

*Программа психолого-педагогического
сопровождения первоклассников в период
адаптации: «Психолог и Я»*



*Педагог-психолог
МБОУ СОШ №40
Кровопускова О.В*

*Психологический тренинг на развитие
и формирование коммуникативных
навыков и социальной адаптации
первоклассников:
«Вместе весело шагать...»*



Психолого-педагогический практикум «Корзина чувств»

Уважаемые коллеги! Представьте корзину, на дне которой находятся самые разнообразные чувства, позитивные и негативные, которые может испытывать человек. После того как вы пришли работать в школу, вашей душе, в вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили все ваше существование. Опустите руку в корзину и возьмите «чувство», которое вас переполняет более всего вот уже длительный период времени, назовите его».



Методы и техники, используемые на занятиях:

В процессе реализации программы использовались разнообразные методы и приемы.

- Ролевые игры.
- Кинезеологические упражнения
- Дискуссии.
- Релаксационные методы(аутотренинг)
- Диагностические методики.
- Арт-терапия
- Мультимедийные технологии
- Сказкотерапия
- Музыкальное сопровождение



Цель тренинга:

- Формирование социально-психологической готовности первоклассников к обучению в школе, развитие навыков конструктивного взаимодействия учащихся



Задачи тренинга:

- **Развитие навыков психосаморегуляции**
- **Снятие психоэмоционального напряжения**
- **Развитие самосознания**
- **Развитие коммуникативных навыков учащихся**
- **Формирование способности к совместной деятельности**
- **Сплочение группы, формирование доверительных отношений**

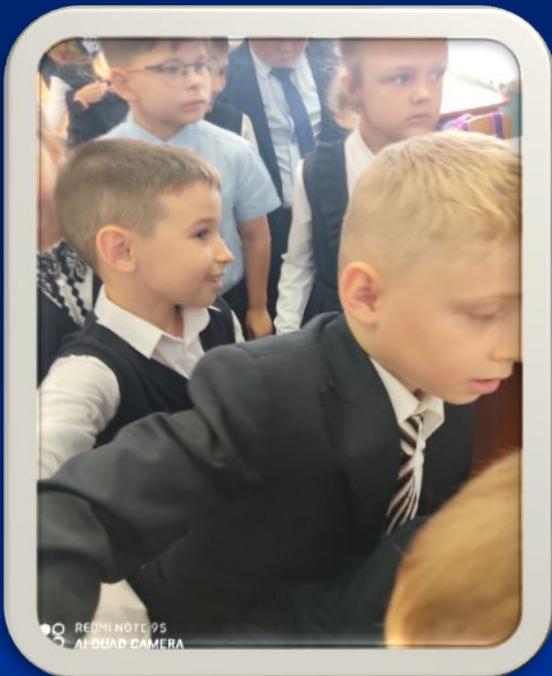


Структура тренинга:

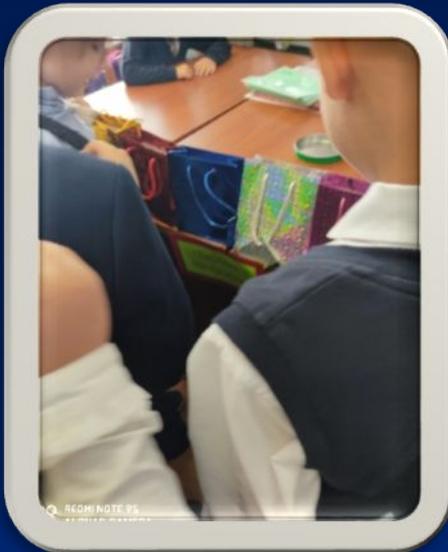
1. Разминка
2. Барометр настроения
3. Релаксация (упражнения на снятие психоэмоционального напряжения)
4. Упражнения для настроя на совместную работу, развитие коммуникативных навыков
5. Мозговой штурм
6. Мультимедийное сопровождение
7. Рефлексия



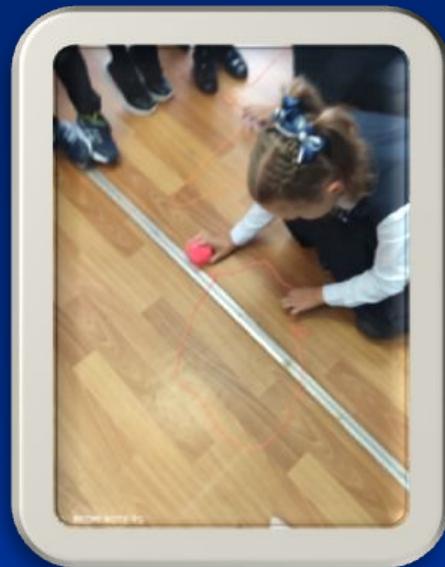
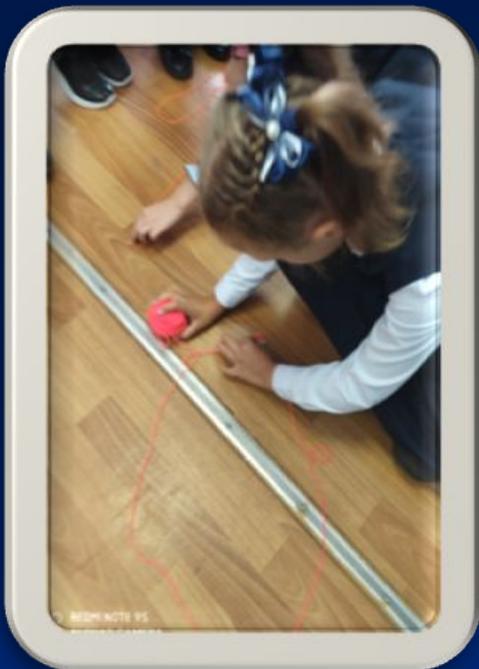
Разминка



Барометр настроения



АРТ-ТЕРАПИЯ



Арт-терапия «Бельевая Веревка»



*Душа ребенка легкая , как пух
Она красива и стремится к Богу,
Ты укрепи ее, ранимый дух,
И укажи на истину дорогу!!!*

