

**МБОУ Психолого- педагогический медико- социальный центр «Доверие»**

Согласовано

Психолого- педагогическим советом

ППМС центра «Доверие»

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2017 г.

Утверждено

Директор МБОУ ППМС

центра «Доверие»

Севастьянова Т.А.



## **«КОРАБЛЬ»**

# **Мультикомпонентная программа профилактики нарушенных форм адаптации детей младшего школьного возраста, зависимости от психоактивных веществ и вич\спида**

Педагог- психолог

ППМС центра «Доверие»

Исаева Е.В.

г. Нурлат

2017 г.

## Пояснительная записка

Игровая программа «Корабль» для детей младшего школьного возраста (8-11 лет) представляет собой ролевою игру, в которой в доступной форме дети учатся принимать свои чувства и чувства окружающих людей, говорить о своих проблемах и решать их; признанию права на собственные ошибки; умению отстаивать собственное мнение; разрешать конфликты мирным путем; оказывать поддержку друг другу; ставить перед собой цели и достигать их. Программа прошла апробацию и доказала свою эффективность во многих школах г. Москвы. Данное методическое пособие предназначено для психологов и педагогов, прошедших специальное обучение.

Программа рассчитана на 16 занятий по 1,5 часа каждое, 1 раз в неделю.

**Возраст участников:** 8-11 лет.

**Оптимальное количество участников:** от 8 до 15 человек.

**Цель программы:** повышение психо-социальной адаптации детей.

**Задачи:**

1. Формирование адаптивных и эффективных стратегий поведения.
2. Развитие ресурсов личности.
3. Развитие рефлексии чувств:
  - принятие своих чувств и чувств окружающих людей;
  - развитие умения различать эмоции и чувства, опознавать их у себя и других;
  - умение говорить о своих эмоциях и проблемах.
4. Формирование адаптивного представления о себе.
5. Формирование позитивной самооценки.
6. Выработка коммуникативных навыков, навык сплочения группы.
7. Осознание и определение своего персонального пространства.
8. Признание права на собственные ошибки.
9. Развитие умения отстаивать собственное мнение.
10. Умение разрешать конфликты мирным путем.
11. Формирование умения ставить перед собой цели и достигать их.

Программа «Корабль» построена как большое путешествие-сказка, где всех участников ждут невероятные приключения, новые встречи. Команда участников на своем корабле бороздит просторы Океана Чувств.

Целью программы является повышение психосоциальной адаптации детей. Занятия направлены на изучение и принятие своих эмоций и чувств. Основой программы является ролевая игра. Через ролевою игру ребенок легко познает окружающий мир; социальные правила, развивает личностные ресурсы. Она наиболее естественна и гармонична для ребенка.

Программа разработана с учетом возрастных особенностей детей младшего школьного возраста, уровней усвоения информации, каналов восприятия информации.

**Необходимые материалы:**

- Материалы для постройки корабля: поролоновые кубики, стулья и т.д.;
- Корабельные аксессуары: штурвал (например, обруч), якорь (напр. газета на веревке), веревки и т.д.;
- Необходимые аксессуары для ролей: ленточки для всех участников игры, заменяющие бескозырки (длина около 80 см), подзорная труба и компас для капитана, белые халаты и бинты для врача и медсестры, посуда и т.п. для кока;
- Грим и по возможности другие театральные принадлежности, предметы одежды, маски, украшения и т.п.;
- Листы А 4, ватман, цветные карандаши, краски, фломастеры;
- Музыка подходящая под различные настроения, магнитофон или музыкальный центр;
- Макет карты (см. приложение 1), булавка или кнопка для обозначения местонахождения корабля; карта Храма Радости (приложение 4);
- Сосуды (для радости и для источника радости), корона для короля-тучки, письмо волшебника (приложение 3);
- Судовой журнал<sup>1</sup>;
- Сертификат участия в программе (см. приложение 6).



## Методы работы

Групповая работа. Основой программы является ролевая игра.

- Ролевые игры
- Рисуночные методы
- Арт-терапия
- Ритуалы
- Элементы сказкотерапии
- Групповое обсуждение
- Когнитивные методы
- Интерактивные игры
- Разминки

## Требования к помещению

Помещение должно быть достаточно просторным для проведения подвижных игр но не слишком большим, т.к. это нарушает ощущение безопасности

- Помещение всегда должно быть одним и тем же, иначе нарушается ощущение безопасности
- Помещение должно быть не проходным и не просматриваемым для посторонних
- В помещении должно быть достаточно светло
- Помещение должно быть проветриваемо
- Стулья должны быть легко перемещаемыми и не скрепленными друг с другом, иногда их приходится отодвигать к стенкам
- Помещение должно достаточно звукоизолированно – иногда будет шумно
- В помещение не должны проникать посторонние звуки
- Дверь должна быть закрыта на время занятий
- Оптимально, если есть возможность сидеть и рисовать на полу
- Должна быть возможность крепить ватман к стенам
- Не должно быть острых и опасных углов, предметов и т.д.

