

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
МОСКОВСКИЙ ПСИХОЛОГО-СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Н. Г. Клащус
Е. М. Кобзева

**Программа по профилактике
школьной дезадаптации
учащихся младшего
подросткового возраста
«Я ВЫБИРАЮ УСПЕХ!»**

Методическое пособие

*Рекомендовано редакционно-издательским советом
Российской академии образования
(на основании Приказа Министерства образования
и науки РФ от 15 января 2007 г. № 10)*

*Рекомендовано Министерством образования
Саратовской области
(на основании Приказа Министерства образования
Саратовской области от 25 мая 2015 г. № 1579)*



**Москва
2017**

ББК 88.8
УДК 159.9
К 47

Главный редактор

Э. В. Сайко

Заместитель главного редактора

С. К. Бондырева

Члены редакционной коллегии:

И. А. Алёхин	И. В. Дубровина	В. М. Розин
А. Г. Асмолов	Ю. П. Зинченко	В. М. Шкловский
Л. А. Григорович	М. А. Лукацкий	Л. Б. Шнейдер
А. И. Донцов		

К 47 **Клаус Н. Г., Кобзева Е. М.** Программа по профилактике школьной дезадаптации учащихся младшего подросткового возраста «Я выбираю успех!» : метод. пособие. — М. : Издательство Московского психолого-социального университета, 2017. — 288 с.

ISBN 978-5-9770-0919-5

Программа психологических занятий для учащихся 5-х классов «Я выбираю успех!» разработана с целью профилактики рисков школьной адаптации учащихся младшего подросткового возраста и основывается на принципе учета естественного хода развития всех сфер деятельности учащихся. В процессе работы по программе создаются психологические условия развития личностных и метапредметных компетенций школьников в течение всего дальнейшего обучения.

Программа является победителем IV Областного конкурса психолого-педагогических программ «Психология развития и адаптации», отмечена грифом РАО и рекомендована Министерством образования Саратовской области (на основании Приказа Министерства образования Саратовской области от 25 мая 2015 г. № 1579).

Методическое пособие адресовано психологам общеобразовательных учреждений, центров дополнительного образования детей, центров психолого-медико-педагогической службы.

ББК 88.8
УДК 159.9

© Н. Г. Клаус, 2017
© Е. М. Кобзева, 2017
© Издательство Московского
психолого-социального
университета, 2017

ISBN 978-5-9770-0919-5

В настоящее время предложено достаточно много хорошо работающих психологических программ, адресованных воспитателям детских садов и учителям начальных классов, способствующих умственному и личностному развитию дошкольников и младших школьников.

Для работы с подростками таких программ мало, хотя потребность в них очень велика, так как переход в среднюю школу предъявляет новые повышенные требования к психике и учебной деятельности детей. Этой потребности отвечает программа «Я выбираю успех!», разработанная Н. Г. Клацус и Е. М. Кобзевой, предназначенная школьным психологам и направленная на профилактику школьной дезадаптации и психологическое развитие младших подростков.

Это очень хорошая программа, которая вобрала в себя многое из того, что уже было сделано в этом направлении другими авторами, и которая вместе с тем отличается оригинальностью и подлинной новизной. Авторам удалось органично объединить в одной программе задачи умственного и личностного развития подростков, развития у них умения и желания учиться и развития навыков позитивного межличностного взаимодействия. В этом смысле в ней впервые реализован подлинно системный подход к целостному развитию всей психики ребенка, включающий в неразсторжимом единстве ее когнитивные, мотивационные, коммуникативные, эмоциональные и регуляторные компоненты.

Большим достоинством программы является то, что предлагаемая в ней последовательность заданий отвечает общему универсальному закону развития — зако-

ну развития от целого к частям, от общего к частному, от менее дифференцированных к все более расчлененно-дифференцированным формам познания и деятельности. Этот закон, который формулировался такими великими психологами, как Я. А. Коменский, Г. Гегель, Г. Спенсер, И. М. Сеченов и В. С. Соловьев, прекрасно практически реализован в последовательности заданий данной программы. В программе нет ничего искусственного и надуманного. Она органична и природосообразна, говоря словами Я. А. Коменского. Программа очень ясна и понятна. В ней нет ничего, что могло бы поставить в тупик школьного психолога и ребенка.

Нет сомнений, что школьные психологи, имея данную программу, получают прекрасное руководство для своей практической работы с младшими подростками. На очереди дня — программы такого же уровня для старших подростков и юношей.

*Н. И. Чуприкова,
доктор психологических наук, профессор,
главный научный сотрудник
Психологического института РАО*

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	7
Занятие 1	27
Занятие 2	43
Занятие 3	66
Занятие 4	70
Занятие 5	76
Занятие 6	79
Занятие 7	81
Занятие 8	85
Занятие 9	91
Занятие 10	103
Занятие 11	107
Занятие 12	114
Занятие 13	119
Занятие 14	126
Занятие 15	132
Занятие 16	137
Занятие 17	143
Занятие 18	149
Занятие 19	151
Занятие 20	157
Занятие 21	162
Занятие 22	168
Занятие 23	173

Занятие 24	179
Занятие 25	184
Занятие 26	189
Занятие 27	193
Занятие 28	201
Занятие 29	209
Занятие 30	214
Занятие 31	221
Занятие 32	226
Занятие 33	232
Занятие 34	240
Занятие 35	246
Занятие 36	252
Литература.....	279

Введение

Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье. В ситуации дискомфорта в первую очередь фрустрируется эмоциональная сфера, что вызывает тревожность как ответную реакцию на стрессовую ситуацию. По результатам психологических исследований выявлено, что в 5-х классах количество детей с высоким уровнем тревожности несколько выше, чем в других классах школы, и связано это с особенностями переходного периода из начальной школы в основную.

В письме Департамента общего и дошкольного образования Министерства образования РФ от 21.05.2004 № 14-51-140/13 «Об обеспечении успешной адаптации ребенка при переходе со ступени начального общего образования на основную» сказано: «Успешность адаптации школьника к обучению в 5–6-х классах зависит от реализации преемственных связей между начальным общим и основным общим образованием. При решении проблемы преемственности необходимо:

- учитывать психологические особенности 10–12-летних детей, вступающих в подростковый период развития; уровень познавательной деятельности, с которым ребенок перешел в 5-й класс;
- анализировать причины неуспешного адаптационного периода и возможности (пути) коррекции трудностей адаптации школьника.

Свидетельством дезадаптации школьников к условиям обучения в 5–6-х классах является снижение ин-

тереса к учению и успеваемости; появление признаков тревожности, неадекватных поведенческих реакций на замечания и реплики учителя; нарушение во взаимоотношениях со сверстниками».

Переход учащихся из начальной в среднюю школу совпадает с психологическими возрастными изменениями детей. Перед учащимися встают задачи адаптации к изменившимся условиям обучения: разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными педагогами, смена позиции «старшего» в начальной школе и «самого маленького» в средней, для некоторых учащихся — смена классного коллектива. Все это является довольно сложным испытанием для психики школьника.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. При этом выделяется два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

Для успешной адаптации к обучению в среднем звене и создания перспектив дальнейшего личностного развития к концу обучения в начальной школе должны появиться определенные психологические новообразования: субъектное отношение к учебной деятельности, наличие познавательного учебного мотива, новая позиция в отношениях с педагогами и сверстниками, определенный уровень когнитивной зрелости. В начале обучения в среднем звене для учащихся наиболее значимыми становятся учебные проблемы, отношения с педагогами, умение успешно осуществлять разнообразную интеллектуальную деятельность [в плане целеполагания, планирования шагов по решению интеллектуальной задачи, использования логических средств-операций, а также использования речи как инструмента мышления (система

устных доказательств, объяснений, умения задавать вопросы и др.)] (М. Р. Битянова и др.).

Однако не у всех пятиклассников на необходимом уровне сформированы составляющие психологической готовности к успешной адаптации. По данным диагностических исследований, ежегодно примерно 10–15 % пятиклассников испытывают трудности процесса адаптации, то есть входят в группу риска в плане учебной успешности, коммуникативной культуры и т. д. Таким образом, можно выделить следующие причины возможных трудностей в учении пятиклассников: типологические особенности ребенка, препятствующие адаптации к новым условиям; низкая мотивация учения, негативное отношение к школе; устойчивая завышенная самооценка; несформированность мыслительных операций. Своевременное выявление трудностей и организация профилактической работы, направленной на формирование необходимых составляющих психологической готовности, помогают снизить дезадаптационные риски.

Программа «Я выбираю успех!» разработана для профилактики рисков школьной адаптации учащихся младшего подросткового возраста.

Целью программы является создание психологических условий для формирования предпосылок успешного развития личностных и метапредметных компетенций учащихся в процессе дальнейшего обучения.

Задачи:

- профилактика всех форм школьной дезадаптации;
- целенаправленное формирование вербально-логических когнитивных структур, представленных как в конкретных своих проявлениях, так и в абстрактно-логической форме;
- формирование структурированной системы знаний о возможных способах и формах преобразования вербального материала;
- развитие различных видов памяти;

- развитие устойчивости, переключения внимания;
- развитие внутреннего плана действия, пространственных представлений;
- активизация и развитие приемов учебной деятельности;
- развитие умения ставить цели и планировать свою деятельность, в том числе учебную;
- развитие личностных характеристик учащихся: осознание ими разных видов поведения, положительных и отрицательных личностных качеств, формирование понимания о допустимых формах вербальных реакций в конфликтных ситуациях.

Принципы построения программы:

1. Принцип системности — применение алгоритма работы и использование возможностей всех основных направлений деятельности психолога.
2. Принцип целостности — осуществление работы со всей личностью в целом, во всем разнообразии ее познавательных, мотивационных, эмоциональных проявлений.
3. Принцип приоритетности профилактики и коррекции каузального типа. Коррекция каузального (причинного) типа предполагает устранение и нивелирование причин, порождающих сами эти проблемы и отклонения в развитии. Очевидно, что только устранение причин, лежащих в основе нарушения развития, может обеспечить наиболее полное разрешение проблем, ими вызванных.
4. Принцип деятельности — опора на ведущую деятельность и варьирование разнообразных видов деятельности.
5. Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей обучающихся.
6. Принцип практической направленности — формирование универсальных учебных действий (УУД),

способности их применять в практической деятельности и повседневной жизни.

7. Принцип программированного обучения — использование в программе ряда последовательных операций, выполнение которых сначала с психологом, а затем самостоятельно приводит к формированию необходимых умений и действий.
8. Принцип возрастания сложности. Каждое задание проходит ряд этапов: от минимально простого к максимально сложному. Формальная сложность материала не всегда совпадает с его психологической сложностью. Наиболее эффективна коррекция на максимальном уровне трудности, доступном конкретному ребенку, что позволяет поддерживать интерес в коррекционной работе и дает возможность испытать радость преодоления.
9. Принцип учета эмоциональной сложности материала. Предъявляемый материал должен создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции.

Данная программа рассчитана на один учебный год и реализуется в период с сентября по май. Программа состоит из 36 занятий, 1 раз в неделю по 45 минут.

Этапы реализации программы:

- I. Диагностический этап (сентябрь).
- II. Практический (сентябрь — май).
- III. Обобщающий (май).

Мероприятия программы:

I этап. Цель — выявление актуального уровня и определение существующих проблем когнитивно-личностного развития учащихся.

- Входная диагностика УУД (личностных, познавательных, регулятивных, коммуникативных) учащихся 5-х классов.
- Обработка результатов.

- Анализ актуального состояния развития УУД.

II этап. Цель — профилактика возможных проблем обучения и общения учащихся на этапе перехода в среднюю школу.

- Проведение занятий, направленных на коррекцию и развитие когнитивно-личностной сферы учащихся.

III этап. Цель — определение индивидуальной эффективности профилактической работы с учащимися.

- Итоговая диагностика УУД (личностных, познавательных, регулятивных, коммуникативных) учащихся 5-х классов по результатам прохождения программы.
- Обработка и сравнительный анализ результатов диагностики.
- Анализ результатов эффективности прохождения программы учащимися.

Занятия должны проводиться педагогом-психологом соответствующего образования, так как именно психолог может при необходимости внести изменения в содержание занятий и определенное задание, оценить эффективность занятия и степень помощи, которую следует оказать обучающимся.

Программа «Я выбираю успех!» разработана для учащихся 5-х классов (10–11-летнего возраста). Может проводиться как со всем классом, так и с выделенной группой учащихся по результатам диагностики готовности к обучению в среднем звене.

Основной задачей занятий по данной программе является комплексное системное развитие познавательной, личностной сфер, навыков межличностного взаимодействия и формирование умения учиться.

Младший подростковый возраст — время бурного и плодотворного развития познавательных процессов. С 11 до 14 лет происходит становление избирательности, целенаправленности восприятия, устойчивого, про-

извольного внимания и логической памяти. В это время активно формируется абстрактное, теоретическое мышление. Задания на развитие мышления представлены в соответствии с дифференционно-интеграционной теорией развития Н. И. Чуприковой: в логической последовательности от простого к сложному, от работы с внешней формой слова — к работе с внутренней формой. Все это содействует развитию у учащихся способности к рассуждениям, формированию разных видов логически правильных суждений и умозаключений.

Сфера общения начинает играть ведущую роль в личностном развитии подростков: возникает интерес к своим личностным качествам, актуальным становится процесс самопознания, появляется желание иметь свою точку зрения, все взвесить и осмыслить. Работа на занятиях в этом направлении начинается с представлений учащихся о том, что все люди разные. Затем прорабатываются знания о положительных и отрицательных личностных качествах, проводится идентификация и дифференциация собственных психологических особенностей и психологических особенностей сверстников. В дальнейшем отрабатывается умение различать признаки уверенного, неуверенного и грубого поведения, как своего, так и окружающих людей. В результате занятий по программе «Я выбираю успех!» у учащихся формируется адекватная самооценка, складываются навыки сотрудничества, улучшаются взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.

Умение учиться предполагает свободную ориентировку в любой научной информации, умение применять и самостоятельно добывать знания. Упражнения, развивающие умения учиться, включают умения планировать свою деятельность, работать с текстом, адекватно воспринимать свои ошибки.

Развитие абстрактного мышления, способности к логически правильным суждениям и умозаключениям,

формирование умения учиться являются необходимыми предпосылками овладения знаниями, предусмотренными программой средней школы.

Особенностью данной программы является то, что последовательность предлагаемых упражнений строится в соответствии с универсальным законом развития от целого к частям, от общего к частному, к развитию все более дифференцированной структуры когнитивной и личностной сфер учащихся (Н. И. Чуприкова).

Направления работы:

- Психологическая профилактика — предупреждение возможных психологических проблем адаптационного периода и дезадаптивного поведения у учащихся 5-х классов: повышенной тревожности, учебной неуспешности, психологических перегрузок, проблем общения со сверстниками и взрослыми.
- Психологическая диагностика — изучение уровня развития УУД учащихся с целью выявления причин возникновения проблем в обучении и общении, определения способов их устранения и отслеживания эффективности профилактической программы.
- Психологическая развивающая работа — устранение проблем в обучении и общении учащихся на этапе перехода из начальной школы в среднюю.

Методы и приемы работы:

- групповая дискуссия;
- мозговой штурм;
- беседа;
- ролевая игра;
- рефлексия;
- памятки.

Структура занятия

Каждое занятие программы состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Вводная часть включает упражнения «мозговой гимнастики» и блицопрос. Система вопросов взята из программы О. А. Холодовой, Е. А. Моренко [21].

Комплекс «Гимнастика мозга» разработан в 1970-х годах американским доктором П. Деннисоном и направлен на восстановление, активацию, тренировку различных сенсорных навыков.

Блицопрос состоит из 10 вопросов, которые зачитываются учащимся в быстром темпе. Целями блицопроса являются: создание положительного эмоционального фона, активизация мыслительных процессов, развитие сообразительности, формирование готовности к переработке информации и быстрому ответу.

Основная часть программы направлена на формирование предпосылок успешного развития личностных и метапредметных компетенций учащихся в процессе дальнейшего обучения. С помощью упражнений основной части программы решаются три глобальные задачи младшего подросткового возраста: развитие психических процессов; повышение эффективности приемов учебной деятельности, их усовершенствование; развитие коммуникативной и эмоционально-волевой сфер.

Упражнения на развитие познавательной сферы в основном заимствованы из программы Н. П. Локаловой [11]. Некоторые задания на развитие коммуникативной и эмоционально-волевой сфер взяты из программ Н. П. Локаловой [11], Е. М. Лепешовой [10], Е. Г. Коблик [9], Н. Л. Сомовой [19].

При выполнении заданий основной части программы важно учитывать темп работы учащихся: прежде чем переходить к следующему упражнению, нужно полностью выполнить (отработать) предыдущее.

Заключительная часть занятия включает рефлекссию своих достижений в процессе занятий, когда учащиеся по желанию отвечают на три вопроса, подводя итог за-

нению. Задачами заключительной части занятия являются осмысление знаний, полученных на занятии; развитие умений выделять главное в изученном материале и грамотно формулировать свои мысли.

Структура профилактической программы

Программа состоит из методического пособия и рабочей тетради для учащихся. Методическое пособие включает описание программы, учебно-тематическое планирование, перечень развиваемых психических процессов и учебных умений, подробные конспекты каждого занятия, комплекс методик первичной и повторной диагностик с описанием обработки и интерпретации результатов.

Рабочая тетрадь состоит из двух частей. Каждая часть содержит бланки диагностических комплексов, упражнения с инструкциями. В приложении к каждой части рабочей тетради размещены памятки, которые обсуждаются, некоторые из них учащиеся записывают под руководством психолога. По окончании занятий памятки вырезают из тетрадки и оформляют в отдельную папку. Полученным материалом пятиклассники смогут воспользоваться в течение всего периода обучения в школе для правильной организации учебной деятельности.

Планируемые результаты:

- нивелирование дезадаптивных факторов при переходе учащихся в среднее звено школы;
- снижение тревожности, связанной с различными аспектами школьной жизни, до уровня, соответствующего возрастной норме;
- развитие культуры общения младших подростков со сверстниками и взрослыми;
- формирование вербально-логических когнитивных структур, которые проявляются в повышении уровня учебных умений и навыков;

- повышение эффективности приемов учебной деятельности;
- повышение уровня самостоятельности, учебной активности, познавательной мотивации, творческих способностей.

Оценка достижений учащихся происходит по итогам входной и повторной диагностики, по результатам наблюдений за деятельностью учащихся в ходе занятий, на основании самоотчетов учащихся, опроса педагогов.

Диагностическая программа прошла успешную апробацию на базе муниципальных общеобразовательных учреждений г. Саратова: МОУ «СОШ № 6» Октябрьского района, МАОУ «Лицей № 37» Фрунзенского района и МАОУ «Лицей № 3 им. А. С. Пушкина» Октябрьского района.

Авторы выражают искреннюю признательность и благодарность руководителям МОУ «СОШ № 6» г. Саратова Александру Николаевичу Пажитневу и МАОУ «Лицей № 37» г. Саратова Людмиле Викторовне Сафоновой, заместителю директора по учебной работе МОУ «СОШ № 6» Нине Георгиевне Лабунской и ученикам 5-х классов за активную помощь в апробации программы.

