие 13. Какие качества нам нравятся друг в друге?

### Разминка

«**Зеленый крокодил в синей шляпе**». Детям представляют абсурдную ситуацию: сейчас постучат в дверь и в класс войдет большой зеленый крокодил в синей шляпе с полями. Что они будут делать? После высказывания всех вариантов на обсуждение выносятся другие фантастические ситуации:

*Прозвенел звонок. Все встали у своих парт. И вдруг учительница не входит, а выпрыгивает на одной ножке...*

*Вы открываете свой пенал, а оттуда выпрыгивает мама, маленькая, размером с ластик...*

Предложите детям самостоятельно придумать такие ситуации.

«**Угадайка**». Участники должны внимательно посмотреть на своего соседа справа и попробовать угадать, что нравится в нем его маме.

Дети по очереди высказывают свои предположения. Затем каждый выбирает тех, чьи отгадки близки к истине. На втором этапе игры дети отгадывают, что может нравиться в соседе его друзьям, на третьем – что нравится учительнице в школе и т. д. Ведущему придется оказывать детям помощь в отгадывании.

### Основное содержание занятия

«**Снежная королева**». Ведущий предлагает детям вспомнить сказку «Снежная королева»: «В этой сказке было зеркало, в котором все доброе и прекрасное казалось дурным и безобразным. Вспомните, сколько бед натворили осколки этого зеркала, попадая в глаза людям. Представьте: когда Кай и Герда выросли, они создали волшебные очки, которые помогали разглядеть хорошее в человеке, и даже такое, которое человек прячет от всех. Пусть каждый из вас примерит сейчас такие очки. Как это сделать? Просто представьте себе, что вы в очках, посмотрите сквозь них на каждого из ребят и постарайтесь увидеть как можно больше хорошего в каждом. Может быть, вы увидите и то хорошее, что обычно не замечается».

Ведущий первым «надевает очки» и показывает детям, как ими пользоваться. После игры дети могут поделиться своими чувствами, которые они испытывали в обеих ролях: наблюдателей и наблюдаемых. Игру можно повторять, отмечая в последующих обсуждениях, что раз от раза в такие «очки» можно увидеть все больше хороших качеств. Можно попробовать прове-

сти коллективные обсуждения каждого из участников (вся группа «надевает очки» и смотрит на кого-то одного). Далее ведущий предлагает вспомнить все те слова, при помощи которых ребята описывали хорошие качества друг в друге (честный, добрый, веселый и т. п.), и записывает их на доске.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Кузя*

*(М. Полунина)*

Жил-был мальчик Боря, у которого было очень много игрушек и среди них – один странный слоненок по имени Кузя. Он вызывал много насмешек своим необычным, нелепым видом. Краска на нем потерлась, на боках были вмятины. Никто с ним не играл.

Долго лежал Кузя на дне ящика, горько размышляя о том, почему он не такой, как все, почему с ним не играет Боря и другие дети. Все остальные игрушки – красавцы как на подбор, а он – ободранный, потертый: ни красоты, ни проку. Как ему было обидно!

Однажды он оказался в грузовике, который ехал в детский дом. Там живут дети, у которых нет родителей. Слоненок оказался в незнакомой компании, и здесь, как всегда, нашлись и доброжелатели, и насмешники. Вредных оказалось большинство, и они стали злословить и хихикать по поводу его внешности. И ему стало так больно!

В довершение всех унижений грузовик сильно трянуло и слоненок вылетел из кузова, закувыркался по дороге и завалился в канаву.

Шло время. Кузя лежал в канаве. Однажды проезжавший мимо мусорщик подобрал слоненка. Его погрузили вместе с мусором на баржу, и поплыла она к специальному месту, где обычно сбрасывали никому не нужный хлам.

«Если это конец, – думал Кузя, – то надо найти в себе мужество выброситься в воду и утонуть – по своему собственному желанию!» Так он и сделал... и немало был озадачен тем, что не утонул, а, наоборот, закачался на волнах и даже поплыл своим особым стилем.

Оглянувшись вокруг, он увидел много интересного: раздуваемые ветром паруса яхт, чайку, реющую над водой в поисках пищи, ласковые волны. На душе у него стало радостно. Так он плавал, пока его не выбросило на берег. Погревшись на солнышке, слоненок незаметно уснул под равномерный шорох волн.

Проснулся он от прикосновения чьих-то ласковых рук. Кузя увидел улыбающееся лицо маленькой девочки Марины, которая говорила: «Это чудо! Настоящее чудо!» На него никто никогда не смотрел с такой любовью. Никогда он не слышал столько похвал в свой адрес. Никто не держал его в руках так осторожно и заботливо. Слоненок был в полной растерянности, но вдруг он оказался там, где было много других слонят. И все восхищались его неповторимостью! И все относились к нему с большим почтением! И все

признавали, что этот слоненок-путешественник – самый прекрасный слоненок из всех слонят на свете.

Кузю постоянно представляли разным людям, называя его подарком моря, и он стал настоящим любимцем публики. О нем говорили, что он скромный, ласковый, изысканный, оригинальный, трогательный, и много чего еще.

«Сколько бедствий я перенес, – думал слоненок Кузя, – и наконец моя жизнь обрела смысл. До чего же хорошо!»

### Вопросы для обсуждения

- Что случилось с Кузей?
- Как помогла Кузе Марина?
- Как могут помогать человеку добрые слова?
- Помогали ли вы кому-нибудь добрыми словами?

### Комментарии для ведущего

Упражнение «Угадайка» может быть использовано для диагностики взаимоотношений ребенка со взрослыми. В нашей практике были случаи, когда дети говорили, что маме «ничего в них не нравится» или «маме нравится, когда я иду гулять и не мешаю ей».

Упражнение «Снежная королева» предназначено для работы с поддержкой. Оно оказывает сильное воздействие на детей и может проводиться в разных возрастных группах, но в первый раз его нужно выполнять очень осторожно. Одним учащимся нужно будет помогать «рассматривать в других хорошее», другим – выслушивать хорошее. Ведущий может вставать рядом с обсуждаемым ребенком, тем самым усиливая его чувство безопасности.

На этом занятии на работу со сказкой может не остаться времени, поскольку предыдущие упражнения очень значимые и занимают много времени. Однако мы приводим ее в качестве запасного варианта. Сказку важно прочитать и нарисовать без обсуждения, если же оно будет проводиться, обратите внимание детей на важность добрых слов и хорошего отношения девочки Марины, которые полностью изменили жизнь слоненка.

## Занятие 14. Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?

### Разминка

**«Неоконченные предложения».** Дети поочередно завершают предложения:

*Я мечтаю...*

*Я стремлюсь...*

*Я верю...*

**«Психологическая загадка».** По описанию дети должны догадаться, какое качество задумал ведущий:

*«Человек, умеющий жить мирно, дружно, без ссор» (миролюбивый).*

*«Человек, умеющий сам выполнять свои обязанности» (ответственный).*

*«Человек, любящий трудиться» (трудолюбивый).*

*«Человек, который знает свои недостатки» (самокритичный).*

*«Человек, готовый всегда помочь» (отзывчивый).*

Для того чтобы дети точнее поняли значение слов, можно попросить их составить предложения с этими словами.

### **Основное содержание занятия**

**«Ладонка».** Ведущий предлагает детям положить свою ладонку на лист бумаги, раздвинув пальцы, и обвести ее контуры карандашом. На каждом пальце надо написать что-либо хорошее о себе от первого лица: «Я – красивый», «Я – сильный» и т. п. Затем ведущий собирает «ладонки», по очереди читает сделанные в них записи группе, а дети догадываются, кому какая «ладонка» принадлежит.

**«Мы похожи – мы отличаемся».** Ведущий приглашает двух участников к доске, обращает внимание на различия в их внешности. Предлагает группе найти у них пять сходных качеств и пять различных.

**Работа со сказкой.** При обсуждении обращается внимание на несоответствие внешнего облика и качеств как тучи, так и облаков.

### *Туча*

*(Н. Мишин)*

Ты любишь небо? Голубое, глубокое и зовущее. Наверное, тебе не раз хотелось улететь в эту бескрайнюю, манящую высь или представить себя облаком, которое плавно плывет по небу? Тогда садись поудобнее и слушай.

Стоит жаркий летний день. Ты лежишь на лугу, воздух наполнен ароматом полевых цветов. Ты смотришь в небо. Где-то на горизонте виднеются облака; еще секунда – и ты закрываешь глаза, потому что от зноя и пьянящего аромата трав тебя тянет в дремоту. И вот ты уже невесомый и легкий, как облако. Ты взлетаешь на небо к облакам, таким белым, пушистым и нарядным.

– Здравствуй, дружок, – говорят они тебе. – Иди к нам, ты такой красивый.

Облачко осматривается вокруг, радуясь, что его так дружелюбно приняли.

– Давайте поиграем во что-нибудь, например, полетаем над землей и посмотрим, что делают люди, – предложило Облачко.

– О, мы с радостью полетим с тобой, ведь это так интересно! – воскликнули все разом.

– И я с вами! – вдруг раздался просящий голос.

– Ну вот еще! Ты нам все испортишь, ты такая серая и неуклюжая, люди испугаются тебя и убегут, – послышались со всех сторон голоса.

Пока они все это говорили, Облачко внимательно посмотрело в ту сторону, откуда только что раздался голос. Оно увидело там пухлое серо-черное облако, которое еще больше хмурилось и темнело от насмешек своих собратьев, и Облачку стало жалко его.

– Кто это? – спросило оно у своих новых друзей.

– Это Туча, – пояснило самое красивое облако. – Ее никогда никуда не берут, потому что она страшна и уродлива. А людям нравятся только белые облака.

– Давайте возьмем ее с собой, – предложило Облачко, но его слова потонули в общем шуме.

И они полетели. Пролетая мимо Тучи, Облачко услышало, как она грустно сказала: «Вот так всю жизнь, неужели я никогда не смогу быть полезной людям, не смогу стать такой же красивой, как мои собратья?!»

Облака плыли над городами, селами, реками, горами, морями, озерами.

– А хотите, я покажу вам ту страну, в которой я родилось? – спросило Облачко.

– Очень хотим! – послышалось со всех сторон.

– Тогда летим! – сказала Облачко.

Вскоре они прилетели в те края, где всегда жарко грело солнце, где сады были полны фруктов, а на полях колосилась рожь.

Но что это? Облачко тревожно посмотрело вниз и не поверило своим глазам: «Где зеленые луга, полноводные реки, спелые колосья ржи, где великолепные сады и леса? И где все люди?»

– Побудьте здесь, я скоро вернусь, – сказала Облачко.

Оно низко спустилось над землей, и его взору предстала страшная картина: почти вся зелень засохла; река, которая когда-то была широкой и полноводной, стала похожа на жалкий ручеек.

– Мы умрем от голода и засухи! – слышались отовсюду тревожные и печальные голоса людей.

Облачко стремглав взлетело к своим друзьям.

– Я хочу помочь им, но я такое маленькое! – воскликнуло оно. – Что же делать?

Никто не заметил, что Туча медленно летела вслед за облаками.

– Я помогу им, – сказала Туча.

– Куда тебе, с твоим-то видом! – вновь послышались со всех сторон насмешки.

Но Туча, не обращая внимания на насмешки, делала свое дело. Она спустилась ниже к земле... Раздался сильный удар грома, и хлынул такой сильный дождь, какого здесь уже давно не видали. На глазах у всех природа стала оживать: река наполнялась водой, леса, поля, сады набирались силы и свежести. И вот выглянуло солнце, его лучи пробивались сквозь Тучу, которая стала легкой и прозрачной. Вдруг все увидели радугу.

– Радуга – это хорошая примета! Мы не умрем от голода и засухи! – слышались повсюду радостные восклицания.

Дождь кончился, и казалось, умытая земля благодарила Тучу, а ее собратья восхищались ею. Туча же, улыбаясь, медленно поднималась в самую высь, туда, где живут самые красивые и добрые облака.

### Вопросы для обсуждения

– Кто из вас тоже любит небо и облака?

– В чем ошибались облака, оценивая Тучу? На что они обращали внимание и чего при этом не замечали? (*На внешность – не заметили душу.*)

- Как можно доказать, что Туча обладала благородством?
- Какие еще, на ваш взгляд, качества были присущи Туче?
- С кем из героев сказки у Тучи было больше всего похожих качеств и каких? (*С Облачком – стремление помогать, жалость к окружающим и т. п.*)

### Комментарии для ведущего

Детям обычно очень нравится упражнение «Ладощка», хотя иногда приходится помогать им находить хорошие качества. Однако центральное упражнение этого занятия «Мы похожи – мы отличаемся». Его лучше всего проводить в игровой форме с элементами соревнования, а сделать «удивительный» вывод: «Оказывается, я хоть немного похож на каждого из учеников в классе, и даже на ведущего, и на учительницу».

## Занятие 15. Каждый человек уникален

### Разминка

**«Неоконченные предложения».** Дети поочередно устно заканчивают написанные на карточках предложения:

*Я люблю...*

*Меня любят...*

*Я забочусь...*

*Обо мне заботятся...*

*Я верю...*

*В меня верят...*

**«Психологическая загадка».** Дети называют человеческие качества по их определениям.

*«Человек, умеющий терпеть, обладающий настойчивостью, упорством в деле» (терпеливый).*

*«Человек, умеющий сказать нежные, добрые слова» (ласковый).*

*«Не способный к низким, дурным поступкам человек» (порядочный).*

*«Человек, который всегда действует честно, по правилам» (справедливый).*

**«Джунгли».** Ведущий достает на несколько секунд фигурку из мешочка «Животные джунглей». Ребенку необходимо, внимательно посмотрев на фигурку, принять такую же позу (включая расположение ног). Можно показать ребенку сдвоенную фигурку (например, двух котят), тогда он будет вынужден позвать себе кого-нибудь в помощь.

**«Кто тебя позвал».** Один из учеников выходит к доске и отворачивается. Ребята по очереди зовут его, изменив голос. Водящему необходимо угадать, кто его позвал.

### Основное содержание занятия

**«Звездочка».** Ведущий рисует на доске звезду, в лучах которой пишет: «мама», «папа», «учительница», «друг», «ведущий». Один из ребят приглашается к доске. Ведущий указывает на один из лучиков и подает условный знак, например, топает ногой. Ребенок должен решить, какое качество у него общее с этим человеком. Если же ведущий хлопает в ладоши, нужно

вспомнить, какое качество указанного человека противоположно имеющемуся у ребенка. (Например: ведущий указывает на лучик с надписью «мама» и топает. Ребенок говорит: «Мама любит животных, и я тоже». Далее ведущий указывает на лучик «папа» и хлопает. Ребенок сравнивает себя с папой: «Он рассеянный, а я внимательный».)

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Цветок по имени Незабудка*

*(О. Гавриченко)*

Недалеко от большого города был лес, а в лесу была поляна, на которой росли разные лесные цветы. В хорошую погоду, когда солнце ласково пригревало, на поляну прилетали бабочки, а в траве заводили свои звонкие песни кузнечики. Легкий ветерок, пролетая над лесом, раскачивал цветы, траву и деревья, принося с собой приятную прохладу.

Цветы на этой поляне умели разговаривать. Каждый из них рассказывал другому лесные новости. Иногда они играли друг с другом в мячик из капелек росы. Весело и интересно жилось им!

Однажды утром на поляне появился новый цветок – на тоненьком стебельке с маленькими листиками и крошечным нераскрывшимся зеленым бутонем.

– Ты похож на обыкновенную траву, – сказали большие красные цветы Мака, – ведь ты весь зеленый.

– Нет, – ответил новый цветок, – я цветок Незабудка.

– Да какой же ты цветок, если твой бутон не раскрылся! – сказали Ромашки, покачиваясь на тонких ножках. – Вот мы, Ромашки, на этой поляне уже давно, но цветов по имени Незабудка не знаем.

– Таких цветов не бывает, – зазвенел колокольчик. – Нас много живет на этой поляне, мы не знаем цветов по имени Незабудка.

И все цветы на поляне сказали:

– Нет такого цветка, *ты не наш, мы не будем дружить с тобой.*

Маленькая тоненькая Незабудка посмотрела на себя: «Да... Я вся зеленая, и бутон мой не раскрылся, никто и говорить со мной не захочет, а играть – тем более...» От этой мысли она почувствовала себя совсем одинокой. Ей сделалось так грустно, что она стала увядать: и без того тоненький стебелек стал еще тоньше, листочки опустились, а нераспустившийся бутон наклонился к земле... Незабудка уже совсем завяла, как вдруг пошел дождик, который напоил ее спасительной влагой. Незабудка ожила и снова услышала голос Ромашки:

– Смотри, какой у меня большой цветок с желтой серединкой и белыми лепестками. Я похожа на солнце!

– А мы, – зазвенели колокольчики, – самые звонкие на всей поляне. Знаем много песен и лесных историй.

Маленькой Незабудке опять нечего было сказать, да ее никто и не слушал бы, ведь она совсем не похожа на цветок.

«Надо собрать все свои силы, чтобы мой бутон распустился и они увидели, что я тоже – цветок», – так думала Незабудка.

И на следующий день Незабудка так сильно постаралась, так сильно напрягла силы, что из бутона появились цветочки – очень красивые, голубые, по форме своей не похожие ни на один цветок на поляне.

На радостные голоса цветов прилетели птицы, которые стали щебетать:

– Мы летаем по всему лесу, но *нигде не встречали такого прекрасного и необычного цветка!*

Цветы устроили бал в честь Незабудки, где она танцевала и пела лучше всех и рассказала самую интересную лесную историю. Ее выбрали Королевой бала, и на ее венчике засверкала корона. Незабудка была счастлива, ведь она не отчаялась и смогла найти в себе силы для того, чтобы ее бутон раскрылся и все увидели, что она – Незабудка – прекрасный цветок.

### Комментарии для ведущего

Основным в этом занятии является упражнение «Звездочка». После его выполнения дети должны понять, что между ними и другими внешне непохожими людьми всегда есть какое-либо сходство. Наличие у человека чувства общности с окружающими, ощущение себя частью человечества, по утверждению А. Адлера, являются необходимыми предпосылками психологического здоровья.

Сказка, представленная на этом занятии, очень важна и близка детям. Помимо или вместо ее традиционного обсуждения сказку можно инсценировать, приглашая на роль Незабудки разных детей. В некоторых группах имеет смысл дать эту роль каждому ребенку. Можно предложить детям хором произносить наиболее важные фразы из сказки (они выделены курсивом).

## Занятие 16. В каждом человеке есть темные и светлые качества

### Разминка

**«Неоконченные предложения».** Дети заканчивают незавершенные предложения:

*Я надеюсь...*

*В будущем я хочу...*

*Мои родители хотят, чтобы в будущем я...*

*Я стараюсь...*

**«Психологическая загадка».** Дети называют человеческие качества по их определениям.

*«Человек, который относится по-дружески к окружающим (как к друзьям)» (дружелюбный).*

*«Человек, которому интересно узнавать новое, приобретать знания» (любопытный).*

*«Откровенный человек, честно выражающий свои чувства» (искренний).*

*«Человек, который помогает другому без пользы для себя» (бескорыстный).*

**«Птичий двор».** Ведущий достает на несколько секунд фигурку из мешочка «Птицы». Ребенку необходимо, внимательно посмотрев на фигурку, принять такую же позу (включая расположение ног).

**«Чи ладошки».** Один из участников с закрытыми глазами садится на стул лицом к группе. Ребята по очереди тихонько подходят к нему и на несколько секунд кладут свои ладошки на его. Ведущий должен догадаться, чи ладошки «приходили к нему в гости».

### **Основное содержание занятия**

**«Темные и светлые мешочки».** Ведущий рисует на доске два больших мешка и достает заранее заготовленные таблички с различными названиями качеств людей. Ребята должны рассортировать качества на «темные» и «светлые». Выбирается помощник, который с помощью магнитов будет прикреплять таблички к доске, «складывая» качества в соответствующие мешочки. «Темными» качествами мы называем те, которые мешают жить мирно и счастливо как самому человеку, так и его окружению, «светлыми» – те, что помогают.

**«Светофорки».** Ведущий раздает ребятам «светофорки» – кружочки из ватмана, зеленые с одной стороны, красные с другой, диаметром примерно 4–5 см. Ведущий указкой показывает на таблички с названиями качеств, помещенные в «мешочки» в ходе выполнения предыдущего упражнения. Дети должны подумать, присутствует ли у них это качество, и ответить с помощью «светофорика»: зеленый цвет – «да», красный – «нет». Ведущий тоже играет. После игры он задает вопрос: существуют ли ребята, у которых есть качества только из одного «мешочка»? Все вместе приходят к выводу о том, что в каждом человеке, как правило, присутствуют и «темные», и «светлые» качества.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### ***Перчатка***

***(Е. Голованова)***

В старом шкафу с большими зеркалами и скрипучими выдвижными ящиками жили разные вещи. В одном из ящиков лежали две вязаные перчатки. Их положила туда до будущей зимы хозяйка, связав вместе, чтобы не потерялись. Перчатки были теплые, почти новые; зимой в них было тепло и уютно. Разница между ними была только в том, что одна была левая, а другая – правая.

Правая Перчатка часто носила сумки, открывала все двери и оттого чуть больше изнасилась. Левая же носила часы, иногда браслеты, а иногда поверх нее надевали колечко с бирюзой. Левая Перчатка была щеголиха, она чувствовала себя самой изысканной и элегантной из всех левых перчаток! Ко всем соседям по ящику она относилась свысока. Но больше всего ее возмущало, что пару ей составляет такая грубая, жесткая натура, как ее сестра – Правая Перчатка.

«Как ты можешь так жить? – говорила Левая Перчатка Правой. – Ты работаешь целыми днями, постоянно касаешься грязных денег, трогаешь все

без разбору, а потом смеешь лежать рядом со мной! А я веду светскую жизнь – кому-то махну рукой, на что-то укажу пальчиком, но никогда не ношу тяжелых сумок и, уж конечно, гораздо чище тебя! Зачем ты мне нужна? Мне и без тебя хорошо!» Не успела Левая Перчатка договорить, как ящик шкафа открылся. Хозяйка извлекла перчатки наружу, надела их на руки и отправилась на улицу. Там было прохладно, падал снег. Хозяйка долго гуляла, и Левая Перчатка то и дело вздрагивала, когда Правая похлопывала или теребила ее без надобности. Наконец обе оказались в кармане пальто: хозяйка подходила к магазину. И тут Левая Перчатка не выдержала. Она ловко выпрыгнула наружу, крикнув напоследок: «Прощай! Я больше не хочу жить рядом с такой замарашкой! Отныне нам не по пути. Я скоро наверняка займу какое-нибудь почетное место в другом доме!»

Перчатка упала на тротуар. Она еще не знала, что одна она никому не нужна. Наутро, когда солнышко осветило город, какой-то прохожий поднял ее, повертел в руках... «Это моя судьба», – подумала Перчатка, но ошиблась: прохожий повесил ее на сучок дерева. Она провисела там три дня, утешая себя тем, что так и должно быть: все великие Перчатки начинали именно так!

Но вот на ней появились сосульки, она обледенела внутри и снаружи. Тогда ею заинтересовалась пролетающая мимо Ворона. «Наконец-то! – с облегчением вздохнула перчатка. – Не зря я здесь висела. Эта птица, наверное, чей-то посыльный и скоро доставит меня в приличное общество. Пусть я немного замерзла, но зато по-прежнему элегантна...»

Но у Вороны были другие планы. Она схватила Перчатку, потрясла ее, сбивая сосульки, и потащила к себе в гнездо. Сообразив, в чем дело, Перчатка вырвалась из ее когтей и упала прямо в сумку старьевщика. Старьевщик удивился, но, повертев Перчатку в руках, взял ее с собой.

«Вот теперь я почти дома, – думала про себя Перчатка. – Сейчас меня выстирают, выгладят, и я опять буду как новая».

Но дома Перчатку бросили в кучу старых вещей. Перчатка была огорчена: она начинала понимать, какой ошибкой было сбежать от хозяйки. Старые вещи вокруг нее поговаривали о том, что ее скоро распустят на нитки и смотают в клубок. Она этого очень боялась, поскольку для нее утратить свою элегантную форму было равносильно смерти. И она впервые позавидовала своей сестре – Правой Перчатке, которая лежала в теплом уютном шкафу.

Левая Перчатка готова была выполнять самую грязную работу, лишь бы не лежать здесь на холодном полу и не слушать сплетен старых вещей.

Перчатка предавалась своим печальным размышлениям, как вдруг послышалось знакомое рычание, и крепкие зубы сцапали ее. Это была собака прежней хозяйки!

Собака выскочила из лавки старьевщика и, пробежав еще немного, бросила Перчатку прямо к ногам хозяйки. Перчатка была довольно-таки грязная и изорванная, но хозяйка узнала ее, подняла, отряхнула и положила в карман.

Теперь Левая Перчатка, выстиранная и заштопанная, опять живет в большом шкафу, дружит с Правой Перчаткой и другими вещами. Она даже помогает сестре носить сумки и никогда больше не зазнается.

По случаю возвращениялевой Перчатки в шкаф был устроен праздник. Обе сестрицы – Левая и Правая – веселились всю ночь, пока хозяйка спала.

Им было хорошо вместе, и все их друзья радовались за них. Все точно знали: эту дружбу водой не разольешь!

### Вопросы для обсуждения

- Чего так сильно хотелосьлевой Перчатке? (*Быть лучшей, всегда на виду.*)
- Как вы думаете, чего она не знала о себе? (*Что у нее есть недостатки.*)
- Что помогло Перчатке узнать себя лучше? (*Жизненные трудности.*)
- Были ли у вас трудные ситуации, после которых вы стали лучше понимать себя?

### Комментарии для ведущего

Это очень важное занятие, поскольку ребята впервые знакомятся с идеей неоднозначности, двойственности человеческой природы: в каждом человеке есть и светлые, и темные качества. Подведя детей к такому выводу, можно перейти к обсуждению, с одной стороны, права каждого человека быть несовершенным (делать ошибки – это нормально, не обязательно всегда быть первым), с другой стороны, возможности принятия, неосуждения любого человека. Ведь в любом, даже «очень плохом», человеке обязательно есть что-то хорошее.

При обсуждении сказки подчеркните, что ее герои в разных ситуациях проявляют различные качества.

## Тема 3. Какой Я – Какой Ты

### Цели

- помочь детям понять, что у них есть много положительных качеств;
- учить детей находить положительные качества во всех людях.

### Занятие 17. Какой Я?

#### Разминка

«**Неоконченные предложения**». Дети завершают предложения:

*Я злюсь, когда...*

*Я радуюсь, когда...*

*Я печалюсь, когда...*

*Я не люблю, когда...*

«**Психологическая разгадка**». Ведущий предлагает детям придумать психологические загадки (определения качеств), в которых разгадками будут названия качеств людей. Поначалу используйте такие «разгадки», как честность, доброта, справедливость, – те, что упоминались на предыдущих занятиях и значение которых детям понятно. По окончании работы можно сравнить детские определения с теми, что имеются на ваших карточках. А затем предложите придумать определения к противоположным качествам: злость, гнев, обида, несправедливость...

**«Холодно – горячо».** Это модификация известной игры. Нужно спрятать в классе небольшую игрушку. Путь водящему указывают участники с помощью различных веселых звуков: жужжания, мычания, хрюканья, пыхтения и т. п. Скажем, при приближении водящего к месту, где спрятана игрушка, все жужжат, при удалении от нее – хрюкают. Условные звуки меняются от тура к туру. После нескольких туров можно спрятать игрушку, например, в одежде ведущего, который перемещается по классу и этим осложняет поиск...

### **Основное содержание занятия**

**«Цыганка».** Ведущий набрасывает на плечи шаль и превращается в «цыганку». Она предлагает ребятам погадать. Ребята по очереди обращаются к ведущему со словами: «Цыганка, цыганка, погадай мне, расскажи, какой я» (обращение на «ты» обязательно). «Цыганка» держит за спиной «карты» с написанными на них «светлыми» качествами людей. Вытаскивая по одной, она раздает их детям со словами: «Правильно я нагадала?» Ребенок может начать сомневаться, отказываться от какого-то качества. В этом случае следует, с одной стороны, поддержать его размышления о том, какой он на самом деле, с другой стороны, постараться убедить его в том, что это качество у него присутствует. Можно привлечь к обсуждению группу.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Сказка про дружбу*

*(Е. Агеенкова)*

Это было давно. В неизвестной стране. В неизвестном городе. И неизвестно в каком доме, но с одним вполне определенным мальчиком. Его звали... впрочем, это не важно.

Жил этот мальчик да поживал. У него было все, о чем только мог мечтать обыкновенный ребенок его возраста. Родители ни в чем ему не отказывали. Но у него не было, быть может, самого главного – друзей. Мальчик ни с кем не мог поладить и не понимал, что причина в нем самом. Он будто не замечал людей. Он требовал от других только того, что было нужно ему. Если у кого-то случалось несчастье или человек грустил, мальчик мог запросто подойти к нему и начать рассказывать, как весело вчера было в цирке. Он не любил и не умел слушать людей. Это было не со зла, а получалось само собой. И никто ни разу не догадался сказать ему, что он поступает неправильно.

Однажды мальчик вернулся домой из школы, как обычно, рассерженный. «Все отвернулись от меня. Никто не дружит со мной. У меня никогда не будет друзей», – бурчал он себе под нос. «Зато у тебя есть я», – вдруг раздался чей-то голос. Мальчик испугался: «Кто это?» – и тут же увидел маленькое существо. Оно сидело на кровати и с улыбкой смотрело на мальчика.

Это существо было ни на что не похоже: мягкое, белое, полупрозрачное, оно излучало тепло и доброту. Звали его Илис.

Мальчик и Илис подружились. Они проводили вместе вечера после школы, вместе делали уроки, играли. А еще Илис научил мальчика... летать!

Иногда, летая при луне над спящим городом, они беседовали о разных вещах. Илис хоть и был маленьким, но знал очень много.

– Откуда ты? – спросил как-то мальчик.

– Откуда?.. Это здесь, рядом... но людям этого не видно, – загадочно отвечал Илис. – Это особенная страна. Там все умеют летать, там сбываются сны, и все счастливы.

– Ты такой умный и знаешь все. Может быть, тебе известно, отчего у меня нет друзей? Почему все отворачиваются от меня? Помоги мне.

– Все очень просто, – улыбнувшись, ответил Илис, – надо только научиться слушать сердцем. Постарайся прислушиваться к людям. Видишь ли, не всегда другим интересно то же, что и тебе. Надо хоть иногда что-то делать для других. Это и легко и трудно одновременно.

– Спасибо, – сказал мальчик, – кажется, я понял. Как хорошо, что ты у меня есть. Ты – мой настоящий друг.

И тут улыбка исчезла с лица Илиса.

– Видишь ли... Я не всегда буду здесь. Я с тобой лишь на время. Потом меня не станет.

Но время шло, и все было по-прежнему: Илис и мальчик подолгу играли вместе, а по вечерам Илис учил мальчика разным премудростям, но с каждым днем становился все грустнее. Что-то его тревожило. Но что именно – об этом знал он один.

Однажды мальчик вбежал к себе в комнату с радостным криком: «Илис! Сегодня самый счастливый день в моей жизни! У меня наконец появился друг! Друг, о котором я так давно мечтал. Это так прекрасно, когда рядом есть человек, который всегда готов тебе помочь, который, какое бы ни было у него настроение, всегда готов тебя выслушать, когда все тяготы в жизни делятся пополам, а радости умножаются вдвое. Как это прекрасно – иметь друга!»

Мальчик рассказывал о своем друге, но никто его не слышал. Он не знал тайны, которую знал Илис. Пришел тот день, когда Илис стал ему уже не нужен. Мальчик сумел научиться всему, чему он его учил, и поэтому у него появился друг. А Илис исчез. Поняв это, мальчик опечалился. Но теперь Илис всегда был рядом с ним, в его памяти. Он жил у него в сердце. Когда наступали тяжелые времена, мальчик советовался с Илисом и поступал так, как подсказывало ему сердце.

### **Вопросы для обсуждения**

- Что значит «научиться слушать сердцем»?
- Как вы понимаете слова «надо прислушиваться к людям»?
- Почему уметь жить для других – это и трудно и легко одновременно?
- Объясните фразу «Илис жил у него в сердце».
- Были ли у вас когда-нибудь трудности с дружбой и что вам помогало их разрешить?

