

## *Развивающее занятие для учащихся 5-х классов*

### **1. Цель:**

- Развитие психических процессов учащихся и их личностных характеристик

### **2. Задачи:**

- создание у учащихся положительного эмоционального фона, хорошего настроения
- рефлексия собственных личностных качеств
- развитие внимания (переключения)
- развитие мышления (анализ через синтез)
- развитие внутреннего плана действий
- развитие умения работать в команде.

### **3. Формы работы на занятии:** индивидуальные, парные и групповые.

**4. Оборудование:** резиновый мяч, плакат с буквами алфавита, листы бумаги на каждого учащегося, ручки, раздаточный материал на каждого участника.

### **Содержание занятия:**

#### **1. Вводная часть.**

Психолог представляется учащимся и предлагает им игру «Знакомство»

#### ***Игра «Знакомство»***

**Цель:** знакомство с участниками занятия.

**Содержание:** ведущий по кругу бросает мяч каждому участнику, в ответ они должны назвать своё имя и прилагательное, характеризующее какое-либо его личностное качество (Лена - спортивная, Миша - доброжелательный, Катя – оптимистичная и т.д.). Ведущий начинает с себя.

После того, как все участники представятся, ведущий предлагает всем улыбнуться для создания доброжелательной атмосферы в группе: «Улыбнитесь и скажите друг другу добрые слова»

#### ***Упражнение мозговой гимнастики «Заземлитель»***

**Цель:** улучшение внимания, мыслительной деятельности, понимания при чтении.

**Инструкция:** Удобно расставьте ноги. Правую ступню разверните вправо, левую направьте строго прямо. При выдохе согните правое колено. Вдохните, одновременно напрягая правую ногу, бёдра держите «собранными». Это поможет укрепить бедра и стабилизировать спину. Повторите упражнение 3 раза. Затем сделайте то же самое левой ногой.

## **2.Основная часть.**

### **Упражнение 1. «Говорящая надпись»**

**Цель:** рефлексия собственных личностных качеств.

**Содержание:** Учащимся предлагается в течение 5-7 минут придумать надпись на обложку дневника, которая кратко и емко охарактеризовала бы то, что каждый хочет сообщить о себе окружающим.

Затем надписи по очереди зачитываются (критический разбор не допускается) и обсуждаются: что же каждый хочет сообщить о себе? Зачитывается и надпись, сделанная психологом.

### **Упражнение 2. «Называйте и считайте»**

**Цель:** развитие внимания (переключение)

**Содержание:** Ученикам предлагается называть буквы алфавита, которые перемежаются счетом: А-1, Б- 2, В- 3 и т.д. Затем используется усложнение. Для усложнения задания счет начинается с любого числа (например, А, 25, Б, 26 и т.д.), затем предлагается называть только чётные или только не чётные буквы алфавита ( например: А-1, В-3, Д- 5 и т.д. и Б-2, Г-4, Е-6 и т.д.).

### **Упражнение 3. «Составьте слова»**

**Цель:** развитие мышления (анализ через синтез)

**Содержание:** Учащимся задаётся длинное слово (например, «электростанция», «перерегистрация», «корреспонденция», «тарификация», «каракатица»). Нужно составить как можно больше слов (существительных) из букв, входящих в заданное слово. Добавлять другие буквы запрещается.

Имена собственные, прилагательные, глаголы, числительные, использовать нельзя. Победителем считается тот, кто составил больше **всего** слов. Для выполнения задания участники разбиваются на пары.

#### ***Упражнение 4. «Муха»***

***Материал к заданию:*** большой квадрат, разделенный на 25 клеточек (10x10 см). В центральном квадрате нарисована муха.

***Цель:*** развитие внутреннего плана действий.

***Содержание:*** Ученикам объясняется, что муха может совершать движения по квадрату вверх или вниз, влево или вправо. Начало всегда в центре. Учитель называет направления перемещения мухи, а ученики должны, глядя на квадрат, мысленно следить за ее перемещениями и ответить, в каком квадрате оказалась муха в результате нескольких перемещений.

Например, психолог говорит: «вверх, влево, вниз, вправо, вверх, вправо, вниз. Где муха?». Ученики должны показать этот квадрат. Усложнение задания достигается за счет увеличения количества и скорости передвижений.

#### ***Упражнение 5. «Угадай, кто это?»***

***Цель:*** развитие представлений о личностных качествах и умения работать в команде.

***Содержание:*** учащимся предлагается разделиться на 2 группы. Каждая группа выбирает из своего состава человека и описывает его личностные качества. После выполнения задания участникам противоположной команды предлагается узнать по описанию участника. Побеждает команда, которая наиболее точно описала своего представителя.

### **3. Заключительная часть.**

В конце занятия психолог говорит участникам: «Пожалуйста, встаньте в шеренгу. Я хочу предложить Вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу».

**Содержание:** участник, который стоит первый в шеренге пожимает руку каждому участнику и говорит: «Спасибо за приятное занятие!», дойдя до последнего участника, встаёт за ним и остаётся в конце шеренги. Так продолжается, пока все участники не выразят друг другу благодарность. По окончании церемонии психолог благодарит всех участников занятия.

***Используемая литература:***

1. Локалова Н. П. «Уроки психологического развития» в ср. шк.(5-6 класс). М. Изд-во «Ось-89» 2001.
2. Стишенок И.В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост. – СПб.: Речь, 2006.