Учебно-тематическое планирование

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
1	1. Выяснение ожиданий детей. 2. Развитие умения видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы. 3. Диагностика интеллектуальных способностей учащихся. 4. Диагностика уровня познавательной мотивации.	1. Вводная беседа. 2. Групповой интеллектуальный тест (ГИТ) Дж. Ванны. 3. Анкета мотивации Н. Г. Лускановой.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика свойств внимания, волевой регуляции, работоспособности. 2. Исследование уровня школьной тревожности учащихся. 3. Исследование степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тест Э. Тулуза – А. Пьерона. 2. Тест Б. Н. Филиппса. 3. Анкета «Мой класс» Ю. З. Гильбуха.
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (синтез). 2. Развитие переключения внимания. 3. Рефлексия личностных качеств. 4. Формирование личной мотивации обучения в средней школе, осознание своих целей. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Три слова. 2. Называйте и считайте. 3. Знакомство с самим собой. 4. Мои цели.
4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (анализ через синтез). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Ослабление негативных переживаний школьных ситуаций. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составьте слова. 2. Представьте куб. 3. Рисуем слово.
5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (анализ через синтез). 2. Развитие слуховой памяти. 3. Формирование осознания необходимости правильной подготовки к урокам на основе знаний о требованиях к ответам. 4. Рефлексия чувств. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отгадайте слова. 2. Запомни и ответь. 3. Что важно при ответе. 4. Какие мы разные.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (вербальный анализ). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Развитие концентрации и устойчивости внимания. 4. Рефлексия личностных качеств. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Объясните греческие слова. 2. Необычные ножницы. 3. «Муха». 4. Я узнаю себя.
7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование осознанного подхода к учебному материалу. 2. Развитие мышления (установление сходства, противоположности). 3. Развитие мышления (гибкость). 4. Рефлексия личностных качеств. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Как я воспринимаю информацию. 2. Выберите синонимы и антонимы. 3. Способы применения предмета. 4. Я – ромашка.
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие пространственных представлений. 2. Развитие вербального мышления. 3. Проработка самоорганизации запоминания материала. 4. Развитие внимания (в условиях коллективной деятельности). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Слово в зеркале. 2. Подберите синонимы и антонимы. 3. Секреты хорошей памяти. 4. Делаем вместе.
9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие мышления (установление сходства, противоположности, различия). 2. Проработка приемов запоминания. 3. Осознание своих личностных качеств и качеств сверстников, развитие навыков взаимодействия. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Одинаковые? Противоположные? Разные? 2. Приемы запоминания. 3. Своя психогеометрия.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
10	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие разных видов памяти. 2. Развитие пространственных представлений. 3. Рефлексия собственных чувств. 4. Повышение самооценки, групповой сплоченности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тренируем разные виды памяти. 2. Вид комнаты сверху. 3. Что я чувствую? 4. Compliments.
11	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления (выделение существенных признаков). 2. Формирование умения выделять главное. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Существенные и несущественные признаки. 2. Учимся выделять главное.
12	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления. 2. Развитие внимания (устойчивость). 3. Формирование умения учащихся владеть основными приемами работы с текстом (составление плана). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Объясните фразеологизмы. 2. Стенографы. 3. Приемы работы с текстом.
13	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления. 2. Развитие концентрации и устойчивости внимания. 3. Формирование умения учащихся владеть основными приемами работы с текстом (вопросы к тексту). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбери пословицы. 2. «Муха». 3. Приемы работы с текстом. 4. Учимся планировать.
14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления (преобразование предложений без изменения смысла). 2. Развитие слуховой памяти, перевод слуховой модальности в кинестетическую. 3. Формирование понимания важности рациональной организации времени. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выразите разными словами. 2. Пантомима. 3. Как управлять временем.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
15	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие вербального мышления (определение понятий). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Отработка навыков планирования и регулирования своей деятельности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Какое это понятие. 2. Найдите лишнюю фигуру. 3. Условия выполнения плана. 4. Учимся планировать время.
16	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). 2. Развитие внимания (устойчивость в условиях коллективной деятельности). 3. Формирование умения анализировать намеченное и оценивать свои возможности. 4. Отработка навыка анализа и составления плана. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сравниваем понятия. 2. Делаем вместе. 3. Условия выполнения плана. 4. Ошибки планирования.
17	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие умения выделять смысл текста. 2. Формирование умения грамотно работать со стихотворным текстом. 3. Развитие умения различать виды вербальных реакций. 4. Анализ достижения личных целей. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Смысл притчи. 2. Как учить стихотворение. 3. Какие слова легче. 4. Мои цели.
18	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие умения различать невербальные виды поведения. 2. Отработка умения грамотно работать со стихотворным текстом и навыка декламации. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Кто это? 2. Фестиваль чтецов.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
19	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). 2. Формирование приемов подготовки к написанию сочинения. 3. Развитие стилистической грамотности. 4. Развитие умения различать виды поведения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сравниваем понятия. 2. Что важно при написании сочинения. 3. Найди ошибки в сочинении. 4. Как попросить и отказать.
20	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). 2. Развитие слуховой памяти. 3. Формирование приемов подготовки домашних заданий (решение задач). 4. Формирование личной мотивации обучения, осознание своих целей. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сравниваем понятия. 2. Свиристель. 3. Как выполнять домашнее задание (решение задачи). 4. Мои цели.
21	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (отработка умения дифференцировать отношения между понятиями «часть — целое» и «обобщение — конкретизация»). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Формирование приемов подготовки домашних заданий (устные задания). 4. Развитие умения различать виды поведения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сравниваем понятия. 2. Дополните до куба. 3. Как выполнять домашнее задание (устные задания). 4. Какое бывает поведение?
22	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (разделение понятий). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Развитие воображения. 4. Развитие эмоциональной сферы. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разделите понятия. 2. Перекресток. 3. Придумайте предметы. 4. Как пережить обиду.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
23	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логического мышления (разделение общих понятий на видовые по единому основанию, знакомство с иерархической схемой понятий). 2. Развитие пространственных представлений, слуховой памяти. 3. Формирование мотивации достижения успеха в ситуации учебной ошибки. 4. Выработка правильного отношения к неудачам и ошибкам. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Деление понятий. 2. Рисуем в уме. 3. На ошибках учатся. 4. Уроки ошибок.
24	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления (определение видов суждений). 2. Развитие пространственных представлений. 3. Выяснение представлений учащихся о дружбе. 4. Развитие тактильной памяти, речи. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определите вид суждения. 2. Переворот фигур. 3. Что такое дружба. 4. Угадай предмет.
25	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие перцептивно-эмоциональной сферы. 3. Формирование представлений о качествах настоящего друга. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Измените форму, не меняя содержания. 2. Учимся различать эмоции. 3. Настоящий друг.
26	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие воображения. 3. Отработка навыков группового взаимодействия. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Измените форму, не меняя содержания. 2. Соедините точки. 3. Сказка на новый лад.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
27	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие внимания (устойчивости). 3. Отработка навыков подготовки к контрольной работе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Измените форму, не меняя содержания. 2. Стенографы. 3. Подготовка к контрольной работе.
28	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие слуховой памяти. 3. Формирование знаний учащихся об уровнях самооценки. 4. Развитие умения различать уровни самооценки в поведении. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Измените форму, не меняя содержания. 2. Запомни и ответь. 3. Самооценка. 4. Что скрывает поведение.
29	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие пространственных представлений. 3. Формирование знаний учащихся об уровне самооценки. 4. Развитие умения поддерживать адекватную самооценку. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учимся рассуждать. 2. Переворот фигур. 3. Моя самооценка. 4. Как поддерживать адекватную самооценку.
30	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие слухового восприятия. 3. Развитие навыков общения и разрешения конфликтов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учимся рассуждать. 2. Составь вопрос. 3. Конфликт или взаимодействие.
31	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие пространственных представлений. 3. Отработка навыков формулирования Я-высказывания. 4. Формирование навыков взаимопонимания в совместной работе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учимся рассуждать. 2. Переворот фигур. 3. Я-высказывания. 4. Рисунок по инструкции.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
32	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Выработка стратегии уверенного поведения при устном ответе у доски. 3. Развитие пространственных представлений. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учимся рассуждать. 2. Искусство устного ответа. 3. Развертка с буквами.
33	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие логических форм вербального мышления. 2. Развитие концентрации внимания. 3. Формирование знаний учащихся о причинах лени и способах ее преодоления. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учимся рассуждать. 2. Найдите птиц. 3. Как бороться с ленью.
34	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование логико-семантических и понятийных структур. 2. Осознание важности постановки реальных целей и стремления к их достижению. 3. Формирование умения анализировать и ставить личные цели. 4. Рефлексия курса занятий. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Как будет по-русски? 2. Как выработать силу воли? 3. Ставим цели. 4. Опросник.
35	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика интеллектуальных способностей учащихся. 2. Диагностика уровня познавательной активности и мотивации достижения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Групповой интеллектуальный тест Дж. Ванны. 2. Методика А. М. Прихожан.

№ урока	Задачи занятия	Содержание занятия
36	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика волевой регуляции. 2. Исследование уровня школьной тревожности учащихся. 3. Диагностика степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса. 4. Изучение эмоционально-оценочного отношения к предметам. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тест-опросник А. В. Зверькова, Е. В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции». 2. Тест Б. Н. Филлипса. 3. Опросник Ю. З. Гильбуха «Мой класс». 4. Цветоассоциативная методика А. М. Парачева.

Перечень развиваемых психических процессов и учебных умений, представленных в программе

Психические процессы и учебные умения	Представленность по занятиям
Мышление	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34
Внимание	3, 6, 8, 12, 13, 16, 27, 33
Память	5, 10, 14, 20, 23, 24, 28
Воображение	22, 24, 26
Слуховое восприятие	30
Развитие личностной сферы	3, 6, 7, 9, 10, 17, 21, 23, 25, 28, 29, 31, 32, 33, 34
Развитие коммуникативной сферы	9, 10, 17, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32
Развитие мотивации	3, 20, 23, 34
Развитие пространственных представлений	4, 6, 8, 10, 15, 21, 22, 23, 24, 29, 31, 32
Развитие умения учиться	5, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 27

Занятие 1¹

Задачи занятия:

1. Выяснение ожиданий детей.
2. Развитие умения видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.
3. Диагностика интеллектуальных способностей учащихся.
4. Диагностика уровня познавательной мотивации.

Вводная беседа. В жизни нам постоянно приходится привыкать к чему-то новому. В этом году вы стали пятиклассниками, взрослыми и самостоятельными учениками средней школы. Вы уже почувствовали, что обучение отличается от того, что было раньше: у вас появилось много новых учителей, новые предметы, новые одноклассники. Наверняка у вас возникли вопросы. Давайте поговорим о том, что вам нравится в школе в этом году, а что нет. (Ответы детей можно записывать на доске. Желательно, чтобы высказался каждый ребенок.)

Перед вами две колонки ответов. Хочу обратить ваше внимание, что психология — это объективная наука, которая помогает рассматривать ситуации с разных точек зрения. Представьте стакан, который до середины наполнен водой. Одни люди посмотрят и скажут, что стакан наполовину пустой, а другие — наполовину полный. И то и другое — верно, однако эти высказывания выражают разное отношение к происходящему. Позитивное отношение к фактам и людям лучше, чем критическое. Каждому из нас приятнее, когда в конкретной ситуации или в наших ошибках люди видят хоть что-то положи-

¹ Диагностические занятия (1, 2 и 35, 36) желательно проводить спаренным уроком.

тельное, ведь любую ошибку можно исправить. Давайте попробуем увидеть положительные стороны в новой ситуации обучения. (Примеры: «У нас появились новые учителя, у них новые требования, к ним трудно привыкать. — Зато интересно, узнаешь новых людей»; «Задают много домашних заданий. — Учишься быть более организованным»).

Мы с вами сейчас приоткрыли завесу психологии и научились находить позитивное в том, что сначала воспринимается нами как негативное. В дальнейшей работе нас ждет еще немало интересного.

А теперь посмотрим, насколько хорошо вы умеете логически мыслить. (Диагностический комплекс в начале программы проводится в случае, если с данными учащимися в 4-м классе не проводилось исследование готовности к обучению в среднем звене. Диагностика обязательно проводится с вновь прибывшими учащимися.)

Диагностика интеллектуальных способностей проводится с помощью Группового интеллектуального теста Дж. Вана.

Оцениваемые УУД: познавательные УУД — уровень сформированности логических действий.

Цель исследования: определить уровень сформированности вербально-логического мышления обучающихся.

Общая инструкция учащимся перед началом выполнения теста. Вы будете выполнять задания, которые отличаются от тех, что вы обычно решаете в школе. При этом вы должны показать, как вы умеете быстро и правильно думать. Старайтесь работать как можно лучше. Каждый (даже тот, кто в учебе был не так успешен) имеет возможность показать, чего он может добиться. Задания наверняка вас заинтересуют, вначале они проще, а затем постепенно будут усложняться. Возможно, вам не удастся решить в установленное время все задания, но если вы

будете стараться работать быстро и правильно, то ваши результаты будут хорошими. Перед каждым типом задания я буду объяснять вам, как его решать. Как только начнете работать, уже нельзя будет ничего спрашивать и оглядываться. Будьте очень внимательны и четко следуйте моим инструкциям.

Учащиеся открывают в рабочих тетрадях занятие 1. Учащиеся I варианта выполняют форму А, II варианта – форму Б. Далее психолог объясняет, как выполнять субтест (стимульный материал, инструкции к каждому субтесту и примеры субтестов с 3-го по 6-й даны в тетрадях).

Время решения отдельных субтестов

1. Исполнение инструкций	4 мин.
2. Арифметические задачи	6 мин.
3. Дополнение предложений	5 мин.
4. Определение сходства и различия понятий	1,5 мин.
5. Числовые ряды	4 мин.
6. Установление аналогий	3 мин.
Итого:	23,5 мин.

Описание субтестов

1. Исполнение инструкций (20 заданий). Направлен на выявление скорости понимания простых указаний и их осуществления, определяет формально-динамические характеристики протекания вербальных мыслительных процессов, результативность зависит от скоростных возможностей речемыслительной деятельности, т. е. лабильности нервной системы.

2. Арифметические задачи (20 заданий). Диагностирует сформированность математических знаний и действий, которые усваиваются в процессе обучения. Выявляет умение ориентироваться в условиях задачи, способность к математическому анализу и синтезу, логическому умозаключению и математическому обобщению, что не позволяет считать этот субтест только показателем обученности математическим навыкам. Это подтверждается и многочисленными результатами диагностики: самый низкий уровень выполнения заданий по всему тесту — своеобразный провал выполнения заданий по субтестам, причем практически независимый от параллели и типа школы (в специализированных математических школах уровень выполнения субтеста хотя и выше, чем в обычных школах, однако ниже, чем уровень выполнения других субтестов).

3. Дополнение предложений (20 заданий). Оценивает понимание смысла отдельных предложений, развитие языковых навыков, умение оперировать грамматическими структурами, зависит от словарного запаса учащихся.

Анализ субтеста «Дополнение предложений» показывает уровень владения речью как инструментом мышления, поскольку для правильной реконструкции деформированного предложения необходимо не только понять, о чем идет речь, но и правильно написать необходимые слова или словосочетания: использовать нужные окончания, падежи, предлоги. О высоком уровне развития свидетельствует грамотное употребление необходимых слов/словосочетаний.

В целом анализ письменного материала при выполнении теста позволят судить об уровне развития тонкой моторики и зрительно-моторной координации. На высокий уровень развития указывает разборчивый почерк и аккуратность выполнения работы.

4. Определение сходства и различия понятий (40 заданий). Проверяет умения анализировать понятия, сравнивать их на основе выделения существенных признаков; сформированность операции сравнения и осведомленность в понятиях разного содержания.

5. Числовые ряды (20 заданий). Выявляет умение находить логические закономерности построения математической информации, аналитико-синтетические математические способности практически без вовлечения в процесс решения вербальных структур.

6. Установление аналогий (40 заданий). Диагностирует умение мыслить по аналогии. Определяет уровень развития операции обобщения и анализа логических отношений, уровень развития словесно-логического мышления, показывает потенциальные возможности учащегося, динамику возрастных изменений (с возрастом повышается успешность решения задач на аналогии).

Обработка результатов тестирования

I. Общие рекомендации

При обработке результатов в первую очередь необходимо придерживаться следующих принципов:

1) каждое выполненное задание должно оцениваться экспериментатором или как правильное, или как неправильное;

2) если испытуемый исправил ответ, то оценивается исправленный.

Для обработки результатов ниже даны ответы на вопросы теста. Каждое задание в субтестах обозначено цифрой справа. Если решение ошибочно, то соответствующая цифра в тестовой тетрадке при обработке зачеркивается. Если задание выполнено правильно, цифра обводится в кружок, и в итоге по кружкам подсчитывается количество правильно выполненных заданий субтеста.

II. Обработка отдельных субтестов

Субтест 1. Правильными признаются только те способы решения, которые обозначены в шаблоне. Задания, в которых необходимо выполнить две или несколько инструкций, оцениваются как ошибочные, если хотя бы одна инструкция в этом задании выполнена неправильно.

Например, в задании 5 теста 1А необходимо вписать слово «восходит» в предложение «Солнце _____ на востоке» и не ставить крестик в пропущенное место. Если ребенок правильно вписал слово «восходит», но в то же время не выполнил первое условие, то задание 5 считается выполненным неправильно, и при первичной обработке цифра 5 в тестовой тетради зачеркивается. Точно так же ошибкой считается, если ребенок не поставил крестик, но дополнил предложение не так, как указано в ответах.

За каждое правильно выполненное задание ученик получает 1 балл, таким образом, максимально возможная оценка за выполнение субтеста составляет 20 баллов.

Субтест 2. За каждую правильно решенную задачу ученик получает 1 балл. Максимальное количество баллов — 20.

Субтест 3. Задание считается выполненным неправильно, если в предложении не хватает одного слова, или хотя бы одно слово дополнено неправильно, или вписаны два слова вместо одного. Грамматически неправильное дополнение оценивается как ошибка. Ошибки правописания не учитываются. Наряду со словами, приведенными в образце, могут встречаться и другие, которые можно признать правильными, если они синонимы. В некоторых предложениях в исключительных случаях встречаются индивидуальные решения, которые признаются правильными, если они по смыслу и грамматически верны.

За каждое правильно выполненное задание ученик получает 1 балл. Максимальное количество баллов — 20.

Субтест 4. Подсчет баллов за выполнение данного субтеста отличается от остальных. За каждую правильно поставленную букву (Р или С) ученику начисляется 1 балл. Однако при подсчете общего результата за выполнение субтеста из количества правильных решений вычитается количество ошибок. Таким образом, при правильном выполнении всех заданий субтеста ученик может получить максимальный балл, равный 40. В то же время минимальный результат, равный 0 баллов, может быть получен учащимися при одинаковом количестве правильных и ошибочных решений. 0 баллов ученик получает и тогда, когда количество ошибочных решений превышает количество правильных.

Субтест 5. При выполнении заданий субтеста каждый арифметический ряд должен быть продолжен двумя числами. Если проставлено только одно число, то решение считается неправильным. Если ряд продолжен более чем двумя числами, то при оценке учитываются только два первых. За каждое правильно выполненное задание ученику начисляется 1 балл. Максимальный результат за выполнение данного субтеста — 20 баллов.