### **Комментарии для ведущего**

На этом занятии основным является упражнение «Цыганка». Как правило, оно выполняется с большим интересом. Карточку с качеством, которое досталось ребенку, можно, перевер-

нув, положить ему на стол. А затем после окончания игры еще раз предложить группе вспомнить, каким хорошим качеством обладает ребенок, и открыть его карточку.

## Занятие 18. Какой ты?

### Разминка

**«Закончи предложения».** Дети завершают предложения: *Большинство ребят нашего класса...*

*Мне нравится, когда ребята...*

*Я не люблю, когда смеются...*

**«Психологическая разгадка»** (см. занятие 17). Группа делится на две команды, которые задают друг другу психологические загадки.

**«Найди игрушку».** Игрушка прячется в столе одного из участников в отсутствие водящего. Затем ребята называют отличительные качества того участника, у которого спрятана игрушка. Когда водящий находит игрушку, то сообщает, какие именно сведения помогли ему в поисках.

### Основное содержание занятия

**«Цыганка»** (см. занятие 17). Упражнение выполняется с некоторым усложнением: в роли цыганки выступают на этот раз сами дети, получая задание не только «погадать», но и доказать, что качество, обозначенное на выпавшей карте, действительно присутствует у того, кому эта карта досталась.

**«Заяц-Хваста».** Дети вспоминают сюжет сказки про Зайца-Хвасту и тетку Ворону. В сказке Заяц стоял на пеньке перед другими зайцами и хвастался: «Я самый умный! Я самый смелый! Я самый хитрый!» А тетка Ворона потрепала его за ушко и запретила хвастаться. А потом собаки поймали Ворону и начали ее трепать, а Заяц помог ей освободиться. Так Ворона убедилась, что Заяц – не хвастун, а и вправду молодец.

Ведущий предлагает побыть Зайцем-Хвастой каждому ребенку. Нужно встать на стул – «пенек» – и громко сказать: «Я самый-самый...»

### Комментарии для ведущего

«Заяц-Хваста» очень важное и трудное для детей упражнение, поэтому необходимо правильно выполнять его. Ребенок должен находиться в центре внимания группы и обязательно на возвышении (на стуле, столе). Он должен очень громко проговаривать свои положительные качества, а группа также громко повторять их: «Я смелый! – Ты смелый!» «Я красивый! – Ты красивый!» и т. п. Можно сказать детям, что для того, чтобы все сбылось, они должны не только громко кричать, но и направлять все свои добрые чувства на водящего, например, протягивая в его сторону раскрытые ладони. Не у всех детей получится с первого раза похвастаться, многие дети будут стесняться выполнять упражнение. Настаивать не стоит, при повторении упражнения с ним справляются практически все.

После того как все дети побывают Зайцем, можно предложить им подумать о том, что большинство из них на самом деле не хвастались, а говорили правду о себе. Можно предложить

детям снова встать на стульчик и произнести ту же фразу о себе, только без слов «самый-самый», а группе хором повторить ее, например: «Ты умный, красивый и ласковый».

## Занятие 19. Какой ты? Учимся договариваться

### Разминка

**«Неоконченные предложения».** Предложите детям подумать о том, как можно продолжить фразы:

*Мои друзья любят...*

*Я люблю, когда мои друзья...*

*Когда другие смеются надо мной...*

*Когда я смеюсь над другими...*

**«Топните те, кто...»** Из числа участников выбирается водящий. Ведущий обращается к группе со словами, например: «Топните те, кто любит петь». Водящему необходимо запомнить и сообщить группе, кто же любит петь. Игра повторяется 3–4 раза.

**«Какого цвета твои глаза?»** Выбирается пара участников, которые поворачиваются спинами друг к другу. Ведущий задает каждому вопросы о внешности партнера: «Какого цвета глаза у твоего партнера?», «Какая у него обувь?» и т. п. Затем образуется новая пара.

### Основное содержание занятия

**«Я задумал мальчика...»** Ведущий приносит в группу полоски бумаги с написанными на них «светлыми» качествами (по числу участников) и, называя их одно за другим, предлагает группе догадаться, какое качество кому предназначено, кто им действительно обладает. Возникающая при этом дискуссия важнее самого процесса «присвоения качеств». Участник, получивший полоску бумаги, переворачивает ее и кладет на парту. Когда все «качества» розданы, выбирается водящий, который должен вспомнить, кто какое качество получил.

**«Интервью».** Для этого упражнения необходим диктофон. Сначала ведущий уточняет у ребят, знают ли они, что такое «интервью». Отмечает, что интервью обычно берется у интересных людей. Предлагает поиграть в «интервью», причем вопрос, задаваемый всем, будет один и тот же. Далее ведущий с диктофоном подходит ко всем детям по очереди и, обращаясь по имени и отчеству, задает вопрос: «Какой вы и чем отличаетесь от остальных?»

**«Прослушивание интервью».** Ребята слушают кассету с записью предыдущего упражнения.

### Комментарии для ведущего

Центральное упражнение занятия – «Интервью» – очень нравится детям. Но, как правило, на прослушивание не хватает времени, оно проводится уже на перемене.

## Занятие 20. Трудности второклассника в школе, дома, на улице

### Разминка

**«Загадай игрушку».** Дети загадывают и пластически изображают какую-нибудь игрушку, не употребляя слов. Остальные отгадывают.

**«Хрюкните те, кто...».** Ведущий задает детям вопросы, например, такие:

*Кто любит смотреть на огонь?*

*Кто умеет ездить на велосипеде?*

*Кто любит дарить подарки?*

*Кто не боится бегать под дождем?*

Дети должны отвечать, издавая смешные звуки: хрюкать, пищать, мычать и т. д. – по команде ведущего.

**«Крылатые качели».** Дети получают следующую инструкцию: «Представьте, что вы садитесь на качели и начинаете раскачиваться. Вы раскачиваетесь все сильнее и сильнее. Вверх-вниз, вверх-вниз. Еще выше! И вот вы отрываетесь от качелей и взлетаете. Взлетаете и летите. Летите, куда хотите. Легко и плавно. Под вами улицы, крыши домов, деревья. А вы летите все дальше. Вам радостно. А потом? Что будет потом? Расскажите или нарисуйте».

### Основное содержание занятия

**«Копилка трудностей».** Ведущий предлагает детям собрать «копилку трудностей» второклассника: назвать все, что вызывает трудности и огорчения в школе. Например: «Мне трудно тихо сидеть на уроке», «Мне трудно не делать ошибок» и т. д.

**«Театр».** Дети представляют несколько трудных ситуаций второклассника в театрализованных сценах.

**Рисунок «Трудные ситуации второклассника».** Листы бумаги расчерчиваются на четыре части. Ребята представляют себя иллюстраторами детских книг и выполняют четыре маленьких рисунка к четырем трудностям, которые возникают у них в школе.

### Комментарий для ведущего

В итоге занятия важно подвести детей к выводу, что те или иные трудные ситуации, которые необходимо преодолевать, встречаются в жизни всех второклассников.

## Занятие 21. Школьные трудности

### Разминка

**«Изобрази предмет».** Дети загадывают и без слов изображают какой-нибудь предмет из классной комнаты.

**«Бой Быков».** Ведущий предлагает представить, что утром в школу незаметно пробрались два маленьких бычка. Они устроились на спине одного из участников и решили подражаться. «Бычки» – руки ведущего – дерутся на спинах нескольких детей. Задача детей – по возможности сидеть смирно.

**«Школа зверей».** Дети получают следующую инструкцию: «Представьте себе, что мы находимся в школе для зверей, например, в школе кенгуру. Кто хочет быть учителем-кенгуру? А все остальные будут учениками-кенгуру. „Учитель“ будет вести урок, кого-то вызывать к доске, кого-то хвалить, кого-то ругать, но все – „на языке кенгуру“. А мы попробуем отгадывать, чего от нас хочет „учитель“, и выполнять его требования».

После проигрывания «урока» проходит обсуждение. Насколько ученики понимали своего «учителя»? Что им помогало в этом? При повторении игру можно усложнить, надевая на «учителя» маску животного.

**«Дважды два – четыре».** Ведущий дает следующую инструкцию: «Известного в мире много: во сколько детям спать ложиться – известно, во сколько лет в школу поступать – известно, чему детей в школе учить – тоже известно. А может быть, неизвестного ничего не осталось? Давайте поищем неизвестное в нашем мире. Кто найдет больше? Итак, нам неизвестно, что...»

### **Основное содержание занятия**

**«Помоги Сереже».** Ведущий предлагает ребятам дать совет Сереже, как ему поступить в трудной для него ситуации в школе (например, его не любит учительница или у него много ошибок в словах и т. п.). Сережу играет ведущий.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

#### *В одном лесу жила-была...*

*(Л. Исаева)*

В одном лесу жила-была большая и дружная семья лисиц. Одно поколение сменяло другое, и не было им равных по силе и ловкости. Славились они как самые опытные и умные охотники. Рос в этой семье маленький лисенок. На радость братьям и сестрам и в утешение родителям был он озорным, веселым, подвижным. Однажды родители решили, что настало время готовить лисенка ко взрослой жизни. Для этого необходимо было пройти испытание. Готовили лисят к нему долго и тщательно в специальных лесных школах, где самые старшие и опытные лисы передавали свое мастерство и свои знания молодому поколению.

Лисенок радостно бегал в школу. Он хотел скорее научиться всему сразу: и бесшумно передвигаться на охоте, и неожиданно выскакивать из засады, и различать все лесные запахи, и развить тонкий слух и острое зрение. Но с каждым днем возвращался он домой все более грустным и задумчивым. Не все у него получалось. Он не понимал, почему не может повторить за старым лисом все упражнения и движения, почему не получается у него делать все так

же легко и быстро, как раньше. Оказалось, что важно не веселье и озорство, а что-то другое, что – он пока не понимал.

Лисенок горько плакал и говорил: «Почему у меня ничего не получается? Я плохой. Я ничего не умею!»

Долго беседовал старый лис-отец с сыном, рассказывал о знаменитых предках, лучших охотниках всех времен, прославленных когда-то во всех лесах.

Быстро сказка сказывается, да не быстро дело делается. Пришлось лисенку и дальше заниматься в лесной школе. Стал он задумчивей и спокойней. Не бегал больше без дела, старался ходить бесшумно, все вокруг замечал, изо всех сил старался исправлять ошибки, не унывать при неудачах и промахах. Трудно было лисенку. Наконец наступил главный день – День проверки на выносливость и силу. Крепкими и хитрыми стали друзья лисенка. Ловкость и сноровка появились в их движениях.

Собрались на поляне все лесные звери. В тот великий день даже недруги стали друзьями. Испытания были долгими и трудными. Один участник был лучше другого. Дошла очередь и до лисенка. Но где же наш маленький друг? Малыша больше не было. Он превратился в красивого лиса, самого ловкого и сильного, смелого и быстрого. Лисенок повзрослел. Незаметно для окружающих он стал настоящим охотником, достойным потомком своих великих предков. Маленький лисенок поверил в себя и добился всего, чего хотел. Теперь лисы-отцы рассказывают о нем маленьким лисятам.

Вот и сказке конец. Сказка – ложь, да в ней намек – поучительный урок.

### Вопросы для обсуждения

- К чему готовили лисят в лесных школах? (*К будущей взрослой жизни.*)
- Почему лисенку было трудно в школе? (*Хотел научиться всему сразу без труда.*)
- Почему лисенок считал себя плохим?
- Куда делся лисенок в конце сказки? Почему автор сказал: «Малыша больше не было»?

(*Он стал взрослым лисом.*)

- Были ли у вас в жизни похожие ситуации?
- Что в этой сказке кажется вам самым интересным?

### Комментарии для ведущего

Центральное упражнение «Помоги Сереже» проводится в форме игры «На приеме у психолога». Ведущий приходит к психологу за советом, при этом роль психолога играют дети по очереди. Ведущий (в роли мальчика) обращается то к одному психологу, то к другому, пока полученный совет его не устроит.

## Занятие 22. Школьные трудности (продолжение)

### Разминка

«**Изобрази предмет**» (см. занятие 21). Упражнение усложняется: ребята делятся на пары, и им необходимо договориться, какой предмет они будут показывать и как.

«**Бой Быков**» (см. занятие 21). Это задание тоже усложняется: «бой быков» на спинах теперь проводят сами участники, по команде ведущего меняясь ролями.

«**Взвизгните те, кто...**» Дети отвечают на различные серьезные и шуточные вопросы ведущего, издавая по его команде веселые звуки: мяукая, кукарекая, повизгивая. Ведущий должен придумать побольше вопросов, например:

*Кому хочется жениться или выйти замуж?*

*Кто хочет быть богатым?*

*Кто может обижаться на маму?*

*Кто предпочел бы жить в джунглях?*

«**Изобрази ситуацию**». Ведущий записывает на карточках трудные школьные ситуации и раздает карточки детям. Они по очереди изображают выпавшую им ситуацию. Дети могут объединяться по двое-трое. Группа отгадывает, какая ситуация была изображена.

### Основное содержание занятия

«**Помоги Сереже**». Ведущий – «Сережа» – жалуется детям на новые трудности в школе. Дети стараются помочь ему своими советами.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Про львенка Пашу*

*(И. Писарева)*

Жил-был лев, но не большой и свирепый, а маленький и пушистый. Это был львенок. Звали его Паша.

Он был озорным, симпатичным, сообразительным. Ему очень хотелось, чтобы все знали, какой он хороший, чтобы учитель Жираф Алексеевич чаще его хвалил и все зверята играли с ним.

Но почему-то Пашины мечты не исполнялись. Как львенок ни старался, ничего не получалось. Например, на уроке он всегда первым решал задачи. Ему так хотелось первым ответить! Но учитель просил сидеть тихо и поднимать лапки, когда кто-нибудь справится с заданием. А Паша боялся, что спросят кого-то другого и никто не заметит, какой он умный. И львенок начинал ерзать на месте и сопеть, а потом не выдерживал и вскакивал с места: «Ну что вы так долго думаете? Я давно уже все решил! Эх вы, копуши!» Но за Пашу почему-то никто не радовался, а учитель Жираф Алексеевич даже несколько раз выставлял его за дверь. Львенок злился на учителя и одноклассников и думал: «Они просто завидуют мне, потому что я самый умный, а они бестолковая мелюзга!»

Шел как-то обиженный Паша, пинал камешки на дороге и вдруг увидел свою подружку – хрюшку Дашу. Даша обрадовалась, увидев Пашу, и они пошли вместе играть. Игра была такая: надо было кидать желуди в мишень. Даша всегда промахивалась. Паша злился:

– Какая же ты неуклюжая! Дай-ка я кину!

– Но теперь моя очередь, – обижалась Даша.

– Ты все равно промажешь! Лучше посмотри, как ловко у меня получается! – возражал Паша.

Но Даша не захотела смотреть и ушла домой.

– Вот противная! – злился львенок. Но ему стало грустно. И он тоже поплелся домой. А дорога шла через лес. Паша шел по тропинке, думал о том, что никто его не понимает... и вдруг споткнулся о пенек и упал. Львенок расплакался, уткнувшись лицом в траву. Долго он плакал. А когда успокоился и протер заплаканные глазки, увидел, что настала ночь, а с неба на него смотрят звездочки. И Паше показалось, что это не звезды, а глаза его одноклассников, хрюшки Даши, мамы, Жирафа Алексеевича... Они же не знают, куда он пропал! Они же волнуются за него!

Паша вспомнил, что он сегодня обидел одноклассников: не дал им дорешать задачку. Он обидел Дашу: так и не научил ее правильно бросать желуди. Он обидел маму: не пришел вовремя домой, а она ведь ждет его. Подумал он обо всем этом и сделал такой вывод: «Они все такие хорошие, а я их обидел! Значит, не такой уж я умный. Побегу-ка я домой и все-все исправлю!» Прибежал он домой, обнял маму-львицу, поцеловал ее и сказал: «Прости меня, мамочка. Я знаю, что ты волновалась. Я постараюсь так больше не делать». Мама не стала сердиться, а накормила Пашу вкусным ужином.

Утром львенок пришел в класс. Все звери сторонились его, не хотели с ним разговаривать. А когда начался урок, Паша опять решил сложную задачу первым. Но теперь он не стал мешать другим, а поднял свою мохнатую лапку. Учитель удивился, вызвал Пашу к доске и поставил ему пятерку, а потом попросил его помочь тем, кто не справился с задачей.

После уроков Паша побежал к Даше. Он извинился за свою вчерашнюю грубость и научил Дашу играть в желуди. Они весело играли весь день, и Паша всегда уступал подруге.

Когда наступил Пашин день рождения, все пришли его поздравить. Никогда еще у львенка не собиралось так много гостей! Все дарили Паше подарки и хотели с ним дружить.

Паша был счастлив и, засыпая, подумал: «Как хорошо, когда другие заботятся о тебе! Но еще приятнее самому заботиться о других!»

### **Вопросы для обсуждения**

– Чего так сильно хотелось львенку в начале сказки? (*Чтобы все заметили, какой он замечательный.*)

– Отчего он был так счастлив в конце сказки? (*Как хорошо, когда другие заботятся о тебе, как приятно самому заботиться о других.*)

– Как получилось, что Пашины желания в процессе сказки изменились?

– Были ли у вас похожие ситуации?

### **Комментарий для ведущего**

Постарайтесь в итоге подвести детей к выводу: «Чтобы изменить ситуацию, я должен измениться сам».

## Занятие 23. Домашние трудности

### Разминка

**«Изобрази предмет».** Хорошо знакомое упражнение на этом занятии еще немного усложняется. Дети разделяются на тройки. Каждая тройка показывает остальным собственную композицию – предмет, изображаемый с участием всех троих. Остальные отгадывают, что это за предмет. (Например, композиция «Чайник»: один из тройки занимает место «корпуса», второй становится «носиком», третий изгибается в виде «ручки».)

**«Разные ладошки».** Дети выбирают из числа участников группы жюри (1–2 человека). Остальные по команде ведущего показывают свои ладошки, придавая им разный характер: ласковые, шалуньи, послушные и прилежные, строгие и т. д. Жюри выбирает самые выразительные ладошки.

**«Если я улитка...»** Дети выбирают любое знакомое всем короткое стихотворение (например, четверостишие А. Барто «Наша Таня громко плачет») и по очереди читают его в разных ролях, превращаясь то в улитку (замедленно), то в муравья (очень тихо), то в тигра (грозно), то в скаковую лошадь (в ускоренном темпе), то в автомат (быстро и громко) и т. п.

### Основное содержание занятия

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

#### *О муравьишке*

*(О. Саначина)*

В лесу тишина. Только листья шуршат и суетятся лесные жители. А у высокой ели растет муравьиный город. В одной муравьиной квартире живет настоящая муравьиная семья: мама, папа и мальчишка-муравьишка. Совсем недавно он начал учиться муравьиной работе. Но у него мало что получалось: помогая нести еловую иголку другим муравьям, он всегда выбивался из строя, если ему поручали перетащить пять крошек земли, он ошибался и приносил три, кроме того, он был неповоротлив и неряшлив. Вечерами, забираясь в уголок, муравьишка плакал, вытирая усиками слезы: «Я ничего не умею, я плохой. Все муравьи такие способные к труду, умелые, а я маленький неловкий муравьишка». В большом муравейнике никто не слышал печальных всхлипов нашего друга. Дни бежали. Мама и папа муравьи начали беспокоиться за муравьишку.

– Сынок, что с тобой происходит? Ты не умеешь делать элементарных муравьиных вещей! Муравей-вожак жалуется на тебя.

Муравьишка опускал голову и брел в неизвестном направлении. Однажды, прибывая пылинки капельками слез, муравьишка задумался: «Почему я считаю себя плохим? Я, как и все, появился из обычного



**«Если я отличник...»** Стихотворение, над которым дети работали на предыдущем занятии (см. упражнение «Если я улитка...», занятие 23), читается снова. Теперь участники последовательно превращаются в отличника, который уверен в том, что получит «отлично»; в двоечника, то есть постоянно недоучивающего ученика; в ученика, неуверенного в своих силах.

### **Основное содержание занятия**

**«Изобразите ситуацию».** Упражнение (см. занятие 22), выполняется так же, но с новыми заданиями на карточках (показать трудные домашние ситуации). Можно предварить игру беседой с детьми, в ходе которой они выскажут варианты домашних трудностей, записать эти ситуации на карточки, а потом предложить вытянуть по одной и разыграть.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### ***Верить и стараться***

Жила-была семья из трех человек: папа, мама и маленький мальчик. Может быть, это была девочка, я точно не помню. Но кажется, мальчик. Мальчик этот очень хотел быть хорошим. Он очень хотел хорошо учиться, но буквы часто перепутывались друг с другом, ошибки в слова сами вскакивали, задачки почему-то решаться не хотели, а стихотворения никак не запоминались. Зато ему то ладошки, то ноги, то горло частенько начинали щекотать «вертунчики». И тогда мальчик то начинал все крутить-вертеть, то со стула сваливался, то выкрикивал громким голосом, когда все ребята тихо сидели. Очень хотел мальчик хорошо учиться, но то и дело замечания да двойки получал. Маму огорчал, учительницу огорчал. А как сам огорчался! «Почему я такой? Почему у меня не получается? Как стыдно! Очень стыдно! – думал мальчик и во время обеда, и в машине, и перед сном. – Я же очень хочу хорошо учиться!» Так сильно огорчался мальчик, что учился все хуже и хуже. Делал ошибки все больше и больше. Учительница только строгим голосом к нему обращалась: «Опять не успел... Опять не выучил...» А мама даже заболела.

«Какой я несчастливый», – вечером, лежа на диване, думал мальчик, думал, думал и уснул. И приснился ему сон. А во сне он, мальчик, уже вырос, стал высоким, красивым мужчиной. Сидит он во сне за столом, толстые книги быстро, быстро прочитывает, сам толстую книгу пишет да еще в компьютере какие-то сложные задачи решает. И подходит к нему, к большому, во сне маленький мальчик и спрашивает: «Дядя, а как ты вырос таким умным, так пишешь красиво, задачи сложные решаешь? Ты, наверное, в школе на одни пятерки учился?!» И ответил он: «Что ты, малыш! Получал я в школе и двойки, и тройки. Писал не всегда чисто, да еще и некрасиво. Но я всегда верил, что когда-нибудь и у меня получится хорошо. Главное – верить и стараться...»

«Верить и стараться», – прошептал наш ученик 2-го класса, просыпаясь. Верить и стараться. Верить, что все получится, стараться и не очень огорчаться. Подпрыгнул мальчик три раза на правой ноге, один – на левой и еще один раз на двух сразу и побежал рассказывать сон маме. «Надо,

чтобы и она перестала огорчаться, – думал он – теперь-то я знаю, что у меня обязательно все получится. Я ведь очень стараюсь!»

### **Комментарии для ведущего**

Сказка «Верить и стараться» является итоговой. Здесь предпочтительнее обсуждение как можно менее структурированное, с вопросами «Что понравилось?», «Было ли у тебя похожее?» и т. п., для того чтобы актуализировать опыт детей и предоставить им возможность поговорить о себе.

### **Занятие 25. Итоговое**

Как и в первом классе, итоговое занятие хорошо бы провести празднично. Но форму для него лучше выбрать другую. Например, если в прошлом году вы играли в КВН на темы психологических занятий, то теперь можно устроить Фестиваль игр. Пусть дети припомнят все новые психологические игры, с которыми они познакомились в этом году, выберут самые интересные и зрелищные и поиграют в них, привлекая зрителей из других классов, учителей и родителей.

## Третий класс

К началу третьего класса у ребенка уже сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская непосредственность, индивидуальные особенности ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет его контакт с той важной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей выполнять стандартные задания, умение действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества утверждаются в ребенке за счет обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение креативных способностей. Однако это – явление временное и обратимое, если вовремя начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я – фантазер», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых.

Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутреннее отдаление от авторитета учителя может вызвать в душе ребенка страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со всеми достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательными. Но при этом они любят ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей.

Важной остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями становятся в этот период более значимыми, нежели в первые два школьных года, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Формула «кого любит учитель, того и я люблю» утрачивает свою актуальность. Самооценка ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями: «Я хороший, если у меня есть друзья, если меня уважают в классе». Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых психологических играх и упражнениях, быть внимательными к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

## Тема 1. Я – фантазер

### Цели

- помочь детям осознать ценность умения фантазировать;
- развивать креативные способности детей.

### Занятие 1. Я – третьеклассник

#### Разминка

**«Я соскучился по...»** Это первое занятие после летнего отдыха. Побеседуйте с детьми о том, что интересного случилось с ними летом, а потом предложите поиграть. Сядьте в круг и назначьте водящего, который при помощи любой известной считалки выбирает одного из участников и должен закончить фразу: «Я соскучился по (имя того, на ком остановился счет), потому что...» Далее этот участник становится водящим.

**«Летние сценки».** Продолжая вспоминать о своих летних занятиях, дети поочередно разыгрывают одну из ситуаций в виде сценки (без слов). Остальные отгадывают, какая ситуация изображается.

**«Закончи предложение».** Предложите детям рассказать о том, что случилось с ними летом, завершив следующие предложения: *Летом самое интересное было...*

*Летом я однажды удивился, когда...*

*Летом я однажды, обрадовался, когда...*

**«Я – третьеклассник».** Дети по очереди произносят фразу «Я – третьеклассник» с разными интонациями – с радостью, со страхом, задумчиво, сердито и т. д. Интонация задается ведущим устно или при помощи карточек с названиями чувств.

**«Что интересно третьекласснику?»** Дети получают задание представить себе волшебную подзорную трубу, в которую можно разглядеть близкое будущее. Чего они ждут от новой встречи со школой? Каковы их желания, что их беспокоит, что пугает в наступившем школьном году? Что они хотели бы узнать? Пусть каждый расскажет, какую ситуацию он увидел сквозь волшебную трубу.

**«Если б не было на свете школ».** Ведущий предлагает детям представить жизнь без школы. Что случится, если все школы вдруг отменят? Пусть каждый поделится своими фантазиями.

**«Рисунок идеальной школы».** Дети получают листы бумаги и рисуют школу своей мечты. По окончании рисования каждый комментирует свой рисунок, рассказывая, какой бы он хотел видеть школу. Как она выглядит? Чем в ней занимаются дети? Какие в ней учителя? Как проходят уроки? Ведущий и участники могут задавать рассказчику дополнительные вопросы.

## Занятие 2. Кого можно назвать фантазером?

### Разминка

**«Ведущий тоже соскучился».** Ведущий говорит детям, что летом он вспоминал о них и приготовил послание каждому, но им нужно догадаться, кому какое послание предназначено. Вместо имени и адреса на них – небольшой список качеств. Ведущий прочитывает «адреса», а дети разгадывают «адресатов». В результате каждый участник должен получить такое послание.

**«Кто как отдыхает?»** Все участники беседуют о том, как люди обычно отдыхают – и дети, и взрослые. После этого каждый без слов представляет один из видов отдыха (чтение, спортивные игры, дискотека, компьютерные игры и т. д.), а остальные разгадывают.

**«Кто это?»** Ведущий показывает детям мягкую игрушку или изображение неопределенной формы, но с лицом, ручками и ножками, и предлагает придумать, на какое животное это похоже и почему, как его можно назвать.

### Основное содержание занятия

**«Небылицы».** Напомните детям рассказ Н. Носова «Фантазеры». Пусть каждый из ребят сочинит любую невероятную историю, якобы произошедшую с ним. Все вместе решите, чей рассказ оказался самым интересным и фантастичным.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Цветик-семицветик*

*(О. Васильева)*

На одной из лесных полян жила семья цветиков-семицветиков: мама-семицветик, папа-семицветик и семицветик-мальш. У мальша было много друзей в округе: ромашки, незабудки, васильки. Они вместе играли, часто беседовали о том о сем, фантазируя и сочиняя небылицы.

И вот мальш-семицветик вырос настолько, что окрасился его последний, седьмой лепесток. Это означало, что ему пора отправляться в лесную школу. Цветик узнал там много интересного: из чего сделана вода, которой он питается, и как можно пересчитывать лепестки, и куда плывут облака, и где прячется солнце по вечерам.

Однажды Цветик вернулся из школы, и его младшие друзья, едва распутившиеся цветочки, позвали его на прогулку:

– Давай поиграем, как прежде: будем смотреть на облака и придумывать, на что они похожи.

Но Цветик рассердился:

– Мне теперь не до всякой мелюзги и не до этих глупостей! Я теперь все знаю! Я должен быть серьезным, а не тратить время на глупые фантазии! – и один ушел в лес.

Малыши-цветочки обиделись на Цветика. Они убежали на поляну и стали играть там друг с другом: они искали в небе самое красивое облако и придумывали, на что оно похоже. Они забыли о своем огорчении, развеселились, и звонкий их смех разносился по всей поляне.

А Цветик сидел в темной чаще. Ему было одиноко. Не с кем ему теперь поиграть и поболтать. Даже своими новыми знаниями не с кем поделиться! И Цветик горько заплакал. Но никто не знал о его слезах, только смех с полянки доносился до него.

Не выдержал Цветик, вытер слезы и побрел на поляну. Попросил прощения у малышей. Они помирились, забыли обо всех обидах и стали вместе играть и фантазировать по-прежнему. А потом Цветик рассказал малышам о том, что узнал в школе, и они его внимательно слушали. Возвращаясь домой, Цветик разглядывал цветные вечерние облака и видел, что одно из них похоже на бегемота, другое – на петуха, а третье – на огромный красивый цветок.

### Вопросы для обсуждения

– Почему Цветик стал считать фантазирование глупым занятием? А может, вы тоже так считаете?

– А вы придумывали когда-нибудь, куда плывут облака? Давайте попробуем придумать, куда они могут плыть.

– Что такое фантазия и кого можно считать хорошим фантазером?

«**Волшебный матрасик**» (В. Оклендер). Постелите на пол надувной матрас и предложите детям падать на него так, чтобы это получалось смешно. Не забывайте подстраховывать детей!

### Комментарии для ведущего

На этом занятии важно ввести понятие фантазии, обсудить ее необходимость для человека любой профессии, подвести к выводу, что фантазировать умеют не все дети и этому необходимо учиться, как чтению и письму. Хочется также обратить внимание на замечательное упражнение «Волшебный матрасик». По мнению В. Оклендер, оно особо полезно детям со сниженной произвольностью.

## Занятие 3. Я умею фантазировать!

### Разминка

«**Мысленные картинки**». Дети слушают музыку с закрытыми глазами и рисуют в воображении картины и образы, которые навеивает им музыка, а затем рассказывают другим о своих фантазиях. Завершите это упражнение обсуждением: чьи мысленные картинки оказались самыми интересными и почему?

**«Домашние занятия».** Дети без слов изображают обычные домашние занятия: уборку квартиры, приготовление еды, купание в ванне и т. д. Слова не используются. Ситуации не повторяются. Зрители разгадывают, какое занятие изображается каждым участником.

**«Какое чувство ты испытываешь?»** Ведущий называет различные домашние занятия и предлагает детям мимикой выразить то чувство, которое возникает при этом (интерес, грусть, скука). Остальные отгадывают, какое именно чувство изображает водящий.

**«Небылицы»** (см. занятие 2). Дети соревнуются в сочинении невероятных историй, но на этот раз вводится ограничение: небылицы должны быть страшными!

**«Волшебный компот».** Ведущий предлагает детям вспомнить книжку Яна Ларри «Необычайные приключения Карика и Вали»: двое детей случайно выпили сладкую жидкость и в результате превратились в крошечных человечков и жили среди насекомых. А если в школьную столовую по ошибке вдруг привезут такой волшебный компот и все ученики разом станут ростом в один-два сантиметра? Что будет тогда? Как изменится жизнь детей? Как будут проходить уроки? Как будут обращаться с малютками родители и учителя? Пофантазируйте все вместе на эту тему.

**«Царевна Несмеяна».** Вспомните русскую сказку о царевне Несмеяне. Выберите на роль царевны одного из участников. Все остальные должны по очереди попытаться рассмешить Несмеяну всеми дозволенными способами, а ее задача – не смеяться, пока хватит сил. Пусть в этой роли попробует себя большинство детей, а также ведущий. По окончании игры обсудите способы, которыми пользовались участники. Какие из них можно признать самыми лучшими? А кто оказался самой стойкой Несмеяной?

### Комментарии для ведущего

Необходимо помочь детям использовать различные средства, чтобы рассмешить Несмеяну: мимику, жесты, походку, голос и т. п., иначе дети будут повторять друг друга.

