

Педагог-психолог

Калинина Екатерина Сергеевна

Авторская разработка

Технологическая карта занятия

Тема	«Искрящийся мир красок»
Класс	4 класс
Цель	Профилактика бесконфликтного поведения среди обучающихся 4-х классов, обучение приемам и методам саморегуляции с помощью элементов арт-терапии.
Задачи	<ul style="list-style-type: none">✓ Профилактика внутренней конфликтности;✓ Снятие психоэмоционального напряжения;✓ Развитие способности самовыражения;✓ Обращение агрессии в приемлемые способы самовыражения;✓ Развитие у учащихся рефлексии.
Образовательные ресурсы	<ul style="list-style-type: none">➤ Раздаточный материал: листы А4;➤ Канцелярские принадлежности: простые карандаши, краски, кисти, банки для воды, магниты для доски;➤ Технические средства обучения: компьютер, мультимедийный проектор, экран, аудио колонки, магнитная доска.
Методы	Наглядный, словесный, интерактивный, арт-терапия.
Организация пространства	Индивидуальная, работа в группах.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Содержание, деятельность педагога	Деятельность учащихся
Этап организационно-мотивационный	
<p>Приветствие учащихся, оказание эмоциональной поддержки. <i>Добрый день, уважаемые учащиеся. Сегодня мы проведём творческое занятие. В конце этого занятия мы с вами узнаем, можно ли найти общий язык с человеком, у которого взгляды и интересы отличаются от наших собственных. В ходе нашей работы подумайте над этим вопросом и в конце занятия вы расскажете мне своё мнение.</i></p> <p><u>Упражнение «Улыбнись как...»</u> <i>Сейчас мы с вами представим различные ситуации, нам нужно будет погрузиться в них, как будто мы находимся в них здесь и сейчас. Закройте глаза, слушайте меня и представляйте, как будто это происходит с вами.</i></p> <p>Психолог спокойным доброжелательным голосом произносит следующие команды: <i>Представьте, что вы солнышко и улыбнитесь; А как улыбается кот на солнышке; Представьте, что за контрольную работу вы получили 5-ку; Вас хвалят родители; Вам помог ваш лучший друг; Вы наконец-то помирились с тем, с кем когда-то ругались. Замечательно! Какое у вас настроение, вам понравилось? Какие приятные эмоции вы испытывали? Ребята, как вы думаете можно ли с помощью красок показать настроение? Как вы считаете цветами каких красок можно его показать? Выслушиваются ответы учащихся.</i></p>	<p>Учащиеся отвечают на приветствие, слушают педагога-психолога, настраиваются на работу. <i>Улыбка передаёт нервные импульсы в эмоциональный центр мозга. Результат – чувство радости и расслабления. Положительный фон, доверие педагогу, контакт.</i></p>

Пальчиковая гимнастика

Отлично, сегодня давайте представим, что мы художники. Предлагаю вам побыть художниками своего настроения. Что нужно художникам в их непростой работе? Выслушиваются ответы учащихся. Правильно ребята, ещё важны кисти рук и так как мы сегодня художники давайте поухаживаем за ручками и сделаем вместе гимнастику.

Педагог-психолог проводит пальчиковую гимнастику и выполняет вместе с учащимися.

Упражнения:

- 1. Подняли руки перед собой, ладони вниз. На счёт раз поворачиваем вверх правую ладонь и сжимаем в кулак, на счёт два вернули в исходное положение. На счёт три поворачиваем вверх левую ладонь и сжимаем в кулак, на счёт четыре возвращаем в исходное положение. Повтор 3 раза.*
- 2. Положите руки на стол ладонями вниз, закройте глаза, внимательно слушайте и повторяйте. Согните и сразу выпрямите указательные пальцы. Раз. Теперь тоже самое со средними. Два. Затем безымянные. Три. И мизинца, четыре. А теперь быстрее. Раз, два, три, четыре. Повтор 3 раза.*
- 3. Поднимите руки большими пальцами вверх, Четыре круга пальчиками наружу. Раз, два, три, четыре. А теперь наружу. Пять, шесть, семь, восемь. Повтор 3 раза.*

Слушают педагога-психолога, повторяют движения. Учащиеся ориентируются в схеме собственного тела, у детей развивается тактильная чувствительность, осязание.

Арт-терапия

Замечательно, теперь мы можем приступить к нашей работе.

У каждого на рабочем месте лежит лист А4, краски, кисти баночки для воды, парты расставлены в круг, внутри место для активных упражнений.

Дорогие учащиеся, сейчас, я хочу показать вам пару картин. Взгляните на экран, узнаёте ли вы какие-нибудь картины? Какое настроение возникает у вас, глядя на них? Картины какого жанра мы с вами сегодня будем рисовать?

Учащиеся внимательно слушают педагога-психолога, выполняют задание и вступают в дискуссию.

На интерактивной доске появляется презентация с работами таких художников как Шишкин И.И. «Роща у пруда. Преображение.» 1896, Левитан И.И. «Июньский день. Лето.» 1895, Саврасов А.К. «Швейцарский пейзаж с лошадьми» 1867, Куинджи А.И. «Дубы» 1905. Выслушиваются ответы ребят, педагог-психолог озвучивает авторов и названия картин.

Отлично, сейчас я попрошу нарисовать вас в верхней части листа небо. У каждого это небо своё, оно является отражением вашего настроения сегодня. Небо может быть абсолютно любым, у кого-то небо голубое с жарким солнцем, у кого-то с добавлением облаков или вовсе облачное, а может кто-то нарисует ночное небо с яркими звёздами и луной. Подумайте, нарисуйте своё небо!

Дети рисуют свои работы, педагог-психолог проходит по рядам, оказывает эмоциональную поддержку.