Субтест 6. Успешным считается такое решение задания, когда из четырех слов ответа подчеркнуто правильное. Если из четырех слов ответа подчеркнуты два или больше слов и ни одно из них не обозначено каким-либо особым образом, то решение считается неправильным. Общий балл за выполнение субтеста равен количеству правильно выполненных заданий. Максимальный суммарный балл равен 40.

Ключи

Шаблон А					
1. Инструкции		2. Арифметические задачи		3. Предложения	
1.	xxx (+++)	1.	23	1.	работает
2.	$\frac{3}{2}$	2.	8	2.	животное
3.	М̇	3.	9	3.	месяц
4.	сестра,	4.	16	4.	солнце __ заходит
5.	восходит	5.	270	5.	листья __ падают
6.	4	6.	3000	6.	или __ ручкой
7.	грибы	7.	18	7.	поднимет __ кого __ силы
8.	дерево	8.	3,6	8.	Если __ хорошая __ на
9.	#а	9.	8	9.	которое __ вести
10.	≠ 60	10.	10	10.	бы __ но __ потому что __ болеет
11.	≠ Р	11.	12	11.	условием __ здоровья
12.	нет	12.	21	12.	вода __ жажду
13.	4	13.	96	13.	для __ дороже __ чем
14.	сфн	14.	40	14.	половина __ века __ открытий
15.	?	15.	18	15.	что __ часто __ говорил
16.	○ ⊗	16.	27	16.	надеяться __ себя __ не/потом __ другого
17.	больше	17.	6	17.	избегает __ чтобы
18.	случай	18.	$\frac{1}{4}$	18.	высокая __ должно
19.	Й □ А	19.	1,5	19.	заинтересован __ результатах __ чем __ методах __ достигнуты
20.		20.	96	20.	случайности __ возникновении __ предвидеть

Шаблон А										
4. Различия				5. Числовые ряды			6. Аналогии			
1.	Р	21.	С	1.	9	10	1.	резать	21.	Будапешт
2.	Р	22.	Р	2.	35	40	2.	кровать	22.	книга
3.	Р	23.	Р	3.	2	1	3.	деревья	23.	худой
4.	Р	24.	С	4.	3	3	4.	уксус	24.	жажда
5.	С	25.	С	5.	21	24	5.	мышь	25.	удочка
6.	Р	26.	С	6.	2	2	6.	300	26.	отвращать
7.	Р	27.	Р	7.	29	33	7.	рыба	27.	температура
8.	С	28.	С	8.	15	15	8.	рука	28.	Я
9.	Р	29.	С	9.	20	21	9.	есть	29.	дно
10.	Р	30.	С	10.	64	128	10.	четверг	30.	мясо
11.	Р	31.	С	11.	7	4	11.	пол	31.	короткий
12.	Р	32.	С	12.	25	32	12.	пища	32.	неделя
13.	Р	33.	Р	13.	15	17	13.	книги	33.	пар
14.	Р	34.	С	14.	15	14	14.	ствол	34.	враг
15.	С	35.	С	15.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{8}$	15.	радость	35.	потерять
16.	Р	36.	С	16.	15	11	16.	краска	36.	директор
17.	С	37.	С	17.	9	16	17.	лето	37.	строить
18.	Р	38.	Р	18.	50	65	18.	фрукты	38.	животное
19.	С	39.	С	19.	9	6	19.	гнездо	39.	целое
20.	Р	40.	С	20.	38	76	20.	15	40.	достоверный

Шаблон Б					
1. Инструкции		2. Арифметические задачи		3. Предложения	
1.	§	1.	22	1.	работают
2.		2.	7	2.	день
3.	<u>Р</u>	3.	8	3.	животное
4.	девочка,	4.	15	4.	или __ девочкой
5.	заходит	5.	320	5.	птицы __ кладут
6.	2	6.	5000	6.	которую __ картинок
7.	дерево	7.	12	7.	радость __ работа
8.	утро	8.	2,8	8.	Если __ погода
9.		9.	6	9.	видеть __ когда __ солнце
10.	$\neq 24$	10.	10	10.	Год __ кончается
11.	$\neq B$	11.	14	11.	дороже __ чем
12.	да	12.	65	12.	условие __ жизни
13.	5	13.	17	13.	хотел __ но __ так как __ денег
14.	лѐв	14.	60	14.	половина __ века __ космических
15.	X	15.	8	15.	давать __ трудно __ со- веты
16.		16.	24	16.	надеяться __ себя __ не/ потом __ другого
17.	большне	17.	4	17.	теряет __ слишком
18.	<u>конец</u>	18.	$\frac{1}{4}$	18.	большая __ быть
19.		19.	2,5	19.	заинтересован __ результатах __ чем __ средствах __ получены
20.		20.	72	20.	предшествует __ вызы- вая __ причиной

Шаблон Б										
4. Различия				5. Числовые ряды			6. Аналогии			
1.	Р	21.	С	1.	10	11	1.	греть	21.	уголь
2.	С	22.	С	2.	40	45	2.	самолет	22.	Я
3.	Р	23.	С	3.	3	2	3.	змея	23.	сутки
4.	Р	24.	С	4.	2	2	4.	сахар	24.	усилие
5.	С	25.	С	5.	28	32	5.	Будапешт	25.	25
6.	Р	26.	С	6.	6	4	6.	нога	26.	слабый
7.	Р	27.	Р	7.	20	23	7.	среда	27.	колосья
8.	Р	28.	С	8.	16	16	8.	цветы	28.	вредить
9.	С	29.	С	9.	22	23	9.	пальто	29.	враг
10.	Р	30.	С	10.	64	128	10.	воздух	30.	директор
11.	Р	31.	С	11.	6	3	11.	400	31.	хлеб
12.	Р	32.	С	12.	23	30	12.	хвоя	32.	низкий
13.	Р	33.	Р	13.	17	19	13.	ловить	33.	карандаш
14.	Р	34.	С	14.	14	13	14.	наказание	34.	мышь
15.	С	35.	С	15.	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{8}$	15.	давление	35.	движение
16.	Р	36.	С	16.	13	9	16.	потолок	36.	потерять
17.	Р	37.	Р	17.	10	17	17.	слякоть	37.	потолок
18.	С	38.	С	18.	44	58	18.	вода	38.	хищник
19.	Р	39.	Р	19.	12	9	19.	молот	39.	конец
20.	Р	40.	С	20.	30	60	20.	напиток	40.	достоверный

Образовательно-возрастные нормативы выполнения теста ГИТ

Уровень интеллектуального развития	Ед. изм.	4-е классы	5-е классы	6-е классы
Высокий	Б.	≥ 88	≥ 96	≥ 104
Выше нормы	Б.	72–87	80–95	88–103
Норма	Б.	56–71	64–79	72–87
Ниже нормы	Б.	40–55	48–63	56–71
Низкий	Б.	24–39	32–47	40–55
Очень низкий	Б.	≤ 23	≤ 31	≤ 39

Исследование уровня мотивации проводится с применением Анкеты школьной мотивации Н. Г. Лускановой.

Оцениваемые УУД:

1. Личностные УУД — рефлексивное отношение школьника к учению, личностный смысл учения (уровень сформированности эмоционального отношения к школе, наличие стремления выполнять все предъявляемые школой требования, желание показать себя с лучшей стороны).
2. Коммуникативные УУД — потребность в общении со взрослыми и сверстниками, эмоциональное отношение к процессу сотрудничества.

Цели исследования:

1. Определить уровень школьной мотивации.
2. Выявить уровень сформированности сложившихся отношений с учителем и одноклассниками.

Инструкция. Прочитайте внимательно вопросы, которые описывают ваше отношение к школе. К каждому вопросу предлагается три варианта ответа: а, б, в. Выберите тот вариант ответа, который вам подходит, и подчеркните его.

1.	Как ты чувствуешь себя в школе?	а) мне в школе нравится; б) мне в школе не очень нравится; в) мне в школе не нравится
2.	С каким настроением ты идешь утром в школу?	а) с хорошим настроением; б) бывает по-разному; в) чаще хочется остаться дома
3.	Если бы тебе сказали, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, как бы ты поступил?	а) пошел бы в школу; б) не знаю; в) остался бы дома

4.	Как ты относишься к тому, что у вас отменяют уроки?	а) мне не нравится, когда отменяют уроки; б) бывает по-разному; в) мне нравится, когда отменяют уроки
5.	Как ты относишься к домашним заданиям?	а) я хотел бы, чтобы домашние задания были; б) не знаю, затрудняюсь ответить; в) я хотел бы, чтобы домашних заданий не было
6.	Хотел бы ты, чтобы в школе были одни перемены?	а) нет, не хотел бы; б) не знаю; в) да, я хотел бы, чтобы в школе были одни перемены
7.	Рассказываешь ли ты о школе своим родителям или друзьям?	а) рассказываю часто; б) рассказываю редко; в) вообще не рассказываю
8.	Как ты относишься к своему классному руководителю?	а) мне нравится наш классный руководитель; б) не знаю, затрудняюсь ответить; в) я хотел бы, чтобы у нас был другой классный руководитель
9.	Есть ли у тебя друзья в классе?	а) у меня много друзей; б) у меня мало друзей; в) у меня нет друзей в классе
10.	Как ты относишься к своим одноклассникам?	а) мне нравятся мои одноклассники; б) мне не очень нравятся мои одноклассники; в) мне не нравятся мои одноклассники

Обработка результатов

I. Количественный анализ

Для дифференцирования детей по уровню школьной мотивации разработана система балльных оценок:

- 1) ответ ребенка, свидетельствующий о его положительном отношении к школе и предпочтении им учебных ситуаций (вариант а), оценивается в 3 балла;

- 2) нейтральный (вариант б) ответ оценивается в 1 балл;
- 3) ответ, свидетельствующий об отрицательном отношении ребенка к той или иной школьной ситуации (вариант в), оценивается в 0 баллов.

Максимально возможная оценка равна 30 баллам.

Выделяют пять основных уровней школьной мотивации.

5-й уровень: 25–30 баллов (максимально высокий уровень школьной мотивации, учебной активности). Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога.

4-й уровень: 20–24 балла (хорошая школьная мотивация). Подобный показатель имеют учащиеся, успешно справляющиеся с учебной деятельностью. При ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

3-й уровень: 15–19 баллов (внешняя мотивация) — положительное отношение к школе, но школа привлекает внеучебной деятельностью. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, чтобы общаться с друзьями, с учителями. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, пенал, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени, и учебный процесс их мало привлекает.

2-й уровень: 10–14 баллов (низкая школьная мотивация). Эти дети посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Сталкиваются с разнообразными трудностями в учебной деятельности. Находятся в процессе серьезной адаптации к школе.

1-й уровень: менее 10 баллов (негативное отношение к школе, школьная дезадаптация). Такие дети испытывают серьезные трудности в обучении: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в ней для них невыносимо. В других случаях ученики могут проявлять агрессию, отказываться выполнять задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у подобных школьников отмечаются нервно-психические нарушения.

II. Качественный анализ

Анализируется выбор ребенка по каждому из десяти вопросов анкеты.

Первые четыре вопроса показывают эмоциональное отношение ребенка к школе. Выбор третьего варианта ответа может свидетельствовать о высокой тревожности, выбор второго варианта — о психологической защите.

О перегрузке учащихся свидетельствует выбор третьего варианта ответа на 5-й вопрос.

Конфликтные отношения учащихся с классным руководителем выявляет 8-й вопрос. О возможных проблемах свидетельствует выбор второго и третьего вариантов ответа.

Для выделения детей группы риска по эмоциональному самоощущению в учебном коллективе анализируются ответы на 9-й и 10-й вопросы. О полной изоляции или отвержении ребенка может свидетельствовать выбор третьего варианта ответа на оба эти вопроса.

При различных комбинациях второго и третьего вариантов ответов можно предполагать либо частичную изоляцию ребенка в классе, либо его включенность в малую замкнутую группу из двух или трех человек. При комбинации «третий вариант ответа на 9-й вопрос — первый вариант ответа на 10-й» можно предположить, что сам ре-

бенок стремится к общению, однако по какой-то причине ему не удается установить контакт с одноклассниками, то есть фактически он является отвергаемым. Обратная комбинация ответов на эти вопросы может свидетельствовать о том, что ребенок, хотя и имеет обширные контакты в классе, не удовлетворен самим коллективом.

Негативные ответы (третьи варианты) на 2-й и 3-й вопросы в совокупности с промежуточным или негативным ответом на 7-й вопрос при прочих положительных ответах (первые варианты) и при достаточно высоком общем уровне развития ребенка могут свидетельствовать о скрытом неблагополучии в отношении к школе.

Если ребенок дает третий вариант ответа на 7-й вопрос и при этом у него выявлены высокие показатели по факторам социального стресса, фрустрации потребности в достижении успеха и страха несоответствия ожиданиям окружающих анкеты Филлипса, следует предложить его родителям принять участие в работе тренинга родительской эффективности, а также оказать психологическую поддержку самому ребенку.

При изучении степени адаптации ребенка к средней школе особенно важно проанализировать ответы детей на 5, 8, 10-й вопросы.

Занятие 2

Задачи занятия:

1. Диагностика свойств внимания, волевой регуляции, работоспособности.
2. Исследование уровня школьной тревожности учащихся.
3. Диагностика степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса.

С целью диагностики свойств внимания используется **тест Э. Тулуза — А. Пьерона**.

Оцениваемые УУД: регулятивные УУД — уровень сформированности волевой регуляции.

Цель исследования: изучение концентрации внимания, оценка точности и надежности переработки информации.

Перед началом диагностики необходимо нарисовать на доске квадратики-образцы и тренировочную строчку к тесту Тулуза — Пьерона (или использовать проектор, интерактивную доску), затем предложить детям найти в тетрадях бланки для выполнения теста.

Инструкция для учащихся. У всех на бланках в левом верхнем углу нарисованы вот такие три квадрата (показать на доске). Это квадратики-образцы. С ними надо будет сравнивать все остальные квадратики, которые нарисованы на бланке. Сначала вы попробуете, как это надо делать, на тренировочной строчке. Она нарисована сразу под образцами и не имеет номера (показать на бланке). Как надо работать, я сейчас покажу на доске. Пока писать ничего не надо, только отвечайте хором. (Спрашивайте, показывая на доске на первый квадратик тренировочной

строчки.) Этот квадратик похож на какой-нибудь из образцов? Переворачивать его не надо. Надо сравнивать так, как нарисовано. (Выслушать ответы.) Правильно, не похож. Когда квадратик не похож на образцы, его надо подчеркнуть (квадратик на доске следует подчеркнуть). А этот квадратик похож на какой-нибудь из образцов? (Показать на второй квадратик тренировочной строчки. Выслушать ответы.) Да, похож. Когда квадратик похож на какой-нибудь из образцов, его надо зачеркнуть (зачеркнуть квадратик на доске слегка наклоненной вертикальной черточкой).

Далее нужно последовательно спрашивать о каждом квадратике тренировочной строчки, изображенной на доске, похож он или не похож на какой-нибудь из образцов и что с ним надо сделать, зачеркнуть или подчеркнуть.

После разбора инструкции учащиеся выполняют ту же самую работу на тренировочных строчках бланков. **Следует их еще раз предупредить**, что работать надо на отдельной строчке без номера, нарисованной сразу под образцами. Обратите внимание детей на то, что действовать нужно строго по инструкции. Необходимо последовательно обрабатывать квадратики так, как они встречаются. Нельзя сначала вычеркнуть все совпадающие, а потом оставшиеся подчеркнуть. Нельзя ограничиться только вычеркиванием квадратиков, подчеркивать надо обязательно. Подчеркивать каждый квадратик надо отдельной черточкой. Даже если подряд встречаются несколько не совпадающих с образцами квадратиков, нельзя их подчеркивать сплошной чертой. Нельзя действовать «наоборот инструкции»: подчеркивать совпадающие и зачеркивать несовпадающие с образцами квадратики. Работать можно только ручкой. Стирать или замазывать ошибки корректирующей жидкостью нельзя. Линейкой пользоваться тоже не надо (некоторые особо старательные дети начинают подчеркивать по линейке).

Пройдите и проверьте правильность выполнения. Предупредите, что обработать надо пока только тренировочную строчку. Тем, кто эту строчку закончит, дальше пока делать ничего не надо. Можно отдохнуть, пока остальные заканчивают работу. Следите, чтобы дети не начинали раньше времени работать на пронумерованных строчках бланков.

Продолжение инструкции. Теперь будем работать все вместе и точно по времени. На каждую строчку будет даваться 1 минута. За 1 минуту никто всю строчку сделать не успеет, и торопиться не надо. Надо работать внимательно. Начнете работать по сигналу. Как только минута пройдет, я скажу: «Стоп, вторая строчка». Где бы ни застал вас этот сигнал, вы сразу переносите руку и начинаете работать на второй строчке. Пройдет еще минута, я опять скажу: «Стоп, третья строчка». Вы сразу переносите руку и начинаете работать на третьей строчке. И так вы поработаете на всех десяти строчках. Делать нужно будет все то же самое. Сравнить с этими же квадратиками, точно так же подчеркивать и зачеркивать. Работать внимательно и точно по инструкции. Все взяли ручки, поставили на первую строчку. Начали.

Контролируйте точность соблюдения инструкции и своевременность перехода на следующую строчку. Дети работают 10 минут, каждую минуту переходя на новую строчку. **По окончании времени работы следует сказать:** «Стоп. Все работу закончили. Ручки положили на стол. Перевернули бланки на чистую сторону. Переходим к следующему заданию».

Обработка и интерпретация результатов тестирования

Общие принципы анализа результатов

Обработка заключается в сравнении ответов с ключом и подсчете общей суммы баллов. Затем полученный результат сравнивается с данными нормативных таблиц и делается

вывод об уровне развития соответствующего качества. Выделяется пять уровней (зон) развития: уровень патологии, слабый, средний, хороший и высокий уровни. Ниже приводится общая характеристика каждой из пяти зон.

Зона 1. Уровень патологии. Свидетельствует о нарушении формирования психических процессов, об аномалиях развития, в основе которых могут лежать осложнения физиологического или неврологического характера, различные травмы и хронические заболевания. В этом случае прежде, чем психолог будет давать какие-либо рекомендации по оптимизации процесса развития и обучения ребенка, целесообразны медицинское обследование, консультации врачей и дефектолога.

Зона 2. Слабый уровень. Свидетельствует о том, что в настоящий момент данное свойство не сформировано и не может быть использовано там, где оно требуется. Отрицательные последствия слабого уровня развития свойства могут проявляться как сразу, так и спустя некоторое время (например, при слабом уровне развития интеллектуальных операций отсроченное проявление возможно, если ребенок просто заучивает информацию, не понимая, и воспроизводит ее буквально либо использует для понимания замещающие операции). Развитие свойства следует начинать с активизации предпосылок или базовых навыков, из которых оно может быть «выращено».

Зона 3. Средний уровень. Свидетельствует о том, что качество находится в начальной стадии своего формирования. Оно уже сложилось, но его функционирование пока не устойчиво, периодически могут использоваться привычные «заместители». Для укрепления необходимо некоторое время интенсивно выполнять задания критического типа, то есть такие задания, которые с помощью данного качества выполняются легче, чем посредством замещающих операций (конкретные рекомендации приводятся ниже), при этом ребенок должен сознательно и методично контролировать алгоритм деятельности. Если среднеразвитое

свойство не поддерживается, то оно распадается и деградирует. Средний уровень развития достаточен для поддержания хорошей успеваемости, если ребенок старается, но его не хватает для углубленного изучения предметов.