## Занятие 4. Мои сны

### Разминка

**«Мысленные картинки».** Знакомое упражнение (см. занятие 3) выполняется с некоторым усложнением: прослушав музыку и поделившись своими фантазиями, дети выбирают наиболее выразительную и содержательную мысленную картинку и инсценируют ее, а автор этой фантазии становится постановщиком сценки.

**«Небылицы».** Дети опять сочиняют невероятные истории (см. занятия 2, 3), но на этот раз вводится такое условие: небылицы должны быть смешными.

**«На что похож этот звук?»** Ведущий предлагает детям послушать с закрытыми глазами различные звуки (шуршание бумаги, переливание воды, щелканье пальцев, стук по различным поверхностям, звяканье ложки о батарею и т. п.), а затем догадаться, что это за звук, и подумать, как можно получить похожие звуки.

**«Песочные картинки».** Используйте для этого упражнения рамки с двойными стеклами, между которыми пересыпается разноцветный песок, образуя необычные пейзажи. Понаблюдайте все вместе за пересыпанием песка, за тем, как складывается картинка, и сочините коллективную историю о том, что это за местность, кто там мог оказаться и что с ним произошло. «Песочную сказку» можно записать, выбирая самые удачные варианты развития сюжета.

### Основное содержание занятия

**«Самый интересный сон».** Ведущий рассказывает детям о своем (или чужом) интересном сне, а затем все дети обмениваются рассказами о своих необычных снах.

**«Рисунок сна».** По окончании беседы дети принимаются за рисование: нужно как можно более выразительно запечатлеть на бумаге свой самый красивый сон.

### Комментарии для ведущего

Инсценирование «мысленных картинок» проводится с использованием элементов психодрамы. Ребенок «лепит» из остальных участников персонажей своей картинке и обстановку: деревья, домик и т. п. Важно спросить ребенка, кто будет играть роль его самого (если он присутствует в картинке).

## Занятие 5. Я умею сочинять!

### Разминка

**«Мысленные картинки».** Знакомое упражнение повторяется под музыку. Постарайтесь каждый раз подбирать музыку разного характера. После рассказов о фантазиях инсценируйте самые интересные сюжеты, навеянные музыкой.

**«На что похож этот звук?»** Повторите упражнение с разгадыванием источников различных звуков с закрытыми глазами (*см. занятие 4*). Можно предложить детям роль ведущего: пусть они сами «загадывают» новые звуки.

**«Ассоциации».** Дети поочередно вытягивают карточки со словами: «школа», «тетрадь», «звонок», «ужин» и т. д. Нужно придумать как можно больше ассоциаций к каждому слову.

**«Свечка».** В тесном кругу зажгите свечку, несколько минут посидите вокруг нее тихо, вглядываясь в пламя. Попросите детей рассказать о том, какие образы или ситуации представляются им, когда они смотрят на огонь.

### Основное содержание занятия

**«Вредные советы».** Прочтите детям стихотворения из книги Г. Остера «Вредные советы». Предложите сочинить что-нибудь подобное.

Если дети будут испытывать затруднения, прочтите им некоторые образчики самодельных «вредных советов», сочиненных детьми школы № 1837 и НОУ «Премьер»:

Когда на улице мороз,  
То ходи ты босиком.  
Все равно ведь заболеешь,  
Будут все тебя жалеть.

Если ты пришел домой,  
А тебя ведут ругать,  
Сразу смойся в унитаз.

Если мама посылает  
В магазин тебя за хлебом,  
Ты истрать все эти деньги  
На конфеты и игрушки.  
Принесешь домой покупки —  
Мама скажет: «Молодец!»

Если ты приехал в гости,  
Там носись и всех толкай.  
И кричи: «Хочу покушать!»  
Торт у всех ты отбирай!

**Рисунок «Вредные советы».** Дети выбирают себе по одному «вредному совету» (из книжки Г. Остера, из приведенных примеров либо из вариантов, придуманных на занятии) и иллюстрируют его. Можно также инсценировать особо полюбившиеся детям фрагменты.

## Занятие 6. Мои мечты

### Разминка

**«Мысленные картинки».** Слушайте новую музыку, фантазируйте под нее, делитесь друг с другом своими фантазиями и инсценируйте самые удачные из них.

**«Ассоциации».** Предложите детям самостоятельно придумать слова для игры в ассоциации, запишите их на доске вместе со всеми вариантами ассоциаций к каждому слову.

**«Запахи».** Для этого упражнения нужна аромалампа (либо ароматические палочки, свечи). Вдыхая различные запахи, дети могут пофантазировать о том, что эти запахи им напоминают, с какими ситуациями или воспоминаниями они связаны.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Поговорите с детьми о мечтах, предложив им закончить такие фразы:

*Люди обычно мечтают о...*

*Взрослые мечтают о...*

*Наша учительница мечтает о...*

Продолжая беседу, поразмышляйте о том, что такое мечты, зачем они нужны человеку и нужно ли уметь мечтать.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Сказка о голубой мечте*

*(А. Кононова)*

Жила-была маленькая девочка. Это была обыкновенная девочка, хотя с ней и случались на первый взгляд необычные истории.

Однажды девочка попала в великолепный сад, где росли только розы. Вы спросите, что же тут необыкновенного? А то, что розы в этом саду были голубого цвета. Бархатные лепестки роз источали мечтательный аромат. Гуляя по саду, девочка не заметила, как наступила ночь. Но это была совсем не такая ночь, как вы могли бы себе представить: на сад легли голубые сумерки, словно кто-то раскрасил воздух в густо-голубой цвет.

Возвращаясь обратно по тропинке, девочка вышла к озеру, на берегу которого стояла лодка, в ней сидел мальчик. Увидев нашу героиню, он вежливо протянул ей руку, помогая сойти в лодку. Как только девочка села в нее, лодка тут же отплыла от берега. На другой стороне озера девочка увидела залитый лунным светом замок. Она сошла на берег и поднялась по ступенькам дворцовой лестницы, начинавшейся прямо от озера. Большая хрустальная дверь дворца распахнулась перед девочкой, и навстречу ей вышел маленький человечек в голубом костюме.

Он поклонился девочке и проводил ее в комнату, где на диванчике было разложено красивое голубое платье с прозрачными рукавами и большим бантом. А рядом, на подушке стояли изящные голубые туфельки с бантами, похожими на бабочек. Маленький человечек помог ей переодеться, а затем взял ее за руку и повел по длинному коридору.

И вот девочка оказалась в зале, где играла чарующая музыка, а по залу в воздушном танце кружили пары, и девочке показалось, что танцуют голубые розы, которые она видела в саду.

«Как же это красиво», – подумала девочка и закружилась под музыку, в которой тоже были голубые оттенки. Очень скоро вокруг девочки собрались дети, в общем-то похожие на нее. Отличались они только тем, что были прозрачно-голубые.

Дети все вместе стали кружить по залу под музыку Волшебного Вальса Роз. Музыка постепенно стала отдаляться и затихать, дети резво выбежали на огромный красивый балкон, девочка последовала за ними. Когда она вышла на мраморный сверкающий балкон, ее охватил невероятный восторг. Она увидела, что дети, только что кружившиеся с ней в вальсе, летают над голубым озером как мотыльки. Вдруг один мальчик подлетел к ней и, шаловливо дернув ее за руку, сказал:

– Полетели скорей! Будем играть в догонялки.

– Но я не умею летать, – сказала девочка.

Прозрачно-голубые дети заливисто засмеялись, а девочка насупилась и отвернулась от них.

– Не сердись на нас, – сказал тот же мальчик, что предложил полетать. – Ты просто никогда не пробовала летать, а это так же просто, как мечтать. У тебя же есть мечта?

– Ну, конечно, – ответила девочка.

– Так думай о своей мечте, а остальное повторяй за нами. Ты готова? – спросил мальчик.

Девочка закрыла глаза, представила свою мечту, и... ее мечта оказалась совершенно голубого цвета. «Так вот почему все вокруг голубое», – подумала девочка и открыла глаза.

– Я готова!

– Тогда летим!

И все прозрачно-голубые дети встали на цыпочки, потянулись и... полетели.

Девочка сделала то же самое, и ее ноги стали отрываться от земли. Затем она раскинула руки и полетела!

Дети весело резвились в воздухе: они играли в пятнашки, гонялись за перепуганными птицами, которые разлетались врассыпную от расшалившихся детей; кружились в воздухе, подражая бабочкам. Вдруг над озером, где играли дети, разлился голубой звон. Дети тут же опустились на землю и, перегоняя друг друга, побежали назад, во дворец. Когда они вошли в зал, к ним направилась очень красивая молодая женщина.

– Это Королева Голубых Роз, – шепотом сказал мальчик, выдвигая девочку вперед.

– Я вижу, вы подружились с нашей гостьей, но, к сожалению, ей пора возвращаться в свой мир – сон закончился.

Девочка смотрела на королеву и думала: «Как она похожа на мою маму!»

– Сегодня ты встретила со своей мечтой; даже узнала, какого она цвета. Ты так сильно в нее веришь, что силой своей мечты смогла летать. И я хочу подарить тебе эту голубую розу на память о том, что ты была гостьей на моем балу. Когда часы пробьют двенадцать, загадай желание, и роза исполнит его. А теперь тебе пора...

– До свидания! – закричали прозрачно-голубые дети.

Девочка поблагодарила королеву, попрощалась со своими новыми друзьями и... проснулась. Около нее уже стояла мама.

– Скоро двенадцать, пора одеваться, а то не успеешь загадать желание, – сказала мама и повела девочку к елке, которая сверкала всеми огнями. Под ней лежала большая коробка с голубой лентой, завязанной в форме розы. Девочка открыла коробку и ахнула – там было точь-в-точь такое же платье, как во сне.

Девочка лукаво посмотрела на маму и прошептала:

– Мам, я знаю, что ты – Королева Голубых Роз. Я видела твой сад с голубыми розами и дворец. Ты ведь правда королева?

Мама улыбнулась:

– Конечно, правда, но пусть это будет нашей тайной. Хорошо?

Перед тем как лечь спать, девочка нарисовала свою маму – Королеву Голубых Роз и своих новых друзей – прозрачно-голубых мальчиков и девочек. И каждый раз, глядя на рисунок, она вспоминала о своей мечте и о том, как, с ее помощью набрав силы, она летала!!!

**Рисунок «Моя мечта».** Дети выполняют рисунки на эту тему, обмениваются ими, комментируют их, разгадывают содержание мечты по рисункам друг друга.

Можно предложить ребятам в качестве домашнего задания узнать, о чем мечтали их родители, когда были маленькими.

## **Занятие 7. Фантазии и ложь**

### **Разминка**

**«Мысленные картинки».** Побеседуйте о тех образах, которые вызвал новый музыкальный фрагмент.

**«Лишняя ассоциация».** Ведущий пишет на доске слово и читает ряд ассоциаций, которые оно может вызвать. Дети слушают и хлопают в ладоши, если в этом ряду попадает «лишнее» слово, неподходящая ассоциация. Обсуждайте в каждом случае правомерность ассоциаций – дети могут иметь довольно сложные индивидуальные ассоциации, которые можно разъяснить другим.

**«Запахи».** Вдыхая различные запахи, фиксируйте ассоциации, которые они вызывают у детей.

**«Кто соврал?»** Водящий задает детям вопросы, требующие однозначного ответа: «да» или «нет». Например: «У тебя есть сестра?», «Ты умеешь кататься на велосипеде?», «Правда ли, что ты отличник?» и т. п. Участники заранее договариваются, кто из них будет отвечать правдиво, а кто – давать неверный ответ. Водящий должен догадаться «по глазам», кто говорит неправду.

### **Основное содержание занятия**

**«Правда и ложь».** На доске написаны слова «правда» и «ложь». Все участники вместе рассуждают об этих понятиях, выясняют их значения. Затем вспоминают различные школьные или домашние ситуации, в которых третьеклассники часто говорят неправду. Почему это происходит? Затем на доске появляется слово «фантазия». Ведущий спрашивает детей, к какому из двух слов, по их мнению, нужно провести стрелочку от слова «фантазия», к чему она ближе – к правде или ко лжи? А чем она отличается от того и от другого? В ходе рассуждения все приходят к выводу, что ложь обычно используется в корыстных целях и может приносить вред окружающим. Ей не нужно учиться. А вот фантазии бескорыстны, не вредят никому, они способны позабавить людей, развлечь их, а также развивают творческое воображение. Поэтому полезно учиться фантазировать.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

## *Лживый мальчик*

*(Ю. Щербинина)*

В большом уютном деревенском доме жил маленький мальчик Миша. Он рос в дружной семье. Миша был добрым мальчиком, вот только очень любил приврать. Он обманывал всех подряд: друзей, родителей и даже незнакомых людей. Он врал до тех пор, пока не случилось вот что...

В один летний денек, когда весело чирикали воробьи, во дворе хлопотали куры, а солнечные блики играли на стене, Миша проснулся оттого, что солнечный зайчик скакал по его лицу. Миша поднялся с постели, поцеловал маму и отправился во двор. А потом ему захотелось выйти на улицу. А потом его поманил к себе лес, и Миша побежал туда. Он забыл, что мама не разрешает ему ходить в лес одному. В лесу было просто чудесно! Тропинка извивалась среди ягодных полей, всюду пели птицы, белочки скакали с ветки на ветку. Миша так увлекся, что не заметил, как оказался в самой гуще леса. Все здесь было незнакомо ему. Деревья были огромные и корявые, а их ветви сплетались над головой в огромный свод.

– Где я? Что делать? – испуганно воскликнул мальчик.

И тут на тропинку вышел медвежонок.

– Ах, медвежонок! – бросился Миша к нему. – Как хорошо, что ты мне встретился! Не знаешь ли ты, как мне попасть домой?

Медвежонок охотно указал дорогу – она вела дальше в глубь леса. Миша побежал по дороге, надеясь, что она приведет его к дому. Но лес становился все гуще, и Миша с трудом пробирался сквозь заросли. В отчаянии мальчик заплакал:

– Медвежонок не мог меня обмануть! Почему эта дорога не выводит меня из леса?!

Миша не знал, что медвежонок был таким же обманщиком, как и он сам.

Погода испортилась. Загремел гром, подул ветер, начался дождь. Мокрые ветви хлестали Мишу по щекам. Силы оставили его, и, поскользнувшись, он не смог подняться от усталости. Бедняга уснул, и даже гром и молния не могли разбудить его. На лес опускалась ночь.

А в это время в деревне поднялась паника: пропал Миша! Все вышли из домов и отправились на его поиски, невзирая на ливень. Люди шли по лесу с фонарями и факелами, громко звали Мишу. В ответ раздавались лишь крики ночных птиц.

Но вот кто-то наткнулся на оброненный Мишей носовой платок, а потом вконец обессиленные люди обнаружили и Мишу. Никто не замечал усталости, все радовались: мальчик был найден живым и невредимым, а это главное! Это стало возможным только потому, что людей, которые любили Мишу и не жалели себя, было очень много.

Мама прижимала сына к себе:

– Мой любимый сынок, ты нашелся! Но зачем же ты ушел, зачем ты меня обманул?!

Потом Миша разболелся, его мучил жар, картина мрачного леса и бури вставала перед ним, и он просыпался весь в слезах. Но все миновало, а когда Миша выздоровел, он стал совершенно другим человеком. Все увидели, что он излечился не только от простуды, но и от привычки врать. Он попросил у мамы прощения и больше никогда никого не обманывал.

### **Вопросы для обсуждения**

- Чем были похожи Миша и медвежонок?
- Почему Миша не думал, что его ложь может принести кому-то несчастье?

### **Комментарии для ведущего**

Важно, чтобы это занятие не было слишком нравоучительным, морализаторским. Главное, чтобы дети всего лишь задумались над тем, что иногда они врут и что любой обман ведет к определенным, иногда неожиданным для самих детей, последствиям.

## **Тема 2. Я и моя школа**

### **Цели**

- помочь детям осознать особенности позиции ученика;
- предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя;
- помочь детям принять учителя таким, какой он есть.

## **Занятие 8. Я и моя школа**

### **Разминка**

**«Родители, учителя и ученики».** Ведущий раздает детям карточки, на которых написаны повседневные фразы: «Подойди ко мне», «Сядь, пожалуйста», «Зачем ты это делаешь?», «Дай мне книгу», «Почему ты смеешься?» и т. п. Каждый из них должен произнести доставшуюся ему фразу в трех ролях: родителя, учителя и ученика (в любом порядке). Остальные пытаются догадаться, в какой роли выступает говорящий.

**«Что делает ученик?»** Побеседуйте о том, какими действиями наполнен обычный школьный день ученика. Он читает учебники, пишет в тетради, отвечает у доски, подсказывает товарищу и т. д. Каждый участник пластически, без употребления слов изображает одно из таких действий, а остальные отгадывают, что именно изображается. Старайтесь, чтобы действия не повторялись!

**«Мешок хороших качеств».** К доске прикрепляется заранее подготовленный плакат, на котором изображен мешок с названиями хороших качеств. Ведущий по очереди кидает детям мячик, называя то или иное хорошее качество одного из учеников: «Мне нравится в Мише доброта». Держащему в руках мячик нужно быстро выбрать из «мешка» и назвать то

качество, которое в названном ученике нравится ему. Желательно, чтобы в игре приняли участие все дети.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Дети дописывают фразы:

*Мне нравится в школе то, что...*

*Мне не нравится в школе то, что...*

*Если бы я был директором...*

*Если бы я был учителем...*

**«Школа на планете „Наоборот“».** Ведущий рассказывает детям о необычной планете, на которой все происходит наоборот: машины ездят задом наперед, на обед дают сладости, дети руководят всем, а взрослые подчиняются. Дети представляют себе, какой может быть школа на этой планете: как она выглядит, чем там занимаются, какие предметы изучают, за что ставят пятерки и т. д. Можно попросить детей нарисовать такую школу.

### Комментарии для ведущего

Как правило, особый интерес на этом занятии вызывает у ребят игра «Школа на планете „Наоборот“». Упражнение обычно занимает много времени, в его выполнение включаются все дети. Хорошо, если на этом занятии сможет присутствовать учитель: он получит много ценной для себя информации.

## Занятие 9. Что такое лень?

### Разминка

**«Родитель, учитель, ученик».** Детям достаются карточки с заданиями: «похвалить», «утешить», «ободрить», «отругать» и т. п. Каждый должен найти соответствующие слова и выполнить, обращаясь к соседу, доставшееся ему задание с трех позиций: родителя, учителя и ученика.

**«Что делает учитель?»** Побеседуйте о том, какими действиями занят обычный рабочий день учителя: он проверяет тетради, заполняет классный журнал, беседует с директором, выслушивает ответы учеников и т. д. Затем каждый из детей без слов изображает то или иное действие учителя, а остальные отгадывают его.

**«Мешок хороших качеств».** Модификация упражнения (см. занятие 8). На доске – названия хороших качеств, а водящий, которому ведущий бросил мяч, должен подобрать одно из них не только для своих одноклассников, но и для учителей, родителей (по возможности), самого ведущего (обязательно). Для кого надо будет подобрать качество, решает водящий.

### Основное содержание занятия

**«Существо по имени Лень».** Ведущий рассказывает детям о существовании коварного маленького существа по имени Лень, которое потихоньку запрыгивает то в карман, то в ручку,

то в ушки учеников, мешая им думать, слушать, писать и т. д. И тогда... (ребята вместе придумывают, к чему это приведет). А как оно выглядит? Какой у него характер? Можно ли с ним договориться? Как? После словесных описаний можно приступить к рисованию этого персонажа.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О ленивой звездочке*

*(В. Максютя)*

В далеком темно-фиолетовом небе жили две звездочки-подружки. Они жили совсем рядышком, в соседних созвездиях.

Одна из них была очень старательной и светила ярко-ярко, изо всех сил. Вторая Звездочка, о которой я и хочу вам рассказать, была совсем другой. Она совсем не старалась ярко светить, была маленькой и тусклой и спала не только днем, но частенько даже и ночью.

– Зачем мне стараться? – говорила она. – Зачем тратить силы? Все звезды одинаковые, к тому же нас так много! За меня посветят другие, этого будет достаточно, чтобы на Земле стало чуточку светлее. От меня одной все равно пользы немного. Пойду-ка я лучше посплю. – И Звездочка, зевнув, засыпала, сложив тонкие бледные лучики.

Однажды ее разбудил сильный ветер. Она открыла глаза и увидела ослепительное сияние. Присев на облачке, служившем ей постелью, она свесила ножки и огляделась вокруг. По небу летела сияющая комета. Она была огромной и прекрасной. У Звездочки даже дух захватило:

– Ах, как ты красива! Я знаю, ты быстро сгораешь, твое сияние недолговечно, но я бы все отдала, лишь бы хоть ненадолго стать такой же яркой, как ты.

Комета приостановилась, слушая Звездочку, и ответила:

– Милая Звездочка! У каждого существа во Вселенной – свое предназначение. У меня короткая жизнь, и я должна успеть показать все, на что я способна, успеть отдать все свое тепло и свет. Но и ты не теряй времени даром! А то можно проспять всю жизнь. Спать и лениться можно и днем. Отдыхай, набирайся сил, чтобы ночью работать. И тогда ты сможешь стать очень яркой, и кто-нибудь обязательно назовет тебя «своей звездой».

И с этими словами, взмахнув огненным хвостом, комета скрылась из виду, а звездочка так и осталась сидеть на облачке, задумчиво склонив головку набок.

«Да, не хотелось бы всю жизнь оставаться такой маленькой и тусклой. Время проходит, и надо успеть многому научиться!» – решила она.

Тем временем приближалось утро, на небе появились первые проблески зари. Звезды укладывались спать.

«Что ж, и я высплюсь как следует, зато ночью буду сиять ярче всех», – решила Звездочка и накрылась облаком.

День прошел, и заходящее солнце подарило Звездочке один из своих золотых лучиков. А с наступлением ночи Звездочка тщательно начистила свои

острые кончики и засияла изо всех сил. Ее подружки сначала даже не узнали ее. Она затмила всех! Мама Луна и папа Месяц гордились ею, а в родном Созвездии все ликовали.

На далекой Земле была прекрасная звездная ночь. В парке пахло жасмином. На скамейке сидели влюбленные и смотрели в небо.

– Смотри, какая красивая звезда! – воскликнула девушка.

– Эта звезда – твоя! – ответил юноша. – Она будет освещать твою жизнь, как и моя любовь!

Звездочка нечаянно услышала этот разговор и засияла еще ярче. Теперь она точно знала: если очень стараться и не лениться, обязательно добьешься всего, чего хочешь. А что может быть для звезды желанней, чем стать звездой влюбленных!

### Вопросы для обсуждения

- Почему сначала Звездочка не хотела стараться светить ярче?
- Как вы понимаете слова «у каждого есть свое предназначение»?
- Объясните слова «я должна успеть показать все, на что я способна».
- В чем твердо убедились папа и мама?
- Как вы поняли смысл сказки?

### Комментарии для ведущего

Эта сказка достаточно сложна для понимания. Ее нужно читать очень медленно, выдерживая паузы. Однако она позволяет выйти на обсуждение предназначения людей. У каждого человека свое предназначение, и он должен выполнять его.

Вывод, к которому нужно подвести детей: чтобы добиться чего-то, нужно обязательно стараться, и тогда все получится.

## Занятие 10. Я и мой учитель

### Разминка

**«Родительское собрание».** Каждый из участников занятия выходит к доске в роли учителя и «ведет родительское собрание», говоря о классе в целом и о любом из учеников в отдельности. Дети сменяют друг друга в этой роли, продолжая рассказ «учителя» о школьных успехах и проблемах детей.

**«Что я чувствую в школе».** Ведущий предлагает каждому из детей вытянуть по одной карточке с названием чувства (радость, скука, удивление, отвращение и т. д.), а затем назвать школьное занятие, которое порождает в нем это чувство.

**«Я – тетрадь».** Участникам раздаются карточки с названиями учебных принадлежностей и других предметов, связанных со школой. Это могут быть школьная доска, кусок мела, школьный звонок, учебник, тетрадь и т. д. Каждый составляет монолог от лица своего предмета, например: «Я – тетрадь. Я люблю, когда...» Можно организовать и диалог между несколькими предметами.

## Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Дети завершают предложения:

*Учитель должен быть...*

*Учитель не должен быть...*

*Урок должен быть...*

*Урок не должен быть...*

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О девочке и строгой учительнице*

Далеко-далеко, за горами, за морями жила одна девочка.

Так же, как и все вы, по утрам она чистила зубы, завтракала и отправлялась в школу. Она мечтала о пятерках. Но часто получала тройки. Хотела быть хорошей, но не могла на уроках сидеть спокойно: то подскочит, то выкрикнет что-нибудь, то вертится во все стороны.

– Знаешь, мама, – жаловалась девочка дома, – так трудно быть всегда послушной! Целых пять или шесть уроков терпеть! Конечно, на перемене захочется прыгать, валяться по полу, кого-нибудь стукнуть, плохие слова кричать. Так немного веселее становится.

Если вы думаете, что это была какая-нибудь непослушная, гадкая девчонка, то вы ошибаетесь. Девочка была обычная – веселая, добрая, неглупая, вот только ей трудно было высидеть пять уроков подряд. Да еще красиво писать в тетради, да еще примеры решать без ошибок.

А какая была у нее учительница? Тоже самая обычная. Строгая и справедливая. И она, конечно, часто сердилась на девочку.

– Устала я с тобой. Не знаю, что и делать, – жаловалась она.

Тогда девочке хотелось сгореть от стыда. Она даже вся сжималась в комочек, слушая эти слова. Как же так – любимая учительница недовольна ею! И она старалась не шуметь, не падать со стула, не делать ошибок... и все равно шумела, падала и делала ошибки. Тогда в ее душе поселился страх. Она стала ужасно бояться замечаний и двоек. Она стала бояться свою учительницу. И чем больше она ее боялась, тем чаще она пропускала буквы в словах, тем больше дралась на переменках. И ничего не могла с собой поделать!

Дошло до того, что на уроках она чувствовала себя маленькой мышкой, которую вот-вот съест кровожадный Змей Горыныч.

А однажды ей приснился сон. В этом сне она сражалась со Змеем Горынычем, лупила его кулаками:

– Вот тебе за тройку по русскому! Вот тебе за замечание в дневнике! Вот тебе за звонок маме! Вот тебе! Вот тебе!

А потом остановилась передохнуть и вдруг видит: Змей Горыныч плачет! Да так жалобно!

– Не плачь! Я хотела проучить тебя! Я хотела как лучше! – зашептала она, поглаживая Змея Горыныча по всем трем головам. Девочке стало жалко его, и она вдруг поняла, что совсем его не боится. Проснулась она и рассмеялась. «Какая же я была глупая! – сказала она самой себе. – Учительница строгая, но

она любит меня, хочет как лучше. Просто она не всегда меня понимает... А я ее больше не боюсь и никогда уже не буду бояться!»

Что же было дальше? Девочка выросла, научилась спокойно сидеть на уроках. Она больше не падала со стула и не выкрикивала что попало. Училась все лучше и лучше. Она ведь была очень неглупой! А когда стала совсем взрослой и закончила школу, то однажды пришла в гости к своей строгой учительнице, которая к тому времени стала старенькой, и принесла ей большой букет цветов. Они вместе пили чай, а на прощание учительница сказала:

– Я всегда знала, что из тебя выйдет толк и ты вырастешь хорошим человеком!

### **Комментарии для ведущего**

Основным на этом занятии является работа со сказкой. Эта сказка была написана для третьеклассника, который очень страдал из-за непонимания между ним и его учительницей. Однако когда ее стали читать разным детям, оказалось, что она всегда воспринимается очень живо. Даже хорошие ученики, которые, казалось бы, не должны были страдать из-за отношения к ним учителей, очень радовались и сопереживали девочке.

Во время прослушивания сказки ребята, как обычно, выполняют рисунки к ней. Дети по-разному относятся к этому заданию, условно их можно разделить на три группы. Первая, наиболее многочисленная, рисует красочную сцену избиения Змея Горыныча. Вторая – самая малочисленная – изображает счастливый конец сказки (девочка приходит к учительнице с цветами). Ребята из третьей группы вообще отказываются рисовать. По нашим наблюдениям, первую группу составили учащиеся с выраженными негативными чувствами в отношении учителя, третью – с вытесненной агрессией (это были неуверенные в себе дети с различными страхами). И лишь дети второй группы выражали адекватное отношение.

## **Занятие 11. Я и мой учитель (продолжение)**

### **Разминка**

**«Передай чувство... ногами».** Какие только способы передачи чувств не обсуждались во время занятий! Но это упражнение – самое неожиданное! Нужно передавать партнеру любое чувство... прикосновением ног. Кому это удалось? У кого это получилось особенно хорошо? Чьи ноги самые выразительные? Поделитесь своими впечатлениями.

**«Школьная фотография».** Дети представляют, что в школу пришел корреспондент популярной газеты или журнала и хочет сделать фотографии школы. Разделившись на пары, ребята по очереди изображают готовые снимки, остальные придумывают подписи к ним.

**«Я – книжный шкаф».** Дети составляют монологи от лица предметов, имеющих в классе: книжных полок, стульев, занавесок и т. д. Можно организовать диалоги или дискуссию на тему: «Кто важнее?»

### **Основное содержание занятия**

**«Неоконченные предложения».** Дети завершают предложения:

*Ученики любят учителя, когда...*

*Ученики боятся учителя, когда...*

*Ученики слушают учителя, когда...*

*Ученики не слушают учителя, когда...*

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### ***О мальчике Вале***

Жил в одном городе мальчик Валя. Этот Валя постоянно волновался. И так сильно, что порой чувствовал себя очень одиноким и несчастным. Все случаи, когда он волновался, невозможно перечислить. Например, он часто волновался из-за отметок. Все боялся плохую отметку получить.

А еще он боялся пропустить новую тему. А если вдруг контрольная работа, у него даже комок в горле застревал, пальцы деревянными делались: вдруг не получится?! Вдруг учительница маме позвонит? А мама тут же накажет его или, того хуже, разговаривать с ним не станет! Или отлупит! А может, накричит на него? Из-за учительницы тоже волновался: вдруг она на него рассердится? А если уже действительно рассердилась, то он просто места себе не находил. А еще его волновало то, что другие могут заметить, как он волнуется. И чтобы скрыть это, он изо всех сил старался быть послушным и спокойным. Но от этого становился неуверенным в своих силах. Прямо замкнутый круг какой-то!

«А можно сделать так? А как нужно? А так правильно?» – эти слова стали его любимыми. И стал он похож на маленького старичка – неулыбчивый, робкий, жалкий. «Что это за жизнь?! – думал он иногда. – Скучно так жить!»

А однажды перед контрольной, ужасно волнуясь и обкусывая себе ногти, он посмотрел на учительницу и вдруг подумал: «Интересно, а она ведь была когда-то маленькой? Конечно, была. А получала ли двойки? Пачкала ли платье мелом? Ругала ли ее мама? Может, иногда даже шлепала? Наверное, плакала, когда мальчишки таскали ее за косички... А может, не плакала, а давала им сдачи? Вон у нее голос какой громкий! Небось и в детстве как завизжит, так все взрослые сбегаются!..»

Задумался Валя, даже глаза закрыл. Вдруг чувствует, кто-то под локоть его тихонько толкает. А это учительница тетрадки для контрольных работ раздает.

– Скажите, Ирина Николаевна, а вы в детстве хулиганили? – вдруг выпалил Валя.

Опешила Ирина Николаевна. Рассмеялась. Даже на стол села.

– Да, было дело. Однажды вытащила из маминого кошелька тринадцать копеек. До сих пор стыдно. А однажды...

Что было дальше? Придумайте сами!

### **Комментарии для ведущего**

Сказка «О мальчике Вале» написана для детей с вытесненной агрессией в отношении педагога. Однако эмоционально включались в сказку все учащиеся. И почти все, оказывается, были уверены, что их учительница в детстве никогда не шалила, училась на одни пятерки,

то есть была совершенно идеальной. В некоторых классах в качестве домашнего задания мы предлагали ребятам расспросить педагога о его детстве.

## **Занятие 12. Как справляться с «Немогучками»?**

### **Разминка**

**«В маске».** Из детей выбирается водящий. На него надевается маска, закрывающая все лицо. Он должен без слов изобразить ученика, которому стыдно; ученика, которого хвалят; который ищет, у кого можно списать; который не дает списать и т. д. Пусть маску примерят как можно больше участников, а задания для них можно придумывать всем вместе.