### Календарно- тематическое планирование

№ п/п	Содержание занятий	Кол-во часов	Сроки
Занятие 1	Введение в игру.	1	
Занятие 2	Подготовка к отплытию. Знакомство с городом Чувств.	1	
Занятие 3	Отплытие. Ветер Удивления.	1	
Занятие 4	Остров Страха.	1	
Занятие 5	Вихри Тревоги.	1	
Занятие 6	Остров Коварства Треугольник Непонимания.	1	
Занятие 7	Водоворот Обиды.	1	
Занятие 8	Фонтан Веселья.	1	
Занятие 9	Саргассовы Лени.	1	
Занятие 10	Виноватый дождь.	1	
Занятие 11	Остров Грусти.	1	
Занятие 12	Море Злости.	1	
Занятие 13	Рифы Гнева.	1	
Занятие 14	Айсберг Замороженных Чувств.	1	
Занятие 15	Остров Радости. 1-я Часть.	1	
Занятие 16	Остров Радости. 2-я Часть. Итоговое занятие.	1	



## Литература

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ИЦ «Академия», 1997.
2. Беличева С.А. Основы превентивной психологии. – М.: РИЦК «Социальное здоровье России», 1993.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: - М., 1998.
4. Боно Э. Учите вашего ребенка мыслить. – Минск: «Попурри», 1998.
5. Брэдвей Л., Алберс Хил Б. Ребенок от 7 до 14 лет. Как научить Вашего ребенка учиться. – М.: ЮНВЕС, 1997.
6. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – М.: «Ось-89», 2000.
7. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось-89, 2001.
8. Винницкая И.Г. Человековедение. Экспериментальное учебно-методическое пособие для учителей и учащихся первых классов. - М.: «Ариант», 1997г.
9. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Т.4 - М. 1994г.
10. Волков Б.С, Волкова Н.В. Закономерности психического развития детей в вопросах и ответах. – М.: ТЦ «Сфера», 2003.
11. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, 2001.
12. Гуткина П.И. Психологическая готовность к школе. – М.: Академический Проект, 200.
13. Джинотт Х. Дж. Групповая психотерапия с детьми. Теория и практика игровой терапии. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
14. Карлгрен, Франс. Воспитание к свободе. – М.: Московский центр вальдорфской педагогики, 1992.
15. Кон И.С. Открытие «Я» - М., Политиздат, 1978.
16. Кривцова СВ. Тренинг: учитель и проблемы дисциплины. Практическое пособие. - М.: «Генезис», 1997г.
17. Крюкова СВ., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие - М.: «Генезис», 2000г.
18. Линда Сибли. Чувства разные нужны - чувства разные важны... М.: «Триада», 1999г.
19. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. - М.: Институт практической психологии, 1998.
20. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. - М.: АРКТИ, 2000г.
21. Минутко В.Л. Справочник психотерапевта. М.: Издательство АО «Консалтбанкир», 1999.
22. Мир детства: Младший школьник /Под ред. А.Г. Хрипковой. М.: Педагогика, 1998.
23. Мустакас К. Игровая терапия. - СПб.: «Речь», 2000 г.
24. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов. - М.: ИЦ «Академия», 1997.
25. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная психология). - М., Российское педагогическое агентство. 1996.
26. Овчинникова Т.Н. Личность и мышление ребенка: диагностика и коррекция. - М.: Академический Проект, 2001.
27. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии. -М.: Независимая фирма «Класс», 1997.
28. Панфилова М.А. Игротерапия общения. Методическое пособие. - Москва, 1995 г.
29. Пиаже Ж. Суждение и рассуждение ребенка. СПб: Союз, 1997.
30. Практикум по арт-терапии/ /Под ред. А.И. Копытина. - СПб: «Питер», 2000.
31. Профилактика наркомании и алкоголизма в подростково-молодежной среде. Метод. пособие. М. 2000г.
32. Березин СВ., Лисецкий К.С. Психологические особенности наркоманов периода взросления. - Самара СГУ, 1998 г.
33. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. - М.: Педагогика-Пресс, 2001.

34. Реабилитационная программа для детей и подростков «Театр». Серия работы с детьми группы риска. Выпуск 3. - М. РБФ «НАЛ», 2000 г.
35. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. -М.: «Романов», 2001г.
36. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. \_М.: ИЦ «Академия», 1998.
37. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Наркотики: проблемы и их решение: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: Учебно-методический коллектор «Психология», 2000.
38. Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажилина И.И., Видерман Н.С. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. - М.: «Генезис», 2001 г.
39. Словарь практическою психолога/Сост. СЮ. Головин. - Минск: Харвест, 1998.
40. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста. / Под общей ред. СЮ. Циркина. - СПб.: Питер, 2001.
41. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе. Методическое пособие. - М.: «Сфера». 2003 г.
42. Фопель Клаус В. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. - М.: «Генезис», 1998 г.
43. Фопель Клаус В. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие. - М.: «Генезис», 1999 г.
44. Фопель Клаус В. Энергия паузы. Практическое пособие - М.: «Генезис», 2001 г.
45. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. М.: Генезис, 2001.
46. Эльконин Д.Б. Психология игры. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999.
47. Эрик Г. Эриксон. Детство и общество. - СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996.