Зона 4. Хороший уровень. Свидетельствует о том, что качество сформировано, его функционирование устойчиво и способно обеспечить полноценное понимание соответствующего учебного предмета и хорошую успеваемость. Хороший уровень развития интеллектуальной способности достаточен для углубленного изучения предмета. Если ребенок тем не менее испытывает трудности в учебе, то их причиной может быть либо несамостоятельность мышления, либо полная неосведомленность в соответствующей области, либо элементарная лень. Снижение интенсивности занятий уже не приводит к деградации способности, напротив, бывает достаточно минимальных усилий, чтобы ликвидировать пробелы в знаниях и выйти на хороший уровень успеваемости.

Зона 5. Высокий уровень. Свидетельствует о незаурядных возможностях ребенка. Понимание соответствующего предмета дается легко, выводы кажутся очевидными. Успеваемость может падать, если у ребенка снижается интерес к предмету. Чтобы поддерживать интерес к учебе, необходимы более серьезные нагрузки, задания олимпиадного уровня, самостоятельная реферативная или творческая работа. Важно помнить о том, что если ребенку не приходится прикладывать усилий, напрягать свои способности в процессе обучения, то их уровень постепенно снижается до хорошего, а сами знания могут оказаться поверхностными. При гармоничном интеллектуальном развитии, когда все способности находятся на высоком и хорошем уровне, обучение даже по гимназическим программам может оказаться недостаточно интенсивным. В этом случае желательна разработка индивидуальной программы обучения.

Обработка результатов

Для обработки результатов наложите на бланк ключ, изготовленный из прозрачного материала. Внутри кружков квадратики должны быть зачеркнуты, вне кружков все квадратики должны быть подчеркнуты.

Для каждой строчки подсчитывается:

1. Общее количество обработанных квадратиков (включая ошибки).
2. Количество ошибок. За ошибку считаются: неверная обработка квадратика ребенком (внутри маркера квадратик подчеркнут, а вне его — зачеркнут), любые исправления и пропуски (квадратик вообще не обработан).

На основании этих показателей рассчитываются скорость и точность (показатель концентрации внимания) выполнения теста. В психологической характеристике скорость выполнения теста Тулуза — Пьерона обозначается как «скорость переработки информации», а точность выполнения — как «внимательность».

Скорость выполнения теста (V) рассчитывается как отношение общей суммы обработанных знаков к количеству рабочих строчек (10):

$$V = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n},$$

где: n — число рабочих строчек;

x_i — количество обработанных знаков в строке.

Коэффициент точности выполнения теста (K) вычисляется как отношение общего количества правильно обработанных знаков к общему числу обработанных знаков:

$$K = \frac{V - \alpha}{V} \quad \alpha = \frac{\sum_{i=1}^n y_i}{n},$$

где: V — скорость;

α — среднее количество ошибок в строке;

n — количество строк;

u_i — количество ошибок в строке.

Определение уровня скорости переработки информации и внимательности осуществляется путем сравнения их количественных значений с нормативными данными.

Если у ребенка **значение скорости переработки информации соответствует 3–5-й зонам, а внимательности — 4–5-й зонам**, то никаких поводов для беспокойства нет. Ребенок может работать внимательно и успевать все выполнять в том темпе, в каком обычно идут уроки. Если ребенок допускает ошибки, то их нельзя считать случайными, списывать на невнимательность: когда значение коэффициента K соответствует 4–5-й зоне, с внимательностью как раз все в порядке. Следовательно, причина ошибок — в незнании или непонимании материала. Если же ребенок не успевает сделать все задания за отведенное время (на уроке или на контрольной работе), то это нельзя объяснять медлительностью. Моторная составляющая скорости, с которой он может действовать, в полном порядке. Следовательно, причиной медлительности также является неполнота знаний или непонимание предмета.

Если **показатели скорости и точности переработки информации находятся в средней (3-й) зоне**, то ребенок может достаточно часто допускать ошибки по невнимательности, и его надо обучать методам самоконтроля. Ребенок должен привыкнуть сначала анализировать задание в целом, рассказывать самому себе (или кому-то из взрослых) последовательность своих действий и только потом приступать к выполнению. Кроме этого, все действия ему следует выполнять под самодиктовку. Проговаривание улучшает концентрацию и устойчивость внимания, ребенок меньше отвлекается на посторонние шумы и раздражители. Лучше, если ребенок привыкнет сначала выполнять работу на черновике, чтобы иметь перед глазами правильный вариант для его переноса в основную тетрадь.

Можно также тренировать внимание, используя известные психологические методики, при условии, что ребенок не переутомлен.

Показатель **точности выполнения теста (внимательность)** имеет принципиальное значение для диагностики функциональных отклонений в деятельности мозга, или минимальных мозговых дисфункций (ММД). Если расчетное значение этого показателя попадает в зону патологии (или находится на границе с зоной 2), то вероятность наличия ММД исключительно высока. Если показатель точности оказывается в зоне слабого развития, необходимо дополнительно проанализировать скорость выполнения теста Тулуза — Пьерона: если значение скорости попадает в зону 1 (зона патологии) или соответствует слабому уровню (зона 2), то ММД также вполне вероятны. В этих случаях необходима консультация невролога.

Следует внимательно относиться к результатам тестирования, когда **показатель точности достигает 3–4-й зоны, но показатель скорости остается еще на слабом уровне (зона 2)**. В этом случае весьма вероятно, что мы имеем дело с ММД в стадии компенсации. В беседе с родителями нужно выяснить, не было ли осложнений в развитии ребенка, способных привести к ММД, проводилось ли какое-либо лечение. Если ответы родителей подтверждают предположение о начальном этапе компенсации ММД, то их следует предупредить об отрицательном влиянии, которое возрастающие нагрузки могут оказать на здоровье и учебу ребенка. Надо настоятельно рекомендовать продолжить консультироваться у невролога, заботиться о поддержании здорового образа жизни ребенка, соблюдении режима дня, не перегружать дополнительными кружками, секциями, занятиями с репетиторами. В противном случае начнется обратный процесс: работа мозга дезорганизуется, нарушается внимание, снижается работоспособность, становится невозможной саморегуляция деятельности.

Тест Тулуза — Пьерона позволяет выявить и медлительных детей. Достаточно часто встречаются дети, которые работают с **высокой точностью (4–5-я зоны)**, но очень медленно (**показатели скорости соответствуют 2-й зоне**). В этих случаях необходимо выяснить, с чем связана медлительность, как она может осложнять процесс обучения, что следует предпринять в целях профилактики. В любом случае такого ребенка нельзя торопить, заставлять действовать быстрее, иначе начинает значительно страдать качество его работы.

Медлительность в деятельности может быть вызвана повышенной тревожностью ребенка, его неуверенностью в себе. Тревожные дети склонны к излишним самопроверкам, которые и тормозят их деятельность в целом. Особенно медленно они действуют в новых условиях, когда что-то приходится выполнять впервые. Если навыки отработаны, задание или принцип его выполнения знакомы, эти дети могут действовать быстро. По мере привыкания к новой обстановке они также начинают работать значительно быстрее. Эмоциональная поддержка окружающих и успехи в деятельности, способствующие снижению тревожности, приводят и к нормализации скоростных показателей.

Низкая скорость выполнения теста может быть следствием повышенной старательности ребенка. Такие дети просто склонны буквально выполнять инструкции (в тесте Тулуза — Пьерона — указание работать в первую очередь внимательно и аккуратно). Они могут работать значительно быстрее, когда задача поставлена иначе (например, если в ограниченное время надо успеть выполнить всю работу).

Причиной медленного выполнения теста Тулуза — Пьерона может быть слабое интеллектуальное развитие ребенка в целом, особенно неразвитость его визуального мышления. В этом случае нейродинамические характери-

стики могут быть в норме, а медленный темп будет вызван трудностями в понимании и освоении самой деятельности. По мере развития мышления возрастет и скорость понимания и выполнения любой работы.

Если медлительность свойственна самим нейродинамическим процессам, характеризует скорость восприятия и переработки информации в целом, то у ребенка в школе могут возникать специфические трудности. Ему будет не хватать времени при выполнении письменных работ, он может раздражать учителей медлительностью и односложностью устных ответов, особенно когда приходится отвечать без предварительной подготовки. Из-за замедленного восприятия он не сможет понимать новый материал сразу, когда его объясняют на уроке: медлительный ребенок не может уследить за объяснением учителя и постепенно вообще перестает понимать что-либо. Зато дома, работая в удобном для него темпе, он оказывается способен легко разобраться в том, что не понял на уроке. Поэтому для успешного обучения такого ребенка важной оказывается тщательная подготовка к урокам и упреждающее знакомство с материалом, который только будет изучаться (не надо полностью предварительно дома разбирать новый материал, но следует просмотреть, о чем пойдет речь на уроке). Когда ребенок имеет дело со знакомой (или частично знакомой) информацией, то ее оперативная переработка и понимание происходят значительно быстрее.

Если ребенок по темпу речи и устным ответам на уроках не отличается от остальных учащихся, то его медлительность может иметь ограниченный характер. Он будет нормально воспринимать на слух объяснения учителя в процессе урока, в том числе и нового материала. Осложнения могут появляться только при выполнении письменных работ: либо ребенок не будет успевать со всеми вместе, либо качество его работы будет низким.

Во всех случаях, когда приходится иметь дело с нейродинамической медлительностью, нельзя действовать напрямую: подгонять детей, заставлять их работать быстрее, тренировать на выполнение действий в более быстром темпе. И не только потому, что нейрофизиологический природный компонент фактически не поддается механической тренировке и внешним управляющим воздействиям. Внешняя моторная деятельность вторична, она — результирующая. Нельзя ускорять результат, но можно ускорять процессы, которые приводят к соответствующей результирующей деятельности, то есть качественно изменять внутренние механизмы переработки и организации информации. Ребенок не сможет выполнять быстро письменные работы, если он плохо читает или не умеет считать в уме. У медлительных детей больше времени уходит на овладение любыми навыками, но именно овладением и надо заниматься. Когда сложный навык осваивается полностью, то он как бы «свертывается», качественно меняется сам процесс его протекания, резко возрастает скорость выполнения. И, конечно, особое значение имеет формирование полноценного понятийного мышления, которое разрывает прямую зависимость скорости деятельности от природных характеристик и предоставляет человеку совершенно новые возможности. Сильный интеллект за счет предварительного планирования и оптимальной организации может значительно ускорять выполнение деятельности, обеспечивать понимание в условиях дефицита информации, функционировать так, что понимание будет опережать восприятие.

В тесте Тулуза — Пьерона помимо анализа количественных значений показателей скорости и точности следует рассматривать также и качественную сторону выполнения задания. Она отражает особенности работоспособности (процесса протекания деятельности) ребенка. Если в начале работы ребенок медлителен, допускает

ошибки, но постепенно ошибки исчезают, а скорость возрастает почти в два раза, то это свидетельствует о замедленной вработываемости. Таким детям необходимо давать время для настройки. Нельзя требовать, чтобы они сразу начинали действовать быстро, так как в этом случае дети сделают много ошибок в начале работы или вообще не смогут приступить к ней. Хорошо, когда такие дети начинают работать на черновике. Это позволяет им собраться с мыслями. Если их активно подгонять, они могут впасть в ступор, просто смотреть и ничего не делать. Если же дать время для раскочки, то после этого они могут работать быстро. Именно способность к последующей быстрой работе и вводит взрослых в заблуждение, дает им основание ругать ребенка за то, что он сразу не берется за дело, а долго сидит, смотрит в никуда или что-то перекладывает с места на место. Замедленная вработываемость сглаживается постепенно, по мере развития у ребенка способности к самоуправлению. Когда он привыкает мысленно планировать предстоящую деятельность, представляя последовательность выполнения действий, он как бы заранее «пробегаёт» в уме и подготовительные этапы настройки. Мысленно составленная программа срабатывает как установка, которая позволяет начать деятельность, как только в этом возникает необходимость. Однако любая работа экспромтом, к которой невозможно подготовиться, будет начинаться у таких детей с запаздыванием.

Нередко встречается и противоположный вышеописанному вариант выполнения теста Тулуза — Пьерона. Ребенок вначале работает быстро и безошибочно, но постепенно или снижается скорость, или увеличивается количество ошибок, или и то и другое вместе. Такой тип выполнения теста свидетельствует о быстрой утомляемости, истощаемости ребенка. Причин может быть несколько. Чаще всего истощаемость вызвана снижением энергетического обеспечения деятельности вследствие

перегрузок и переутомления. Чтобы вернуть ребенка к нормальному уровню работоспособности, необходимо снизить его общую загруженность (например, освободить от многочисленных кружков), обеспечить здоровый образ жизни, следить за режимом дня. Пока не восстановится оптимальный энергетический потенциал, следует во время выполнения домашних заданий чаще устраивать перерывы для отдыха, продолжительность работы не должна превышать 10–15 минут.

Однако повышенная утомляемость, проявившаяся при выполнении теста Тулуза — Пьерона, может быть вызвана неудобным для него темпом работы. Обычно такой ребенок все делает более медленно, чем от него постоянно требуют взрослые. Послушный ребенок подчиняется и усваивает установку на более быстрый темп деятельности, но длительное время так работать не может, хотя и подгоняет себя. Неудобный темп снижает качество работы, вследствие чего у ребенка может расти тревожность, падать самооценка, формироваться отрицательная установка к школе. Таким образом, медлительному ребенку необходимо предоставить возможность действовать в удобном для него темпе. Ему необходимо оказывать помощь, используя приведенные выше рекомендации.

Качественный анализ выполнения теста Тулуза — Пьерона позволяет также выявить детей, которые склонны действовать быстро, но небрежно (**значение скорости соответствует 5-й зоне, а точности — 2–3-й зоне**). Таких детей необходимо приучать к самопроверкам и рассуждениям, и не только для того, чтобы они не допускали ошибок по небрежности. Быстрые и умные дети часто сразу «видят» ответ, торопятся быстрее написать его, не задерживаясь на способе его получения. В этом случае методы и алгоритмы работы остаются неосознанными, и самостоятельность мышления не формируется. В итоге ребенок может действовать только тогда, когда сразу видит реше-

ние, и не умеет самостоятельно разбираться и искать его, когда оно для него не очевидно. Использование ребенком речевой рефлексии, рассуждений позволит ему гармонично развивать свое мышление.

На основе теста Тулуза — Пьерона можно получить дополнительную информацию об оперативной памяти, визуальном мышлении, личностных особенностях ребенка. Полностью правила интерпретации изложены в методическом руководстве [26].

Возрастные нормативы по тесту

Э. Тулуза — А. Пьерона (Выявление ММД)

Фактор скорости

(сумму всех обработанных значков разделить на 10)

Возраст	Патология	Слабая	Средняя норма	Хорошая	Высокая
3–4-й класс	0–15	16–25	26–36	37–48	49 и выше
5-й класс	0–19	20–29	30–39	40–50	51 и выше
6-й класс	0–24	25–31	32–41	42–55	56 и выше
7-й класс		0–36	37–45	46–57	58 и выше
8-й класс		0–38	39–48	49–59	60 и выше
9-й класс		0–40	41–50	51–64	65 и выше
10-й класс		0–44	45–54	55–69	70 и выше
11-й класс		0–49	50–62	63–77	78 и выше

Фактор точности

(из суммы всех обработанных значков вычесть сумму ошибок и разделить получившееся число на сумму всех обработанных значков)

Возраст	Патология	Слабая	Средняя норма	Хорошая	Высокая
3–7-й классы	0–0,89	0,9–0,91	0,92–0,93	0,94–0,96	0,97–1
8–9-й классы	0–0,9	0,91	0,92–0,94	0,95–0,97	0,98–1

Возраст	Патология	Слабая	Средняя норма	Хорошая	Высокая
10–11-й классы	0–0,9	0,91–0,92	0,93–0,95	0,96–0,97	0,98–1

Попадание хотя бы одного фактора в графу «Патология» говорит о наличии ММД.

Ключ к бланку Тулуза – Пьерона находится в электронном приложении к «Диагностической программе психолого-педагогического сопровождения учащихся в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом второго поколения» [8].

Исследование уровня школьной тревожности учащихся проводится с помощью теста Б. Н. Филлипса. Учащиеся работают на бланках.

Оцениваемые УУД:

1. Личностные УУД — устойчивое эмоциональное состояние в школе; освоенность социальных ролей в группах и сообществах.
2. Коммуникативные УУД — эмоциональное отношение к процессу сотрудничества.

Цель исследования: определение уровня тревожности учащегося, проявляющегося в различных учебных и социальных ситуациях школьного взаимодействия.

Инструкция. Сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы чувствуете себя в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. Отвечая на вопрос, записывайте в пустой ячейке рядом с номером вопроса, если согласны с ним, ответ «да» — «+», если не согласны, ответ «нет» — «-». Обратите внимание, в бланке ответов некоторые вопросы вынесены в последний столбик. Зачитывать утверждения я вам буду в этом порядке, последовательно по нумерации.

Текст опросника²:

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне знаний со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
8. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
- 11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?**
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?

² Вопросы, выделенные жирным, зачитываются после последнего вопроса.

16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
- 20. Похож ли ты на своих одноклассников?**
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
- 22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнил?**
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
- 24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?**
- 25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравнивать в классе с результатами твоих одноклассников?**
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступить в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужаться, выделиться?
- 30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?**
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?

32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
- 35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?**
- 36. Помогают ли твои родители в организации внеклассных мероприятий, как другие родители твоих одноклассников?**
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
- 38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?**
- 39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?**
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
- 41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?**
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
- 43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?**
- 44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?**
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

48. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспokoишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Обработка результатов

При обработке результатов в бланке ответов подсчитываются плюсы в первом, втором и третьем столбцах таблицы, а минусы — в четвертом. Их общая сумма записывается в таблицу «Результаты» в строчке «Всего по тесту». Потом подсчитывается каждая из восьми шкал отдельно. Если количество баллов по каждой шкале превышает 50 %, можно говорить о повышенной тревожности, больше 75 % — о высокой тревожности. В правом столбце таблицы «Результаты» записывается буквенный показатель выраженности тревожности: Б — если процент совпадений ≥ 50 %; В — ≥ 75 %.

Обозначение факторов, используемых в бланке ответов в рабочих тетрадях	Наименование факторов	Показатели баллов повышенной и высокой тревожности	
		Б	В
Х	Общая тревожность в школе	11–16	17–22
С	Переживание социального стресса	7–9	10–13
Д	Фрустрация потребности в достижении успеха	6–8	9–11
1	Страх самовыражения	3–4	5–6
2	Страх ситуации проверки знаний	3–4	5–6
3	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3	4–5
4	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	3	4–5
у	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	4–5	6–8

Содержательная характеристика видов (факторов) тревожности

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживание социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям родителей — ориентация на значимых других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых родителями, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Диагностика степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса проводится с помощью методики Ю. З. Гильбуха «Мой класс». Учащиеся работают на бланках.

Оцениваемые УУД:

1. Коммуникативные УУД — коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной и других видах деятельности.

2. Личностные УУД — освоение социальных норм, правил поведения, форм социальной жизни в группах.

Цель исследования: определение степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса.

Инструкция. Сейчас вам будут зачитываться утверждения, характеризующие ваш класс. Если вы согласны с утверждением, отвечаете «да», поставьте справа от номера утверждения «+»; если не согласны, отвечаете «нет» — «-».