**«Передай чувство... ногами».** Повторите упражнение (см. занятие 11), стараясь привлечь детей, которым не удалось проявить себя или которые постеснялись либо не успели выполнить задание в прошлый раз.

**«Радиоинтервью».** Предложите детям представить, что в школу явился корреспондент популярной радиостанции и хочет подготовить передачу о школе. Он берет интервью у всех по очереди. Дети должны рассказать о своей школе так, чтобы всем радиослушателям захотелось в ней учиться.

### **Основное содержание занятия**

**«Кто такие „Немогучки“?»** Ведущий рассказывает о том, что почти у каждого ученика есть «человечек» по имени Немогучка. У кого-то он большой и активный, а у кого-то – худенький, слабый и всегда спит. И вот частенько этот Немогучка начинает действовать. Как? Дети должны самостоятельно придумать, что происходит в этом случае.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### ***Малыш-Облачко***

***(К. Суворов)***

Однажды на свет появилось маленькое облачко. Назвали его Малыш-Облачко. Малыш жил, не зная взрослых тревог и волнений, и беззаботно радовался Жаркому Солнцу, Веселому Ветерку, Смеющемуся Ручейку, Говорливому Лесу.

Однако, несмотря на то что Малыша-Облачко все любили, у него не было настоящих друзей, так как его считали еще очень маленьким и потому не принимали всерьез.

Малыш часто гулял один по небу и думал о том, что он уже большой и самостоятельный, а не маленький и глупенький, как думают многие. Тем более что Малыш-Облачко уже всю помогал своему Папе-Облаку по хозяйству. К сожалению, другие, более взрослые Облака отказывались в это верить.

Однажды Малыш-Облачко, как обычно, гулял по Синему Небу, мечтая поскорее повзрослеть. Мимо пробежали другие облака и, весело смеясь, мчались дальше, к темнеющему вдали Говорливому Лесу.

– Эй, Малыш! – вдруг послышалось рядом. – Полетели с нами! Сегодня все птицы справляют новоселье в Говорливом Лесу. Вот повеселимся на славу! Не отставай!

Малыш-Облачко так растерялся от неожиданности, что не мог вымолвить ни слова и застыл на месте. Когда он очнулся, пролетевших облаков уже и след простыл. Понурился, Малыш пошел домой: «Опять я пропустил самое интересное! Так я никогда не повзрослею!» Но вдруг он заметил, что вокруг стоит странная тишина. Малыш огляделся и увидел, что с запада ползет какая-то тьма. С ней приближался странный гул. Малыш замер.

Тьма приближалась, а за ней несли Страшный Смерч. Они двигались прямо к Говорливому Лесу! Малыш вспомнил, что там сейчас идет праздник. Значит, многим грозила беда. Малышу-Облачку стало страшно, и тут же он услышал внутри себя Голос: «Неужели ты и вправду маленькое, глупое облачко? Ты же так хотел повзрослеть! У тебя доброе сердце, ты любишь помогать всем. Ты можешь помочь и сейчас! ТЫ МОЖЕШЬ ПОМОЧЬ!»

И Малыш подхватил: «Да, они нуждаются в моей помощи! И Я ИМ ПОМОГУ!»

Он помчался в сторону Говорливого Леса, чтобы предупредить всех его обитателей о надвигающейся беде и помочь им спастись.

Тем временем в Говорливом Лесу поднялась суматоха. Никто не знал, что делать, в какую сторону бежать. Увидев на небе Малыша-Облачко, все закричали:

– Малыш! Беги домой, а то погибнешь!

– Нет, – ответил Малыш спокойно. – Я вижу, откуда движется Смерч, и знаю, где есть безопасное место. Там все могут спрятаться!

– Тогда веди нас туда! – прокричало Самое Мудрое Облако, перекрывая рев приближающейся Бури. И все полетели за Малышом к Высокой Скале. В ее просторной теплой Пещере укрылись все облака и птицы. Смерч пролетел мимо, не принеся никому вреда.

Вечером все вернулись в Говорливый Лес, и праздник продолжался. Теперь героем праздника был Малыш-Облачко, которого с этой поры стали звать Бесстрашным Облаком. И разумеется, у него появилось множество друзей, и никто уже не считает его маленьким и глупым.

### **Вопросы для обсуждения**

- Почему взрослые облака перестали называть облачко Малышом?
- Как вы думаете, что за голос сказал Облачку «ты можешь помочь»?
- Были ли у вас ситуации, когда вы сами себе говорили «я могу»?
- Как вам удавалось доказать самому себе, что вы действительно можете?

### **Комментарии для ведущего**

На этом занятии очень важным является упражнение «Кто такие „Немогучки“?». Чтобы проще и быстрее начать разговор, ведущему можно рассказать ребятам о своем «Немогучке».

Например: «Мой „Немогучка“ почему-то просыпается утром, когда мне не хочется вставать. И пока „Немогучка“ действует, я никак не могу встать, глаза не открываются. Вам тоже знакомы проделки „Немогучки“. Когда уроки делать не хочется, вы думаете, что не можете решить задачу, и не решаете». Нужно постараться подвести детей к выводу: «Не хочу = Не могу», «Хочу = Могу». Этот вывод можно записать на доске.

## Тема 3. Я и мои родители

### Цели

- помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;
- обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.

## Занятие 13. Я и мои родители

### Разминка

**«В маске».** Водящий, надев маску, с помощью движений головы и шеи изображает действия школьника (см. занятие 12), но на этот раз прибавляется возможность пользоваться интонацией. Можно произносить бессмысленные звуки: «бу», «ду» и т. п. Остальные участники разгадывают, какие действия изображаются.

**«Сонное дыхание».** Дети закрывают глаза. Ведущий предлагает им представить, что они спят после тяжелого трудового дня, и подышать так, как дышат люди во сне. Потом – как дышат люди, пережившие большую радость, сильно взволнованные и т. п. Как меняется дыхание в зависимости от настроения человека?

**«Сказочные герои».** Побеседуйте с детьми об их любимых сказках и о сказочных героях (или персонажах мультфильмов), на которых им хотелось бы быть похожими. Пусть каждый выберет такого героя и постарается войти в этот образ. Нужно представиться от имени героя (например: «Я – Золушка», «Я – Буратино»), рассказать немного о себе, подвигаться так, как двигался бы выбранный герой, ответить на вопросы других детей.

Можно задавать герою сказки любые, в том числе самые неожиданные вопросы: «Золушка, что ты ела сегодня на завтрак? А что ты видела во сне?» Задача героя – находить ответы на любые вопросы, не теряясь и не выходя из образа. Можно устроить знакомства и диалог для героев из разных сказок.

Когда все герои будут представлены, поговорите с детьми о том, что люди не случайно выбирают того или иного героя – их что-то сближает, возможно, у них есть сходные качества. Проверить справедливость этого предположения можно, попытавшись сравнить героев сказок с исполнителями их ролей. Найдите эти сходные качества! Ведущий может ненавязчиво помогать, подсказывать, если у детей возникнут затруднения.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Дети несколько минут размышляют о своей домашней жизни. После этого они завершают фразы:

*В моей семье принято...  
Мои родители часто...  
Моя мама обычно...  
Мой папа обычно...  
Я с родителями часто...*

**Рисунок «Семья».** Предложите детям представить, что к каждому в дом пришел добрый волшебник и превратил всех домочадцев в сказочных героев. Кто в кого превратится? Пусть дети нарисуют свою семью в сказочных образах (см. *Рабочую тетрадь*). Можно также попросить родителей при желании выполнить то же задание: нарисовать членов своей семьи в образах героев сказок. Интересно впоследствии сравнить, много ли окажется совпадений в сказочных интерпретациях домашней жизни у детей и у их родителей.

## Занятие 14. Я умею просить прощения

### Разминка

**«Изобрази предмет».** Все вместе перечислите предметы домашней утвари. После этого каждый загадывает один из предметов и пластически изображает его, а остальные отгадывают. Для выполнения этого упражнения может понадобиться коврик.

**«Чувства».** Ведущий по очереди называет какое-либо чувство (удивление, радость, скука и т. п.). Дети должны вспомнить, какое из домашних занятий вызывает у них это чувство, один из них пластически изображает это занятие. Остальные отгадывают, что это за занятие.

**«Маски».** Приготовьте разноцветные бумажные салфетки и покажите детям, как можно легко и быстро сделать из них выразительные маски: листки складываются вдвое, в нужных местах делаются отверстия нужной формы – ножницами либо просто пальцами. Предложите детям попытаться изготовить маски, выражающие разные чувства, и произнести с маской на лице монолог от имени этого чувства.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Предложите детям некоторое время подумать о своих родителях, вспомнить их привычки, основные занятия, отношения друг с другом и с ними, а затем продолжить фразы:

*Я люблю, когда мои родители...  
Я не люблю, когда мои родители...  
Я хочу, чтобы мои родители...  
Я не хочу, чтобы, мои родители...*

Это задание выполняется письменно, листки сдаются ведущему; читают вслух завершённые предложения только желающие.

**«Не буду просить прощения!»** Ведущий рассказывает детям о мальчике Максиме, которому очень трудно было просить прощения, даже если он знал, что не прав. У него просто язык не поворачивался сделать это. В результате многие считали его бесчувственным, думали, что он не умеет признавать своих ошибок. А Максим в глубине души очень страдал от своей

неправоты, но ничего не мог с собой поделывать. Так продолжалось до тех пор, пока ему не попалась одна красивая книга. В ней была сказка о принце Эдгаре.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Принц Эдгар*

*(М. Доброневский)*

– Опять ты испортил свой новый костюм! – кричала королева-мать.  
– Ты даже не можешь постоять за себя! – ворчал король-отец.  
– Недотепа, недотепа! – говорили старшие братья. – Ты ни на что не годен!

И так было каждый день. Эдгар был принцем и жил в роскоши. Но все равно ему часто бывало грустно. Отец-король постоянно был занят государственными делами, королева-матери приходилось следить за всем дворцовым хозяйством, старшие братья были заняты учебой и спортом и готовились стать достойными преемниками короля. И только Эдгар, по общему мнению, ни к чему не был способен.

Эдгар не очень-то любил свою роскошную комнату, заваленную дорогими игрушками, ему больше нравилось проводить время в дворцовом саду – так легче было не попадаться на глаза домочадцам, чтобы лишний раз не раздражать и не расстраивать их своей праздностью. В саду шелестели листья, стрекотали кузнечики. Цветочные поляны дышали ароматом, а легкий ветерок на закате, казалось, нашептывал принцу ласковые слова.

Часто его долгие прогулки заканчивались очередной взбучкой. Эдгар очень страдал, думая о своей никчемности. Он всегда надеялся на то, что наступят лучшие времена, но пока что ему было очень грустно.

Но вот однажды над королевством нависла угроза гибели. Приближалось неминуемое Зло. Как его победить? Король собрал семейный совет. Предлагались разные способы уничтожения Зла. Только Эдгар сидел и молчал. Он думал о том, что Зло можно победить только с помощью Добра и Любви. Но он не решался высказать свое мнение, боялся, что его не поймут и осмеют, как всегда. И все-таки он набрался смелости и сказал то, о чем он думал:

– Чтобы победить Зло, нам нужно всем обняться, простить друг другу все и почувствовать, как мы любим друг друга.

Конечно, никто не воспринял это всерьез. И было принято решение уничтожать Зло при помощи оружия.

Но чем больше пытались победить Зло оружием, тем больше и сильнее становилось Зло; казалось, вот-вот оно охватит весь мир. Предчувствие неминуемой гибели росло. И вот король собрал всех родных, чтобы проститься друг с другом перед лицом смерти. И тогда произошло чудо. Король-отец, королева-мать, братья и Эдгар – все почувствовали, как они дороги друг другу, как сильна их любовь. Мелкие обиды отступили. Все просили друг у друга прощения за то, что порой бывали несправедливы и невнимательны, но их объятия были красноречивее любых слов. Все плакали и прощались друг с другом.

И вдруг за окном появилась радуга невиданной красоты. Как темная туча, налетело Зло, но радуга встала на его пути. Столкнувшись с ней, Зло разлетелось на тысячи мелких осколков, которые, падая на землю, окрашивались в радужные цвета и превращались в цветы. Слезы горя стали слезами радости.

Все королевство ликовало.

Король и вся его семья благодарили принца Эдгара. Все стали относиться к нему с уважением и больше не считали его недотепой. Во дворце царили любовь и взаимопонимание. Наступили счастливые дни, и королевство с тех пор процветало.

### Комментарии для ведущего

На этом занятии обсуждается трудная, но очень важная сказка. Предложите детям подумать о том, что произошло с мальчиком Максимом из истории «Не буду просить прощения!», когда он прочел эту книгу. Дети приходят к выводу, что злом нельзя победить зло, оно от этого становится только сильнее. Зло можно победить только любовью. Можно рассказать детям, что иногда мы невольно обижаем друг друга и важно иметь мужество попросить прощения, посмотрев при этом в глаза человеку и, по возможности, обняв его. Можно завершить это занятие всеобщим «прощением». Вы можете подать пример, попросив прощения у кого-нибудь из детей, затем этот ребенок попросит прощения у другого и т. д. (однако это можно делать лишь при желании детей).

## Занятие 15. Почему родители наказывают детей?

### Разминка

**«Изобрази предмет».** Предложите детям по очереди изобразить домашнюю мебель: шкаф, диван, кресло и т. п. так, чтобы все узнали, что это за предмет.

**«Занятия мамы».** Спросите детей, чем обычно занимаются дома их мамы, а затем называйте то или иное чувство, а дети пусть вспоминают и изображают те мамины занятия, с которыми у них связаны эти чувства.

**«Я сделал дело хорошо».** Ведущий бросает детям мячик, и каждый, кому он достался, должен быстро назвать одно из школьных или домашних дел, которые ему удалось сделать на этой неделе хорошо. Например: «Я хорошо дежурил в столовой», «Я починил игрушку младшего брата», «Я помог бабушке навести порядок» и т. д.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Поговорите о том, почему родителям иногда приходится наказывать своих детей. Доставляет ли это им удовольствие? Помогают ли наказания детям исправляться? Предложите завершить фразы:

*Если ребенок в чем-то провинился, нужно...*

*Когда мой друг провинится, его родители...*

*Когда я вырасту, а мои дети будут себя плохо вести, я...*

Приведите выдержки из детских сочинений, в которых говорится о родительских наказаниях, и обсудите их все вместе:

*«Папа отвел Аню в комнату и отлучил. После этого она стала вести себя лучше».*

*«Папа побил его. После этого он больше не получал замечаний, и родители были довольны».*

*«Меня побили, и на следующий день я исправил двойку и стал учиться на пятерки».*

Поговорите о том, можно ли вообще обходиться без наказаний. Есть ли такие дети, которых никогда не наказывают родители? Способны ли дети понимать взрослых, если с ними разговаривают спокойно об их провинностях? Можно ли наказать ребенка, не обижая его? Какими способами можно помочь ребенку исправиться?

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Простить маму*

*(А. Шмидт)*

В одном большом городе жила семья гномов. Гномы – это такие же существа, как и люди, только очень маленькие. Эта семья была дружной, но однажды с ней произошла такая история.

Мама уходила из дому по своим делам и сказала Маленькому Гномику:

– Я скоро вернусь. Веди себя хорошо.

Гномик, оставшись один, стал ходить по квартире и вдруг залюбовался красивой вазой в маминой комнате. Это была любимая мамина ваза. Обычно солнечные лучи играли на ее гранях, но сейчас стекло было тусклым, потому что покрылось пылью.

– Вымою-ка я вазу! – решил Гномик. – А когда мама вернется, она обрадуется, что ваза опять сверкает на солнце.

– Он влез на стульчик, потянулся к вазе, но пошатнулся и упал. Ваза скатилась со стола и разбилась, ударившись об пол.

– Какая жалость! – заплакал Гномик.

И тут вернулась мама. Она очень расстроилась, а потом рассердилась, что ее любимая ваза превратилась в грудку осколков, отшлепала Гномика и отругала его. Она так и не узнала, что вся эта неприятность произошла потому, что Гномику хотелось ее порадовать.

Малышу было обидно, и он злился на маму. Ему никого не хотелось видеть, он заперся в детской и горько плакал. «Я так хотел сделать для мамы что-нибудь хорошее! Я не виноват, что у меня это не получилось! А она... Пусть бы этой мамы вообще не было! Пусть я буду один на всем белом свете!» – причитал он.

Слезы катились градом по его щекам, и вдруг одна слезинка упала прямо на книгу, где был нарисован волшебник. И тогда волшебник ожил.

– Я все знаю, все видел, – сказал он Маленькому Гномику, – ты обиделся на маму и хочешь, чтобы ее не было. Она наказала тебя, не разобравшись, в чем дело. Что ж, у меня есть волшебная палочка. Сейчас я взмахну ею, и твоя мама исчезнет, ты останешься один на всем белом свете...

Так и случилось. Мама исчезла. Гномик одиноко бродил по дому. Вскоре он почувствовал, что без мамы ему плохо. Потом ему захотелось, чтобы мама была рядом. «Наверное, и ей без меня плохо. Наверное, она ищет меня. Может быть, ей даже хуже, чем мне...» – думал Гномик. Но как вернуть маму?

И Гномик догадался: может быть, надо маму простить? И как только он перестал на нее злиться и его обида прошла, мама оказалась рядом. Они обнялись и стали просить друг у друга прощения. Гномик все объяснил ей, а потом они отправились в парк и катались на карусели.

Мама купила Гномику сласти, он утешился и думал: «Хорошо, что я простил маму! Она же так любит меня! Я всегда буду ее прощать, это же моя любимая, единственная мама». А мама думала: «Как я была не права! Как хорошо, что мой сынок сумел меня простить! Постараюсь больше не обижать его, ведь мы так любим друг друга!»

**«Портрет мамы».** Обсудив сказку, поговорите с детьми о том, как можно прощать своих родителей, если они бывают несправедливы. Дети с закрытыми глазами представляют свою маму: какая у нее прическа, как выглядит ее самое нарядное платье, как она улыбается. А потом украшают листы бумаги красивой рамкой и рисуют в ней мамин портрет. По окончании занятия портреты развешиваются на стене, затем дети забирают их домой в подарок маме или папе.

### **Комментарии для ведущего**

Основная идея занятия: мама, как и все люди, имеет право на ошибки, может устать и не всегда поступать правильно. Главное – научиться прощать друг друга.

## **Тема 4. Я и мои друзья**

### **Цели**

- помочь детям осознать качества настоящего друга;
- подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.

## **Занятие 16. Настоящий друг**

### **Разминка**

**«Кто сказал спасибо?»** Участники занятия образуют круг, в центре которого усаживается один из них. Дети подходят и пожимают ему руку. Заранее ведущий назначает одного ребенка, который должен через рукопожатие передать «спасибо». Остальные должны просто поздороваться. Задача водящего – определить, кто сказал ему спасибо.

**«Я сделал дело хорошо».** Дети вспоминают о своих делах в школе и дома, которые им удалось сделать хорошо за прошедшую неделю. Тот, кто ловит мячик, брошенный ведущим, говорит об одном из таких удачных дел вслух.

**«Кто есть кто?»** Детям раздаются карточки с обозначенными на них семейными ролями: мама, папа, бабушка, дедушка, брат, сестра и т. д. Они по очереди представляют каждый свою роль, не используя слов, а остальные отгадывают, кто изображается в том или ином случае.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Дети завершают следующие предложения:

*Настоящий друг – это тот, кто...*

*Друзья всегда...*

*Я могу дружить с такими людьми, которые...*

*Со мной можно дружить, потому что...*

**«Качества настоящего друга».** Ведущий делает надпись на доске: «Настоящий друг». Рядом прикрепляются листы ватмана с названиями различных человеческих качеств. Дети по очереди выбирают главное качество настоящего друга (по возможности обосновав свой выбор) и записывают его на доске. В результате под надписью набирается список качеств, составляющих образ настоящего друга. Он зачитывается вслух. Детям предлагают подумать о том, есть ли эти качества у каждого из них, каких не хватает, в каких они сомневаются. Желающие могут рассказать о своих размышлениях.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Неожиданная встреча*

*(Е. Андреева)*

Жила-была на свете маленькая девочка. У нее были мама и папа, и жили они все вместе в маленькой квартирке на 22-м этаже высокого дома. Когда девочка по ночам смотрела в окно, ей казалось, что она может дотронуться рукой до неба, усеянного миллионами звезд. «Как много звезд в небе, – думала девочка. – Наверное, столько же, сколько на Земле людей».

Однажды, когда все улеглись спать, девочка выглянула в окно, чтобы пожелать спокойной ночи яркому месяцу. Вдруг что-то звякнуло о подоконник с той стороны окна, и вся комната на миг озарилась ослепительным светом.

– Здравствуй, девочка! Я давно хотела... – прозвучал тоненький голос.

– Кто это? Что происходит? – испугалась девочка.

– Не бойся меня! Я – одна из тех звезд, которыми ты так любишься, когда тебе не спится по ночам. Я давно хотела прилететь к тебе, но мама долго не пускала меня на Землю. А сегодня разрешила немного побыть здесь. И вот я прилетела, чтобы познакомиться с тобой.

– Ничего не понимаю! Неужели у тебя тоже есть мама? – удивилась девочка.

– А как же! – засмеялась звездочка. – На небе все так же, как на Земле. Есть маленькие звездочки, а у них – родители, бабушки и дедушки.

– Как интересно! Расскажи мне о себе подробнее, милая звездочка!

– Ну, давай устроимся поудобнее, – сказала звездочка, влетая в комнату и пристраиваясь на подушке. – Мне по вашим земным меркам уже одиннадцать лет – чуть больше, чем тебе. У меня есть звездные мама и папа. Я учусь в звездной школе. Там добрые учителя, и каждый день я узнаю что-то новое. Но... – Звездочка вдруг притихла и загрустила.

– Что? Почему ты замолчала? Тебя там кто-то обижает? – забеспокоилась девочка.

– Да нет... В звездном мире у меня все хорошо. Но иногда я чувствую себя одиноко... У меня нет друзей. Иногда со мной знакомятся другие звездочки, но наша дружба продолжается недолго. Им почему-то скучно со мной. Мне нравится гулять по звездным полянам, собирать звездные цветы и смотреть издали на Землю, которая переливается всеми красками, отражая небесный свет... А сама я стесняюсь знакомиться с другими звездочками – боюсь, что опять мне кто-нибудь скажет, что со мной неинтересно...

– Но ты же сегодня смогла познакомиться со мной! Ты же не постеснялась! – воскликнула девочка. – Хотя, говоря по правде, мне тоже бывает одиноко. Иногда кажется, что я никому не нужна, что весь мир отвернулся от меня.

– Правда? И с тобой такое бывает?

– Ну да, у меня тоже нет настоящей близкой подружки. Очень хочется с кем-нибудь дружить, быть всегда вместе, играть, гулять. Вместе смеяться, если весело, и вместе грустить, если настроение плохое. Ведь настоящий друг – это тот, который хочет быть с тобой и тогда, когда ты грустишь, когда тебе плохо.

– Знаешь, – призналась звездочка, – мне сегодня впервые за долгое время стало легко и светло на душе. И все потому, что я встретила тебя! Ты мне очень понравилась. Ты добрая и отзывчивая. Хочешь, я к тебе снова прилечу потом, и мы опять поболтаем о чем-нибудь? Ведь вдвоем веселее, правда?

– Конечно, – ответила девочка. – Обязательно прилетай! Я буду тебя ждать. Мне кажется, что мы знакомы уже давно. Мне будет тебя не хватать...

Звездочка в один миг оказалась на окошке:

– Время идет так быстро! Моя мама, верно, волнуется. Мне пора улетать!

– Ах, как быстро! – пожалела девочка.

– Да, но я обязательно вернусь! Когда тебе будет грустно, вспоминай обо мне, и я помогу тебе – я мысленно передам тебе что-нибудь приятное, и тебе станет легче.

«Хорошо, когда у тебя есть друг, который понимает тебя и любит таким, какой ты есть», – думала девочка, пока звездочка поднималась все выше и выше, ласково подмигивая тоненькому силуэту в темном окне двадцать второго этажа...

**«Надежный лифт».** Один из детей ложится на пол. Несколько человек подходят к нему и спрашивают: «Вам на какой этаж?» – и все вместе поднимают его повыше или пониже, в зависимости от того, какой этаж он назовет. Только не забудьте заранее договориться о том, сколько в вашем «доме» этажей (не больше четырех). Опускать надо осторожно, а ведущему следует подстраховывать детей.

## Занятие 17. Умею ли я дружить?

### Разминка

**«Чувства и ассоциации».** Ведущий называет то или иное чувство и предлагает подобрать к нему ассоциации, сравнивая чувства с различными предметами или явлениями. Например: «Если бы радость была собакой, то какой породы?» Можно предлагать подбирать ассоциации на самые разные темы: погода, рельефы, растения, вид транспорта и т. п.

**«Кто сказал „прости“?»** Из участников тайно выбирается один, кто будет передавать через рукопожатие просьбу о прощении, в то время как все остальные будут просто здороваться. Водящий, сидящий в центре круга, должен суметь отличить это рукопожатие от обычных.

**«Одинаковые скульптуры».** Выбираются двое водящих. Они выходят в центр круга, им завязывают глаза. Один из них должен принять любую позу, а потом с помощью словесных инструкций помочь партнеру принять точно такую же позу. Все остальные сравнивают результаты.

### Основное содержание занятия

**«Нужно ли уметь дружить?»** Ведущий рассказывает детям о том, что на одном из психологических занятий его участники перечисляли свои умения: «Я умею пользоваться компьютером», «Я умею кататься на роликах», «Я умею плавать», «Я умею играть на пианино», «Я умею выразительно читать стихи» и т. д. А один ответ был таким: «Я умею дружить». Возникла дискуссия, в ходе которой одни дети говорили, что дружбу нельзя считать умением, что этому не нужно учиться. Другие же считали, что, действительно, дружить умеют не все, это не так просто.

Ведущий предлагает участникам занятия высказать свои точки зрения.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Про маленькую Бабу Ягу*

#### *(А. Завалишина)*

В одном лесу жило необыкновенное семейство: Баба Яга – мама, Баба Яга – тетка и Баба Яга – девочка. Они занимались колдовством и черной магией. Но вот решили мама и тетка отдать маленькую – ее в миру звали Матильдой – в школу, авось пригодится. Для этого пришлось им переехать из леса в город. Правда, поселились они на самой его окраине, и недалеко от домика был лес.

Школа, в которой начала учиться маленькая Баба Яга, была самой обыкновенной современной школой. И дети там учились обыкновенные. Первый день в школе для Матильды оказался настоящим кошмаром. Как только она вошла в класс, все девчонки так и заверещали.

– Ну и прикид! – сказала первая модница в классе, Анжела. – Это же настоящие лохмотья!

– А волосы! Похоже, она месяца три не мылась и не причесывалась!

– Она к тому же и босая!

– А на плече, смотрите, ворона сидит!

Кое-как бедняжка просидела до конца уроков и в слезах прибежала домой. Она набросилась на маму с теткой:

– А вы-то мне говорили, что я красивая, что я талантливая! А в школе меня обозвали уродиной! А еще чучелом! Они сказали, что я не должна учиться с ними в одном классе! Все меня невзлюбили! – И слезы у Матильды полились рекой.

Взрослые ведьмы принялись успокаивать маленькую Бабу Ягу.

– Не плачь ты! – говорили они в один голос. – Ты же колдунья и можешь сделать с обидчиками все, что захочешь. Преврати их всех в жаб! Угости их лягушачьим отваром, и пусть себе квакают! Прекрати плакать и помни, что ты самая умная и красивая ведьмочка на свете!

С тех пор на одноклассников Матильды несчастья так и посыпались. У отличниц в дневниках появились двойки. У мальчишек брюки укоротились на пятнадцать сантиметров. У модницы Анжелы за неделю сломались четыре каблука и семь расчесок. Из всех портфелей выскакивали лягушки. Все догадывались, чьих это рук дело, и продолжали смеяться над Матильдой и еще больше не любили ее. Да и самой Матильде от ее проделок легче не становилось. В итоге эта необычная девочка сделалась посмешищем всей школы. Однажды весной школьники отправились в лес на пикник. Матильду взяли с собой только затем, чтобы не скучать, мол, будет над кем посмеяться! Матильда понимала это, но все-таки пошла вместе со всеми: ведь она так любила лес! А еще ее не покидала надежда, что рано или поздно ее отношения с одноклассниками наладятся.

Пока шли по лесу, ребята постоянно осмеивали Матильду.

– Смотрите-ка, она с березой разговаривает! Вот умора! А вот какие-то сорняки в букетик собирает! Ха-ха-ха!

А Матильда добродушно объясняла: это, мол, не сорняки, а лечебные травы. Эта от астмы, эта – от простуды, а эта – для заживления ран. И дети прислушивались к ней, поддразнивая все реже. Им становилось интересно в лесу, и они понимали, что это заслуга Матильды.

Вдруг у тропинки дети увидели большой куст с красными ягодками. Мишка, первый красавчик в классе, тут же подбежал к нему и сунул ягоду в рот. И тут все услышали крик Матильды:

– Стой! Нельзя! Они ядовитые!

Все отошли от куста и молча пошли дальше.

Но впереди их поджидала новая опасность. Анжела подняла с земли изогнутую веточку, но веточка оказалась змеей. Не очень большой, но настоящей ядовитой змеей. Анжела вскрикнула и вмиг стала белой как мел. Все обернулись к Матильде. Она пожалала плечами:

– Я не в силах спасти ее. Все, что я могу сделать, – это приостановить действие яда.

Быстро насобирав каких-то травинок, она склонилась над ранкой.

Весь обратный путь Анжела не приходила в сознание. Через два часа добрались до больницы, где девочку удалось спасти. Доктора говорили, что

это произошло каким-то чудом, неизвестным медицине, поскольку девочка должна была умереть еще час назад.

Но все одноклассники знали, что это за чудо. Матильду стали уважать, ее поступком в лесу все восхищались. Ее перестали дразнить колдуньей, но зато она стала известной целительницей, к которой приходили многие жители города со своими хворями.

И недоверчивые к людям взрослые ведьмы – мама и тетка Матильды – стали понимать, что уважения и внимания можно добиться хорошими делами, а не злыми проделками. Они помогали Матильде во всех ее заботах.

А тетушка принялась особо следить за тем, чтобы Матильда всегда была чистенькой и опрятной. Анжела подарила ей модные платья, а местный парикмахер сделал ей красивую стрижку. Впервые в истории в домике, где живут три Бабы Яги, появились гости. Это было в день рождения Матильды, которая стала общей любимицей.

**«Санитары».** Один из ребят назначается «раненым бойцом», а двое – «санитарами». «Раненому» завязывают глаза, а «санитары» носят его на сплетенных руках по классу, оказывают ему «первую помощь». Когда все дети попробуют себя в каждой из этих ролей, можно устроить обсуждение, в какой роли интереснее быть и почему.

## Занятие 18. Трудности в отношениях с друзьями

### Разминка

**«Чувства и ассоциации».** Ведущий предлагает детям повторить упражнение (см. занятие 17): найти ассоциации-сравнения для названных чувств. Предложите для игры новые названия чувств и новый выбор предметов и явлений для сравнения.

**«Одинаковые скульптуры».** Повторите уже знакомую детям игру (см. занятие 17). Двое с завязанными глазами встают в центр круга. Один принимает любую позу, а другой должен ее повторить. Но на этот раз он не получает от первого словесных инструкций. Его подводят к «скульптуре», и он, ощупывая ее, должен составить представление о позе, в которой она находится, и принять такое же положение.

**«Кто сказал „мяу“?»** Водящему ребенку завязывают глаза, затем его раскручивают и усаживают на колени к одному из детей, который в этот момент говорит: «Мяу!» Водящий должен назвать имя одноклассника, на коленях которого он оказался. Смените побольше водящих! Кто окажется самым внимательным?

### Основное содержание занятия

**«Об Алеше».** Ведущий рассказывает детям о мальчике Алеше, у которого были трудности в школе. Однажды он пришел домой и сказал маме: «Все, больше я в эту школу не пойду. Меня там никто не любит». Дети должны высказать свои предположения о том, что же произошло с Алешей. Затем ведущий говорит о маме Алеши: она очень удивилась, услышав жалобы сына, ведь он всегда хорошо учился, и учительница была им довольна. Неужели он хочет бросить школу только из-за того, что у него не ладятся отношения с товарищами? Обсудите все вместе: бывает ли так, чтобы человек хорошо учился, но с ним никто бы не дружил? Насколько

важна для детей школьная дружба? Что для кого важнее – учебные дела или взаимоотношения со сверстниками? Подумайте все вместе над тем, как можно помочь Алеше и всем ребятам, у которых есть такая проблема.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О Спиногрызкине*

*(Т. Маркина)*

Одним зимним утром молоденький кролик по фамилии Спиногрызкин проснулся в восемь часов. За окном было еще темно, падал тяжелый липкий снег. «Как не хочется вставать! Да еще сегодня суббота...» – застонал кролик.