Замечательно ребята, давайте сейчас выйдем в центр нашего круга. Встаньте там, где вам будет комфортно и удобно. Скажите, какие деревья вы знаете? Молодцы, вы знаете очень много видов. Закройте глаза, сделайте глубокий вдох и выдох, давайте теперь представим, что мы деревья. Большие и могучие как дуб или плавные и стройные как берёза. Может кому-то по душе яблоня или сосна? Давайте вместе раскинем свою пышную крону, представьте, как ваши листочки колышет ветер. Вы можете прикоснуться друг к другу своими ветвями. Упражнения для улучшения зрения с элементами дыхательной гимнастики.

Замечательно, мы немного расслабились и готовы продолжить работу. Нарисуйте дерево, который понравился именно вам, которое отражает ваше настроение в данную минуту. Учащиеся самостоятельно заканчивают работу с рисунками, показывают её педагогу-психологу.

Отлично, у вас получаются прекрасные картины! Давайте вместе выйдем в центр и прикрепим свои деревья на нашу полянку. Посмотрите со стороны, всех своё место устраивает, если нет выберите новое. Ребята, посмотрите,

какие у вас красивые и разные деревья получились, каждое по-своему особенное, но им всем нашлось место на одной полянке. Ребята, а давайте вместе придумаем общие правила дружбы. Какие пункты вы бы внесли? Выслушиваются предложения учащихся.

Правила дружбы:

1. *Чаще улыбайся.* Не ленитесь менять хмурое лицо на улыбку для своего друга. Улыбка делает светлым всё вокруг: людей, природу, нашу жизнь.
2. *Сдерживай свои обещания.* Это укрепляет доверие, а значит, и дружбу.
3. *Умей выслушать.* Если у него неприятности, пусть он расскажет, а вы поддержите его в эту трудную минуту. Ведь для любого человека важно выговориться.
4. *Не бойся просить прощение, если обидел друга.*
5. *Храни секреты.* Не рассказывайте другим людям доверенные приятелем тайны, ведь друг должен поделиться своими секретами с кем-либо, и это должен быть именно близкий приятель.
6. *Помогай другу, когда ему это необходимо.*
7. *Будь искренним.* Не притворяйтесь, оставайтесь собой.

Я очень рада, что у нас получились такие замечательные правила. Вы согласны, что у каждого человека может быть свой взгляд на ту или иную ситуацию, что каждый из нас имеет право на своё мнение? Выслушиваются ответы ребят.

Каждый из вас нарисовал замечательное дерево, у каждого это дерево особенное, единственное в своём роде, как и вы в классе. Вы можете быть абсолютно разными, любить и увлекаться разными вещами, но вы, как и деревца на нашей полянке все вместе, дружные. Помните, что в любой ситуации вы можете высказать своё мнение, а также выслушать мнение другого человека и решить всё дружеским путём.

Упражнения для улучшения зрения с элементами дыхательной гимнастики

Педагог-психолог проводит упражнения и выполняет вместе с учащимися.

Упражнения:

1. Глаза закрыты, делаем круговые движения в правую сторону. Вдох раз, выдох два, вдох три, выдох четыре. Теперь в левую сторону. Вдох раз, выдох два, вдох три, выдох четыре. Повторяем 3 раза.
2. Руки подняли вверх, вдох, глаза закрыты. Отпустили руки вниз, выдох через рот, глаза открыли. Повтор 3 раза.
3. Стоим прямо, руки вверх. Плавно покачиваем руками над головой с права на лево, глазами следим за руками, не двигая головой. Повтор 3 раза.

Слушают педагога-психолога, повторяют движения.

Учащиеся ориентируются в схеме собственного тела, у детей развивается тактильная чувствительность.

Рефлексия

Педагог-психолог оценивает работу учащихся на занятии, подводит итог.

Сегодня мы очень хорошо и дружно трудились, у вас получился замечательный лес. Давайте поблагодарим друг друга за выполненную работу!

Упражнение «Мы-Молодцы!»

Давай похвалим себя-«Я-Молодец!»

Похвалим друг друга-«Ты-Молодец!»

Похвалим всех вместе-«Мы-Молодцы!»

Если вам сегодня занятие понравилось-похлопайте в ладоши, если нет-потопайте.

Выполняют упражнение, повторяя фразы за педагогом-психологом, хлопают или топают.

Формирование адекватной самооценки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анцупов А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе. М.: Владос, 2003.
2. Березин, С.В. Психологическая коррекция в условиях межличностного конфликта // Вопросы психологии. – 2001.
3. Гришина, Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. – СПб.: Питер, 2008.
4. Ключева, Н.В. Учим детей общению. Популярное пособие для родителей и педагогов / Н.В. Ключева, Ю.В. Касаткина. – Ярославль: Академия развития, 2014.
5. Козырев Г.И. Введение в конфликтологию. / Г.И. Козырев. – М.: ВЛАДОС, 2012.
6. Кашапов М.М. Теория и практика решения конфликтных ситуаций. Ярославль: Ремдер, 2003.
7. Лямина, Л. В. Формирование способности к разрешению конфликтов у детей младшего школьного возраста / Л.В. Лямина // Педагогика и психология : 2009.
8. Покусаев, В.Н. Управление конфликтной ситуацией в учебно-воспитательном процессе / В.Н. Покусаев // Вестник СНО. – № 13. – Волгоград: Перемена, 2000.
9. Пономарева М.А., Сидорова М.В. Общая психология и педагогика. Минск: Тетра Системс, 2011.
10. Рыбакова, М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе / М.М. Рыбакова. – М.: Просвещение, 2012.
11. Шумилин, А.П. Межличностные конфликты в младшем школьном возрасте / А.П. Шумилин – М.: МГУ, 2006.