Текст опросника:

1. Ребятам нравится учиться в нашем классе.
2. Дети в классе всегда дерутся друг с другом.
3. В нашем классе каждый ученик — мой друг.
4. Некоторые ученики в нашем классе несчастливы.
5. Некоторые дети в нашем классе являются середнячками.
6. С некоторыми детьми в нашем классе я не дружу.
7. Ребята нашего класса с удовольствием ходят в школу.
8. Многие дети в нашем классе любят драться.
9. Все ученики в нашем классе — друзья.
10. Некоторые ученики не любят свой класс.
11. Отдельные ученики всегда стремятся настоять на своем.
12. Все ученики в нашем классе хорошо относятся друг к другу.
13. Наш класс веселый.
14. Дети в нашем классе много ссорятся.
15. Дети в нашем классе любят друг друга как друзья.

Бланк ответов

1.	2.	3.
4.	5.	6.
7.	8.	9.
10.	11.	12.
13.	14.	15.

Обработка результатов

Подсчет результатов проводится по столбцам с помощью ключа-планшета. При совпадении ответа с ключом

чом начисляется соответствующее количество баллов за каждый вопрос.

Определение уровня удовлетворенности жизнью класса, сплоченности, конфликтности производится суммированием набранных баллов по каждому столбцу отдельно:

- У — удовлетворенность жизнью класса — 1-й столбец;
- К — конфликтность — 2-й столбец;
- С — сплоченность — 3-й столбец.

Ключ-планшет

1. + 3	2. - 1	3. - 1
4. - 1	5. + 3	6. - 3
7. - 1	8. + 3	9. + 2
10. - 3	11. - 1	12. + 3
13. - 2	14. - 1	15. + 3

Максимальный балл по шкалам		Градации баллов по уровню развития		
		Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
У	10	8–10	5–7	≤ 4
К	9	7–9	4–6	≤ 3
С	12	9–12	6–8	≤ 5

Занятие 3

Задачи занятия:

1. Развитие мышления (синтез).
2. Развитие переключения внимания.
3. Рефлексия личностных качеств.
4. Формирование личной мотивации обучения в средней школе, осознание своих целей.

Психолог: В начале каждого занятия мы будем выполнять «мозговую гимнастику», направленную на увеличение объема памяти, повышение устойчивости внимания, стимулирование мыслительных процессов, и гимнастику для глаз.

«Мозговая гимнастика»

Первое упражнение называется «Качания головой» (стимулирует мыслительные процессы): дышите глубоко, расслабьте плечи, уроните голову вперед. Позвольте голове медленно качаться из стороны в сторону, пока при помощи дыхания уходит напряжение. Подбородок вычерчивает слегка изогнутую линию на груди по мере расслабления шеи. Выполнять 30 сек.

«Ленивые восьмерки» (активизирует структуры мозга, обеспечивающие запоминание, повышающие устойчивость внимания): нарисуйте в воздухе в горизонтальной плоскости восьмерки по пять раз каждой рукой, а затем обеими руками.

«Шапка размышлений» (улучшает внимание, ясность восприятия и речь): мягко заверните уши от верхней точки до мочки три раза.

Корригирующая гимнастика для глаз

«Моргания» (полезно при всех видах нарушения зрения): моргайте на каждый вдох и выдох.

«Стрельба глазами»: двигайте глазами из стороны в сторону, смотря как можно дальше влево, затем вправо, затем вверх и вниз. Повторить пять-шесть раз, не спеша.

Блицопрос. Задачей упражнения является активизация познавательной деятельности, снятие психологического барьера перед вопросами, увеличение скорости реакции. Блицопрос содержит вопросы, рассчитанные на сообразительность, быстроту реакции, готовность памяти извлекать информацию и к тому же окрашенные немалой долей юмора.

Психолог в быстром темпе зачитывает вопросы. Если учащиеся не могут дать правильный ответ, то психолог подводит к нему с помощью наводящих вопросов.

Психолог: Сейчас я вам буду задавать вопросы, а вы, подумав, будете быстро мне отвечать, можно выкрикивать, не поднимая руки. Главное, быстро вспомнить и дать правильный ответ.

1. Какая часть книжного шкафа состоит из половины согласной буквы? (Пол-ка)
2. Сколько в минуте секунд — 10 или 100? (60 секунд)
3. У кого уши на ногах? (У кузнечика)
4. Два мотоциклиста едут из Москвы и Петербурга навстречу друг другу. Первый проезжает 60, а второй — 75 км в час. Кто из них будет ближе к Петербургу на момент встречи? (На одном расстоянии. Они же встретились!)
5. В одном цветочном горшочке 8 маленьких фиалок. Сколько нужно еще докупить горшочков, чтобы в каждом из них оказалось по 2 фиалки? (Три: один горшочек уже есть)
6. Три рубля рублями, рубль пятаками, три копейки по копейке, рубль да пятак... Сколько всего? (5 рублей 8 копеек)

7. Представь дом. В доме 9 этажей. На первом этаже живет 2 человека, на втором 4, на третьем 8, и так далее до 9-го этажа. В доме есть лифт. Какая кнопка лифта нажимается чаще всего? (Первого)
8. Кто рождается с бородой? (Козленок)
9. Какую птицу называют маэстро? (Соловей)
10. Кто быстрее плавает — утенок или цыпленок? (Цыпленок не плавает)

Упражнение 1. «Три слова»

Ученикам предлагаются три слова, не связанных между собой по смыслу. Надо составить как можно больше предложений, включающих эти слова. Можно менять падежи и добавлять другие слова.

Слова для работы учащихся: **I.** Парта, небо, яблоко. **II.** Друг, задача, настроение. **III.** Терпение, книга, характер.

Упражнение 2. «Называйте и считайте»

Ученикам предлагается называть буквы алфавита, которые перемежаются цифрами: А 1, Б 2, В 3... Для усложнения задания счет можно начинать с любого числа (например, А 25, Б 26, В 27...) или называть только четные (нечетные) числа (например, А 2, Б 4, В 6...).

Упражнение 3. «Знакомство с самим собой»

Психолог: Ответ на вопросы «Кто я такой? Какой я есть?» человек порой ищет всю жизнь, потому что это главный вопрос — понимание себя и осознание своих качеств, черт характера и мотивов поступков. На наших занятиях каждый из вас будет исследовать и открывать свой внутренний мир, в первую очередь для себя. Как вы думаете, почему очень важно знать себя?

Психолог резюмирует ответы учащихся и просит продолжить незаконченные предложения. По окончании работы учащиеся по желанию читают предложения.

Упражнение 4. «Мои цели»

Психолог предлагает учащимся в произвольном порядке продолжить фразу: «Я хочу, чтобы в 5-м классе я...» Ответы могут быть самыми разными.

После устной работы психолог просит написать в тетради четыре главных желания или цели, исходя из своих возможностей: «Сейчас прошу вас подумать и написать в тетради свои главные желания или цели на первые две четверти, то есть до Нового года. Прежде чем написать свою цель, подумайте про себя: “Что я могу сделать, чтобы исполнилось то, что я хочу...”»

Когда учащиеся выполняют работу, психолог говорит: «В течение I полугодия, по мере достижения своих целей, вы будете раскрашивать эту радугу».

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 4

Задачи занятия:

1. Развитие мышления (анализ через синтез).
2. Развитие пространственных представлений.
3. Ослабление негативных переживаний школьных ситуаций.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Юрий Николаевич шел в кинотеатр «Мир», а на встречу ему — Машенька и Оленька. Каждая из девочек шла со своим парнем. Сколько человек направлялось в кинотеатр? (1)
2. Сидит на дереве волк. Идут два охотника, один с собакой, другой без собаки. Кто первый убьет волка? (Волки на деревьях не сидят)
3. Какое событие государственной важности произошло 31 февраля 2010 года в Москве? (Такого дня в феврале нет)
4. У фермера было 17 овец, и все, кроме девяти, умерли. Сколько овец осталось у фермера? (9)
5. Впотьмах рождается, а в огне умирает. Что это? (Свеча)
6. Сколько месяцев в году имеют 28 дней? (Все месяцы)
7. Сколько лет тридцатилетнему капитану? (30)
8. Лежит три яблока. Два вы забрали. Сколько у вас яблок? (Два: вы же их забрали!)
9. Катится по столу колесо разноцветное. Один угол красный, другой желтый, третий зеленый и четвер-

- тый синий. Когда колесо докатится до края стола, какой цвет мы увидим? (У колеса нет углов!)
10. Рыбак поймал четыре рыбы за две минуты. Сколько рыб он поймает за шесть минут? (Неизвестно, это же рыбалка!)

Упражнение 1. «Составьте слова»

Учащимся предлагается составить как можно больше слов из букв, входящих в заданное слово, следуя правилам: 1. Составленные слова должны быть именами существительными в именительном падеже единственного числа. 2. Добавлять другие буквы нельзя. 3. Можно использовать правила замены: 1) И = Ё; 2) Е = Ё. 4. Можно приписывать Ъ или Ь.

Задание по первому слову можно выполнять коллективно, по второму — учащиеся выполняют самостоятельно. По окончании задания учащиеся по желанию зачитывают свои варианты. Психолог просит прочитать длинное слово, состоящее из 6–7 букв.

Упражнение 2. «Представьте куб»

Учащиеся по части чертежа каждого куба (№ 1–9)³ должны мысленно представить весь куб и указать, какому изображению соответствует каждый чертеж.

Правильные ответы: 1-В, 2-Г, 3-Б, 4-А, 5-В, 6-А, 7-Б, 8-В, 9-Г.

Упражнение 3. «Рисуем слово»

Психолог: Иногда одно имя, без реального присутствия человека, или название предмета, которого мы боимся, может вызвать страх. При словах «математика» и «учитель» у некоторых школьников даже дома опускаются руки и портится настроение. Таким образом, слово, произнесенное вслух или про себя, вновь и вновь воскре-

³ К методическому пособию разработаны рабочие тетради, материал для работы учащихся находится в них.

шает переживания прошлого опыта. Одно и то же слово может вызывать у разных людей разные чувства.

Например, я произношу слово «контрольная». Все реагируют на него по-разному: кто-то приободряется и радуется, потому что точно знает тему и уверен в отличной оценке, а кто-то мечтает ее пропустить или вспоминает, как огорчились родители из-за низкой оценки.

Что это слово значит для вас? Какие чувства и воспоминания приходят? Представьте себе это слово написанным на листе бумаги. Как оно выглядит? Как оно звучит для вас? (Каждый желающий учащийся коротко отвечает на эти вопросы.)

Сегодня мы, как волшебники, научимся заряжать слова волшебной силой, превращать их в «магические», менять свое отношение к ним.

Итак, начнем.

1. Предлагаю каждому определить учебную проблему, которая тревожит.

2. Мысленно продолжите предложение: «Стоит мне услышать слово...» Какое это слово для вас? Какое слово заставляет волноваться сильнее всего?

3. Каждый из вас будет работать со своим словом. Я буду задавать вопросы, а вы **МЫСЛЕННО ЕГО ПРЕДСТАВЛЯТЬ**. Ваше слово может навеять впечатления, о которых я вас не спрошу. Обращайте внимание на них тоже. Пожалуйста, закройте глаза и вообразите, что это слово написано на бумаге...

Анализ структуры слова идет по следующей схеме.

Зрительные особенности

Способ написания слова:

- печатные буквы или рукописные;
- если печатные — только заглавные или и заглавные, и строчные;

- если рукописные — собственный почерк или кого-то другого (если другой, то чей);
- если собственный почерк — нынешний или «более ранний» (например, как в 1-м классе).

Характер изображения букв:

- сделаны из чего-либо (например, высечены из камня, с подсветкой, выведены кремом на торте и т. д.).

Величина букв:

- большие (как, например, на рекламном щите) или маленькие (как в книге).

Цвет букв:

- цветные или черно-белые;
- если цветные, то каким цветом написаны.

Фон:

- светлый, темный, цветной.

Особенности формы:

- буквы острые, округлые, жирные, каракули и т. д.

Особенности начертания:

- прямое, наклонное, несимметричное (то в одну сторону, то в другую);
- нестандартные буквы — например, одна из букв слишком большая (кривая), и т. д.

Где размещены (относится к представлению):

- надо мной, передо мной, подо мной, сбоку от меня.

Звуковые особенности

Чей голос произносит слово:

- собственный;
- женщины, мужчины, ребенка — чей конкретно;
- несколько голосов.

Громкость:

- громко, тихо, средне.

Высота тона:

- высокий (тоненький), средний, низкий (грубый).

Темп:

- быстро, медленно.

Интонация:

- негативно — жалобно, угрожающе, по-военному, тревожно;
- позитивно — дружески, ободряюще, воодушевляюще, радостно, многообещающе и т. д.

Где звучит слово:

- сзади, спереди, сверху, сбоку;
- стереоэффект.

Материал, из которого сделано слово:

- мягкий или твердый;
- колющийся, шершавый, ребристый или гладкий;
- теплый или холодный;
- легкий или тяжелый.

Запах:

- ассоциируется ли изображение с запахом? Какой это запах?

Вкус:

- ассоциируется ли изображение со вкусом? Какой это вкус?

Представили? Откройте глаза.

Если вы хотите научиться спокойно и уверенно реагировать на мысли о каком-то событии, то уже само СЛОВО, обозначающее это событие, должно вызывать у вас чувство уверенности и спокойствия. Для этого сейчас проведем трансформацию вашего слова, чтобы оно вызывало у вас приятные ассоциации, было привлекательным. Закройте глаза, теперь постепенно измените получившийся образ:

- представьте, как должно быть написано слово — его величина, цвет, фон, форма;
- как оно должно звучать — чей голос, громкость, темп, интонация, откуда звучит;
- из какого материала сделано слово?
- замените запах, если был, на более приятный и измените вкус;

— приукрасьте слово, чтобы оно стало приятным для вас.

А теперь запомните этот образ, откройте глаза, возьмите карандаши, маркеры и нарисуйте это СЛОВО.

После окончания работы учащиеся по желанию показывают свои рисунки и делятся впечатлениями.

Психолог: В дальнейшем, как только вы почувствуете негативные переживания, связанные с этим словом, представляйте ваш рисунок.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 5

Задачи занятия:

1. Развитие мышления (анализ через синтез).
2. Развитие слуховой памяти.
3. Формирование осознания необходимости правильной подготовки к урокам на основе знаний о требованиях к ответам.
4. Рефлексия чувств.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Бывает горная... Бывает золотая... Бывает якорная... (Цепь)
2. Есть в часах... Кладут в чай... Лежит на берегу... (Песок)
3. Есть такое старинное женское имя... Так часто называют подделку... Есть такое дерево... (Липа)
4. Бывает последний... Бывает телефонный... Бывает громкий... (Звонок)
5. Живет в море... Бывает на эстраде... Видна в ночном небе... (Звезда)
6. Бывают чугунные, деревянные, золотые... Любимое зрелище барана... В футболе и хоккее их надо штурмовать... (Ворота)
7. Есть такой металл... Мифический великан... Бак для кипячения воды... (Титан)
8. Был такой композитор... Растет на дереве... Выпал из тетради... (Лист)
9. Бывает большая и маленькая... Через нее можно пролезть... Ее можно зашить... (Дыра)

10. Бывает толстый и тонкий... Бывает научный, детский, классный... Есть такой... «Мурзилка» (Журнал)

Упражнение 1. «Отгадайте слова»

Учащиеся работают с анаграммами. Если весь класс затрудняется с расшифровкой какого-либо слова, учащихся можно навести на мысль, близко, но не точно сформулировав понятие, или попросить это сделать ученика, который угадал слово.

Ответы: журнал, керосин, родина, иволга, квадрат, правило, сантиметр, рисунок, чепуха, история, музыка, порядок.

Упражнение 2. «Запомни и ответь»

Психолог два раза, с интервалом 2 секунды, читает список слов: пальто, картина, дверь, брюки, огурец, носок, стена, свитер, кошка, варежка. Затем просит учащихся записать слова в любом порядке, но во множественном числе. Далее учащиеся отвечают на вопросы:

- какое имя существительное не имеет формы множественного числа? (Пальто);
- какое имя существительное не имеет формы единственного числа? (Брюки).

Упражнение 3. «Что важно при ответе»

Психолог предлагает учащимся подумать, что является важным при ответе, и выбрать нужные варианты из предложенных критериев. Затем желающие озвучивают свое мнение. Психолог обобщает ответы детей, и все вместе выводят критерии, которые оформляют в памятку. (Записываются формулировки в скобках.)

Памятка

«Критерии правильного ответа»

- 1. Правильность и осознанность ответа** (понимать материал, который рассказываешь).
- 2. Полнота раскрытия понятий** (знать правила).

3. Точность употребления научных терминов (уметь применять правила).

4. Сформированность общеучебных умений (уметь работать с текстом, учебником, картой и т. д.).

5. Умение правильно и логично мыслить (уметь анализировать текст).

6. Самостоятельность ответа (отвечать на вопросы без помощи учителя и подсказок одноклассников).

7. Речевая грамотность (уметь грамотно и понятно сформулировать свои мысли).

Упражнение 4. «Какие мы разные»

Учащихся просят нарисовать рисунки на темы «Счастье», «Грусть», «Обида». На каждый рисунок отводится 3–4 минуты. Затем каждый учащийся по желанию рассказывает, что он нарисовал.

Обсуждение. На что вы обратили внимание? Какой можно сделать вывод?

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 6

Задачи занятия:

1. Развитие мышления (вербальный анализ).
2. Развитие пространственных представлений.
3. Развитие концентрации и устойчивости внимания.
4. Рефлексия личностных качеств.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Девочка из сказки, которая очень боится жаркой погоды. (Снегурочка)
2. Где вода стоит столбом? (В стакане, в водопаде)
3. Органическая горная порода, активно используемая учеником у доски. (Мел)
4. У какого слона нет хобота? (У шахматного)
5. Девочкина дочка. (Кукла)
6. Часть лица, которую иногда вешают. (Нос)
7. Сколько пар пальцев на руках у троих друзей? (15)
8. Что нельзя съесть на завтрак? (Обед, ужин)
9. Моего отца зовут Иван Петрович. Моего сына зовут Михаил Иванович. А как зовут меня? (Иван Иванович)
10. Кузнец подковал тройку лошадей. Сколько подков пришлось ему сделать? (12)

Упражнение 1. «Объясните греческие слова»

В тетради в колонке слева написаны греческие корни слов и приставки. Психолог по порядку предлагает учащимся вспомнить слова, в которых содержатся греческие корни и приставки, и догадаться об их значении. Если ученики не справляются, можно подсказать, а потом записать слова, которые называли.

ФОН — звук, голос — фонетика, граммафон, симфония, магнитофон, фонограмма.

ХРОН — время — хроника, хронометр, синхронный, анахронизм.

ГИПЕР — над, сверх — гипертрофированный, гипербола, гипертония.

ТЕЛЕ — вдаль, далеко — телефон, телевизор, телеграф, телепатия, телескоп.

СКОП — смотреть — калейдоскоп, телескоп, перископ, микроскоп.

ТЕКА — вместилище, хранилище — библиотека, фонотека, аптека, картотека, игротека.

АВИ — птица — авиация, авианосец.

АКВ — вода — аквариум, акваланг, акварель, акватория.

ВИТ — жизнь — витамин, авитаминоз, витальный, Виталий.

НЕЙТР — среднее — нейтральный, нейтралитет, нейтрон.