Но ровно в девять на опушке у здания школы выстрелил стартовый пистолет учителя физкультуры Барсукова. Началась лыжная эстафета. Спиногрызкин бежал в команде с Волковым, Лисицыным и Кабановым. Он был последним, четвертым в эстафете.

Спиногрызкин бежал изо всех сил, весь вспотел, а уши его развевались на ветру, как флаги. И вдруг послышался жалобный писк: прямо на лыжне сидел маленький птенчик. На большой скорости Спиногрызкин резко свернул с лыжни и влетел прямо в кусты. Одна лыжа сломалась. Команда проиграла.

На Спиногрызкина накинулись товарищи по команде и одноклассники-болельщики: «Если бы не ты, мы были бы первыми! Кто взял в команду этого лопухого?» Все так кричали, что Спиногрызкин даже не мог никому объяснить, что произошло. На глаза его навернулись слезы, из носа потекло.

Соревнования закончились, все разошлись, и Спиногрызкин пошел к тому месту, где случилась авария. Там валялась куча сломанных веток, но птенца на лыжне уже не было. «А может, мне все это показалось? – тревожно подумал кролик. – Может, я действительно неумеха и зря меня взяли в команду?»

Спиногрызкин вернулся домой. Мама поила его вкусным морковным чаем, папа предлагал сыграть в бирюльки, но Спиногрызкин был безутешен.

В школе бывшие друзья отворачивались от него, а победители злорадно смеялись прямо в лицо. Спиногрызкин так нервничал, что за одну неделю умудрился получить три двойки и пять замечаний за невнимательность на уроках. «Эх, никому я не нужен, ничего я не умею, никто меня теперь не любит», – вздыхал кролик.

А в следующий понедельник устраивался конкурс на лучший самодельный скворечник. Уж что-что, а скворечники Спиногрызкин делать умел. Этому его еще дедушка научил.

Весь класс собрался в столярных мастерских. Застучали молотки, завизжали пилы, полетела во все стороны стружка. Мальчики сколачивали скворечники, а девочки их раскрашивали.

Строительство скворечника – сложная работа, и многие одноклассники не могли обойтись без советов Спиногрызкина.

Они то и дело подбегали к нему с вопросами – сначала неохотно, но постепенно все больше и больше проникаясь уважением к его знаниям и мастерству. И Спиногрызкин терпеливо все объяснял и всем помогал.

Когда проводили выставку, у бригады Спиногрызкина скворечники были самые лучшие. А потом устроили праздничное чаепитие, и все одноклассники помирились со Спиногрызкиным. Они попросили у него прощения за то, что были грубы с ним, а когда он рассказал о птенчике, им стало просто стыдно. Но все обиды были забыты, и кролик снова был среди друзей.

А потом принесли телеграмму от мамы-снегирихи, которая благодарила доброго и мужественного Спиногрызкина за то, что он спас жизнь ее птенчика, который в тот злополучный день выпал из гнезда прямо на лыжню.

«Зря я расстраивался, – думал кролик, ставший настоящим героем дня. – Не такой уж я неумеха, хоть и лопухий!»

## Занятие 19. Ссора и драка

### Разминка

**«Чувства-ассоциации».** Предложите детям называть возникающие у них ассоциации к названиям негативных чувств: злость, обида, гнев и т. д., например: «Если бы злость была растением, то каким?», «Если бы ярость была птицей, то какой?» и т. д.

**«Изобрази ситуацию».** Дети получают карточки с надписями на тему различных конфликтных ситуаций: «Мальчик разозлился»; «Девочка замахивается на кого-то кулаком»; «Двое учеников обзывают друг друга»; «Девочка плачет, ее обидели»; «Мальчика побили, ему обидно». Каждый без слов изображает доставшуюся ему ситуацию.

### **«Какие чувства возникают во время ссоры или драки?»**

Дети припоминают свои конфликтные ситуации и те ощущения и чувства, которые у них возникали, и по очереди называют их.

### Основное содержание занятия

**«Неоконченные предложения».** Дети завершают предложения:

*Ученики ссорятся, когда...*

*Ссора заканчивается дракой, если...*

*Ссора заканчивается слезами, если...*

*Когда другому человеку больно...*

*Когда мне больно, я...*

**«Я знаю одного мальчика».** Ведущий рассказывает детям историю приблизительно такого содержания: «Многим детям случается ссориться и драться. Наверное, это нормально. Но я знаю одного мальчика, который дерется почти все время: на перемене, на прогулке, в столовой. Причем дерется жестоко, пуская в ход кулаки, ноги, зубы. И не разбирает, куда он бьет – в грудь, в лицо, в голову. Конечно, одноклассники его избегают, не хотят с ним играть. А он от этого еще больше злится и еще больше дерется. И всегда ему кажется, что все лезут к нему первыми. Когда с ним разговариваешь, выясняя, не жалко ли ему тех, кого он бьет,

он заявляет: „Сами виноваты, они первыми пристают“. Давайте вместе подумаем, что можно сделать, как помочь этому мальчику – ведь такие, как он, есть в каждом классе. Попробуем разыграть ситуации, в которых я буду исполнять роль этого мальчика-драчуна, а вы – роли его родителей (они обеспокоены, что у сына нет друзей оттого, что он всех обижает), кто-то будет его учительницей, кто-то исполнит роли его одноклассников. Может быть, это позволит нам понять, что нужно делать с такими драчунами». После этого разыграйте ситуации и обсудите с детьми наиболее удачные способы поведения.

## **Тема 5. Что такое сотрудничество?**

### **Цель**

– дать детям представление о понятии «сотрудничество».

## **Занятие 20. Что такое сотрудничество?**

### **Разминка**

**«Я сегодня обрадовался встрече с...»** Ведущий обращает внимание на выражение глаз собравшихся детей, на особенности взгляда каждого и, не глядя на адресатов, говорит: «Я сегодня обрадовался встрече с одним человеком, у которого ясные, лучистые глаза...», или: «...у которого глаза печальные, взор потуплен, но когда он посмотрел на меня, в глазах были доброта и доверие»... Дети должны догадаться, о ком идет речь.

Загадав несколько человек, ведущий может назначить водящего из числа детей, пусть он попытается подобрать точные слова о выражении глаз одноклассников.

**«Спасибо тебе за...»** Ведущий беседует с детьми о том, что нередко в жизни успех зависит от таких мелочей, как, скажем, умение вовремя сказать спасибо. Выбирается водящий из числа детей. Его усаживают в центр круга и называют по одному имена одноклассников. Нужно повернуться лицом к названному человеку, посмотреть ему в глаза, найти, за что его можно поблагодарить, и сказать вслух, например: «Саша, спасибо тебе за то, что ты мне утром улыбнулся»; «Лена, спасибо тебе за то, что ты дала мне на уроке ластик» и т. д.

**«Кто лишний?»** Выбираются четверо участников. Они получают карточки с изображениями животных, из которых одно – «лишнее», например: тигр, слон, жираф и гусь. Водящие распределяют роли между собой и пластически изображают каждый своего животного. Остальные отгадывают, кто изображается, и определяют лишнего в этом ряду. Затем задание выполняет вторая четверка и т. д.

### **Основное содержание занятия**

**«Что такое сотрудничество?»** Ведущий заводит беседу о том, что для выполнения какого-нибудь важного дела необходимы усилия многих людей. Например, в одиночку невозможно построить большой дом, корабль, автомобиль, издать книгу, вырастить большой урожай. Но люди, участвующие в общем деле, должны действовать согласованно, иначе ничего не получится, как это случилось с Лебедем, Раком и Щукой в известной басне Крылова. Необходимо учиться делать совместно разные дела, учиться сотрудничеству. Дети включаются

в беседу, и в результате коллективного обсуждения этой темы на доске возникает надпись: «Сотрудничество – это умение делать дело вместе». Из каких умений складывается умение сотрудничать:

- из умения понять другого;
- из умения договориться;
- из умения уступить, когда очевидна правота другого;
- из умения разумно распределить роли в процессе работы.

Из чего еще?

Ведущий предлагает перейти от слов к делу и попробовать сотрудничать в выполнении одного задания. Дети разделяются на пары. Каждая пара получает по два вырезанных из бумаги силуэта варежек. Нужно суметь украсить их узорами или рисунками, чтобы варежки были парными, не отличались друг от друга. На выполнение задания дается 5–7 минут.

По окончании работы устраивается обсуждение, в котором каждая пара рассказывает о том, как им удалось договориться, как шла работа, и демонстрирует результат.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Добрая память*

*(Р. Руднев)*

В давние времена существовал на земле один удивительный город. Он был большой и красивый, жизнь в нем была спокойная и богатая. Населяли его люди, владеющие различными искусствами и ремеслами. Так и звался этот город: Город Мастеров.

Одно было плохо: каждый мастер был сам по себе, мало было между умельцами единства и согласия. Нет, они не ссорились, не дрались, а просто не замечали друг друга: настолько каждый был поглощен своим делом и гордился им. К тому же каждый ремесленник ревностно оберегал секреты своего ремесла. Люди были так заняты, что ни один горожанин, попавший в беду, не мог рассчитывать на помощь другого. Никто никому не помогал, никто ничем не жертвовал для других, никто не просил о помощи. Порой это было неприятно, но с этим мирились, поскольку это не мешало городу процветать и богатеть. Жизнь продолжалась, мирная и спокойная.

Но однажды на город надвинулась беда. Звездочет предсказал: скоро на город нападут полчища крыс из дикой страны, они разорят его, уничтожат все припасы, и Городу Мастеров придет конец. Но звездочета никто не послушал. Мастера разошлись по своим мастерским и занялись каждый своим делом.

Однако звездочет тоже знал свое дело: он стал искать в древних книгах указания, как можно избавиться от такой напасти. Дни и ночи проводил он в библиотеках и архивах и в одном магическом справочнике нашел такое указание: «В мореокеане на диком острове растет Дерево Крысиного Страх. Если построить корабль, отправиться на этот остров и сорвать плод с этого дерева, он поможет избавиться от крысиной напасти. Для этого сорванный плод нужно будет закопать на центральной площади, и каждому жителю города придется ежедневно приходить к этому месту в течение трех месяцев и поливать его. Тогда в городе вырастет такое же Дерево Крысиного Страх,

и ни одна крыса не сможет приблизиться к городским стенам. Если же хоть кто-нибудь пропустит хотя бы один день, не придет поливать росток, никакого толку не будет. Дерево не вырастет».

Звездочет опять стал стучаться во все двери и рассказывать людям об этом средстве. Но мастера опять не хотели его слушать. Они были так озабочены своими делами, что до спасения города руки уже не доходили. Лишь один человек – сапожник Янек – прислушался к словам звездочета. Дел у него было не меньше, чем у других, просто он больше остальных любил свой город всем своим молодым горячим сердцем.

Янек решил взяться за постройку корабля. Но он понимал, что одному ему это не осилить. Он принялся уговаривать знакомых столяров и плотников помочь ему. Никто не соглашался. Да еще насмеялись над ним и над старым звездочетом: «Что стар, что мал: один выжил из ума, а другой еще его не нажил!»

Прошел целый месяц бесплодных поисков и уговоров. Только одна девушка Марта – сестра сапожника Янека согласилась помогать брату. Она была искусной швеей и вышивальщицей. Янек решил строить корабль в одиночку. Марта взялась шить паруса и плести канаты. Звездочет учил Янека разбираться в картах и ориентироваться по звездам – это пригодится в дальнем плавании.

Янек купил топор и начал валить деревья в сосновой роще за городом. Он готовил строительный материал для корабля, а горожане только посмеивались над ним. В тяжелых трудах прошло еще два месяца. Бревна были обтесаны. Янек начал распиливать их на доски. Но это была непосильная работа для одного. Марта целыми днями, не разгибаясь, шила паруса. Но материя была на исходе, к тому же слишком тонкая, чтобы выдержать сильный морской ветер. Силы у брата и сестры кончались, они были близки к отчаянию. Звездочет, понимая, что труды Янека и Марты могут оказаться напрасными, решил прибегнуть к последнему средству. Он взобрался на высокую гору и стал молиться всем четырем сторонам света: «Услышьте меня хоть кто-нибудь, кому дорог этот город! Помогите Янеку и Марте! Не дайте пропасть великому труду! Помогите спасти город!»

Мольбу звездочета услышал гном-волшебник, что жил на чердаке городской ратуши. Он понял, что, когда человеческого разума и сил не хватает, надо прибегнуть к волшебству. Гном позвал своего черного кота и велел ему бежать по всем цехам и мастерским и уговаривать людей одуматься. Гном произнес заклинание и выпустил кота в город. Кот бежал по городу: от кузнецов к гончарам, от гончаров к кожевникам, от кожевников к портным, к малярам, к жестянщикам. Все лапы сбил в кровь, но к вечеру обежал всех, уговаривая их оставить на время свои дела и помочь Янеку.

Говорящих котом люди еще не видывали. Чудо подействовало: люди задумались над его словами, отвлеклись от работы и поняли, что нужно всем вместе предотвратить беду.

Первым на помощь Янеку пришел плотник. Они вместе распилили бревна на доски. Следом подоспели столяры и помогли обработать деревянные детали для корабля. Затем пришли корабельщики и по чертежам сколотили большой и крепкий корабль. Кузнецы выковали надежные якоря и цепи. Ткачи принесли прочную парусную ткань, а портные помогли Марте сшить паруса. Все вместе плели канаты для корабельной оснастки. К кораблю приладили

мачты и оснастили корабль всем необходимым. На главную мачту водрузили флаг с гербом города, вышитым Мартой. Звездочет принес на готовый корабль карты, компас и астрольбию.

Корабль получился на славу – недаром лучшие руки и головы потрудились над ним. Мастерам так понравилось работать вместе, что они попросили Янека взять их в плавание. Была сформирована команда корабля, и день отплытия наступил.

Все горожане собрались на берегу, чтобы проводить смельчаков в дальний путь. И тут вдруг кто-то заметил, что у корабля нет имени. Звездочет заявил, что отправляться в дальнейшее плавание без названия корабль не может. Все загалдели, выкрикивая слова для названия, но всех перекрыл голос черного кота. Он выгнул спину дугой и произнес: «Др-р-ружба – вот каким должно быть название. Иначе не назовеш-ш-шь!» Все согласились с ним, и на борту корабля вывели это слово: «Дружба».

Три месяца плыл корабль по морю-океану. И вот мореходы отыскали дикий остров, сорвали заветный плод. И благополучно возвратились в Город Мастеров.

Каждый день каждый житель города приходил на центральную площадь и поливал пробивающийся росток. Дерево росло удивительно быстро и день ото дня набирало силу.

И вот часовые сообщили, что орда крыс надвигается на город со всех сторон. Крыс было столько, что не видно было ни земли, ни травы. Они шли, уничтожая все на своем пути. Горожане собрались вокруг волшебного дерева и ждали, что будет. И когда первые крысы уже взбирались по городским стенам, на вершине дерева распустился волшебный цветок. И тут крыс как ветром сдуло. Они с большой скоростью удирали прочь от города, оставляя за собой разоренные окрестности.

Город Мастеров и поныне стоит на том же месте. Потомки тех, кто спас город от гибели, хорошо помнят уроки предков и уже никогда не забывают помогать друг другу, соседям и друзьям. Народ увековечил память о Янеке и Марте, назвав главную площадь их именами. На ней под волшебным деревом стоит памятник звездочету. Изображения черного кота и парусника «Дружба» вошли в новый герб города. Помнят люди и имена тех, чьими усилиями удалось спасти город. Только старый гном по-прежнему живет на чердаке городской ратуши, не видимый никому.

## Занятие 21. Я умею понимать другого

### Разминка

**«Передай чувство».** Каждый участник загадывает определенное чувство и с помощью мимики показывает его соседу. Сосед должен назвать это чувство на ушко первому и показать следующему. Все остальные в это время должны сидеть с закрытыми глазами. В конце круга сравнивается мимическое изображение чувства у первого и последнего участников, а также сопоставляются названия чувств. Можно воспроизвести всю цепочку толкований: насколько они изменились в ходе игры?

**«Извини меня...»** Ведущий беседует с детьми о том, как важно уметь вовремя извиниться перед человеком. Многие порой чувствуют свою неправоту, но не каждый способен это признать перед другим. Некоторые просто не могут произнести это слово: «извини». А есть и такие, кто извиняется на каждом шагу, за любую мелочь или неловкость. Предложите детям по очереди в роли водящего сказать нескольким одноклассникам (по указанию ведущего): «Извини меня за то, что...»

**«Кто лишний?»** Повторяется игра с разгадыванием нескольких изображаемых животных, одно из которых «лишнее». Но на этот раз животных нужно представить не пластикой, а при помощи имитации звуков, которые они издают.

### Основное содержание занятия

**«Что значит понимать другого?»** Ведущий обсуждает с детьми, как им удастся понимать друг друга в различных ситуациях. Как можно научиться видеть явления и события чужими глазами? Далее ведущий назначает водящего из числа тех детей, кто обычно пассивен на занятиях и не слишком популярен в классе. Он произносит начала предложений, которые дети по очереди должны продолжить так, как, по их мнению, продолжил бы сам водящий:

*Меня очень огорчает...*

*Меня радует...*

*Меня обижает...*

Водящий отмечает, насколько точно дети отгадывают его собственные мнения на этот счет.

**Работа со сказкой.** После прослушивания и обсуждения сказки дети, разделившись на тройки, выполняют рисунки к ней.

### *Путевые заметки Оле-Лукойе*

*(О. Юхман)*

Было это давным-давно. В одном из старинных замков жила семья Эдамсов. Семья была очень необычной, как и замок, в котором она обитала.

Там постоянно происходили разные чудеса и неожиданности: то вдруг двери начинали хлопать сами собой, то свечи на люстрах вдруг гасли во всех комнатах разом, то мама начинала говорить папиным голосом, то папа – маминым.

Рано утром, когда петухи вот-вот должны прокричать, а все обитатели замка еще спят, в замке начинает твориться неладное. Из разных углов доносятся странные звуки: кряхтенье, чиханье, тяжелые шаги, от которых качается пол и дрожат стекла – прямо как на корабле во время качки.

Однажды пришлось мне гостить у Эдамсов. Встал я как-то под утро и решил прогуляться по замку, пока вся семья спала. Вошел в гостиную, а там – настоящий бал-маскарад. Диван и кресла гоняются друг за дружкой, а кочерга, выскочив из камина, ставит им подножки. Книги в шкафу в прятки играют – перепрыгивают с полки на полку. А на кухне настоящее светопреставление: тарелки выстраиваются в пирамиды, ложки с ножами водят

хороводы, металлические чайники с крышками и половниками собрались в оркестр и гремят что есть мочи. А в залах старинные портреты перескакивают со стенки на стенку, меняясь местами. «Да, – подумалось мне, – в таком доме не соскучишься!» Жалко, что все Эдамсы еще спали и не видели этого представления.

Со временем я узнал, что в отношениях Эдамсов друг с другом не все хорошо: дети часто капризничают, дерутся, устраивают взрослым разные пакости. А взрослые часто ссорятся друг с другом, кричат на детей, обижают их. Раньше эта семья была веселой и дружной. По утрам они все вместе делали зарядку на поляне и записывали свои рекорды на специальной доске. В выходные они обязательно выезжали за город, там гуляли или катались на велосипедах. На каникулах путешествовали все вместе и посетили много дальних стран. По вечерам Эдамсы любили собираться у камина, сочинять волшебные сказки и интересные истории и записывать их в толстую книгу в бархатном переплете. Дети рисовали в книге иллюстрации к этим историям. Все это было когда-то, а теперь... Эдамсы порой вздыхают о прошлых добрых временах, они чувствуют, что в замке все изменилось, нет в нем прежнего уюта. Все догадываются, что в замке творится что-то непонятное, но боятся признаться в этом друг другу. Никто не жалуется, что ему страшно и жутко от предрассветных звуков, но каждый страдает поодиночке.

А те обитатели замка, которые были невидимыми и творили все эти бесчинства, очень хотели подружиться с хозяевами.

Они решили устроить ночь ужасов и кошмаров, чтобы познакомиться с Эдамсами поближе.

Однажды ночью родители, уложив детей спать, пробирались по темному замку к своей спальне. И вдруг скатерть из столовой пролетела прямо над их головами. За ней проскакала целая конница стульев из гостиной, а портреты на стенах начали переговариваться друг с другом. Взрослые в ужасе прижались к стене и замерли. Но когда кресла из гостиной бросились на них, им пришлось спасаться бегством. Вещи из платяных шкафов, летающие по коридорам, путались у них в ногах, накрывали головы, липли к рукам. Мама не выдержала и громко завизжала.

Проснулись дети и побежали по лестнице на крик, но ковры свились в трубы и зашипели по-змеиному. Дети кубарем покатались по ступенькам. Весь замок гудел, трещал и ходил ходуном. То-то натерпелись Эдамсы страху! Они забились в темный чулан и решили там отсидеться, пока не закончится ночной переворот.

Я тоже проснулся и решил помочь перепуганному семейству. Как-никак я сказочник и знаю толк в чудесах! Я пробрался в чулан и раскрыл там свой волшебный зонтик. Эдамсы, выбившись из сил, дремали в объятиях друг друга, и я наслал на них волшебные сны. Они увидели много интересных историй – все, что происходило в замке, пока они спали все предыдущие месяцы.

Утром каждый проснулся в своей постели. Собравшись в столовой, они рассказали друг другу свои сны. Оказалось, что все видели одно и то же! Все недоумевали. Но с этой поры все в этом семействе пошло на лад. Эдамсы поняли, что их семья – это нерушимое единство, что нет никого на свете ближе, что они любят друг друга. Они заново влюбились в свой замок и записывали в толстую книгу свои общие сны и волшебные истории, которые происходят

с вещами, окружающими их в замке. Они научились дружить с невидимыми обитателями замка и участвовали в их проделках. Они научились доверять таинственным силам, и их жизнь опять стала уютной и интересной.

Я понял, что мое дело сделано, и однажды утром тихо исчез из замка и отправился в дальнейшее путешествие. Я – сказочник Оле-Лукойе и сейчас странствую по миру и учу людей доверять друг другу и миру, не бояться чудес и неожиданностей.

**«Конструктор».** Приготовьте наборы простых конструкторов для детского сада. Участники разделяются на пары. В каждой паре один с закрытыми глазами пытается собрать из деталей любую конструкцию, второй дает ему указания. Определяется пара, которой удалось собрать конструкцию быстрее. Она делится с другими своим опытом взаимодействия.

## Занятие 22. Я умею договариваться с людьми

### Разминка

**«Передай чувство».** Поиграйте в знакомую игру по принципу «испорченного телефона»: все закрывают глаза, кроме двоих участников, сидящих по соседству. Одному ведущий тихонько шепотом задает чувство, которое нужно изобразить с помощью мимики, второй разгадывает и тихо называет его, а затем передает следующему соседу. Напоследок сравниваются первоначальный вариант и конечный результат: удалось ли довести название чувства и его верное изображение до конца круга?

**«Собери картинку».** Дети разделяются на группы по три-четыре человека и получают карточки с названиями частей тела какого-либо животного, например: «Хобот слона», «Туловище слона», «Уши слона», «Ноги слона». Нужно распределить, какую часть будет изображать каждый из группы, и соединить их в общей композиции. Остальные должны догадаться, что это за зверь.

**«Кто сказал „мяу“?»** Водящему завязывают глаза, раскручивают его и усаживают на колени одного из участников. Тот должен тихо произнести слово «мяу», а водящий – догадаться, на чьих коленях он оказался.

### Основное содержание занятия

**«Я умею договариваться».** Группа разделяется на две-три части по пять-шесть человек в каждой. Подгруппы получают задание инсценировать сюжеты, которые записаны на карточках и раздаются ведущим. На подготовку дается 8 – 10 минут: нужно распределить роли, согласовать действия, придумать окончание истории. Побеждает та подгруппа, которая действует более слаженно.

Сюжеты могут быть такими:

*Петя подговорил Павлика убежать во время прогулки за территорию школы. Нина узнала об этом и рассказала учительнице. Саши услышал это и рассказал Пете с Павликом. Что было дальше?*

*Надя на перемене упала и ушибла коленку. Семен увидел и громко рассмеялся. Надя обиделась и позвала Дашу. Они вместе повалили Семена на пол. Об него споткнулась учительница*

*и чуть не упала. Она рассердилась на Семена и принялась его ругать. Коля видел все с самого начала. Что было дальше?*

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Чтобы тебя любили*

*(Н. Орешкина)*

Жил-был Маленький Ежик. В большом лесу была школа, и Ежик очень хотел скорее вырасти, чтобы пойти туда учиться, как все ежики. Однажды мама сказала ему: «Вот ты и вырос. Пора учиться. Завтра я отведу тебя в школу». Ежик никак не мог заснуть, ждал утра. И вот оно наступило.

Ежик пришел в школу, и начался первый в его жизни урок. Учитель показывал, как нужно насаживать грибы на иголки. Но у Ежика это плохо получалось: то гриб попадался несъедобный, то никак не удавалось его подцепить на иголки так, чтобы он не падал. Ежик очень волновался, и от этого все получалось еще хуже. К тому же учитель отругал его, а другие ежики смеялись над ним.

Ежик возвращался домой опечаленный. Он вспоминал первый школьный день и плакал. И тут кто-то погладил его по колючей спинке. Ежик оглянулся: это был Старый Мудрый Еж. Он сказал: «Я знаю, почему ты плачешь. Ты не смог выполнить задание учителя и теперь думаешь, что ты самый плохой на свете. Но не надо так горевать. Я тоже в детстве не умел собирать грибы. Зато я знал много интересных игр, и все ежики любили играть со мной. Может быть, и ты умеешь делать что-то такое, чего не могут другие? Научи их, и они перестанут смеяться. Да еще и помогут тебе научиться выполнять задания учителя. Вот увидишь!» И Старый Еж бесшумно исчез.

Ежик задумался. И вспомнил, как он умеет сочинять смешные истории, а когда рассказывает их младшим братишкам и сестренкам, они слушают его с раскрытыми ртами. А еще он научил всех соседских малышей перепрыгивать через веревочку, натянутую между двух деревьев. «Нужно мне и в школе попробовать научить ежиков-одноклассников скакать через веревку. Что-то я не видел, чтобы кто-нибудь занимался этим на перемене. А ведь это так интересно!» – решил он, и ему стало веселее.

И он попробовал. Никто не смеялся над ним, все старались научиться хорошо прыгать, не задевая за веревку. А потом позвали Ежика играть в салочки. Так они и подружились. А когда Ежик попросил друзей научить его собирать грибы, они сразу согласились. И Ежик стал учиться на пятерки. Но это было не главное. Ежик понял: «Чтобы тебя любили, не обязательно хорошо учиться. Нужно просто уметь сделать другим что-нибудь приятное».

## Занятие 23. Мы умеем действовать сообща

### Разминка

**«Передай чувство».** Повторите знакомое упражнение с мимической передачей какого-либо чувства по кругу, придумывая новые названия чувств.

**«Что лишнее?»** Предложите детям разделить на группы и пластически изобразить неодушевленные предметы, перечисленные на карточках, так, чтобы остальные участники не только отгадали, что это за предметы, но и назвали тот, который «лишний» в своем ряду. Например: «Велосипед, мотоцикл, автомобиль, корабль».

### Основное содержание занятия

**«Собери картинку».** Дети работают в группах по 3–4 человека. На карточках написаны части какого-либо неодушевленного предмета, каждую из которых изображает кто-то один. Части собираются в единую композицию, а остальные участники должны догадаться, какой это предмет, и назвать его. Например: «Чайник: носик, ручка, крышка, корпус».

**«Найди себе пару».** На карточках написаны названия животных, причем каждое название встречается дважды – в женском и в мужском роде: если есть карточка со словом «слон», то должна быть и карточка со словом «слониха». Они перемешиваются и раздаются детям. Каждый изображает свое животное и находит себе пару, не разговаривая и не показывая карточек. Когда все пары соединятся, ведущий сверяет их с карточками, а затем устраивается обсуждение: кто активно занимался поисками, а кто стоял и дожидался, пока его найдут.

**«Мы вместе».** Дети берутся за руки и образуют круг. С закрытыми глазами все вместе выполняют команды ведущего: перестроиться в треугольник, в квадрат, сесть, встать, попрыгать на одной ножке и т. д.

**Рисунок «Мой класс».** Дети выполняют рисунки на тему «Мой класс», а затем обсуждают, почему рисунки оказались разными. Позже можно, используя эти рисунки, составить коллаж.

## Занятие 24. Что такое коллективная работа?

### Разминка

**«Найди себе пару».** Повторите игру с поисками пары животных, которых пластически изображают дети. Приготовьте новые карточки, чтобы не повторялись ситуации прошлого занятия.

**«Вальс дружбы».** Дети разделяются на пары. Они становятся лицом друг к другу, соединяются лбами, между ними зажимается тетрадка или какой-нибудь другой предмет. Руки за спиной. Звучит музыка. Дети должны танцевать в таком положении, не роняя предмета. Пара, которая не удержит его, выбывает из игры. Побеждают самые стойкие.

## Основное содержание занятия

**«Что мы хотим пожелать друг другу?»** К доске прикрепляется лист ватмана с изображением фигурок мальчика и девочки. Дети должны вырезать из цветной бумаги силуэты предметов, написать на них свои пожелания всем одноклассникам к лету и прикрепить вырезки к ватману. Например: чемоданчик «Счастливых путешествий!», цветок «Новых друзей!», солнышко «Хорошей погоды!» и т. п. Полюбуйтесь получившейся композицией. Если все пожелания не поместятся на листе, продолжите высказывать их устно, адресуясь и ко всем вместе, и персонально.

**«Коллективный плакат».** Дети делятся на подгруппы по 4–5 человек и рисуют плакат на тему «Мы». Это могут быть портреты участников группы, любые символы или абстракции. По окончании работы организуется выставка плакатов, из каждой группы выделяется «экскурсовод» и комментирует плакат своей группы.

## Занятие 25. Итоговое

Как и в первом, и во втором классах, итоговое занятие следует провести в праздничной обстановке, можете на свое усмотрение выбрать любую форму проведения, однако желательно, чтобы она не повторяла итоговые занятия первого и второго классов.

## Четвертый класс

Главная особенность современных четвероклассников – появление большого интереса к отношениям со сверстниками. Еще не так давно это приписывалось младшим подросткам, т. е. ученикам 5–6 классов, но значительное снижение нижней границы подросткового возраста позволяет наблюдать у многих современных четвероклассников интерес к подростковым проблемам, а именно к взаимоотношениям мальчиков и девочек в частности и межличностным отношениям в классе в целом. Поэтому ряд занятий целиком посвящен обсуждению этих вопросов, а все остальные занятия так или иначе затрагивают их.

Помимо социальной тематики, у четвероклассников возникает интерес к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие с ними изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь им важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

Самое важное свойство этого возраста – особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают заглянуть туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт. Именно сейчас, деликатно используя присущую этому возрасту особенность, можно эффективно помогать ребенку в решении его проблем, влиять на него.

Особое место занимают занятия, связанные с обсуждением отдаленного будущего. В это время у многих ребят появляется страх взросления. Наблюдая за трудной жизнью родителей, подростки понимают, что постепенно выходят из детского возраста. Они говорят о том, что снова хотели бы стать маленькими, поэтому важно дать школьникам заряд оптимизма в отношении своей будущей жизни и способствовать переходу в подростковый период. Дополнительная задача этих занятий – беседуя о будущем, побудить ребят к повышению учебной активности.

Четвертый класс – последний в начальной школе. Ребенок внутренне готовится к переходу в среднюю школу, к более самостоятельной жизни, к новому этапу взросления. Многих обучение в пятом классе одновременно и привлекает и страшит. Поэтому последние занятия целиком посвящены теме перехода в пятый класс. Они позволяют детям заглянуть в будущее и подготовиться к нему.

### Тема 1. Кто я? Мои особенности и возможности

#### Цели

- привлечь внимание к процессу взросления;
- помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности;
- ввести понятие «внутренний мир человека», акцентировать его ценность и уникальность.