Упражнение 2. «Необычные ножницы»

Учащиеся просят рассмотреть по очереди необычные ножницы и определить, сближать или раздвигать нужно концы ножниц с кольцами, чтобы сблизить режущие части.

Правильные ответы: сближать 6, 7, 9.

Упражнение 3. «Муха»

Психолог: Представьте, что таблица, которая находится у вас в тетради, — это окно, по нему из клеточки в клеточку переходит муха. Я буду называть направление движения (вверх, вниз, влево, вправо), а вы только глазами следите за ее «маршрутом». Через какое-то время я остановлюсь, вы поднимаете руку, чтобы ответить, в какой клеточке оказалась муха.

Упражнение 4. «Я узнаю себя»

Ученикам предлагается закончить предложения. Затем учащиеся зачитывают и обсуждают свои ответы.

Рефлексия занятия. Учащимся предлагается письменно закончить предложения: «Я горжусь сегодня собой...», «Я уважаю сегодня себя за то, что...».

Занятие 7

Задачи занятия:

1. Формирование осознанного подхода к учебному материалу.
2. Развитие мышления (установление сходства, противоположности).
3. Развитие мышления (гибкость).
4. Рефлексия личностных качеств.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Как звали слепого кота, товарища Лисы Алисы? (Базилио)
2. В какой сказке кот съел людоеда? (Кот в сапогах)
3. В какой сказке мышка взяла кошку в няньки? («Сказка о глупом мышонке» С. Я. Маршака)
4. Один из самых обаятельных котов жил в деревне Простоквашино. Как его звали? (Кот Матроскин)
5. В какой русской народной сказке кошка вместе с Жучкой и мышкой помогла хозяевам в нелегком труде? («Репка»)
6. У какого котенка было собачье имя? (Котенок по имени Гав)
7. Какую кошку одна женщина похвалила против своей воли три раза? (Кошку, которая гуляла сама по себе, из сказки Р. Киплинга)
8. Кот в русских народных сказках. (Баюн)
9. Из-за чьей коровы все в доме умывались молоком? (Кота Матроскина из Простоквашино)
10. В какой стране кошка является священным животным? (Египет)

Упражнение 1. «Как я воспринимаю информацию»

Психолог: На одном из прошлых занятий вы запомнили слова. Скажите, каким образом вы старались запомнить, что вам помогло лучше запомнить?

Психолог обобщает ответы учащихся и говорит: «У каждого человека есть наиболее удобный для него способ восприятия информации: одни лучше понимают, когда видят что-то, другие — когда слушают, третьим важно что-то выполнять. Давайте сейчас проведем тестовую пробу: опишите классную комнату, в которой мы находимся». (Психолог вместе с учащимися анализирует высказывания, к какой системе восприятия они относятся.)

Психолог: Послушайте примеры описаний и определите канал восприятия.

ОПИСАНИЯ

— Эта комната светлая, просторная. И стены покрашены в такой милый цвет, что кажется, что она еще больше. И хотя стулья черные, они хорошо смотрятся на общем фоне.

— Да, но здесь достаточно шумно. И акустика не очень. Звук как бы глохнет. Кажется, что говоришь громко, а на самом деле почти никому не слышно.

— Здесь тепло и стулья мягкие. И даже зимой не дует, а дышать легко. А то иногда в других местах такие сквозняки бывают, так дует по ногам, что аж мурашки по коже — хочется подобрать ноги, свернуться в комочек и погреться.

Психолог: Вы заметили, что с определенным типом восприятия связаны слова, которые человек употребляет при описании чего-то или когда делится впечатлениями о чем-то. А сейчас давайте определим, какой тип восприятия информации для вас наиболее удобен. Вам нужно описать, как вы представляете море или реку. Желательно записывать слова-существительные или прилагательные.

После выполнения упражнения психолог просит детей подсчитать, каких слов в их записи больше. Учащиеся определяют свой тип восприятия, используя полученные результаты.

Примеры описаний: «море» — «звук прибоя, грохот волн, шуршание гальки», «жара на пляже, в воде прохладно, струйки щекотно сбегают по телу», «голубая безбрежная даль, белые облака, желтый песок, люди».

Психолог: Для каждого человека с определенным типом восприятия существуют различные способы успешного запоминания информации. Предлагаю всем вместе определить, какие способы и приемы помогут лучше усвоить информацию на уроках, при подготовке домашнего задания. (Работа проводится в режиме мозгового штурма, создаются памятки.)

Памятка

«Эффективная работа с информацией»

- **Если преобладает визуальный канал восприятия:** больше читать, рассматривать схемы, таблицы, иллюстрации, пытаюсь запомнить нужную информацию. **Главный источник информации** — учебник или тетрадь.
- **Если преобладает аудиальный канал восприятия:** проговаривать вслух то, что учишь, просить родителей или друзей, одноклассников объяснить непонятный материал. **Главный источник информации** — внимательное слушание учителя на уроке.
- **Если доминирует кинестетическая система восприятия:** самому работать с материалом — составлять таблицы, записывать кратко главные мысли, вести конспект, работать с картами и пр. **Главный источник информации** — свои записи и все сделанное своими руками.

Очень важно использовать все стороны восприятия информации, поэтому нужно развивать каждую из них!

Психолог рекомендует попробовать применить советы памятки.

Упражнение 2. «Выберите синонимы и антонимы»

Учащихся просят выбрать из двух наборов слов синонимы и антонимы. В столбике **А** нужно выбрать слова, имеющие сходное значение (синонимы), и соединить их линиями. В столбике **Б** — слова, имеющие противоположное значение (антонимы), и соединить их линиями.

Упражнение 3. «Способы применения предмета»

Психолог разбивает детей на группы по 3–5 человек и предлагает в течение 2 минут придумать как можно больше способов применения предмета. Каждая группа получает свое задание.

Примерные слова-задания: сумка, бутылка, лента, магнит.

Упражнение 4. «Я — ромашка»

Учащихся просят написать на каждом лепестке любые свои качества и особенности. После этого выписать их в два столбика и подсчитать, в каком столбце больше качеств, и проанализировать.

Каждый учащийся по желанию рассказывает, согласен ли он с результатом, устраивает ли его такая ситуация или нет, что можно изменить.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 8

Задачи занятия:

1. Развитие пространственных представлений.
2. Развитие вербального мышления.
3. Проработка самоорганизации запоминания материала.
4. Развитие внимания (в условиях коллективной деятельности).

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Представители какой профессии дают клятву Гиппократа? (Врачи)
2. Кто из врачей отвечает за человеческий «мотор»? (Кардиолог)
3. Какой врач опьяняет оперируемого до бесчувствия? (Анестезиолог)
4. Какому врачу частенько приходится извлекать корень? (Стоматологу)
5. Какой врач отвечает за красивую осанку? (Ортопед)
6. Какой врач никогда не задает больному вопрос «Что у вас болит?» (Ветеринар)
7. Кто лечит маленьких детей? (Педиатр)
8. В каком органе человеческого тела есть молоточек, наковальня и стремечко? (В ухе)
9. Какой яд можно купить в магазине? (Никотин)
10. Какой орган человеческого тела покрыт корой? (Мозг)

Упражнение 1. «Слово в зеркале»

Школьникам говорится, что они видят слова, которые отражены в зеркале. Их нужно прочитать, не используя зеркало, и простым карандашом надписать каждое слово. (Для образца можно разобрать одно слово и обратить внимание учащихся, в какую сторону смотрит буква, чтобы определить начало и конец слова.)

Затем для проверки каждое слово читают с помощью зеркала.

Правильные ответы: горох, лето, милан, крап, неф, кеб, брег, зов, апорт, сап, вол, кот, гол, хам (мах), лаз, гам, марш, норов, клоп, скок, актин, маис, ров, док, срам, трот, рагу, арат, трос.

Упражнение 2. «Подберите синонимы и антонимы»

Психолог дает задание учащимся к словам слева в столбике **А** подобрать и записать слова, имеющие сходное значение (синонимы), а к словам слева в столбике **Б** — противоположное значение (антонимы).

А		Б	
Холод	Стужа, мороз	Отличник	Двоечник
Художник	Живописец	Приезд	Отъезд
Честный	Порядочный, правдивый	Часто	Редко, иногда
Чуткий	Отзывчивый, внимательный	Работа	Безделье, отдых
Шутка	Розыгрыш, развлечение, веселье	Понятный	Запутанный
Энергично	Активно, решительно, быстро, бодро	Встать	Упасть, сесть
Ясный	Чистый, понятный, прозрачный	Прилет	Отлет
Родной	Кровный, близкий, свой	Прибавить	Отнять
Решиться	Осмелиться, отважиться	Разбить	Склеить, сохранить, починить
Расческа	Гребень, щетка	Запомнить	Забуть

По окончании работы психолог называет первое слово, а учащиеся — свои варианты.

Упражнение 3. «Секреты хорошей памяти»

Психолог: На прошлом занятии мы с вами узнали о том, как может знание об особенностях своего восприятия помочь в работе с учебным материалом. Может ли кто из вас поделиться своим опытом, кто испытал это на себе? (Обсуждение с учащимися, возможность поделиться опытом, 2–3 минуты.) Как вы считаете, насколько память важна для учебы и для человека вообще? Почему психологи считают, что память — это основа личности?

Подводя итог высказываниям детей, психолог говорит: «Человек, лишенный памяти, по сути, перестает быть человеком. Сегодня мы с вами поговорим о секретах хорошей памяти. Их всего семь, и их надо запомнить!»

1. Думайте. (Можно спросить учащихся: «Почему дан этот совет?») По словам немецкого писателя Г. Лихтенберга, люди мало запоминают из прочитанного потому, что слишком мало думают сами. Поэтому важно во всем найти смысл. Титанические усилия, когда человек по многу раз повторяет одну и ту же строчку, не эффективны. Тут важен не процесс, а результат. Будет гораздо лучше, если найти в тексте главную мысль и факты, которые ее подтверждают. Учитесь не только отвечать на вопросы, но и задавать их.

2. Интересуйтесь. Если речь идет не просто о поверхностном чтении, чтобы скоротать время, значит, материал, который вы читаете, нужен вам для чего-то. Важно держать в поле зрения эту цель: понять, что даст полученная информация, и если польза ожидается, то читать станет интереснее.

3. «Ешьте слона по частям». Закономерность запоминания информации человеком состоит в том, что наша память способна удержать в среднем семь объектов (лиц, предметов, слов, фраз, параграфов — не важно). Причем

легче запоминаются первый и последний элементы ряда. При большом объеме информации для продуктивного запоминания нужно разделить ее на части и по времени (на 2–3 дня).

4. Будьте готовы. Работа с учебным материалом требует настроя, готовности к делу и эрудиции. Важно припомнить, что вы знаете по изучаемой теме, и оценить, насколько новая информация пополнит знания.

5. Не топчите следы. Если друг за другом учить близкий материал (литературу, историю), то эффективность запоминания снижается. Поэтому важно чередовать гуманитарные предметы и точные науки.

6. Оглянитесь вокруг. Действенный способ эффективного запоминания — представить обстановку, в которой происходило изучаемое событие. Это поможет припомнить сам материал, потому что одновременные впечатления имеют свойство вызывать друг друга.

7. Учите от А до Я. Смысл этого закона в том, что вся информация должна восприниматься как законченное целое. Учите все сразу. Такой принцип поможет потом быстро восстановить в памяти нужное.

Этот закон не противоречит третьему. Надо лишь укрупнить заучиваемый материал, разбив его на более мелкие группы. Но не старайтесь быстренько разделаться с большим материалом, ничего из этого не выйдет. Лучше повторять его в течение нескольких дней.

Психолог: Сейчас мы с вами разбирали законы эффективного запоминания, когда надо что-то выучить. Я думаю, вы согласитесь со мной, что легко и надолго запоминается то, что интересно, что связано с яркими впечатлениями. Какой вывод можно сделать? Иногда нужно изучение учебного материала сделать интересным и увлекательным. Знакомство с материками можно превратить в увлекательную игру, вместо того чтобы уныло разглядывать географическую карту. Например, проло-

жить маршрут кругосветного путешествия, соблюдая при этом определенные условия: посетить как можно больше стран, или максимально приблизить маршрут к прямой, или держаться поближе к суше, и т. п. Заодно можно использовать карту и для тренировки внимания: посмотрев несколько секунд на какой-то район, постарайтесь вспомнить как можно больше деталей.

После обсуждения учащиеся под диктовку записывают текст памятки.

Памятка

«Секреты хорошей памяти»

1. Думайте. Понять материал — значит запомнить. Определить главную мысль в тексте и факты, подтверждающие ее. Уметь ответить на вопросы и придумать свои вопросы к тексту.

2. Интересуйтесь. Понять, где можно применить изучаемую информацию.

3. «Ешьте слона по частям». Семь единиц информации или объектов память способна сохранить.

4. Будьте готовы. Настроиться на запоминание.

5. Не топчите следы. При подготовке чередовать гуманитарные предметы и точные науки.

6. Оглянитесь вокруг. Представлять обстановку, в которой происходило изучаемое событие.

7. Учите от А до Я. Учить весь материал целиком. На большой материал требуется больше времени.

Упражнение 4. «Делаем вместе»

Психолог: В образце каждой фигуре соответствует значок. Сейчас я буду вам отстукивать ритм, а вы, начиная с первой строчки, — проставлять значки в фигурах слева направо. Работать вы должны коллективно, все вместе, ориентируясь на мои удары. **Один удар — один значок!** Мы все вместе начинаем, синхронно работаем и все вместе заканчиваем! (Можно дополнительно акценти-

ровать внимание, что само задание — проставлять значки в фигурах — это простое задание для дошкольников, а в 5-м классе их задача — работать всем вместе и строго в ритме ударов!)

Если учащиеся не успевают все вместе выполнять задание, можно увеличить паузу между ударами, и, наоборот, если все справляются с заданием, можно увеличить частоту ударов.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 9

Задачи занятия:

1. Развитие мышления (установление сходства, противоположности, различия).
2. Проработка приемов запоминания.
3. Осознание своих личностных качеств и качеств сверстников, развитие навыков взаимодействия.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Прибор для измерения времени в спорте — это... (Секундомер)
2. В этой игре можно объявлять шах и мат. (Шахматы)
3. Головной убор в спорте для защиты от травмы. (Шлем)
4. Попадание мяча в ворота — это... (Гол)
5. Передача мяча другому игроку — это... (Пас)
6. Самая важная фигура в шахматах — это... (Король)
7. Существует ли женский футбол? (Да)
8. Самый красивый вид спорта на льду — это... (Фигурное катание)
9. Цель этой игры — при наименьшем количестве ударов загнать мяч в лунку клюшкой. (Гольф)
10. Как расшифровывается слово «самбо»? (Самооборона без оружия)

Упражнение 1. «Одинаковые? Противоположные? Разные?»

Учащимся предлагается определить тип связи между словами: синонимы (с) — сходное значение, антонимы (а) — противоположное значение, (р) — разное. Совмест-

но выполняются первые три задания, оставшиеся выполняются по цепочке.

Ребенок — малютка (с)	Квадрат — равносторонний прямоугольник (с)
Незаметный — несчастный (р)	Ясный — туманный (а)
Прямая — кривая (а)	Первый — последний (а)
Играть — платить (р)	Отчизна — родина (с)
Поручение — нагрузка (с)	Уходить — заканчивать (р)
Шире — уже (а)	Один — много (а)
Дом — забор (р)	Независимый — самостоятельный (с)
Копыто — подкова (р)	Последний — заключительный (с)
Дорогой — красивый (р)	Растение — доблесть (р)

Следующее аналогичное задание дается учащимся для самостоятельной работы, а затем ответы сверяются по цепочке.

- | | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| 1. Дом — окно (р) | 18. Чинить — ломать (а) |
| 2. Любить — радоваться (р) | 19. Колонка — вентилятор (р) |
| 3. Конь — лошадь (с) | 20. Безумный — сумасшедший (с) |
| 4. Смелый — храбрый (с) | 21. Радостный — печальный (а) |
| 5. Скупец — скряга (с) | 22. Засыпать — просыпаться (а) |
| 6. Шнурок — ботинок (р) | 23. Прекрасный — уродливый (а) |
| 7. Птица — гнездо (р) | 24. Напряженный —
спокойный (а) |
| 8. Примитивный —
изошренный (а) | 25. Великолепный — отличный (с) |
| 9. Грусть — тоска (с) | 26. Ликующий — унылый (а) |
| 10. Пачкать — чистить (а) | 27. Приглашать — провожать (а) |
| 11. Сердитый — злой (с) | 28. Ходить — передвигаться (с) |
| 12. Гонор — амбиция (с) | 29. Поджигать — тушить (а) |
| 13. Небо — самолет (р) | 30. Основной — главный (с) |
| 14. Дерево — лист (р) | 31. Изгородь — ограда (с) |
| 15. Великан — гигант (с) | 32. Трубка — ложка (р) |
| 16. Чайник — вода (р) | 33. Большой — огромный (с) |
| 17. Опрятный — неряшливый (а) | 34. Поле — нива, луг (с) |

Упражнение 2. «Приемы запоминания»

Психолог: Каким образом вы стараетесь хорошо и быстро запомнить? (Учащиеся называют свои способы запоминания.) То, что вы используете, когда хотите запомнить что-либо, называется «приемы запоминания». Мы сейчас их запишем в памятке, но прежде вы должны запомнить главное: важно **желание** запомнить, нужно хотеть это сделать, то есть иметь четкое и осознанное намерение, ставить задачу запомнить. (В памятку записывается выделенное курсивом.)

1. **Действие:** чтобы запомнить, нужно что-то делать: *составлять план, делать рисунки или рисовать схемы, лепить, рассматривать фотографии или атлас, выписывать важные слова и понятия из текста на карточки.* В свободную минуту, например в транспорте, можно достать карточку и повторить материал.

2. **Время:** нужно грамотно использовать метод повторения: первое мысленное повторение необходимо делать *сразу после запоминания.* Что касается остальных повторений, то временные рамки зависят прежде всего от запоминаемой информации. Если вы запоминали текстовую или речевую информацию, то второе повторение нужно сделать *через 15–20 минут* после первого, третье — *через 6–8 часов (в день запоминания),* четвертое — *на следующий день,* через 24 часа. Если же вы запоминали точную информацию, то второе повторение нужно сделать *через 40–60 минут,* третье — *через 3–4 часа (в день запоминания)* и четвертое — *на следующий день.* Вас не должно пугать большое количество повторений. Повторять из памяти намного проще и интереснее, чем пытаться безрезультатно запомнить что-то обычным методом. Мысленно повторять можно где угодно: за обедом, во время прогулок, в общественном транспорте. При запоминании точной информации вы можете целый день крутить ее в голове.

3. **Воображение:** очень хорошо помогает запомнить материал *последовательное представление информации в конкретных ярких зрительных, звуковых образах, связь с сильными ощущениями, в том числе обоняние и вкус*. Можно усиливать представляемые образы цветовым наполнением: какие-то детали выделять контрастным цветом или все видеть в черно-белом цвете, и т. д.

4. **Ассоциации или установление связей:** для запоминания точной информации нужно *связывать новый материал с тем, что уже знаешь*, т. е. создавать ассоциации. Другими словами, каждую новую единицу информации нужно обязательно связать с чем-то. Чем больше связей между двумя мыслями или фактами вы установите, тем выше вероятность того, что вы вспомните одну информацию при помощи другой.