## Занятие 1. Как я изменился летом?

### Разминка

**«Интервью».** Водящий задает ребятам вопросы на тему «Лето». Тот участник, кому задается вопрос, должен молчать, а быстро ответить нужно соседу справа.

**«Летом».** Ведущий разучивает с ребятами фразу «Летом я отдыхал. Я отдыхал летом. Если я не отдыхал, то это не лето». Затем ребята хором произносят эту фразу, заменяя слова жестами. Первый раз вместо слова «я» они показывают на себя, второй раз добавляют замену слова «лето» – разводят перед собой руками, третий раз вместо слова «отдыхал» глядят себя по голове.

### Основное содержание занятия

**«Как меняется человек».** Ведущий предлагает ребятам подумать, о каком человеке можно сказать, что он изменился. К доске прикрепляются листы бумаги с предложениями.

Можно сказать, что человек изменился, если:

- он вырос;
- у него появились новые возможности;
- у него появились новые обязанности;
- у него появились новые интересы.

Ведущий предлагает ребятам расположить данные предложения по степени значимости.

**«Позитивные и негативные изменения».** Ведущий рассказывает ребятам о том, что не всегда изменения бывают позитивными, т. е. не всегда делают человека умнее, сильнее, мудрее. Предлагает им несколько рассказов. Ребятам необходимо определить знак изменений их героев.

*Кате не очень нравился Петя, потому что он часто задирает девочек. Однако со временем она поняла, что если меньше обращать внимание на его проделки, ему становится неинтересно, и он успокаивается.*

*Мише не нравилось, что он младший брат в семье. Старший часто командовал им и заставлял делать то, что он хочет. Миша подрос, к тому же он занимался борьбой, и наступил момент, когда он смог вступить с братом в драку. Теперь же, если что-то происходило не по его воле, он грозил брату кулаком, и тот отступал.*

*Наташа повзрослела и поняла, что может себе позволить покрикивать на бабушку. Конечно, она это делала, если мамы не было дома.*

*В классе признанным лидером был Кирилл. Даже на уроке, если он начинал хохотать, его поддерживали почти все ребята. Как-то раз он придумал натереть воском доску перед контрольной, чтобы, на ней нельзя было писать. Петя не смог открыто противостоять Кириллу. Однако принимать участие в проделке отказался и вышел в коридор.*

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Митькина жизнь*

Надоела Митьке его жизнь. В школу каждый день ходить надо, уроки учить. А после школы секции разные, занятия дополнительные.

– Учись, сынок, ты ведь у нас умный! – так говорила Митьке мама.

– Учись, сынок, в жизни пригодится! – так говорил папа.

А какая жизнь, если она по расписанию построена?! Надоела она Митьке. И решил он ее поменять. Сначала на переменах упражняться начал. Бузит, мальчишек толкает, девчонок за косы хватает. Хохочет громко до звона в ушах. Потом уроки в новую жизнь включил, на которых учитель не очень строгий. Партой стучать, рожи корчить такие, чтобы ребята про учителя забывали, – это было только начало.

«Как же еще можно старую жизнь разрушить?» – подумал Митька. Полазал он по Интернету и нашел картинки разные, от которых у самого уши покраснели. Помыл Митька уши холодной водой, а картинки в школу принес.

– Вот я какой свободный и крутой, – всем своим видом говорил он, демонстрируя их ребятам на прогулке, прячась в густых кустах.

Понравилась Митьке такая новая жизнь и восхищение в глазах ребят. Стал он придумывать все новые и новые шалости. То в столовой как будто нечаянно чашку разобьет, то чай прольет, а то рассмеется громко с набитым ртом кашей.

Но вот однажды приснился Митьке сон. Подходит он к прекрасному замку и войти туда хочет. Видит на воротах надпись «Вход только сильным».

– О, это как раз для меня, – решил он и радостно шагнул ко входу.

Но стражник преградил ему путь.

– Но почему? – удивился Митька.

– А ты сам подумай. Правила нарушать, в школе шалить – для этого много силы не надо. Это ведь легко и приятно, не так ли?

– Так, – согласился Митька.

– Вот видишь. А какие поступки ты совершил в своей жизни как сильный человек?

Не понравился Митьке сон. И он проснулся. Но слова, которые там звучали, запомнил.

«Неужели я правда слабый?» – долго думал он.

А вечером Митька подошел к маме.

– Не проверяй больше у меня уроки. Сам буду делать. И утром не буди – сам встану. Но тогда я сам буду решать, когда мне спать ложиться и какие книги читать.

Удивилась мама, но посмотрела на него с уважением.

– Хорошо, что ты вырос, сынок. Теперь ты сам можешь строить свою жизнь и сам за нее отвечать.

### **Вопросы для обсуждения**

– Почему Митька решил стать крутым?

– Как изменился Митька к концу сказки и почему?

## Занятие 2. Кто я?

### Разминка

**«Как я провел лето».** Выбирается водящий. Ему задают три вопроса о том, как он провел лето. Он должен два раза сказать правду, а один раз соврать. Группа определяет, какие ответы правдивы, а какие придуманы.

**«Летом я научился...»** Ведущий спрашивает детей, научились ли они за это лето чему-либо новому. Дети вспоминают одно из своих новых умений и без слов изображают его, а группа отгадывает, что это за умение.

### Основное содержание занятия

**«Роли».** Ведущий раздает детям карточки с написанными на них социальными и профессиональными ролями: «ученик», «учитель», «строитель», «продавец», «шофер» и т. п. Ребята изображают их без слов. «Жюри» определяет наиболее удачливых актеров.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### Федунчик

Жил на белом свете Федунчик. Все у него было хорошо, вот только с недавних пор ему не давал покоя вопрос: «Кто я такой?»

Пошел Федунчик гулять по всему белому свету, чтобы поискать ответ на этот вопрос. Шел он, шел и увидел незнакомого мужчину.

– Не знаете ли вы, кто я? – спросил у него Федунчик.

– Кто ты, я не знаю, ты сам должен это знать, – ответил тот. – Я-то про себя знаю. Я – мужчина, отец, тракторист, а сейчас вот огород копаю, значит, еще и огородник.

Пошел Федунчик дальше, прошел еще кусочек белого света. Видит – идет девочка.

– Не знаешь ли ты, кто я? – спросил Федунчик.

– Нет, не знаю. Я про себя знаю. Я – девочка, школьница, отличница, мамы с папой дочка, своего брата сестра и собачкина хозяйка. Видишь, собачку несущу к доктору. Вот кто я. А раз ты не знаешь, кто ты такой, иди себе дальше.

Погрустнел Федунчик и никуда дальше не пошел, лег на землю и глаза закрыл. Вдруг кто-то его за плечо тронул.

– Эй, ты кто? – спросил чей-то голос. Федунчик открыл глаза, видит: солнышко его лучиком щекочет.

– В том-то и дело, что я не знаю, кто я, – ответил Федунчик.

– Ну, это очень просто, ответило солнышко. – Для того чтобы ответить на вопрос «кто я такой?», нужно знать...

А что именно нужно знать, ведущий просит придумать детей.

### *Сказка о Маше и ее человечках*

Как-то раз проснулась Маша ночью оттого, что щекотало в горле. Открыла она рот, а оттуда начали выпрыгивать маленькие человечки. Прыг-прыг и прямо к Маше на живот.

– А ну, кыш с моего живота! – закричала Маша. – Мой живот! Не позволю его топтать!

– А мы тоже твои! – запищали человечки.

– Как это мои? – возмутилась Маша. – Я вас не знаю.

– А ну-ка посмотри на меня внимательно, – сказал один человечек. – Я – твоя Злючка. Когда ты злишься на маму, я управляю твоими мыслями, дергаю тебя за язычок, говорю обидные слова...

– А я – твоя Боялка. Когда ты не хочешь засыпать одна, залезаешь к маме в кровать, – это я тобой командую.

– А мы – сестрички-близнецы, мы друг без друга никуда, – каким-то противным голосом пропели два человечка с хмурыми мордашками.

– Что-то вы мне не очень нравитесь, – прошептала Маша.

– Неправда, неправда! Напротив, ты нас очень любишь и часто зовешь нас на помощь. Нас зовут Капризулька и Хотелка. Вспомни, как ты любишь покапризничать и заставляешь маму делать то, что ты хочешь. У тебя даже лицо такое же, как у нас, бывает, когда надо в школу собираться, спать укладываться...

– Надоели вы мне все! – завизжала Маша. – Я никогда не злюсь, не боюсь, не капризничаю, мамой не командую! Я все наоборот делаю!

– Хоть тут честно призналась, – вздохнул человечек, похожий на ежика. – Я – Наоборотка! Мы с тобой всегда вместе.

Ничего не смогла ответить Маша и громко заплакала:

– Никто меня не любит, не жалеет!

И вдруг услышала еще один ехидно-ласковый голос:

– Только я тебя жалею, бедная девочка! Не надо ничего делать! Постель не застилай. Задачи не решай. Упражнения не пиши. Ленись чаще. Здоровее будешь. Я, Лениюшка, всегда так делаю.

Открыла Маша рот от удивления, а из него еще какие-то человечки посыпались. Веселые человечки. Пляшут. Поют. Радуются.

– Мы – частички Маши! Хозяюшки нашей! Я – Добрушка-Хохотушка! Я – Старалка-Помогалка! Я – Люблюшка-Ласкушка!

Тут Маша улыбнулась и сказала:

– Да, я вижу, все вы – мои человечки. Но с кем-то я чаще, а с кем-то реже встречаюсь. Поэтому давайте я вас расставлю по местам: кого-то ближе ко мне, кого-то – подальше. Ты, Боялка, стань к стеночке. Я ведь не всегда боюсь, а только по вечерам. А ты, Лениюшка, стань рядышком: ленюсь я довольно часто. И ты, Люблюшка-Ласкушка, рядом стой. Я многих люблю – маму, учительницу, свой класс. А ты...

Ребята, расставьте тоже своих человечков по местам: кого-то поближе к себе, кого-то – подальше, а кого-то – совсем далеко. А может быть, ваших человечков зовут по-другому?

Придумайте им имена. Покажите, какие у них лица. Какие слова они обычно говорят? Нарисуйте их!

А Маша своих человечков расставила и задумалась:

– Да, все вы мои человечки, это верно. Боялка – моя и Наоборотка – моя.

Капризулька – моя и Добрушка – моя.

НО:

Я не есть моя Боялка – я не всегда боюсь!

Я не есть моя Ленишка – я не всегда ленюсь!

Я не есть и Хохотушка – не всегда смеюсь!

И не Злючка никакая – не всегда я злюсь!

Кто же Я?

Я есть Я.

А Боялка и Добрушка, Капризулька и Люблюшка – это все мои друзья.

Но командую здесь Я.

Я – Маша.

Я – человек.

Я – житель планеты Земля.

### Комментарии для ведущего

В последнем задании мы предлагаем одну из возможных коррекционных технологий – работу с субличностями, основанную на теоретических положениях психосинтеза Р. Ассаджиоли.

Согласно представлениям психосинтеза, содержанием первых этапов личностного роста человека должно быть глубокое исследование элементов своей личности – субличностей, а затем, на основе их осознания, – управление ими. Однако управлять можно только тем, с чем мы себя не отождествляем. В противном случае наши слабости или достоинства, чувства или влечения существенно ограничивают нас, сами владеют нами. Дети часто не могут управлять своими чувствами, желаниями. Работая с младшими школьниками, мы нередко испытывали потребность в обсуждении с детьми различных составляющих их Я, но не сразу нашли доступные средства, с помощью которых можно было бы ввести идеи психосинтеза. Мы предлагаем использовать язык сказки. Он понятен детям, а задание обратиться к исследованию составляющих своей личности вызывает большой интерес у четвероклассников. Некоторые пытаются самостоятельно дать ответ на вопрос: «Кто Я?», кто-то придумывает своих человечков: Болталку, Воображалку и т. п.

Форма сказки открывает дорогу к доверительному разговору с ребенком на его языке, может стать началом интересной работы по исследованию субличностей, их осознанию, принятию и последующей интеграции.

## Занятие 3. Расту = взрослою?

### Разминка

«**Взрослое имя**». Ребята по очереди подбрасывают и ловят мячик. Пока мяч в воздухе, ребята произносят свое полное имя, отчество, фамилию. Кто не успевает произнести имя или поймать мяч, считается проигравшим.

**«Сумка».** Начинает игру ведущий. Он называет имя одного из ребят и слово «сумка». Сидящий справа от того участника, имя которого произнесли, называет какой-либо предмет, который может находиться в сумке взрослого человека. При этом мальчики «собирают» сумку мужчины, девочки – женщины. Заранее нужно обговорить, кто будет соседями ребят, правее которых никто не сидит.

### **Основное содержание занятия**

**«Детские качества».** Ведущий предлагает ребятам обсудить вопрос, почему есть ребята, которые хотят продемонстрировать свое взросление, но при этом используют детскую интонацию, в частности, произнося слова: «Не хочу, не буду, мне не нравится». Предлагает произнести эти слова с позиции взрослого человека, а потом с использованием детской интонации.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

#### ***Про Ваню, который вырос***

Как-то раз Ваня подошел к зеркалу, посмотрел на себя и удивился.

– Как сильно я вырос, – подумал он. – Наверное, я теперь взрослый. Буду вести себя по-взрослому. Только как себя вести, не знаю. Знаю, что взрослые ходят на работу. Мне вроде бы нельзя – надо в школу. Многие взрослые курят сигареты, но я не хочу, да и мама наругает. Так как же мне быть взрослым? Понял. Взрослые ведут себя не так, как дети. И я буду вести себя не так, как раньше. Хохотать буду без повода. Глупости говорить. Не слушаться буду, ведь я уже взрослый. Выкрикивать буду, разговаривать на уроке.

И начал Ваня хохотать, выкрикивать, перебивать всех. Смотрит по сторонам. Ждет, когда его уважать начнут. А его, наоборот, жалеть начали. Бедный мальчик, так хочет быть взрослым. А на самом деле ведет себя как ребенок трех лет: «Не хочу, не буду».

А Ваня еще пуще взрослость свою проявлять начал: дерзит, бумажки по классу разбрасывает. А один раз он такое сделал. Я вам расскажу, только вы это в тайне сохраните. Всю туалетную бумагу размотал и по коридору разбросал. Взрослые долго искали, кто это сделал, но так и не нашли. И все так бы и продолжалось, если бы не медосмотр. В школе, где учился Ваня, раз в год делали медосмотр. Взвешивали, рост измеряли. И вот измерила медсестра Ванин рост и испугалась.

– Что такое? – вскрикнула она. – Ты не только не вырос, но в росте уменьшился.

Тут Ваня испугался. Хорошо, что учился он не в обычной школе, а в волшебной. А там всегда бывают волшебные книги. Открыли книгу, а там написано, что такое с теми бывает, кто глупо взрослость проявляет.

Обиделся Ваня сначала на книгу:

– Надо же, меня глупым назвала! Я же умный, хорошо учусь...

А потом подумал:

– Ведь книга волшебная, она не может ошибаться. Может, я и правда глупо взрослость проявлял. А как по-умному я и не знаю.

Помогите, ребята, Ване. Подскажите, как ему стоит проявлять свою взрослость, чтобы его уважали.

## Занятие 4. Мои способности

### Разминка

**«Способности моих друзей».** Водящему завязывают глаза, он протягивает руку вперед. Затем ведущий раскручивает его, а когда он останавливается, то открывает глаза и называет способность того ученика, на которого указывает его рука. Если не совсем понятно, на кого указывает рука, водящий сам принимает решение, чьи способности он будет озвучивать.

**«Мои способности».** Дети быстро передают друг другу мячик. Ведущий считает до 10. Тот, у кого в руках окажется мячик, когда ведущий произносит слово «десять», быстро заканчивает предложение:

*У меня есть способность к...*

### Основное содержание занятия

**«Что такое способности?»** Ведущий беседует с детьми о том, какие способности нужны для успеха в том или ином деле. У певцов и музыкантов должны быть музыкальные способности, у художников – способности к рисованию, у математиков – математические способности. А какие способности должны быть у хорошего врача, у директора фирмы? Далее делается вывод, что у каждого человека есть какие-то способности. Но некоторые люди либо ничего не знают о них, либо знают, но не используют их. Ведущий предлагает детям обсудить, всегда ли способный ученик является хорошим учеником. В результате обсуждения на доске появляется запись: *«Успех = способности + трудолюбие».*

**«Мой любимый герой».** Ведущий предлагает ребятам назвать реального или литературного героя, который вызывает у них уважение, и описать его способности.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### Сказка о Скрипке

*(Н. Мишин)*

В одном городе был небольшой музыкальный магазин. В нем продавались разные музыкальные инструменты: кларнеты, трубы, гитары, барабаны и многие другие. Однажды из мастерской привезли много новых скрипок. Среди них была и та Скрипочка, о которой пойдет рассказ.

Шло время, скрипки привыкали к жизни в магазине. Когда приходил какой-нибудь музыкант, желающий сделать покупку, они начинали тихонько звенеть и расхваливать свои достоинства. Однажды, когда пришел очередной покупатель, альт закричал: «Посмотрите, какой я большой. Возьмите, возьмите меня!»

Одна из скрипок заговорила: «Посмотрите, какой у меня гриф! Он отделан красным деревом»; другая закричала: «Это все не важно! Вот у меня – колки из слоновой кости!»; третья стала напевать: «А у меня порожки позолоченные!»

И только маленькая Скрипочка тихо сказала: «А у меня хороший звук...» – покраснела и отвернулась. Когда музыкант ушел, все инструменты на нее накинлись: «Кому нужно, чтобы ты хорошо играла, если в тебе ничего красивого нет: колки, струны, лады – все самое обычное, ничего примечательного».

Так проходили месяцы, и никто не обращал внимания на Скрипочку. Ей было обидно, и во время дождя по ее струнам текли маленькие серебряные слезы. А когда было солнце, солнечные зайчики обходили ее стороной, потому что Скрипочка грустила.

У Скрипочки был один друг – Мышонок, который иногда прятался в ней от большого рыжего Кота с зелеными глазами.

В один теплый вечер в магазин пришел известный музыкант. У него случилось несчастье – украли скрипку, а через два часа ему нужно было играть на большом концерте. Это был такой известный музыкант, что даже Мышонок выглянул на него посмотреть. Все скрипки начали себя расхваливать.

Одна закричала: «Посмотрите, какой у меня гриф – он красного дерева!...» «Красного дерева? – переспросил музыкант, – это хорошо, но нужно посмотреть, как ты играешь». Взял музыкант в руки эту скрипку, провел смычком, а звука нет. Стал музыкант пробовать другие скрипки. Та, которая была с хорошими колками, фальшиво играла, скрипка с серебряными струнами плохо настраивалась.

В это самое время к Мышонку подбирался рыжий Кот. Мышонок смотрел на музыканта и не замечал Кота, а Скрипочка сразу его заметила. Коту оставалось совсем немного – прыгнуть и схватить Мышонка. Скрипочка забеспокоилась: как предупредить друга? Застонала одной струной, но Мышонок не услышал. А Кот все ближе подкрадывается. Чуть громче застонала Скрипочка. Кот разбежался, прыгнул и... И тут Скрипочка набралась смелости и звонко запела всеми своими струнами. Мышонок юркнул в щель, а Кот шлепнулся на пол, проехался по полу и врезался в ноги музыканту. Но музыкант даже не почувствовал этого: он видел одну только Скрипочку, слышал только ее чудесный звук. «Вот это да, – сказал он, отшвырнув кота ногой, – тебя-то, Скрипочка, я и не заметил, даже собрался уходить. Такого чистого звука я давно не слышал. Кто же тебя сделал?..».

Музыкант купил Скрипочку и пошел с ней на концерт. Чудесный звук разносился над залом, проникая в сердца слушателей, вселяя в них надежды, принося радость. Вот в чем было главное достоинство Скрипочки!

### Вопросы для обсуждения

- Чем отличалась маленькая Скрипочка от других инструментов?
- Как вы думаете, что чувствовала Скрипочка, когда солировала на концерте?
- Бывали ли у вас ситуации, когда вас не замечали, как эту скрипочку? Или когда вы сами кого-то не замечали?
- В чем, по вашему мнению, смысл этой сказки?

## Занятие 5. Мои интересы

### Разминка

**«Один, два, интерес».** Ведущий или один из учеников считает по порядку, начиная с 1. Вместо числа, кратного 3, кто-то из ребят называет какой-нибудь интерес. Задания можно делать по группам, включив элемент соревнования: какая из групп дойдет до большего числа, та и выиграла.

**«Отгадай, кто я?»** Ведущий выбирает из числа детей водящего и тайно называет ему имя кого-то из одноклассников. Затем прикасается к водящему «волшебной палочкой», «превращая» его в этого человека. Далее дети задают водящему вопросы, касающиеся вкусов, увлечений загаданного участника, например: «Какой цвет ты любишь?», «Кто твой любимый писатель?». А водящий старается отвечать на них от лица этого участника. Дети должны догадаться, в кого «превращен» водящий.

### Основное содержание занятия

**«Подарок».** Ведущий говорит детям: «Когда человек задумывается о выборе подарка для друга, он старается найти что-то интересное для него. Конечно, для этого он должен хорошо знать его интересы». Далее каждый по очереди загадывает одного из учеников и описывает с помощью жестов подарок, который хочет ему подарить. Остальным нужно догадаться, что это за подарок и кому из учеников этот подарок был бы интересен.

**«Дискуссия».** Ведущий предлагает ребятам вопросы для дискуссии:

- Почему многие мальчики интересуются играми-стрелялками?
- Почему многих девочек привлекают социальные сети?
- Помогают или мешают эти интересы ребятам?

**«Плакат».** Ребятам нужно разбиться на группы в соответствии со своими интересами. Им нужно нарисовать плакат (или сделать коллаж), который отразит их содержание и заставит окружающих проявить внимание к их интересам.

**Домашнее задание.** Поговорить с родителями об их способностях и интересах.

## Занятие 6. Мой путь к успеху

### Разминка

**«Способности моих родителей».** Ведущий спрашивает детей о том, что им удалось узнать о способностях их родителей. Желаящие рассказывают, остальные задают вопросы. В ходе беседы следует обратить особое внимание на то, что способности могут меняться, некоторые угасают, некоторые развиваются или возникают в зависимости от смены деятельности.

**«Кого загадал ведущий?»** Ведущий называет некоторые способности каждого из участников, не сообщая имен. Детям нужно догадаться, кого имеет в виду ведущий.

**«Отгадай, кто я?»** Ведущий выбирает из числа детей водящего и тайно называет ему имя кого-то из одноклассников. Затем прикасается к водящему «волшебной палочкой», «превращая» его в этого человека. Далее дети задают водящему вопросы, касающиеся вкусов, увлечений загаданного участника, например: «Какой цвет ты любишь?», «Кто твой любимый писатель?». А водящий старается отвечать на них от лица этого участника. Дети должны догадаться, в кого «превращен» водящий.

### Основное содержание занятия

**«Выбор пути».** Ведущий напоминает детям сказку, в которой Иван Царевич оказался на распутье трех дорог. Ему пришлось выбирать свой путь. Он сам делал свой выбор и убеждался в том, что не всегда самый легкий путь приводит к успеху. Ведущий предлагает ребятам представить ситуацию, когда человек не в сказке, а в жизни оказывается на распутье и должен выбрать одну из дорог. Ведь часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдем, как сложится наша жизнь. В качестве примера можно рассмотреть школу как исходный пункт выбора дороги. На доске изображается линия, ведущая в школу, а внутри школы она разветвляется. Как можно назвать эти ветки? Дети предлагают свои варианты названий, например: «к пятеркам любой ценой», «главное – чтобы тебя хвалили», «к знаниям через старание», «к тройкам через лень». Дети размышляют над тем, какая дорога может привести к успеху.

**«Рисунок „Мои способности в будущем“».** Предложите детям нарисовать, какие возможности развития своих способностей они видят в будущем (см. *Рабочую тетрадь, 4 класс*). Обсудите рисунки, поговорите о путях развития способностей.

## Занятие 7. Мой Внутренний мир

### Разминка

**«Не выходя из комнаты».** Ведущий заводит с детьми беседу о том, что часто человек перестает радоваться жизни, потому что не способен замечать красивое и удивительное вокруг себя. Многим кажется, что удивляться в повседневной жизни нечему, и они ждут каких-то ярких событий, чтобы удивиться или обрадоваться. Но эти моменты быстро проходят, и человек опять впадает в скуку и уныние. Однако вокруг нас много удивительного, нужно только суметь заметить это. Предложите детям назвать как можно больше вещей и явлений, которым можно удивиться, не выходя из комнаты.

**«Радиопередача».** Ведущий предлагает детям представить себя в роли радиоведущих детской передачи. Они должны рассказать в микрофон сказку, начав со слов: «Далеко-далеко, за лесами, за горами жил мальчик (девочка)...»

### Основное содержание занятия

**«Чужие рассказы».** Ведущий рассказывает о детях, которые на занятиях психологией писали маленькие сочинения на тему «Какой я и чем отличаюсь от остальных?». Ведущий читает детям эти сочинения, предлагая определить, кто из авторов этих сочинений лучше всего разбирается в себе. Очень важно, чтобы участники пытались доказать свою точку зрения.

*«Я нехороший. Я не могу быть хорошим, потому что не умею решать задачи».*

*«Я мальчик плохой, потому что надоел учительнице и ребятам. Я хоть и большой, но ума у меня нет. Я стараюсь исправиться, но мне не удается. Я хочу быть хорошим мальчиком».*

*«Я добрый, трудолюбивый, правдивый».*

*«Я не знаю, какая я по характеру. Но когда меня обзывают, я тоже могу обозвать. Я характером в папу».*

*«Я отличаюсь быстро меняющимся настроением. Иногда бываю грустной, иногда веселой».*

*«У меня нет силы. воли. Мне не нравится моя разболтанность».*

*«У меня не очень хороший характер. Когда что-то бывает не так, я надуваюсь, как мышь на крупу».*

*«У меня с дружбой плоховато. Мне не нравится в себе то, что я не научилась хорошо понимать товарищей».*

**«Маленький принц».** Ведущий беседует с детьми о сказке про Маленького принца, который имел свою собственную планету, и предлагает представить, какой может быть собственная планета у каждого из них, а затем эту планету нарисовать. При обсуждении обращается внимание на то, кто населяет эту планету, легко ли до нее добраться, по каким законам на ней живут.

### **Комментарии для ведущего**

Рисунки на тему «Моя планета», как правило, достаточно диагностичны. Следует обратить внимание на наличие агрессивных элементов в изображении поверхности планеты (шипы, иголки), что свидетельствует о «закрытости» ребенка, о проблемах в общении («Каждый, кто доберется до этой планеты, сразу погибнет»). В нашей практике один ребенок с серьезными поведенческими проблемами нарисовал две планеты: Планету Зла и Планету Добра, отобразив таким образом внутренние противоречивые тенденции. Девочки обычно рисуют Планету Любви, Планету Розовой Мечты и т. п.

## **Занятие 8. Уникальность Внутреннего мира**

### **Разминка**

**«Рассмотри и придумай».** Предъявите ребятам картинку с неопределенным изображением (например, репродукцию абстрактной живописи). Нужно придумать по ней рассказ.

**«Не выходя из комнаты».** Еще раз постарайтесь обратить пристальное внимание на привычную окружающую обстановку, находя в ней такие детали, которым можно обрадоваться. А на что можно рассердиться?

### **Основное содержание занятия**

**«Маленькая страна».** Это упражнение придумано ученицей третьего класса УВК № 1187 Ирой Харьковской.

Детям предлагается нарисовать страну, в которой можно жить счастливо, в которой есть все, что нужно конкретному ребенку (см. *Рабочую тетрадь, 4 класс*). Дети закрывают глаза,

ведущий дает условный сигнал – например, звонит в колокольчик, символизируя переход в сказочную страну. Открыв глаза, дети начинают рисовать. По окончании работы ведущий обращает общее внимание на несхожесть рисунков, на их содержание, в котором отразился внутренний мир авторов. Делаются выводы об уникальности внутреннего мира каждого и о необходимости бережного к нему отношения.

Важно, чтобы и каждый из детей сумел рассказать о своей маленькой стране одноклассникам, постарался вызвать у окружающих интерес к своему рисунку. Хорошо, если дети зададут друг другу как можно больше вопросов по рисункам.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Перочинный ножик*

– Почему я такой острый? – грустно размышлял перочинный ножик, забираясь в самый дальний карманчик школьного рюкзака. – Я острый, поэтому меня никто не любит. Я не могу сравнить себя ни с разноцветными ручками, ни с мягкими ластиками. Хозяин мой достает меня очень редко. У него есть точилка для карандашей. Непонятно вообще, зачем я ему нужен. Конечно, как тетрадка не задаваться и не презирать меня, если ими пользуются на каждом уроке?..

Но перочинный ножик решил не сдаваться.

– Пусть все обратят на меня внимание, – решил он. – Пусть увидят, что я тоже существую. Раз они не замечают меня, я сделаю так, чтобы обязательно заметили.

И он проковырял маленькую дырочку в рюкзаке так, что хозяин и не заметил. Но через нее очень удобно было выскользнуть ручкам, которым надоело трудиться на каждом уроке и хотелось повидать белый свет. Карандашам тоже стало интересно, куда это делись ручки. Они решили последовать за ними. Даже линейка попыталась протиснуться в дырочку, но застряла. Ее-то и увидел хозяин. Он очень огорчился потере ручек и карандашей, побежал их искать, но они уже разбежались по школьному двору.

Ножик стало совсем обидно.

– Надо же, как он их любит! А меня даже не заметил, не подумал, что дырочку проковырял именно я...

И тогда он решил сломаться.

– Пусть и обо мне позаботится хозяин, – подумал он.

Он перелез в большой карман, чтобы хозяин сразу его нашел, пошуршал, побряхтел и сделал вид, что сломался.

Когда хозяин достал ножик, то ничуть не расстроился, а просто выбросил его, точнее – переложил в стол.

– Чего зря носить с собой поломанный нож? – сказал он.

Ножик уже устал обижаться. Но с решимостью продолжал бороться хотя бы за частичку внимания.

Выглядывая из-под стола, он колотил коленки хозяина, так что тот весь исчезал и извертелся.

– Сиди спокойно, – делала ему замечание учительница.

Затем ножик придумал такое развлечение: он стал потихонечку ковырять в столе дырочку. А когда сделал это, высунулся наружу так, что хозяин тут

же порвал форменные брюки. Тут уже он заметил нож. Сильно разозлился и выбросил его в окно.

Там в траве ножу уже не нужно было делать вид, что он сломался. Дожди поливали его, солнышко сушило. Он начал потихоньку ржать.

Как-то раз ножик услышал слабый стон.

– Ох! Как же мне тяжело...

Ножик покрутил головой и увидел в зарослях сорняков маленький колючий кустик.

– Ты кто? – спросил он.

– Я роза, – ответил кустик. – Школьники посадили меня весной и забыли. Сорняки совсем забили меня. Я не могу расти, не могу цвести.

– Я помогу тебе! – встрепенулся ножик. – Ведь я же острый.

Он старательно срезал все сорняки вокруг кустика, а потом срезал их каждый день. Конечно, ножик и роза подружились. Кустик вскоре вырос, дал бутоны, а потом большие красные цветы. Ножик не уставал любоваться ими. Поэтому не сразу разобрал знакомый голос хозяина. Он разговаривал с какой-то девочкой. Вдруг девочка увидела розу.

– Какая чудесная, – сказала она и потянулась к ней, желая сорвать цветок, но больно укололась.

Ножик не успел пожалеть ее, как хозяин взял его в руки.

– О, мой нож, зря я его тогда выбросил, – сказал он. – Острый какой.

Хозяин срезал самый большой красный цветок и подал его девочке.

– Это тебе, – сказал он.

Затем он бережно обтер ножик и положил его в карман.

– Как здорово, что я его нашел, – продолжил хозяин. – Я собираюсь с отцом на рыбалку. Он мне там наверняка будет нужен.

– Как хорошо, что я такой острый, – подумал нож.

### Вопросы для обсуждения

- Почему в начале сказки ножик чувствовал себя несчастным? Чего он не понимал?
- Как ножик понял, что его особенность – острота – представляет ценность для окружающих?
- Как бы вы описали его внутренний мир?