5. **Запоминалки:** одна из самых известных помогает запомнить цвета радуги — Каждый Охотник Желает Знать Где Сидит Фазан, а другая позволяет выучить падежи — Иван Родил Девчонку Велел Тащить Пеленки (*по первым буквам слов, которые нужно запомнить*).

6. **Прием рифмы:** любой человек лучше запоминает стихи, чем прозу, поэтому *можно рифмовать запоминаемую информацию*. Например, если срифмовать одиннадцать глаголов-исключений, то запомнить их будет легко.

Видеть, слышать и обидеть,
Гнать, терпеть и ненавидеть,
И вертеть, смотреть, держать,
И зависеть, и дышать,
-ишь, -ит, -ат, -ят писать.

Или связать рифмой названия планет: Меркурий — раз, Венера — два-с, три — Земля, четыре — Марс, пять — Юпитер, шесть — Сатурн, семь — Уран, восьмой — Нептун.

Психолог: Какими из перечисленных приемов вы пользовались, а что оказалось новым? Старайтесь использовать эти приемы в учебной работе.

Упражнение 3. «Своя психогеометрия»

Учащихся просят выбрать одну из нарисованных фигур — ту, которая наиболее близка. Далее психолог просит поднять руку тех учащихся, кому близка фигура квадрат, и объединяет их в группу, и т. д. по каждой фигуре.

Затем учащимся дается задание: «Сейчас вы должны работать в команде, то есть вместе составить список десяти качеств, которыми могут обладать люди, выбравшие вашу фигуру. Ориентируйтесь на то, что общего есть между всеми вами. В помощь вам — словарь качеств личности».

Словарь качеств личности

АГРЕССИВНОСТЬ — склонность и готовность человека к агрессивному поведению, то есть нанесению словами или действиями вреда, ущерба другим людям.

АККУРАТНОСТЬ — склонность и умение содержать в порядке, чистоте свои вещи, тщательно вести дела.

АКТИВНОСТЬ — энергичность, склонность человека включаться в происходящее вокруг, участвовать во множестве разных дел, событий.

БЕЗОТВЕТСТВЕННОСТЬ — неумение выполнять обязательства, точно и в срок выполнять обещания, просьбы, поручения, несерьезное, халатное отношение к ним.

БЕРЕЖЛИВОСТЬ — умение экономно расходовать деньги, аккуратно обращаться с вещами, продлевая срок их службы.

БЕСТАКТНОСТЬ — неумение задумываться о чувствах другого человека, непонимание того, как слова или действия будут восприняты, отсутствие умения придерживаться при общении рамок дозволенного и недозволенного для обсуждения.

ВЕЖЛИВОСТЬ — соблюдение норм и правил общения, принятых в обществе.

ВЕРНОСТЬ — стойкость, постоянство в чувствах, отношениях.

ВСПЫЛЬЧИВОСТЬ — горячность, раздражительность, склонность вести себя в отношениях резко, необдуманно выражать свои негативные эмоции в адрес другого человека.

ВЫСОКОМЕРИЕ — надменность, самоуверенность, представление человека о себе как о более выдающемся, чем окружающие, склонность общаться свысока.

ГОРДОСТЬ — развитое чувство собственного достоинства, самолюбие, стремление всегда обходиться своими ресурсами, не принимая помощи и снисхождения.

ГРУБОСТЬ — хамство, склонность к бескультурному, невежливому поведению, допускающему оскорбления других людей.

ДИСЦИПЛИНИРОВАННОСТЬ — склонность соблюдать порядок, дисциплину, придерживаться существующих правил, точно, честно выполнять свои обязательства.

ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ — приветливость, позитивный настрой по отношению к людям.

ДОВЕРЧИВОСТЬ — безусловная уверенность в добросовестности, благих намерениях других людей.

ЖАДНОСТЬ — скупость, корыстолюбие, нежелание ни с кем делиться своей собственностью, стремление получить, присвоить как можно больше.

ЗАБОТЛИВОСТЬ — стремление оберегать близких, помогать в чем-либо, содействовать их благополучию.

ЗАВИСТЛИВОСТЬ — частое переживание чувства зависти, досады из-за благополучия, успехов другого человека.

ЗАМКНУТОСТЬ — необщительность, скрытность, нежелание рассказывать другим людям о своих чувствах, мыслях.

ЗАСТЕНЧИВОСТЬ — робость, склонность к сильному беспокойству при необходимости знакомиться, общаться с людьми.

ИНИЦИАТИВНОСТЬ — склонность к активности в начинании каких-либо дел, к поиску новых форм деятельности.

ИСКРЕННОСТЬ — правдивость, склонность выражать подлинные мысли и чувства в общении независимо от ожиданий других людей, отсутствие лицемерия.

ИСПОЛНИТЕЛЬНОСТЬ — старательность, склонность ответственно, дисциплинированно исполнять поручения.

КАПРИЗНОСТЬ — склонность требовать от окружающих выполнения своих требований, причуд, прихотей, не считаясь с запросами окружающих, с реальностью.

КОММУНИКАбельность — контактность, умение общаться, договариваться, ладить с разными людьми.

КОНФЛИКТНОСТЬ — склонность к противостоянию в общении, к частому вступлению в споры, в конфликты, неумение договариваться, находить компромисс.

ЛЕГКОМЫСЛЕННОСТЬ — склонность к несерьезным, необдуманым поступкам, неблагоразумному поведению, не основанному на оценке возможных последствий.

ЛЕНОСТЬ — пассивность, склонность к безделью, неумение заставить себя действовать, нежелание действовать.

ЛЖИВОСТЬ — склонность ко лжи, обману, сознательное стремление создать у других людей неправильное, искаженное впечатление о чем-либо, обычно ради личной выгоды.

ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ — пытливость, интерес к приобретению новых знаний.

ЛЮБОПЫТСТВО — склонность интересоваться всеми подробностями, даже несущественными, стремле-

ние узнать, увидеть что-то новое, без всякой при этом практической цели.

МЕДЛИТЕЛЬНОСТЬ — неторопливость, неумение быстро действовать, оперативно выполнять какую-то работу.

МЕЧТАТЕЛЬНОСТЬ — склонность часто предаваться мечтам, размышлениям об осуществлении желаний, воображению возможного будущего, оторванность от реальной жизни, непрактичность.

НАГЛОСТЬ — дерзость, беззастенчивость, нарушение принятых рамок, дистанции поведения, особенно в общении с человеком более высокого общественного статуса.

НАДЕЖНОСТЬ — ответственность, верность обязательствам, способность довести до конца порученное дело, выполнить просьбу.

НЕЗАВИСИМОСТЬ — самостоятельность, склонность к поведению, исходя из внутренних мотивов, а не чьего-то мнения, побуждения.

НЕУВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ — отсутствие у человека веры в собственные силы, принижение своих способностей, застенчивость.

ОБИДЧИВОСТЬ — склонность часто обижаться, огорчаться из-за несоответствия поведения людей собственным ожиданиям.

ОБЩИТЕЛЬНОСТЬ — контактность, склонность легко завязывать новые знакомства, много взаимодействовать с людьми.

ОРГАНИЗОВАННОСТЬ — дисциплинированность, умение содержать в порядке свои дела, склонность строить свою деятельность, исходя из четких планов, распорядков.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ — склонность добросовестно, честно, тщательно выполнять свои обязанности, доводить дело до конца, умение принимать решения за других в сложных ситуациях.

- ОТЗЫВЧИВОСТЬ** — постоянная готовность помочь, откликнуться на нужды другого человека.
- ПАТРИОТИЧНОСТЬ** — преданность и любовь к своей стране, городу, народу, делу.
- ПУНКТУАЛЬНОСТЬ** — склонность и умение рассчитывать время, точно, в срок выполнять работу, не опаздывать.
- РЕВНИВОСТЬ** — склонность часто испытывать ревность, воспринимать близких людей как свою собственность и испытывать настороженность, подозрительность, страх по поводу возможной их потери.
- РЕШИТЕЛЬНОСТЬ** — твердость в выборе, в поступках, отсутствие сомнений, непреклонность, несмотря на ситуацию риска, неопределенности.
- РОМАНТИЧНОСТЬ** — склонность к мечтательно-созерцательному настроению, идеализации действительности, склонность придавать большое значение сфере чувств, переживаний, форме их выражения.
- САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ** — склонность принимать решения, планировать и осуществлять деятельность независимо от других людей, собственными силами, и отвечать за ее последствия.
- СЕРЬЕЗНОСТЬ** — вдумчивость, неэмоциональность, строгость в отношении к делу, к людям, ответственность, отсутствие легкомыслия.
- СКРОМНОСТЬ** — отсутствие потребности демонстрировать другим свои заслуги, достоинства.
- СМЕЛОСТЬ** — храбрость, отвага, умение твердо действовать, добиваться своей цели в сложных или опасных ситуациях.
- СОВЕСТЛИВОСТЬ** — наличие развитой системы морально-нравственных представлений, склонность строить свое поведение, исходя из нее, критично относиться к своим поступкам, оценивать их с точки зрения морали, винить себя за причинение кому-то вреда или какие-то совершенные ошибки.

- СООБРАЗИТЕЛЬНОСТЬ** — понятливость, догадливость, умение быстро усваивать информацию и решать задачи.
- СТАРАТЕЛЬНОСТЬ** — склонность тщательно, добросовестно выполнять любую деятельность, поручения, прилагать все усилия.
- ТЕРПИМОСТЬ** — умение спокойно, без вражды принимать другие точки зрения, другие стили деятельности.
- ТРЕВОЖНОСТЬ** — склонность к беспокойному, нервному состоянию, напряжению из-за возможных опасностей, сложностей.
- ТРУСЛИВОСТЬ** — склонность при малейшей реальной или воображаемой опасности испытывать страх и отказываться от достижения цели.
- УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ** — наличие устойчивого позитивного отношения к себе при адекватной оценке собственных возможностей и недостатков, ощущение себя равноправным в отношениях с людьми, что позволяет свободно высказывать и отстаивать свои позиции.
- УМ** — высокий уровень развития интеллектуальных способностей, способность к глубокому анализу событий.
- УПРЯМСТВО** — чрезвычайное упорство, непримиримое настаивание на своем, несговорчивость ни при каких условиях.
- ХВАСТЛИВОСТЬ** — склонность к неумеренному публичному рассказу о своих достоинствах, способностях, достижениях, часто в преувеличенном, приукрашенном виде.
- ХИТРОСТЬ** — изворотливость, склонность добиваться своих целей непрямыми, обманными путями, скрывая свои истинные намерения.
- ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ** — умение добиваться поставленных целей, несмотря на различные трудности.

сти, прилагая для этого все усилия, используя все свои ресурсы.

ЧЕСТНОСТЬ — правдивость, склонность, стремление говорить правду, не обманывать.

ЧУТКОСТЬ — отзывчивость, умение сочувствовать, сопереживать состоянию другого человека и вести себя, исходя из этого, осторожно.

ЩЕДРОСТЬ — отсутствие скупости, жадности, готовность делиться с другими своей собственностью.

ЭГОИЗМ — пренебрежение общественными интересами, интересами других людей ради собственных, личных интересов, представление собственных интересов более важными.

ЯБЕДНИЧЕСТВО — склонность человека жаловаться на других людей в вышестоящие инстанции, раскрывать чьи-то проступки, нарушения и требовать наказания.

По окончании каждая группа представляет результат своей работы. Остальные задают вопросы, дополняют. Если учащимся в процессе работы непонятна характеристика какого-либо качества, необходимо его пояснить.

Когда выступают все группы, психолог зачитывает текст интерпретации результатов теста.

КВАДРАТ — неутомимый труженик. Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы. Все сведения, которыми они располагают, систематизированы и разложены по полочкам. Квадраты чрезвычайно внимательны к деталям, подробностям, любят порядок. Они постоянно упорядочивают, организуют людей и вещи вокруг себя.

ТРЕУГОЛЬНИК символизирует лидерство, и многие Треугольники ощущают в этом свое предназначение. Самая характерная особенность — способность концентрироваться на главной цели. Они энергичны и сильны. Треугольники сосредоточиваются на сути проблемы и на-

правляют мыслительный анализ на поиск эффективного решения. Треугольник — очень уверенный человек.

ПРЯМОУГОЛЬНИК — фигура, символизирующая состояние перехода и изменения. Это временная форма личности, которую могут «носить» остальные четыре сравнительно устойчивые фигуры в определенные периоды. Это люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и занятые поисками лучшего положения. Стремятся стать лучше в чем-то, ищут новые методы работы, стили жизни. Привлекательные качества Прямоугольника: любознательность, пытливость, интерес к происходящему и... смелость! Они открыты для новых идей, ценностей, способов мышления и жизни, легко усваивают все новое.

КРУГ заинтересован в хороших отношениях с окружающими. Это самая доброжелательная из пяти форм. Круги — лучшие слушатели. Они обладают высокой чувствительностью, способностью сопереживать. Круги болеют за свой коллектив и популярны среди сверстников. Для Круга нет ничего более тяжелого, чем конфликтовать. Они не отличаются решительностью, часто не могут проявить себя должным образом. В одном Круги проявляют завидную твердость — если дело касается вопросов морали.

ЗИГЗАГ символизирует творчество. Зигзагу свойственны образность, интуитивность. Зигзаги обычно имеют развитое эстетическое чувство. Зигзаги несдержанны, что часто мешает им проводить свои идеи в жизнь. К тому же они не слишком настойчивы в доведении дела до конца (так как с утратой новизны теряется и интерес к идее).

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 10

Задачи занятия:

1. Развитие различных видов памяти.
2. Развитие пространственных представлений.
3. Рефлексия собственных чувств.
4. Повышение самооценки, групповой сплоченности.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

Ответьте, как вас можно назвать, если вы...

1. ...окажетесь на курорте? (Отдыхающий)
2. ...придете в музей на экскурсию? (Экскурсант)
3. ...будете делать покупки в магазине? (Покупатель)
4. ...будете смотреть спектакль в театре? (Зритель)
5. ...получите посылку или письмо от друга? (Получатель)
6. ...оформите подписку на газету или журнал? (Подписчик)
7. ...положите свои заработанные деньги в банк? (Вкладчик)
8. ...пожелаете отправить посылку или письмо другу? (Отправитель)
9. ...вложите свои деньги в какое-либо дело, предприятие? (Инвестор)
10. ...будете искать материал для доклада в библиотеке? (Читатель)

Упражнение 1. «Тренируем разные виды памяти»

Психолог: Сейчас я предлагаю узнать, какой тип памяти преобладает у каждого из вас. Как вы думаете, для чего это нужно знать? (Заслушиваются и обобщаются от-

веты учащихся.) Начнем наш эксперимент с произвольной памяти.

А. Произвольная память

Психолог: Внимательно слушайте называемое словосочетание. Их будет несколько. К каждому словосочетанию нарисуйте картинку, которая через некоторое время поможет вам вспомнить, что именно было названо. Это должен быть рисунок, напоминающий названное явление. Делать какие-либо записи нельзя.

Предлагаются следующие словосочетания:

1. Вкусный ужин.
2. Веселый праздник.
3. Трудная задача.
4. Красивая игрушка.
5. Прекрасная погода.
6. Плохое настроение.
7. Интересная картина.
8. Капризный ребенок.
9. Умная кошка.
10. Глухая старушка.

После зачитывания каждого словосочетания детям дается время на рисование. Когда все рисунки выполнены, учащиеся переходят к следующему заданию. В конце занятия им предлагается вспомнить и подписать каждый рисунок.

Интерпретация результатов: воспроизведение шести слов из десяти является нормой.

Б. Развитие логической и механической слуховой памяти

Психолог: Сейчас вам будут прочитаны пары слов. Вы должны внимательно слушать и запоминать их. Затем при зачитывании вам первого слова из пары вы записываете по памяти второе.

1-й набор: курица — яйцо, ножницы — резать, лошадь — сено, книга — учить, бабочка — муха, щетка —

зубы, барабан — палочки, снег — зима, петух — кричать, чернила — тетрадь.

2-й набор: жук — кресло, перо — вода, очки — ошибка, колокольчик — память, голубь — отец, лейка — трамвай, гребенка — ветер, сапоги — котел, спичка — завод, рыба — пожар.

Интерпретация результатов: воспроизведение шести слов из десяти является нормой.

В. Развитие слуховой и ассоциативной памяти

Психолог: С закрытыми глазами постарайтесь представить себе те фразы, которые вы услышите, в зрительных образах, по ощущениям, на вкус, на слух, на обоняние.

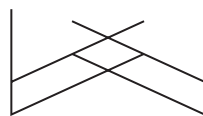
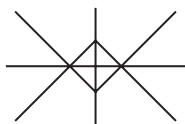
Примеры: 1. Лев, нападающий на антилопу. 2. Собака, виляющая хвостом. 3. Миндальное печенье в коробке. 4. Молния в темноте. 5. Пятно на вашей любимой одежде. 6. Капли, сверкающие на солнце. 7. Крик ужаса в ночи. 8. Муха в тарелке с супом.

Психолог: Теперь попробуйте вспомнить и записать названные фразы. Записывать можно не по порядку.

Интерпретация результатов: норма — пять правильно воспроизведенных фраз.

Г. Тренировка зрительной памяти

Психолог: В течение 10 секунд рассмотрите и запомните геометрические фигуры как можно точнее и подробнее. По окончании времени зарисуйте то, что запомнили.



Интерпретация результатов: правильное воспроизведение двух фигур из трех является нормой.

Упражнение 2. «Вид комнаты сверху»

Психолог предлагает рассмотреть рисунок А, где изображен вид комнаты сверху и схематически указано расположение предметов обстановки в ней. В части Б, на которой также представлен вид этой комнаты сверху, нужно изобразить расположение этих же предметов.

Упражнение 3. «Что я чувствую?»

Учащимся предлагается написать в левой части листа, что они чувствуют, какие мысли у них возникают тогда, когда их ругают, делают замечания. Затем в правой части листа написать о том, что они испытывают в противоположной ситуации — когда их хвалят, говорят приятные слова. Важно обратить внимание учащихся, что описывать надо не сами ситуации, а свои чувства и мысли!

После зачитывания учащимися своих ответов предлагается ответить на вопрос, имеет ли значение, **кто** ругает и **кто** хвалит? И как они реагируют в каждом случае?

Упражнение 4. «Комплименты»

Учащимся предлагается по желанию по одному выходить к доске, а одноклассникам — тоже по желанию — говорить ему комплименты. Перед упражнением важно обратить внимание подростков на содержание и характер комплимента: комплимент — это особая форма похвалы, выражение одобрения, уважения, признания или восхищения внешним видом человека, его манерами, удачно сказанным словом. Комплимент должен быть легким, игривым и, главное, правдивым. Комплимент следует произносить уверенным тоном, но доброжелательно, с улыбкой, а принимать с достоинством и благодарностью. Слова благодарности высказывайте искренно, не ограничивайтесь дежурным «спасибо».

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 11

Задачи занятия:

1. Развитие вербального мышления (выделение существенных признаков).
2. Формирование умения выделять главное.