## Занятие 9. Мой Внутренний мир и мои друзья

### Разминка

**«Не разбуди».** Водящий садится на стул спиной к классу, закрывает глаза. Один из ребят подкрадывается к нему и кладет на голову лист бумаги. Его задача сделать это так тихо, чтобы водящий ничего не почувствовал.

**«Штирлиц».** Ведущий раздает ребятам листочки, на каждом из которых написано имя одноклассника. Каждому предлагается в течение трех минут незаметно следить за указанным в листочке человеком и записывать его действия. При этом нужно пытаться определить, кто

следит за ним самим. Побеждают те, кто сумеет отгадать, кто за ними следил, а сами останутся незамеченными.

### **Основное содержание занятия**

**«Интерес к внутреннему миру».** Ведущий предлагает ребятам обсудить вопросы:

– Нравится ли людям, когда окружающие проявляют интерес к их внутреннему миру? Какими способами можно проявлять такой интерес?

**«Иголки».** Есть люди, которые боятся впустить в свой внутренний мир окружающих и как будто надевают на себя иголки, которыми колят тех, кто пытается к ним приблизиться. Ведущий спрашивает ребят, встречались ли им такие люди и как они себя ведут.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

#### *Парковая роза*

Однажды в сумерках, когда день встречается с ночью и становятся возможными всякие чудеса, в глухом углу сада зазвучали тихие голоса. Прислушавшись, можно было понять, что разговаривали две розы. Точнее, одна из них рассказывала другой свою историю.

– Я родилась в заброшенном парке, – говорила она. – Садовник ткнул меня в землю и, казалось, забыл обо мне. С детства мне самой надо было себя защищать. А сколько врагов окружало меня!.. Злобные сорняки тянули воду из-под моих корешков, иссушали мои стебли. Гусеницы батальонами заползали на мои листья. Бабочки, прикидываясь красавицами, поедали мои цветы. Мне было не только трудно, но и одиноко. Не чувствовать ничьей заботы, не видеть ласкового взгляда в свою сторону – это очень тяжело.

Но я справилась, выросла, поднялась над сорняками. Они уже не так стали мне докучать. Научилась колоть непрошенных гостей – гусениц. Тут садовник вспомнил обо мне. Но зря я его так ждала, потому что пришел он не с добром. Он стал выламывать мои веточки с цветами на букеты. И опять спасли меня только колючки.

«Ну ее, все руки исколол, – услышала я, – лучше буду рвать другие розы с шипами помягче».

«Наконец-то, – подумала я. – Одиночество лучше людей, от которых только боль и обиды».

Садовник окончательно меня убедил, что колючки всегда нужно держать остро заточенными. Они нужны, чтобы уметь отомстить обидчикам, защититься от опасностей, которые ждут на каждом шагу.

Но однажды в наш сад прилетела необычная птица на длинных ногах с хохолком на голове. Она любила по вечерам бродить по траве и выклеивать из нее букашек. Я любовалась ею издали, очень уж грациозно передвигалась она и так весело помахивала хохолком. Я и предположить не могла, что она подойдет ко мне. Сорняки в это лето так поднялись, что меня почти не было видно. Но однажды я услышала:

– Привет, как дела? Я тебе помогу.

Я не успела ответить, как птица попыталась склонуть гусеницу с моего стебля. Я не успела предупредить, что этого делать не надо, что будет больно. Я с ужасом наблюдала за тем, как укололась птица.

«Сейчас, она разозлится, накричит на меня и улетит», – думала я.

Но птица только слегка отстранилась и замерла. Через минуту она заговорила.

– Бедняжка! – сказала она мне. – Ты думаешь, что все против тебя. Ты привыкла защищаться. Я попробую доказать тебе, что мир прекрасен. Давай я тебе спою песню на ночь.

Птица стала прилетать ко мне каждый вечер. Мы разговаривали с ней о ветре и звездах, об огромном озере, которое, оказывается, совсем рядом с нашим садом. Мне так хотелось посмотреть на него, но розы не умеют двигаться.

– Я помогу тебе, – сказала она. Я ей не поверила, но однажды утром я увидела садовника с длинной косой. Я привычно испугалась его, а он выкосил всю траву до самого забора, и моя мечта сбылась. Я увидела белые барашки волн, казалось, бескрайнего озера.

Я до сих пор не понимаю, как птица договорилась с садовником. Она больше не прилетала по вечерам, но я знаю, она помнит обо мне, потому что я нашла на своих ветках ее перышко. Она обязательно прилетит, и я удивлю ее. Я сделала свои иголки помягче. Я разрешаю садовнику рвать мои цветы, у меня ведь вырастут новые. Пусть моя красота приносит радость другим. В этом мое предназначение...

Роза замолчала. А может быть, она еще что-то говорила. Но задул сильный ветер, зашуршали листья на деревьях. А над озером раздавались громкие крики чаек.

## **Тема 2. Мой класс и мои друзья**

### **Цели**

- предоставить ребятам возможность обсудить значимый для них процесс общения со сверстниками;
- помочь осознать и проявить чувства, связанные с изменениями взаимоотношений между полами;
- помочь понять свое место среди одноклассников.

### **Занятие 10. Мои друзья – девочки и мальчики**

#### **Разминка**

«Кто это?» Детям предлагается по очереди примерять роль девочки или мальчика (по заданию ведущего) и изображать те или иные действия, например, вытереть доску, причесться, навести порядок на парте и т. п. Остальные должны догадаться, в какой роли они находятся, совершая эти действия.

**«Чьи руки?»** Ребенок садится на стул перед классом, кладет руки ладонками вверх на колени. Ему завязывают глаза. По выбору ведущего дети по очереди подходят к нему, кладут свои руки на его ладони. Ребенок должен догадаться, кому принадлежат руки: девочке или мальчику?

### **Основное содержание занятия**

**«Что такое симпатия?»** Ведущий говорит детям о том, что все они с детства знают, какого они пола, но сейчас этот вопрос начинает приобретать особое значение. Они взрослеют, и подходит время, когда между девочками и мальчиками начинаются новые отношения. Их можно назвать симпатией, т. е. девочки и мальчики начинают нравиться друг другу. В речи ребят появляются такие словосочетания, как «симпатичный мальчик» или «симпатичная девочка». Ведущий предлагает им подумать, что важнее для возникновения симпатии: внешность или внутренние качества человека?

**«Симпатия и дружба».** Ведущий предлагает детям обсудить, что общего и чем отличается симпатия от дружбы между мальчиком и девочкой.

**«Улыбка и взгляд».** Ведущий обсуждает с ребятами, какую роль играют в проявлении симпатии улыбка и взгляд. Затем они получают листы бумаги со знаками плюс и минус. Те, кто получил «плюс», изображают улыбку и взгляд, которые могут передать симпатию. Те, кто получил «минус», – наоборот. Остальные догадываются, какие знаки были у кого из ребят.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Жила-была девочка...*

Жила-была на свете милая, славная девочка. Она мечтала о любви. Все девочки мечтают о любви, не так ли? Но эта девочка мечтала особенно сильно и горячо. Ей верилось, что она когда-нибудь встретит принца – голубоглазого и светловолосого. Он возьмет ее за руку и поведет ее по песчаной дорожке к солнцу.

Время от времени ей встречались принцы, но всегда оказывалось, что под их нарядной одеждой прячется совсем другое. Например, некоторые принцы оказывались лягушатами с холодным сердцем, не умеющим любить. А некоторые были как мыльные пузыри: ткнешь палочкой – и лопнут, потому что пустые внутри. Другие же были похожи на мусорные кучки, в которые были свалены кусочки Зависти, Жестокости и тому подобного добра. Но больше других ее разочаровали Крутые парни – те, что за повадками львов прятали трусость и слабость.

Грустно стало девочке. И решила она пойти куда глаза глядят. Идет она и видит: в траве что-то поблескивает. Поднимает, а это увеличительное стеклышко. Посмотрела девочка на свой пальчик через стеклышко – ух, какой большой! Посмотрела на пуговичку – и пуговица громадная! Навела стеклышко на саму себя и ахнула. Стеклышко оказалось волшебным: в него было видно сердце. А в сердце она увидела и крошечных лягушат, и мыльные пузырьки, и мусорные кучки. И малюсенькие Крутые парни оттуда ручками машут, а сами от страха трясутся.

«Не хочу столько тварей носить в своем сердце!» – закричала девочка. И стала их из сердца вытаскивать, выцарапывать, прочь выкидывать. А они хитрые – обратно залезают.

Трудно пришлось девочке. Но все-таки осилила она их. Все вычистила.

Подняла глаза, а перед ней стоит принц. Настоящий – голубоглазый и светловолосый. А совсем рядом бежит песчаная дорожка – начинается их общий путь. Куда он ведет? Я не знаю. Ведь это же их путь.

### **Комментарии для ведущего**

Эта сказка довольно сложна для четвероклассников, поэтому перед ее чтением следует предупредить ребят об этом и предложить каждому из них постараться найти в ней свой смысл и затем поделиться своими мыслями с классом. Обычно дети увлеченно пытаются сформулировать собственное понимание. Кто-то говорит о том, что в каждом человеке живет принц. Некоторые полагают, что сказка призывает не разминиваться на пустяки и ждать своего принца. Третьи утверждают, что каждому необходимо изменять себя, вычищать из себя всякий мусор, только тогда станешь достойным своего принца и обязательно встретишь его. Следует выслушать все точки зрения.

## **Занятие 11. Мой класс**

### **Разминка**

«**Что я люблю?**» Ведущий предлагает ребятам хлопать, если они согласны с его фразами. Сам произносит примерно такие слова: «Я люблю читать», «Я люблю смотреть ТВ», «Я люблю шоколад», «Я люблю получать пятерки» и т. п.

«**Коллективный компьютер**». Ведущий раздает ребятам буквы алфавита, написанные на листах бумаги. Некоторым могут достаться по две буквы. Ведущий предлагает представить себя клавишами компьютера. Далее он медленно по слогам произносит различные фразы, например: «Я люблю мой класс». Ребята по очереди поднимают свои буквы, когда их произносит ведущий.

### **Основное содержание занятия**

«**Портрет класса**». Ведущий прикрепляет к доске лист ватмана и предлагает составить «портрет класса», т. е. назвать те позитивные качества, которые есть у большинства ребят. Качества он записывает на ватмане. Здесь возможна дискуссия, т. к. кто-то может назвать качество, а другой с этим не согласится.

«**Что я вношу в свой класс?**» Каждому ученику раздаются бумажные круги примерно 10 см в диаметре. Ведущий говорит о том, что каждый из ребят вносит свой вклад в «портрет класса». Предлагает каждому подумать, какую пользу, какие позитивные качества он приносит классу, и свое мнение зашифровать и изобразить на бумажном круге. Когда ребята заканчивают, они по очереди прикрепляют свои работы на «портрет класса». А остальные отгадывают, что они зашифровали.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Я умею жалеть*

Он считал себя не очень-то счастливым человеком. Он часто совершал ошибки, за них его ругали и наказывали люди, которых он любил. Он не умел быстро бегать. Он не был сильным и редко побеждал в драке. Был ли он красивым? Да нет, не особенно. Мама, конечно, говорила, что он симпатяга, но он этому не очень-то верил. Наверное, он был очень умным? Да нет, и слишком умным он не был, он часто делал ошибки.

Однажды в обычный скучный день ему вдруг захотелось все бросить и уехать в лес. Он взял билет на электричку до ближайшего леса. «Я пришел к тебе, лес!» – воскликнул он, но тут увидел кучи мусора и бутылки, разбросанные другими любителями леса. Он собрал их в пакет и отнес на станцию, а сам вернулся на тропинку. Но шел он недолго. Из глубокой ранки на березе сочился сок. Он покопался в карманах и залепил дырочку жвачкой. И вдруг услышал тоненький звон. Маленький эльф сидел на ветке совсем рядом с ним.

– Эй, послушай, я к тебе обращаюсь! – Эльф приветливо помахал крылышком. – Я знаю, что привело тебя сюда, и хочу помочь тебе. Посмотри-ка мне в глаза.

И он, такой большой, подчинился маленькому эльфу.

– Твоя беда в том, что ты совсем не знаешь себя, – продолжал эльф. Однако у тебя есть один талант: ты умеешь жалеть. Умеешь жалеть все живое.

«Разве уметь жалеть – это талант? И разве это кому-нибудь нужно?» – хотел он спросить. Но эльф внезапно исчез, а он вдруг оказался не в лесу, а на шумной улице.

– Я умею жалеть, – произнес он шепотом и твердыми шагами пошел туда, где его уже давно ждали.

### **Вопросы для обсуждения**

- Почему герой сказки считал себя не очень счастливым?
- Какое качество не замечали в нем окружающие и почему?
- Докажите, что умение жалеть все живое можно считать особым талантом, не менее ценным, чем другие (например, в области живописи, музыки или математики).

## **Занятие 12. Мои одноклассники**

### **Разминка**

«**Что любит мой сосед?**» Ведущий предлагает ребятам догадаться и назвать то, что любит делать его ближайший сосед. Если он догадывается верно, ребята ему хлопают.

«**Узнай товарища.**» Водящему завязывают глаза. Затем ведущий его раскручивает и подводит к одному из ребят. Водящему нужно догадаться, кто находится перед ним, при помощи тыльной стороны ладони.

## Основное содержание занятия

**«Третий лишний».** Ведущий предлагает ребятам обсудить ситуацию. Аня, Катя и Нина считают себя подругами. Но Нине постоянно кажется, что она лишняя в этой дружбе. Может ли быть такая ситуация в жизни и как ее разрешить?

**«Делай, как я».** Ведущий предлагает ребятам обсудить ситуацию.

*Миша, Саша и Сережа – друзья. Но главный в их дружбе Миша. Нередко он придумывает всякие шалости, как, например, вымазать доску мелом. Саша и Сережа всегда следуют за ним и повторяют его поступки.*

Нравится ли вам такая ситуация?

**«Копилка».** Ведущий предлагает ребятам собрать «копилку» способов, которые используют те, кому трудно добиваться дружбы. Если ребята затрудняются, он помогает им. Таким способом может быть, например, привлечение внимания негативными поступками.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Друг Великана*

*(В. Плешаков)*

В одном очень красивом месте, у подножия горы, жил самый маленький народец в мире – ГНОМЫ. Но гномы были только ростом маленькие, а в глубине души считали себя великанами и гордились этим, а некоторые даже хвастались. Поэтому между ними иногда вспыхивали споры и ссоры.

Несмотря на это, жизнь гномов текла размеренно и спокойно: ничто не предвещало беды. Но однажды в их цветущий мир невесть откуда закрался мрак. Это была тень огромного страшного великана. Он был таким громадным, что его тень закрыла все обозримые просторы долины гномов. Гномы в ужасе разбегались в разные стороны. Они пытались скрыться от мрака, который был повсюду: справа, слева, сзади и спереди. Мрак окружал гномов со всех сторон. Великан, взобравшись на гору, нашел себе подходящее место на одном выступе, а потом всей тушей рухнул на землю, прямо на любимую цветочную поляну гномов, и захрапел...

– Это возмутительно! – закричал Самый Главный Гном, с трудом собрав своих испуганных собратьев у подножия горы. – Он погубил наши любимые цветы!

– Это возмутительно!!! – кричали все гномы.

– Он пришел в наш мир и украл у нас свет, наше Солнце, – продолжал Самый Главный Гном.

– Это возмутительно! Да! Да! Да! – вторили ему остальные гномы.

– Так давайте прогоним его из нашей долины! – завопил Самый Главный Гном еще громче.

– Да! Да! Да! – подхватили остальные гномы. А один маленький гном стоял в стороне и молча смотрел то на кричащих гномов, то на грозно

похрапывающего на поляне великана. Все равно его никто не станет слушать, потому что все гномы считают, что он еще не научился как следует говорить, да к тому же он был меньше всех ростом. Братья-гномы не дружили с ним.

– Давайте все вместе приблизимся к нему и укусим его в пятку! – громко кричал Самый Главный Гном.

– Давайте! – вторили ему остальные гномы, и их голоса звучали так устрашающе, что мурашки бегали по телу.

А маленький гном слушал беснующуюся толпу гномов и представлял себе, как, когда великан проснется, он подбежит к нему... и подружится с ним! Он, самый маленький из гномов, станет дружить с самым большим на земле великаном!

– Стойте, братья! – вдруг набравшись храбрости, закричал Самый Маленький Гном. – Разве он, Великан, не такой же живой, как и мы с вами? Разве он чем-то отличается от нас, кроме своего роста? Разве он не имеет права жить рядом с нами?

– Нет у него такого права! Это наша долина! Это наша гора! Это наша поляна и наши цветы! – закричал Самый Главный Гном.

– Да! Это все наше и только наше! И мы ни с кем не хотим делить нашу долину! – орала гномы. И Самый Маленький Гном уже готов был сдаться, но вдруг представил себе изгнание Великана из долины, и странное чувство наполнило его. Он почувствовал ответственность перед Великаном, будто он уже был его другом!

– Нет, – крикнул он, – вы не прогоните его! Он мой ДРУГ!

Наступила тишина.

– Но он погубил наши любимые цветы! И неизвестно, чего от него можно ожидать! – настаивал на своем Самый Главный Гном.

– Он не хотел причинить нам вреда, – удивляясь своей настойчивости и храбрости, сказал Самый Маленький Гном, – он просто слишком большой. У каждого свои недостатки! Но если мы все подружимся с ним, то эта ДРУЖБА поможет забыть все неурядицы.

– Он дело говорит, – раздался одинокий голос Самого Мудрого Гнома. – Великан такой же, как мы, только больше ростом. Почему бы нам не подружиться с ним? Ведь мы дружим с птицами, зверями, которые больше нас. Братья, – обратился он к притихшей толпе, – кто хочет дружить с ним, с самым большим Великаном в мире?

– Я! Я! Я! – раздался крики из толпы. Голоса слились в большой хор, эхо которого разносилось над долиной величественной дружественной песней.

– Да будет так, – сказал Самый Мудрый Гном, и вся орава вприпрыжку понеслась к подножию горы, а впереди всех мчался Самый Маленький Гном. Они устремились туда, где мирно спал ничего не подозревающий Великан...

### Вопросы для обсуждения

- Чем не поправился гномам великан? Почему они хотели его прогнать?
- Как Маленькому Гному удалось пойти одному против всех? Ведь это очень трудно, когда все кричат одно, а ты делаешь другое!
- Чем вам понравилась эта сказка?

## Занятие 13. Мои одноклассники – какие они?

### Разминка

**«Раз, два, три».** Ведущий предлагает ребятам после слова «три» показывать на того ученика, который им кажется самым... веселым, доброжелательным, общительным и т. д.

**«Общие качества».** Ведущий называет имя одноклассника, который имеет с ним общее качество, называет это качество и бросает ему мячик. Тот, кто получил мячик, становится водящим.

### Основное содержание занятия

**«Незамеченное качество или фонарик».** Ведущий говорит ребятам о том, что они общаются друг с другом в основном в школе. Поэтому иногда не знают или не замечают какие-то качества друг в друге, которые, например, они проявляют дома. Затем он предлагает мысленным фонариком посветить на каждого из ребят и попробовать догадаться, какие ценные качества они в нем раньше не замечали.

**«Любимое блюдо».** Ведущий предлагает детям написать на листочках любимый цвет, любимое блюдо, любимую погоду. После этого собирает листочки, по очереди зачитывает их, и дети пытаются угадать авторов.

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Про великана Гришку и недобрую фею*

*(А. Кулешова)*

Жил на свете великан Гришка. Он еще не достиг истинно великанских размеров, поскольку был малолетним, однако рос так быстро, что мама каждый день рисовала новую черточку на дверном косяке. Бывало и так, что встанет он поутру к двери, пятки сдвинет, спину выпрямит – и растет. Мама карандашиком прикладывает, а Гришка в это время растет, только успевай отмечать.

Все великаны в детстве такие, а дальше – как повезет. Гришке не повезло. Однажды гулял он в своем дворе, играл, как умел: вопил, как Тарзан, скакал, как Брюс Ли, потешал дворовую компанию, как вся Полицейская Академия, вместе взятая. И откуда ни возьмись – то ли с неба, то ли из канализационного люка – возникла недобрая фея Воспиталина. Костюмчик серенький, нос крючком, в руке длинная указка. А глазки добрые-предобрые.

Поманила она Гришку детским «Орбитом» без сахара, который от кариеса помогает, и утащила в свой серый замок. Там усадила она великана на жесткую табуретку и говорит:

– Сиди прямо, не сутулься, не вертись, я колдовать стану.

– А зачем? – спросил наивный Гришка.

Недобрую фею аж перекосило от этого глупого вопроса.

– Человека из тебя делать пора, – сквозь зубы процедила Воспиталина.

– Зачем? Я же великан, – хотел сказать Гришка, но не успел.

Нацепила Воспиталина на длинный нос волшебные очки, ухватила покрепче указку и пробормотала страшное заклинание:

– Не вертись – не шуми – не мешай – не болтай – не дерись – не носись – старайся – не отвлекайся – не увлекайся...

Бедный Гришка окаменел, съежился... и тут же сильно уменьшился в размерах.

Долго колдовала Недобрая фея. Напоследок побрызгала на Гришку ядовитым отваром развивающих методик собственного сочинения, заставила сделать два притопа и три прихлопа и отпустила.

Домой Гришка вернулся понурый. Мама поначалу обрадовалась, что ребенок не шумит, не шалит и не отвлекает от домашнего хозяйства. Потом забеспокоилась. Стала Гришку расспрашивать. Хотел он было по привычке бодро сказать: все в порядке! А в голове Воспиталина бормочет: «Уважай старших, будь вежлив с матерью».

Стал Гришка соображать, как бы получше ответить, а в голове у него: «Не выводи мать из терпения, быстро отвечай на вопросы». Открыл было Гришка рот – сказать ничего не может, только заикается. Мама расстроилась, повела ребенка к врачу. Стал Гришка полезные таблетки глотать. Только они ему не помогли. Он от огорчения еще больше заикаться начал. И расти перестал.

Скучная пошла у Гришки жизнь. Ребята его дразнят, мама вздыхает. От этого Гришка все мрачнее делается. Чтобы отвлечься от грустных мыслей, отправился в кино. Там как раз новый супербоевик показывали. Смотрит Гришка, как на экране рвутся бомбы, и вдруг чует – дымом запахло. Огляделся по сторонам, так и есть – пожар. А никто пожара не замечает, так увлеклись. «Надо бы крикнуть», – подумал бывший великан Гришка. «За это ругать не будут», – решил он. Встал, только рот открыл, а сзади на него шипят: «Сядь, мальчик, не мешай смотреть».

Гришка оглянулся – Воспиталина собственной персоной. Очки в темноте мерцают, а глазки – добрые-предобрые... Гришка оробел. «Лучше я уйду, – думает. – Пожар и без меня потушат. А не потушат, так что ж... Сгорит Воспиталина, туда ей и дорога». Начал к выходу пробираться, да только передумал. Жалко людей-то. А если разобраться, и Воспиталину жалко. Она ему добра желала, не виновата ведь, что она – Недобрая фея. Работа у нее такая. А он, Гришка, – великан. А с великана спрос особый. Только он так подумал, – чувствует, что росту у него прибавилось. «Я – великан», – повторил Гришка – и еще подрос. Поглядел на Недобрую фею, а она маленькая, старенькая, волосы седые. Ну как такую старушку можно в беде бросить?

Завопил великан, как Тарзан, подпрыгнул, как Брюс Ли, сорвал со стены огнетушитель...

Потом Гришку все благодарили. Даже Воспиталина. И знаете? Заикаться он с тех пор перестал! И стал настоящим добрым великаном!

### Вопросы для обсуждения

– Как вы думаете, в чем смысл этой сказки?

– Как вы обычно реагируете, когда вас усиленно воспитывают: соглашаетесь или протестуете? А как нужно поступать?

– Что вам больше всего понравилось в сказке?

## Занятие 14. Какие ученики мои одноклассники?

### Разминка

**«Чей фильм длиннее».** Класс делится на две группы, которые по очереди выполняют такое задание. Ведущий задает группе название фильма, например, «Битва роботов». Далее ученики по цепочке произносят слова на эту тему, как бы определяя этим кадры фильма, например, лес, поляна, вертолет, робот и т. п. Причем каждый сначала повторяет слова предыдущих участников и только потом произносит свое. Ведущий считает, сколько слов-кадров названо. По ним определяется команда-победитель.

**«Оживи предмет».** Ведущий называет имя одного из учеников и предмет, находящийся в классе, например, стул. Ученику нужно представить, что стул стал живым, и рассказать, что он любит и о чем мечтает.

### Основное содержание занятия

**«Контрольная работа».** Каждый участник загадывает одного из учеников и описывает его действия на контрольной работе, например, «очень старается и волнуется». Остальным нужно догадаться, кто загадан. Если ребята затрудняются отгадать, можно предложить описать этого же ученика при получении пятерки или двойки.

**«Совет».** Каждый ученик загадывает одного из ребят, которому он хотел бы пожелать лучше учиться, и на листочке записывает советы, которые могли бы помочь. Затем ведущий собирает листочки. Читает советы. А ребята определяют, кто и кому писал.

**«Картинки».** Ведущий называет слова и просит ребят описывать вслух картинки, которые у них при этом всплывают. При обсуждении делается акцент на отличии в картинках как следствия особенностей внутреннего мира ребят.

*Урок, учитель, школьный звонок, перемена, дневник, рюкзак, доска.*

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе*

Однажды Иван Гавриков разозлился на весь белый свет. Все заставляют его что-то делать. В школе – нужно учиться, сидеть смирно, не драться, не толкаться, не плевать, не болтать, – всего не упомянуть. Дома – опять: учить уроки, делать уборку, посуду за собой мыть. К бабушке в выходные поедешь – и она туда же: «Повтори английский! Почитай книжку! Совсем ты, Ванечка, мало читаешь, один компьютер у тебя в голове...»

– Все! Надоело! Вечно я должен что-то делать! Не буду, – твердо решил Иван Гавриков, лег на диван и принялся разглядывать узор на обоях и

ползущую по стене муху. – Вот мухе хорошо, – подумал он, – свободный она человек! – Долго смотрел он на муху, а потом уснул.

Сон ему приснился очень нравоучительный. Будто мама лежит на кровати и спит, папа в кресле газету читает, а бабушка по телевизору сериалы смотрит. Каждый своим делом занимается, а Ивану есть хочется. А холодильник пустой. Папа денег не заработал – не хотел на работу ходить. Мама из остатков продуктов даже каши не сварила – спать ей хотелось. А бабушка Ивановы брюки не заштопала, так что к пустому холодильнику он в одних трусах бегал.

– Мы решили стать свободными! – заявила мама, когда Иван робко насчет завтрака осведомился. – Отойди, я еще сегодня долго спать буду.

Сел Иван в одних трусах на холодный пол и зарыдал – так ему есть хотелось, но делать он все равно ничего не хотел. Так прошел первый день, второй, а на третий приполз Иван к холодильнику, нашел сырую картошку и начал ее грызть. Да еще и с кошкой Жмуркой поделился. Увидела это мама, стало ей стыдно, и пошла она варить кашу. Папа на работу собрался, а бабушка достала штопальную иглу и надела очки.

И понял Иван Гавриков, что каждый должен что-то делать в меру своих сил, иначе жизнь станет совсем плохая, никчемная.

Открыл Иван Гавриков глаза, посмотрел на муху и сказал:

– Эх, муха, никакой ты не свободный человек. А свободный человек – это я! Я сам себя заставляю что-то делать, не мама, не бабушка, а я сам!

Так сказал Иван... и потянулся за учебником. Медленно потянулся, неохотно. Потому что это довольно трудно – самому заставлять себя что-то делать.

## Занятие 15. Лидерство в классе

### Разминка

**«Пальцы».** Ведущий называет число от 5 до 10 или другое в зависимости от числа учеников и предлагает ребятам синхронно показать столько пальцев, чтобы в сумме получилось названное число. Упражнение можно обсудить, предложив подумать, были ли у ребят попытки взять лидерство на себя.

**«Выбор».** По команде ведущего «Выбор!» ребята показывают пальцем на одного из одноклассников. Задача – показать друг на друга, не сговариваясь, так, чтобы класс разбился на пары.

### Основное содержание занятия

**«Знак лидерства».** Ведущий рассказывает, что лидерство, так же как и действия в математике, имеет свой знак: плюс или минус. Лидерство со знаком плюс приносит пользу окружающим, но требует от человека серьезных усилий. Например, уговорить всех ребят хорошо подготовиться к конкурсу чтецов. Лидерство со знаком минус дается человеку легко, без усилий, но не приносит пользы ни ему, ни окружающим. Например, ученик во время урока выкрикивает смешные, с его точки зрения, реплики.

Далее ведущий читает детям маленькие рассказы, и они определяют знак лидерства его героев.

*Миша хорошо учился в первом классе, ребята уважали его за хорошую учебу, которая давалась ему легко. Однако в четвертом классе учиться стало труднее. Миша сполз на тройки. Он подружился с Вадиком и Павликом из другого класса, и вместе они стали обижать других ребят.*

*На уроке музыки дети вели себя не очень хорошо. Они знали, что классная руководительница будет потом спрашивать, кто был зачинщиком и кто ему «помогал». На перемене Наташа всем сказала: «Молчите, никто не должен нас выдать».*

*Класс готовился к конкурсу инсценированного мультфильма. Учительница сказала, что ребята уже взрослые и должны делать это сами. Но никто не хотел ничего делать. Тогда Игорь дома написал сценарий, нарисовал иллюстрации. А потом раздал ребятам их роли. Класс выступил отлично.*

*Учительница на уроке вышла из класса в коридор – пришла мама болеющей Тани за домашним заданием. Дети радостно подняли головы от своих тетрадей. Тогда Нина сказала: «Давайте продолжать работать, а то не успеем, и нам много зададут на дом».*

**«Фломастеры».** Класс делится на две группы: играющих и наблюдающих, потом они меняются ролями. Цель играющих – молча собрать разбросанные по полу фломастеры (по числу участников), соблюдая два условия: в воздухе может находиться только один фломастер; один человек может касаться только одного предмета. Цель наблюдателей – увидеть, кто и как пытался проявить лидерство.

## Занятие 16. Конфликты в классе

### Разминка

**«Улыбнись, как...»** Ведущий просит ребят по очереди улыбнуться по-разному: как обаятельный человек, как замкнутый, эгоистичный. Затем обсуждается, чем различаются эти улыбки.

**«В ресторане».** Дети представляют себя посетителями ресторана, в котором они хотят заказать себе какое-то блюдо. По очереди они без слов пытаются показать, какое блюдо они выбрали. Водящему – официанту – необходимо понять их заказы.

### Основное содержание занятия

**«Признаки начала конфликта».** Ведущий рассказывает ребятам о том, что можно избежать конфликта, если вовремя заметить признаки того, что человек готов вступить в конфликт. Предлагает обсудить это и составить список таких признаков. Например, у человека краснеет лицо, он начинает говорить более громко и возбужденно, напрягаются руки и т. п.

**«Как быть, если...»** Ведущий предлагает подумать, как быть, если в классе есть ученик, который сам напрашивается на конфликт, например, задирается или привлекает внимание глупыми шутками или поступками. Получается, что он сам виноват в конфликтах с ребятами? А они могут чувствовать себя всегда правыми? Стоит ли давать разрешение на конфликты такого рода?

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Мишкино горе*

Повезло Мишке с родителями. Семья у него была очень хорошая. Папа с мамой его любили, баловали, подарками радовали. Бабушка с дедушкой им в этом помогали. С умом ему тоже повезло. Все предметы он быстро схватывал, хорошие оценки получал без особого труда.

Не повезло ему только с ростом. Отец его был невысоким. И Мишка был ниже своих сверстников. И хотя их это не смущало, они любили Мишку, сам он от этого очень переживал. Поэтому очень хотелось ему себя возвысить, на пьедестал поднять, чтобы не чувствовать свою малость. Конечно, в этих мыслях он даже сам себе не признавался. А если бы кто-то ему это сказал, то он бы пальцем у виска покрутил.

В мыслях не признавался, но действовал активно. Сначала ему хватало уроков. Первому ответить, лучше всех написать, быстрее всех решить – очень старался он во всем быть лучшим. Но когда-то это получалось, а когда-то нет. Стал Мишка искать другие пути. Один путь сразу нашелся. Ум у Мишки был изобретательный, поэтому стал он придумывать способы напалить в школе. Способ придумает, а выполнять мальчиков из класса привлекает. Доску воском натереть, девочкам из соседнего класса дневник кетчупом измазать, портфель старшеклассника в туалете спрятать. Очень интересно ребятам было это делать. А главное, что Мишка придумывал, как сделать так, чтобы взрослые их не заметили. Стал Мишка после таких ратных дел у них за главного. Приятно ему было, только маленький рост все равно покоя не давал, других побед требовал.

Попробовал он девочкам клички обидные придумывать, смски грубые на телефоны присылать, так они родителям пожаловались. Не разрешали Мишке к ним приставать, и решил он с девчонками больше не связываться.

А решил взяться за мальчишек из соседнего класса. Соберет свою команду и кого-нибудь одного из соседнего класса начинает обзывать, унижать. А если тот заведется, в драку полезет, Мишке это было и надо. Тут уж с полной силой лупили они этого мальчишку.

Но пришло лето, и родители отвезли Мишку к далекому жаркому морю. Там было очень здорово. Можно было целый день купаться, плавать с маской, кататься на лодках. И ребят в гостинице было много. Одного с ним возраста, но такие все высокие, что на пляже рядом с ними Мишка себя вообще коротышкой чувствовал. Попробовал было он привычные способы самовозвышения. Командовать начал, настраивать всех против ребят из соседней гостиницы. Но ничего у него не получилось. Некогда было ребятам ссориться друг с другом, слишком много было вокруг важных занятий. А летом хотя и день длинный, но кажется таким маленьким, ничего не успеваешь. Попробовал он, как прежде делал, пристать к девочкам, но ребята его отогнали. У них как раз с девочками романтические отношения начинались. Заскучал Мишка, загрустил. Родители обеспокоились его видом, к доктору сводили. Но тот, конечно, ничего не нашел. А Мишка стал родителей домой звать:

– Поедем, что здесь делать, жарница одна.

Согласились с ним родители, домой вернулись. Но в городе летом душно, пыльно. Ребят никого нет – кто в лагере, кто на море, кто у родственников. Стал Мишка школу ждать, даже за учебники взялся. Родители его хвалят:

– Какой молодец!

А он ждет школу и волнуется: вдруг там тоже не получится всеми командовать? И как в воду глядел. В классе у них появился новенький – Федя. Ростом еще меньше Мишки и очень веселый. Шутки такие откалывал, что ребята за животики хватались. И заметил Мишка, что не хотят они больше его слушаться, шалости его исполнять, над ребятами из другого класса прикалываться.

– И главное, рост Феде никак не мешает, – грустил Мишка. И совсем ему расхотелось ходить в школу. Дома вместо уроков он чем только не занимался: смотрел телевизор, читал книжки. А один раз он нашел старый альбом с фотографиями. Открыл его, а там детские фотографии его отца. Маленький папа в детском саду, маленький папа на даче, маленький папа в школе. И везде, заметил Мишка, он самый маленький. Вот фотографии, где папа уже вырос. Вот он женился на маме. Есть фото, на которых он среди коллег на работе. И везде он улыбается, как будто не чувствует, что он ниже всех.

Задумался Мишка так надолго, что уже вечер наступил.

А наутро с радостью побежал в школу. Вы, наверное, догадались – почему?

### Вопросы для обсуждения

- Почему Мишка вступал в конфликты с ребятами?
- Что понял Мишка, когда в класс пришел Федя?
- Почему Мишка с радостью побежал в школу в конце сказки?

## Занятие 17. Взаимопомощь в классе

### Разминка

**«Помоги другу».** Упражнение делается по парам, остальные – наблюдатели. В паре выбирается водящий, ему завязывают глаза, затем на полу расставляют маленькие игрушки. Напарник должен давать водящему указания, куда ставить ноги, чтобы пройти весь путь и не сбить игрушки.

**«Взаимопонимание».** Игра также проводится по парам. Участники поворачиваются друг к другу спиной. Им дается задание показать пантомиму на определенную тему, например, ученик на уроке, ученик на перемене. При этом они, не глядя друг на друга, должны показать пантомимы наиболее схоже. Наблюдатели определяют, у каких пар это получилось.

### Основное содержание занятия

**«Взаимопомощь, взаимодействие, взаимопонимание».** Ведущий предлагает ребятам обсудить, в чем сходство и различие этих понятий. Делается вывод, что сходство – это наличие двух или более человек. Взаимодействие предполагает достижение общей цели через

распределение усилий или действий. Взаимопонимание – понимание чувств и мыслей другого. Взаимопомощь – оказание помощи или поддержки.

**«Что нужно делать».** Ведущий предлагает ребятам маленькие рассказы, они должны определить, что должны сделать их герои – понять другого, оказать помощь или организовать взаимодействие.

*Ребята готовятся к конкурсу инсценированной сказки. Им нужно выбрать сказку и распределить роли. И тогда ребята...*

*Мама пришла с работы, непривычно усталая и даже не обрадовалась Машиной пятерке. И тогда Маша...*

*Витя последнее время стал хуже учиться – съехал почти на одни тройки. И тогда Коля...*

*Наташа на день рождения принесла в класс огромный красивый торт и три банки сока. И тогда Нина...*

*Дима и Миша – дежурные. Им нужно подготовить доску к уроку и полить цветы. И тогда они...*

*Маша надолго заболела. И ребята...*

### **Тема 3. Мое прошлое, настоящее, будущее**

#### **Цели**

- подготовить ребят к началу взросления и переходу в пятый класс;
- способствовать повышению учебной и социальной активности.

#### **Занятие 18. Мое детство**

##### **Разминка**

**«Повтори».** В начале игры проводится жеребьевка. Участники вытаскивают листочки с номерами, указывающими на их порядок вступления в игру. Первый из играющих называет имя какого-то персонажа детских сказок. Второй повторяет его имя и добавляет свое. И так каждый следующий игрок, перечислив всех названных ранее персонажей, прибавляет от себя новое имя. Если кто-то не сумеет повторить все имена или перепутает порядок, он выбывает из игры.

**«Буратино, Шапокляк».** Игра проводится по подгруппам. Ведущий прикрепляет к спинам ребят играющей подгруппы листы бумаги с написанными именами героев детских сказок, например, Буратино, Шапокляк и т. п. В течение трех минут ребята двигаются, стараются узнать и запомнить как можно больше имен героев и при этом не показать своего. Через три минуты все становятся спиной к стене и записывают имена героев, которые удалось рассмотреть. Выигрывает тот, кто больше записал и сумел сохранить в тайне свое имя. Наблюдавшая подгруппа делится впечатлениями о том, как ему это удалось сделать. Затем подгруппы меняются ролями.

## Основное содержание занятия

**«Случай из детства».** Предложите детям вспомнить и рассказать какой-нибудь интересный случай из их детства. Ведущий также может стать рассказчиком, но только после того, как выскажется большинство детей.

Для того чтобы настроить группу на рассказы, можно прочесть один-два чужих «случая из детства», например, этот:

– Мама, я не пойду! Мамочка, ну возьми меня к себе! Ну ма-ам...

– Лена, я повторять не собираюсь: сегодня ты будешь спать у себя в комнате.

Все, ушла. Ну как они не понимают, что мне страшно, что я боюсь? И так целый день – сижу дома, болею, все одна да одна. Да еще мама не хочет меня слушать. Она говорит, что я трусишка и фантазерка. А я ничего не придумываю: ко мне вправду ночью приходит крыса. Я проснулась однажды: вокруг темно, а она, такая огромная и страшная, сидела на моем одеяле. И вот я опять одна. Ладно, пока мамы нет, посмотрю-ка, что за книжки у нее на полочке стоят. Вот одна какая красивая, с радугой... И как же взрослые разбираются в этих закорючках? Ну-ка, попробую нарисовать такие же. А что, очень похоже. Ну вот я и умею писать. Сейчас я напишу «мама»... А теперь – «Леночка». Что там хлопает? Ага, мама вернулась. Сейчас я ей покажу, какую сказку я ей написала...

...Как обидно, просто взяла бы и кинула что-нибудь куда-нибудь. Мама ничего не поняла из моей сказки, да еще и обозвалась. «Каракули», – говорит. И отправила спать. Я-то лягу. Но спать не буду. И свет включу, дотянусь как-нибудь. Только попозже, когда они заснут. И потом все равно перетащу подушку, одеяло и лягу на кресло в большой комнате. Пусть родителям будет стыдно, что их дочь замерзшая, одинокая, беззащитная... А может, совсем уйти из дома? Уйду, уйду, и пусть побегают, поищут меня, вот тогда, наверное, не станут оставлять меня одну. Но что-то не хочется уже вылезать: тепло так... И страшно, и тепло. Ладно, закутаюсь с головой в одеяло, может, крыса меня не заметит. Да я и сама ее не увижу, глаза-то одеялом закрыты.

Ладно, мамочка и папочка, завтра я сама перетащу свою раскладушку к вам в спальню. И еще нужно не забыть спросить у мамы: она меня еще любит?

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### *Сундук, который помог царю*

*(О. Волокитина)*

Это было давным-давно. В одном государстве жил царь. У него был огромный замок, где, кроме него, жила его семья и прислуга. В этом замке было множество залов, комнат, длинных коридоров, лестниц, колонн, и легко было заблудиться. Была там одна комната, куда никому не разрешалось входить, кроме самого царя. Никто не знал, что в ней хранится и что царь делает в этой комнате.

А там хранились сундуки с сокровищами, их было пять: в одном было золото, в другом – серебро, в третьем – драгоценные камни, в четвертом – волшебные вещи (сапоги-скороходы, скатерть-самобранка и другие), а в пятом сундуке... Даже сам царь не знал, что там лежит, потому что он не мог его открыть.

Каждый раз, когда царь приходил в эту комнату, он открывал сундуки и начинал перебирать свои сокровища, любоваться ими. Царь был жадным, он ни на что не тратил свое золото. Каждый раз, когда царь доходил до последнего, пятого сундука, он останавливался перед ним, представляя, что может там находиться, пытался открыть его, но сундук не поддавался. Тогда царя брала злость, он начинал кричать, топтать ногами, в ярости пинать сундук. Но все зря. Сундук, казалось, становился от этого еще крепче.

Однажды, когда на дворе была хорошая погода, солнце заглянуло в окна замка. Один луч проник в комнату, где стояли сундуки с сокровищами. Он начал медленно передвигаться по комнате, заглядывая в каждый сундук. Лучик был очарован красотой и роскошью драгоценностей, которые он увидел. И вот он дошел до пятого сундука. Интересно, что там лежит?

Лучик был добрым, ласковым и очень любознательным, он любил раскрывать секреты и узнавать неизвестное. Он быстро забыл о золоте и драгоценностях – все его внимание было приковано теперь к загадочному последнему сундуку. Лучик заметил и его отличие от других сундуков – он был стареньким и невзрачным.

Лучик начал ласкать этот сундук своим теплом и светом. Он говорил: «Милый сундучок, меня зовут Лучик, и мне так хочется узнать, что у тебя внутри. Пожалуйста, откройся, покажи, что ты прячешь». Сундучок давно не слышал таких добрых слов. Он не смог отказать Лучику и открылся, скрипя своей старой крышкой.

Лучик заглянул в сундук: сверху был толстый слой пыли. Он смахнул ее своими теплыми ручками... и перед ним оказались старинные мягкие игрушки. Лучик обрадовался и начал играть с ними. Да и старый сундучок развеселился и довольно поскрипывал.

Вдруг дверь отворилась, и в комнату вошел царь полюбоваться своими сокровищами. Когда он увидел последний сундук открытым, он ринулся к нему. Его глаза жадно заблестели: он надеялся увидеть в этом сундуке золото и алмазы. И вдруг лицо его изменилось, глаза наполнились слезами. Он бережно доставал из сундука одну за другой свои старые игрушки, игрушки своего детства. Царь улыбался сквозь слезы, его глаза становились добрыми и чистыми, как у ребенка.

Да, это были те самые игрушки, с которыми царь играл в детстве. Тогда он понял, что этот сундук – самое дорогое, что у него есть, а детство – главная драгоценность его жизни. Царь сказал: «Милый, старый сундук, почему же ты не открывался раньше? Если бы я знал, что здесь лежит! Я бы давно понял, что деньги, золото делают меня злым и жадным. Ты вернул мне детство, и я опять стал таким, каким был тогда».

В тот же день царь раздал все свои богатства бедным и оставил в комнате только один сундук с игрушками. С тех пор в эту комнату разрешалось входить каждому. Особенно любили здесь бывать внуки царя, которым нравились старинные игрушки.

Иногда к сундучку в гости заглядывал Лучик, они стали друзьями. Сундучок был счастлив, потому что знал, что приносит всем хорошее настроение.

### Вопросы для обсуждения

- Как Лучику удалось открыть сундук?
- Что надеялся увидеть в сундуке царь?
- Почему старые игрушки оказались дороже драгоценностей?
- Почему воспоминания детства избавили царя от жадности?
- А как поживают ваши старые игрушки?

## Занятие 19. Мое настоящее

### Разминка

**«Узнай, кто затейник».** Выбирается водящий. Он выходит в коридор. В это время ребята договариваются, кто из них будет затейником. Его задача – показывать различные движения, которые ребята будут повторять. Когда возвращается водящий, он наблюдает за ребятами, пытается определить, кто из них задает движения. Затейник старается менять движения незаметно, когда водящий смотрит в другую сторону.

**«Разведчики».** Нескольким игрокам завязывают глаза, они становятся парами друг напротив друга на расстоянии вытянутых рук. Каждая пара – это ворота. Остальные ребята – разведчики – стараются осторожно и бесшумно пройти или проползти через ворота. При малейшем шорохе играющие, стоящие в воротах, могут поднять руки и задержать проходящего. Побеждают ребята, которые сумеют пройти через «ворота». После этого «ворота» и «разведчики» меняются ролями.

### Основное содержание занятия

**«Тайная радость».** Ведущий говорит ребятам о том, что у каждого человека есть свои маленькие радости, которые они нередко скрывают от окружающих, потому что они кажутся им смешными, например, облизывать сосульку или катать из хлеба шарики и съедать их. Предлагает ребятам вспомнить и поделиться своими маленькими радостями.

**«Общая радость».** Ведущий говорит о том, что многих ребят радуют одни и те же вещи. Предлагает каждому ребенку по очереди назвать одноклассников, радующихся тем же вещам, что и он, при этом нужно называть и эти радости. Делается запрет на название компьютерных игр и социальных сетей.

**«Коллаж».** Ребята делятся на подгруппы по 4–5 человек. Они получают большой лист ватмана, цветную бумагу, журналы, ножницы, клей. Им необходимо сделать коллаж на тему «Радость сегодняшнего дня».

## Занятие 20. Мое будущее

### Разминка

**«Вместе хором».** Водящий выходит из класса. Ребята выбирают строчку из известного стихотворения, затем разделяются на группы по числу слов и определяют, какая из групп какое слово будет произносить. Когда водящий возвращается, по сигналу ведущего ребята хором одновременно произносят свои слова. Водящему нужно узнать и воспроизвести эту строчку из стихотворения.

**«Рисование вслепую».** Игра проводится по парам. Одна пара играет, остальные наблюдают. Одному из участников завязывают глаза, затем его подводят к доске. Другой получает от ведущего несложную картинку – дом, велосипед и т. п. Ему нужно давать инструкции товарищу, не называя самого предмета так, чтобы он сумел его изобразить на доске. Например, если нужно нарисовать дом, то он предлагает сначала нарисовать квадрат, сверху к нему присоединить треугольник, затем внутри нарисовать маленький квадрат – окно и т. п.

### Основное содержание занятия

**«Взрослое имя».** Ведущий дает детям следующую инструкцию: «Закройте глаза. Попробуйте увидеть себя взрослыми. Как вы будете себя вести? Как сидеть? Как ходить? Во что будете одеты? Сядьте сейчас так, будто вы уже стали взрослыми. Как вы будете разговаривать? Как к вам будут обращаться другие люди? Наверное, по имени и отчеству? Теперь откройте глаза и давайте поиграем. Я буду вас называть по имени и отчеству. Тот, кого я назову, должен встать со своего места и походить по комнате, как ходят взрослые. Затем каждому из детей нужно подать руку и представиться, например: „Я – Мария Николаевна“, „Я – Игорь Викторович“».

Когда все дети побывают в роли взрослых, ведущий предлагает им поделиться своими впечатлениями. Понравилось ли им быть взрослыми и почему? Кому из детей лучше всего удалось справиться с ролью взрослого?

**«Я в будущем».** Один из участников в роли взрослого выходит к доске, а ведущий, обращаясь к нему по имени и отчеству, берет у него интервью: кем он работает, чем занимается на работе, как ему удалось добиться такой интересной работы, как он научился этой профессии и т. п.

**«Хочу в будущем – делаю сейчас».** С детьми ведется беседа о том, что будущее начинается в настоящем. Как дети это понимают? Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Затем ведущий бросает детям мячик, называя какие-либо факты будущего, а они должны придумать, что для этого нужно делать в настоящем. Например: «В будущем ты – директор фирмы» – «Сейчас я стараюсь хорошо учиться, не отступать перед трудностями» и т. п.

## Комментарии для ведущего

Последнее задание обычно вызывает у детей трудности. Они с увлечением обсуждают, как станут директорами фирм, но с трудом связывают свои желания с требованиями к настоящему. Ведущему следует оказывать им помощь.

## Занятие 21. Мой будущий дом

### Разминка

**«Разведчик».** Выбирается один из участников – «разведчик». Ведущий произносит: «Замерли!» – и вся группа неподвижно застывает. Каждый старается запомнить свою позу, а «разведчик» старается запомнить всех. Внимательно изучив позы и внешний вид участников, «разведчик» закрывает глаза (или выходит из комнаты). В это время участники делают несколько изменений в своей одежде, позах, обстановке или в чем-то другом. После того как изменения сделаны, «разведчик» открывает глаза; его задача – обнаружить все перемены.

**«Стена».** Двое ребят становятся друг напротив друга по обе стороны натянутой плотной материей прямоугольной рамы. Размер рамы подбирается так, чтобы партнеры не видели друг друга. Раму можно заменить двумя участниками, которые будут за уголки держать ткань. По сигналу ведущего оба игрока наносят одновременный «укол» указательным пальцем в разделяющую их стенку. Цель – за минимальное количество попыток найти общую точку укола, то есть соприкоснуться через материю кончиками пальцев.

### Основное содержание занятия

**«Дискуссия».** Ведущий предлагает ребятам обсудить следующие высказывания.

- Чем дом больше, тем всегда он лучше.
- Чем больше людей живет в доме, тем он лучше.
- Чем более дорогая мебель в доме, тем дом всегда лучше.

**«Погода в доме».** Ведущий рассказывает ребятам, что метафорически взаимоотношения людей, живущих в доме, называют «погодой». Затем дети делятся на подгруппы и определяют, какую «погоду» они хотят иметь в своем будущем доме. Если они затрудняются, им можно выдать листочек с вопросами.

- Как будут разрешаться конфликты в вашем будущем доме?
- Кто кому будет уступать?
- Каким образом будут воспитываться дети? Как будут поступать взрослые, если дети не будут их слушаться?

**«Девиз дома».** Также по подгруппам ребята обсуждают и придумывают девиз дома, например: «В нашем доме всегда чисто» или «в нашем доме всегда мирно». При необходимости подгруппа может представить несколько девизов.

## Занятие 22. Моя будущая профессия

### Разминка

**«Изобрази профессию».** Участники по очереди загадывают какую-либо профессию, затем изображают ее классу. Остальные пытаются угадать.

**«Земля, вода, воздух».** Ведущий называет одну из стихий и имя одного из учеников. Ему нужно быстро назвать профессию в соответствии с названной стихией, например, вода – моряк, художник-маринист, воздух – стюардесса, продавец воздушных шариков, земля – машинист поезда, инженер. Если ребята затрудняются, взрослый им помогает.

### Основное содержание занятия

**«Дискуссия».** Ведущий предлагает ребятам для дискуссии следующие вопросы:

- Правомерно ли говорить о престижных и непрестижных профессиях?
- Является ли высокая зарплата единственным критерием правильно выбранной профессии?

**«Профессии сотрудников школы».** Ребята делятся на подгруппы и на 10 минут расходятся по школе с указанием задать вопрос «Нравится ли вам ваша профессия и почему?» как можно большему количеству сотрудников школы. Затем они собираются вместе и обмениваются полученной информацией.

## Занятие 23. Мое близкое будущее – 5 класс

### Разминка

**«Кто наблюдательнее?»** Все участники закрывают глаза. Ведущий задает им вопросы, касающиеся внешности ребят, например: «Сколько человек сегодня имеют серый цвет в одежде» или «Сколько ребят сегодня в брюках?» Те, кто дает правильные ответы, получают плюсы. В конце игры плюсики суммируются, определяется победитель.

**«Рукопожатие».** Один из участников стоит, закрыв глаза и протянув руку вперед для рукопожатия. Остальные по очереди подходят и молча здороваются с ним за руку. Когда он узнает кого-либо, то сжимает руку и называет имя узнанного ученика. Если он узнает правильно, тот занимает его место. Если нет, то продолжает попытки узнавания.

### Основное содержание занятия

**«Готовность к переходу в пятый класс».** Ведущий обсуждает с ребятами вопрос: «Что значит быть готовым к переходу в пятый класс?» Подводит их к выводу, что главное – это самостоятельность в быту и на уроке.

**«Если бы я был сейчас первоклассником».** Ведущий предлагает ребятам подумать, если бы по какой-то волшебной причине в следующем году они пошли не в пятый класс, а в

первый, как бы они там учились, каких ошибок не повторяли бы, а что, наоборот, они делали бы так же.

**«Спасибо».** Ведущий предлагает детям на листочках написать имена людей, которым бы они хотели сказать спасибо за ту радость, которую они получили, учась в начальной школе. Потом они читают свои записи. После этого ведущий предлагает желающим дополнить свои списки радости, побуждая их включить в них своих товарищей. После чего он собирает их, запечатывает в конверт и обещает хранить до окончания пятого класса.

## **Занятие 24. Что нового меня ждет в 5 классе**

### **Разминка**

**«Домино».** Для проведения этой игры понадобятся или набор открыток, или картинки от детского лото, или карточки разрезной азбуки. Участники садятся вокруг стола. Каждому раздается несколько карт, но так, чтобы изображенное на них было скрыто от того, кому они принадлежат. Первый участник кладет одну из своих карт перед собой картинкой вверх и начинает повествование. Это может быть сказка, фантазия, юмористический рассказ, нелепое сновидение – все, что угодно, но оно обязательно должно включать в свой сюжет изображенную на картинке вещь.

Рассказав свой отрывок, начавший игру прикосновением передает слово соседу. Тот кладет изображением вверх свою карту и продолжает оборванный сюжет так, чтобы он обязательно захватывал и его изображение. Игра движется по кругу. Каждый вплетает в общее повествование свою картинку, и ряд выложенных в кругу изображений становится все длиннее и длиннее, до тех пор, пока не выйдут все карты.

**«Произнеси одновременно».** Игра проводится по парам. Ведущий дает каждому участнику листочек с написанным словом так, чтобы количество слогов было различным, например, школа – математика, урок – перемена. Задача ребят одновременно начать и закончить произнесение своих слов. Остальные считают, сколько попыток им потребуется для успеха. Потом играют другие пары.

### **Основное содержание занятия**

**«Чей урок важнее?»** Ребята делятся на подгруппы. Каждая будет исполнять роль учителей разных предметов, изучаемых в пятом классе. Им нужно сначала подготовиться, а потом принять участие в шуточном споре «Чей урок важнее».

**Работа со сказкой.** Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

### ***Планета Детство***

На далекой планете Детство жили маленькие принц и принцесса. Было им там тепло и уютно. Все их любили. Исполняли желания и просьбы. На желто-фиолетовых деревьях там громко чирикали обезьянополусы, а по полянам носились воробьезавры. Там было весело и беззаботно. Но вот

пришло время, когда к ним подошел правитель той планеты Мудролюб и сказал:

– Вы уже выросли, принц и принцесса, вам пора собираться в дальний путь на планету Взросление. Я принес вам крылья. Примеряйте и давайте учиться летать.

– Но зачем нам улетать отсюда? – спросили дети. – Нам здесь отлично. Мы не хотим взрослеть и становиться вечно занятыми и спешащими на работу, как эти скучные взрослые. Мы остаемся здесь. Кроме того, на других планетах листья только зеленые – скукота, и животные не умеют превращаться одно в другое. Мы остаемся здесь.

– Вы не можете здесь остаться, – покачал головой Мудролюб. – В вас созрело уже столько «могу делать сам», что они будут заставлять вас пробовать найти им применение. Вам захочется самим принимать различные решения, делать то, что хочется... Вы быстро растете, и если помедлите, крылья уже не смогут выдержать вас. И вы останетесь на планете Детство навечно.

– Ладно, давай крылья. Примерим их, – сказали дети.

– Не все так просто, – опять покачал головой Мудролюб. – Чтобы преодолеть путь к планете Взросление, вам понадобятся все ваши силы, а главные из них – это Сила воли, Сила ума и Сила добра.

– Ну, с силой воли и силой ума мы согласны, – это полезные штуки. Пригодятся всегда. А вот зачем сила добра? Явно лишняя, – возразили принц и принцесса.

– Нет, это самая главная сила взрослых, – ответил Мудролюб. – Взрослые – они на то и взрослые, что умеют помогать другим. Отдавать себя. А не только получать, как дети. И надо научиться заботиться о других – иначе не почувствуешь себя взрослым.

– Ну, уговорил. Будем искать в себе все три силы, – согласились ребята.

Однако легко сказать. Труднее сделать. Вот сила воли – найдешь ее, схватишь. А она, как скользкий мячик, из рук выскакивает. И тогда начинаешь выкрикивать, других перебивать, на уроках учителя отвлекать, ребят. А когда домашнее задание делать начинаешь, так сила воли под парту прячется, и никак не хочется доводить его до конца.

А сила ума, как нарочно, на математике засыпает или на русском, когда думать надо. Хочется все бросить и поговорить с соседом.

А сила добра как раз на уроке отлично себя чувствует. Хочется всем помогать, а не с учебником, к примеру, работать. Но после звонка прячется куда-то в тайное место. И уже хочется не помогать, а побегать и покричать.

Трудно было искать эти силы принцу и принцессе, но уж очень хотелось им на остров Взросление. И как во всякой сказке, все-таки нашли они свои силы, трудности преодолели. И тогда как-то вечером очень странно посмотрели на них родители – с гордостью и радостью!

– Кажется, наши дети повзрослели, – сказали они.

А ребята при этом засмутились и стали резко засовывать что-то в карманы. И взрослые не заметили, что из карманов торчали желто-фиолетовые листочки и маленькие слонобезьянчики, потому что ребята решили кусочки планеты Детства захватить с собой в Жизнь. А мы с вами заметили, но позволим им это. Не так ли?

### **Вопросы для обсуждения**

- Какие силы потребуются вам для взросления и перехода в пятый класс?
- Что значит «захватить с собой кусочки планеты Детство»?

### **Занятие 25. Итоговое**

Было бы уместным превратить последнее занятие четырехгодичной программы в своеобразный обряд инициации, знаменуя им переход детей в школу среднего звена. Для этого детям нужно в русле подготовленного ритуала пройти ряд испытаний, совершить ряд подвигов. Это должны быть своеобразные подвиги, связанные с фиксацией личностного развития детей. Чтобы считаться взрослыми, они должны проявить качества Доброты, Внутренней Силы, Справедливости, Дружелюбия, Честности, Терпения и т. д. Необходимо заранее продумать сценарий ритуала, опираясь на конкретный опыт психологических занятий именно с этими детьми. Можно выбрать для испытаний форму, подобную игре «Ключи от Форта Боярд» либо иную. Все зависит от возможностей конкретной школы, от поддержки родителей, помощи администрации. В любом случае четырехлетний опыт психологических занятий должен быть памятно и торжественно закреплен в сознании детей, и достижения каждого могут быть отмечены символическими наградами («Орден Смекалки», «Корона Лидера», «Венок Старания»), раздачей званий и титулов («Диплом за терпение», «Грамота за искренность», «Мисс Обаяние», «Мистер Справедливость») и т. д. Поверьте, дети долго будут хранить эти реликвии.

## **Заключение**

Итак, мы привели сценарии занятий по темам, которые, по нашему опыту, наиболее актуальны в начальной школе. Однако в вашем классе могут возникать и другие проблемы. Еще раз отметим: очень важно при планировании программы учитывать специфику класса, ориентироваться на свой стиль работы и собственные задачи.

Желаем вам успехов!

## Послесловие, или ученики школы «Премьер» об уроках психологии

- Здесь интересно и можно забыть о других трудных уроках. (*Олег Телегин*)
- Интересный урок, помогает для здоровья. (*Марина Денисова*)
- Урок мне нравится, потому что мы играем в игры и потому что умные учителя. Не нравится, что он идет пятым уроком и после обеда. (*Бажат Абакарова*)
- Вы мне нравитесь, и психология тоже. (*Саши Иванов*)
- Нравится, потому что урок необычный. (*Даниил Хорхордин*)
- Мне на психологии нравится, когда читают сказку, а мы рисуем. (*Дан Гудима*)
- Я обожаю этот урок – психология. Мы учимся, и мы научимся всему. Спасибо. (*Николина Парсаданова*)
- Мне нравится в психологии все: игры, сказки, задания, Ольга Владимировна, рисовать, играть. (*Аня Туманова*)
- Классный урок! (*Аня Заболотная*)
- Я люблю психологию. Мне все очень нравится. Это увлекательный, забавный, интересный, загадочный урок. Я обожаю этот урок. Этот урок самый лучший. (*Дима Горюхин*)
- Мне этот урок нравится больше всего, потому что здесь я отдыхаю и расслабляюсь. (*Ксения Абеяшева*)
- На этом уроке мы как бы уходим в другой мир. (*Яна Юшина*)
- Мне нравится все!!!!!!!!!!!!!! (*Даша Финская*)

## Литература

- Аллан Дж. Ландшафт детской души. СПб. – Минск, 1997.
- Андреев А. Русские боги в Зазеркалье. Мифы и магия индоевропейцев. Вып. 4. М., 1997, с. 112–163.
- Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990.
- Братусь Б.С. Аномалии личности. М., 1998.
- Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1998.
- Вайсен Р. и др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 1996.
- Гиппиус С.В. Тренинг развития креативности. СПб., 2001.
- Изард К.Е. Эмоции человека. М., 1980.
- Исаев Д.Н. Психосоматическая медицина детского возраста. СПб., 1996.
- Кляйн М. Зависть и благодарность. СПб., 1997.
- Крат Г. Психология развития. СПб., 2000.
- Лоуэн А. Психология тела. М., 1997.
- Луныков А.И. Как помочь ребенку в учебе в школе и дома. М., 1995.
- Марасанов Г.М. Социально-психологический тренинг. М., 1998.
- Мать, дитя, клиницист: Новое в психоаналитической терапии. М., 1994.
- Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка». М., 1996.
- Минаев А.В., Попова М.В. Проблема введения психологических знаний в структуру общего среднего образования английской школы // Психол. журн. 1999. Т. 20. № 5. С. 15–19.
- Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня. М., 1980.
- Мухина В.С. Детская психология. М., 1999.
- Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
- Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
- Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии. М., 1997.
- Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.
- Пруцманн П. Дружный класс как маленькая планета. СПб., 1998.
- Психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М., 1985.
- Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.
- Сидоренко Е.В. Опыты реориентационного тренинга. СПб., 1995.
- Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. М., 1988.
- Фигдор Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой (психоаналитическое исследование). М., 1995.
- Холл К.С., Линдсей Г. Теории личности. М., 1997.
- Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Групповая психотерапия неврозов с соматическими масками // Московский психотерапевтический журнал. 1994. № 2. С. 29–50.
- Холмогорова А.Б. Гаранян Н.Г. Эмоциональные расстройства и современная культура // Московский психотерапевтический журнал. 1999. № 2. С. 61–90.
- Хьюэлл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб., 1997.
- Флейк-Хобсон К. и др. Мир входящему. Развитие ребенка и его отношений с окружающими. М., 1992.
- Фрайберг С. Волшебные годы: понимание и руководство проблемами раннего детства. М., 1997.
- Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа. М., 1999.

*Цзен Н.В., Пахомов Ю.В.* Психотренинг – игры и упражнения. М., 2001.

*Чуричков А., Снегирев В.* Копилка для тренера. СПб., 2007.

Школа-лаборатория № 799 Московского комитета образования: Психолого-педагогические условия становления личности школьника. М., 1997.

*Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. М., 1996.

*Юнг К.* Конфликты детской души. М., 1995.