Блицопрос:

1. Какое число надо увеличить в 12 раз, чтобы получить 12? (1)
2. Какое число надо уменьшить в 5 раз, чтобы получить 5? (25)
3. Ребенок моего отца, а мне не брат. Кто это? (Сестра)
4. На руках 10 пальцев. Сколько пальцев на 10 руках? (50)
5. Шел прохожий мимо Эйфелевой башни. Достал ружье и выстрелил. Куда он попал? (В полицию)
6. Мальчик идет из школы домой 30 минут. За сколько минут эту же дорогу пройдут 3 мальчика? (30 минут)
7. Термометр показывает 10° мороза. Сколько градусов покажут два таких же термометра? (10°)
8. Два мальчика играли в шашки 2 часа. Сколько времени играл каждый мальчик? (2 часа)
9. Какой конь не ест овса? (Шахматный)
10. Кто ходит сидя? (Шахматист)

Упражнение 1. «Существенные и несущественные признаки»

Психолог: В каждом предмете или событии можно выделить главные и второстепенные, существенные и несущественные признаки. Давайте вместе разберем существенные признаки прямоугольного треугольника, то

есть какой фактор, параметр будет главным, основным, по которому мы определяем, что это именно прямоугольный треугольник. (Наличие прямого угла.) Запишем это в левой колонке таблицы. Теперь назовите несущественные признаки, то есть такие, которые могут быть присущи любому треугольнику. (Величина, положение в пространстве, толщина линий.)

При работе со следующими понятиями учащимся можно дать время для самостоятельного выполнения (с последующей проверкой) или организовать коллективную работу у доски.

Существенные признаки	Несущественные признаки
Круг	
Часть плоскости, ограниченная окружностью	Величина, диаметр, толщина линий
Часы	
Прибор для измерения времени, циферблат	Тип (ручные, настенные, карманные), наличие стрелки, размер, наличие цифр
Угол	
Часть плоскости между двумя линиями, исходящими из одной точки	Расстояние между двумя линиями, длина и толщина линий
Птица	
Позвоночное животное с крыльями, двумя конечностями и клювом	Размер, певчие — не певчие, водоплавающие — не водоплавающие
Пуговица	
Наличие дырочек для пришивания	Форма, размер, цвет, материал, из которого сделана пуговица, количество дырочек

Упражнение 2. «Учимся выделять главное»

Психолог: Одним из ценнейших свойств мышления человека является умение **выделить важное**. Это относит-

ся абсолютно ко всему: к личной жизни, быту, работе, беседе, учебе, творчеству.

Для чего это нужно? (Можно выслушать мнение учащихся.) Ответ прост: чтобы за второстепенными элементами не потерять основной сути вопроса. Если нам необходимо прочесть и запомнить текст, то логично вычленив в нем главные мысли, которые следует запомнить, а не зубрить все подряд. Предлагаю потренироваться в выделении главной мысли текста.

В первом примере представлены тексты, в которых главная мысль выражена словами. Ее надо найти и выделить (работа по вариантам).

Задание 1. Найдите в тексте строчки, выражающие главную мысль, и подчеркните их.

Старик моряк говорил о море.
— Море бывает щедрым, — сказал он.
— Бывает оно печальным, — сказал он.
— Бывает жестокосердным, — сказал он.
— Бывает оно отчаянным, — сказал он.
— Море бывает разным, — сказал он.
— Чистым бывает и грязным, — сказал он.
— Таинственным и раскрытым, Могучим, ворчливым, сердитым...
Море — как человек!

Расул Рза

(Море бывает разным. Море — как человек!)

Задание 2. Найдите в тексте слова, выражающие главную мысль, подчеркните и объясните их значение.

В лесу

Закатилось солнце за лесок,
стал лесок и темен, и высок.
Кто-то притаился за сосной,
что-то прошуршало за спиной,
загорелись в елках огоньки...
Ой! — Глаза у страха велики.

В. Левановский
(Глаза у страха велики.)

Во втором примере главная мысль текста вытекает из содержания, но не сформулирована прямо. Надо ее определить и записать своими словами.

Задание 1. Объясните главную мысль этих стихотворений.

Яблоко

С возу яблоко упало
и, как водится, пропало,
потому что не попало
ни в повидло, ни в компот.
Хорошо, что не попало,
превосходно, что пропало,
расчудесно, что упало,
видишь — яблоня растет!

В. Левановский

*(В этом стихотворении
речь идет о том, что не
надо огорчаться из-за
маленьких потерь, а надо
радоваться, если своя
потеря оборачивается
чем-то хорошим для других
людей.)*

Солнышко

Я слышал:
Ежонка ежиха звала-зазывала
домой,
Шептала спокойно и тихо:
— Мой гладенький, мягонький
мой...

Качала жучиха жучонка,
Качала под вишней в тени
И пела протяжно и тонко:
— Мой беленький мальчик, усни...
Зайчонка зайчиха будила:
— Ну что же ты, львенок мой,
спишь?

Пойдем на охоту, мой милый,
Мой сильный, мой храбрый
мальш...

А мы с тобой весело пляшем,
Цветы собираем во рву.
И я тебя солнышком нашим
И радостью нашей зову.

Д. Блынский

*(Главная мысль этого
стихотворения в том, что все мамы
на земле очень любят своих детей и
считают их самыми лучшими.)*

Задание 2. Объясните, в чем суть лечения, которое доктор рекомендовал больному.

Самый последний рецепт

Англичанин Роберт Тибсон давно страдает от своей полноты. Тем более что большинство его друзей и знакомых — классические англичане, сухие и худощавые — все время над ним подтрунивают.

Врач, к которому решил обратиться за помощью Тибсон, сказал: «Я вас научу одному очень простому упражнению, и вы быстро обретете форму».

«Как, доктор, — удивился Тибсон, — всего одно упражнение? Вы шутите? Не поможет...»

«Поможет, и очень быстро. Всякий раз, когда вам предлагают что-нибудь вкусное, отрицательно покачайте головой. Каждый раз повторяйте это движение, не ленитесь! Уверяю вас: очень скоро вы скинете лишний вес. Мой рецепт — самый новый, не сомневайтесь!»

(Доктор с большим юмором рекомендует толстяку поменьше есть.)

Психолог: Многие писатели и ученые строят тексты так, «чтобы словам было тесно, мыслям — просторно» (Н. Некрасов). Из таких текстов можно вычерпать больше содержания, чем, на первый взгляд, заключено в словах. Прежде чем перейти к следующему тексту, ознакомьтесь с алгоритмом выделения главной мысли. (Вместе с учащимися разбирается каждый пункт памятки.)

Памятка

«Как выделять главное»

1. Внимательно прочитать (или послушать) текст.
2. Подумать, **О ЧЕМ (ИЛИ О КОМ)** говорится в тексте.
3. **ЧТО** говорится об этом?
4. Если в тексте встречаются новые понятия, узнать их значение. Можно вести словарик понятий.
5. Разделить текст на логические части.
6. Выделить в каждой части основную мысль, предложение.
7. Пользуясь своими записями, установить главную мысль текста.
8. Записать главную мысль и проверить, выражает ли она содержание каждой части текста.
9. Проговорить вслух главную мысль текста.

Психолог: Сейчас я буду читать текст. Ваша задача — в соответствии с памяткой проработать его, а потом записать главную мысль.

Текст

Две с половиной тысячи лет назад жил царь Кир. Он покорил много земель и уничтожил тысячи вражеских воинов.

Об этом царе можно прочитать в каждом учебнике истории.

В это же время на маленьком острове посреди Средиземного моря правил своим народом король Пансо. Он ничего не завоевывал, никого не уничтожал, и учебники истории не упоминают о нем. Только старая-старая притча донесла до нас его имя.

Однажды, рассказывает притча, разразилась буря, и корабль царя Кира поспешил укрыться в тихой бухте маленького зеленого острова. Царь Кир оказался во владениях короля Пансо. Киру захотелось узнать, по каким законам живет народ в этом королевстве. В это время к королю Пансо пришли двое жителей с просьбой рассудить их. «Король Пансо! — сказал один из пришедших. — Я купил у этого человека пустошь, стал там рыть землю и нашел клад. — Возьми себе, — говорю я ему, — этот клад: я купил у тебя пустошь, а не золото». Другой отвечал: «Я, как и ты, боюсь греха присвоения чужого. Я продал тебе пустошь вместе со всем, что в ней находится, от недр земных до высот небесных». «Имеешь ли ты сына?» — спросил король одного из них. «Имею». «А у тебя дочь есть?» — спросил король другого. «Есть». — «Пожените их, а клад отдайте им в приданое». Видя удивление царя Кира, король Пансо спросил его: «Разве нехорошо я рассудил этих людей? А как в вашей стране решили бы подобный спор?» «Я, — ответил Кир, — отрубил бы обоим жалобщикам головы, а клад забрал бы в царскую казну». «Светит ли солнце в вашей стране?» — спросил Пансо. «Светит», — ответил Кир. «И дожди идут?» — «Идут». «А есть ли скот у вас?» — «Есть». — «Проклятия достойны люди у вас», — тихо сказал Пансо, бесстрашно глядя в глаза грозному царю (А. Шаров).

Психолог после прочтения текста задает вопрос: «Что вам непонятно в этом тексте?» (Если ученики ответят, что им все понятно, можно спросить у них, что означают слова «притча», «бухта», «пустошь», словосочетание «грех присвоения чужого».)

Психолог: А теперь расскажите как можно больше о каждом из правителей и о жизни их народов, ничего не присочиняя, но и ничего не упуская из виду.

Вариант ответа, данный авторами книги «Когда книга учит» [4]: «Великий и грозный царь Кир уничтожил тысячи жителей в землях, которые он завоевал. Но и его народ потерял в этих завоеваниях много здоровых и сильных юношей. Власть царя Кира была страшной для его подданных: он мог обобрать и убить любого ни в чем не повинного человека. Его народ был задавлен и несчастлив, и великие победы Кира ни в малейшей степени не облегчали жизнь простых людей.

Во владениях короля Пансо народ был добрым и честным и не терял сыновей в завоевательных войнах. Люди шли к своему королю открыто и доверчиво, и он разрешал их споры справедливо и доброжелательно. Это был небольшой, небогатый, но счастливый народ».

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 12

Задачи занятия:

1. Развитие вербального мышления.
2. Развитие внимания (устойчивость).
3. Формирование умения учащихся владеть основными приемами работы с текстом (составление плана).

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Часть тела, которую предлагают в комплекте с рукой. (Сердце)
2. Какое слово всегда звучит неверно? («Неверно»)
3. Что среди Волги стоит? (Буква «л»)
4. Кто говорит на всех языках? (Эхо)
5. Какие ноты растут в огороде? (Фа-соль)
6. Может ли страус назвать себя птицей? (Страусы не разговаривают)
7. Что все слышит и ничего не говорит? (Ухо)
8. Какой цветок имеет мужское и женское имя? (Иван-да-Марья)
9. Что это такое: не птица, а с крыльями? (Самолет, жук, мельница)
10. Ворон — это муж вороны? (Нет. Это совсем другая птица. Ворон крупнее вороны, с черным оперением и клиновидным обрезом хвоста.)

Упражнение 1. «Объясните фразеологизмы»

Учащимся предлагается подумать или вспомнить и написать значение следующих фразеологизмов.

Как в воду опущенный	Имеющий унылый вид, грустный
И концы в воду	Скрыть улики
Как с гуся вода	Ничем не проймешь, все нипочем
Как в воду кануть	Бесследно пропасть, исчезнуть
Как рыба в воде	В своей среде, свободно, непринужденно
Много воды утекло	Много времени прошло
Много воды (в докладе)	Много лишнего, ненужного
В огонь и в воду	Быть готовым на любой поступок, смелый
Прошел сквозь огонь и воду	Много испытывший и видевший
Воду мутить	Сбивать с толку окружающих
Как в воду глядел	Предвидеть, предсказывать
Вилами на воде писано	Неизвестно, каков будет исход
Набрать в рот воды	Хранить молчание
Как две капли воды	Похожи

Упражнение 2. «Стенографы»

Психолог: Что такое стенография? (Ответы учащихся.) Стенография — это способ быстрой записи устной речи. А значит, стенограф — это специалист, который быстро и точно записывает устную речь.

Сейчас я вам буду читать текст, а вы во время чтения отмечайте на строчках каждое слово одним штрихом. Сюда входят союзы, местоимения, предлоги. (Можно для образца назвать предложение и показать на доске, как работать.) Побеждает тот, кто безошибочно определит количество слов в рассказе.

Варианты диктантов

Диктант 1. Видел я восход солнца над родными полями, над густыми зарослями кустов возле речки. В прозрачном зеркале воды отражаются побледневшие звезды, тонкий серп месяца. Под пение бесчисленных птиц и шепот камышей поднимается солнце. Прохладная роса на лу-

гах сияет алмазной россыпью. Располагаешься на берегу и ждешь рождения нового дня (по И. Соколову-Микитову). (47 слов)

Диктант 2. Девочка спрыгнула с постели. Домик не двигался. Солнце ярко светило в окно. Элли подбежала к двери, распахнула ее и вскрикнула от удивления.

Ураган занес домик в страну необычайной красоты. Вокруг расстился зеленый лес, по краям росли деревья со спелыми плодами. На полях виднелись клумбы розовых, белых, голубых цветов. В воздухе порхали крошечные птички, разноцветные бабочки (по А. Волкову). (55 слов)

Диктант 3. Лес уже сбросил листву. Дни наступили пасмурные, но тихие, без ветра, настоящие дни поздней осени.

В такой тусклый день идешь по лесной тропинке среди молодых березок, дубов, осинок, среди кустов орешника. Не слышишь пения птиц, шороха листьев. Только иногда упадет на землю тяжелый созревший желудь. На голых листьях повисли капли росы от ночного тумана (по И. Соколову-Микитову). (54 слова)

Упражнение 3. «Приемы работы с текстом»

Психолог: На прошлом занятии мы учились выделять главную мысль текста — это один из приемов работы с текстом. Сегодня мы научимся работать с главными мыслями текста. Как вы думаете, для чего нужны эти умения?

Психологи утверждают, что записанное лучше усваивается и прочнее запоминается. Основным способом сохранения информации при углубленном чтении является составление плана, тезисов.

План — это перечисление главных мыслей текста в логическом порядке.

Ознакомимся с алгоритмом составления плана текста.

Памятка
«Как составить план текста»

1. Прочитать текст два раза.
2. Определить идею, то есть главную мысль.
3. Сформулировать идею в нескольких предложениях.
4. Выразить идею в одном предложении.
5. Разделить произведение на части.
6. Озаглавить каждую часть.
7. Прочитать название частей и проверить, насколько точно они передают содержание текста, не пропущен ли какой-нибудь эпизод.

Психолог: План может быть нескольких видов.

1) Тезисный план — кратко формулируются основные мысли (содержание) каждого пункта плана. **2)** Вопросный план — при составлении используются вопросительные слова «как», «сколько», «когда», «почему» и т. д. Словосочетания с частицей «ли» («есть ли», «нашел ли» и т. п.) при составлении плана не используются. Вопросы задаются так, чтобы ответы на них помогали восстанавливать содержание всего текста. **3)** Назывной план — пункты плана записываются в виде тезисов, в которых не используются глаголы. В таком плане много существительных и прилагательных.

Составьте план по рассказу. (Работа ведется по рядам, каждый ряд пишет свой вид плана.)

Психолог читает рассказ и предлагает учащимся самостоятельно в тетради составить план. Через 3–5 минут рассказ читается второй раз, учащиеся корректируют пункты плана. Далее учащиеся зачитывают свои варианты и обсуждают.

Капля в море

Мы как-то раз поймали в море черепаху. Она была большой-большой. Не черепаха, а настоящий домик на косялах ножках.

Посадили мы эту черепаху на палубу. А она вдруг расплакалась. Утром плачет, вечером плачет и в обед тоже кап-кап. Укатилось солнышко в море — черепаха плачет. Ей солнышко жалко. Погасли звезды — снова плачет. Жалко ей звездочек.

Нам тоже стало жалко черепаху. Мы отпустили ее в синее море. Потом узнали: обманула она нас... Ничего ей не жалко было. Плачут черепахи потому, что живут в море. Вода в море соленая. Лишнюю соль черепахи выплакивают (по Г. Цыферову).

Пример тезисного плана:

1. В море поймали черепаху.
2. Пойманная черепаха все время плачет.
3. Черепаха выплакивает лишнюю соль из организма.

Пример вопросного плана:

1. Кого поймали в море?
2. О чем плакала пойманная черепаха?
3. Почему черепаха плакала на самом деле?

Пример назывного плана:

1. Пойманная черепаха.
2. Черепашьи слезы.
3. Настоящая причина слез черепахи.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 13

Задачи занятия:

1. Развитие вербального мышления.
2. Развитие концентрации и устойчивости внимания.
3. Формирование умения учащихся владеть основными приемами работы с текстом (вопросы к тексту).

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Как называются маленькие зародыши растений, из которых вырастают новые растения? (Семена)
2. Как называется часть растения, из которой образуются плоды и семена? (Цветок)
3. О каком растении наших огородов говорили, что оно помогает от семи недугов? (Лук)
4. Какой товар приобрела на базаре Муха-цокотуха на найденную денежку? (Самовар)
5. Какой напиток бывает черным и зеленым? (Чай)
6. Что стоит среди Земли? (Буква «м»)
7. Какое животное всегда при деньгах? (Свинья-копилка)
8. Что проверяют, не отходя от кассы? (Деньги)
9. Назовите одним словом «наказание деньгами»? (Штраф)
10. Какой целебный напиток можно добыть в весеннем лесу? (Березовый сок)

Упражнение 1. «Подбери пословицы»

Психолог: Прочитайте пословицы слева и подберите к каждой из них пословицу из правой части, которая была бы близка ей по смыслу, выражала сходную главную

мысль. В пустом столбце напишите цифру соответствующей пословицы слева.

1.	Как волка ни корми, а он все в лес смотрит	7.	Кто много начинает, очень мало осуществляет
2.	Уголь добела не отмоешь	9.	Руби дерево по себе
3.	Кончил дело — гуляй смело	8.	Лучше хромать, чем сиднем сидеть
4.	Пуганая ворона куста боится	1.	Природа сильнее, чем воспитание
5.	Кривые дрова, да прямо горят	6.	На весь мир не будешь мил
6.	На всех не угодишь	3.	Сначала ноша, потом отдых
7.	За двумя зайцами погонишься — ни одного не поймаешь	10.	Снявши голову, по волосам не плачут
8.	Лучше поздно, чем никогда	2.	Черного кота не отмоешь добела
9.	Каждый сверчок знай свой шесток	5.	Нескладно скроен, да крепко сшит
10.	Упавшему в воду нечего бояться дождя	4.	Обжегшись на молоке, будешь дуть и на воду

Упражнение 2. «Муха»

Психолог напоминает учащимся: Я называю направления движения мухи (вверх, вниз, влево, вправо), а вы глазами следите за ее «маршрутом». Через какое-то время я остановлюсь, вы поднимаете руку, чтобы ответить, в какой клеточке оказалась муха.

С целью усложнения выполнения задания, если состав группы до 15 человек, можно встать всем в круг и по очереди называть направления. Кто ошибется, тот вы-

бывает. Ошибкой является ход, когда учащийся вышел за пределы поля или пошел в предыдущую клеточку. Оставшиеся 1–3 человека считаются выигравшими.

Упражнение 3. «Приемы работы с текстом»

Психолог: Сегодня продолжаем учиться работать с текстом — учимся задавать вопросы.

Кому могут быть адресованы вопросы при работе с текстом? (Ответы учащихся.) При работе с текстом можно задавать вопросы учителю, чтобы узнать непонятное, неизвестное; автору произведений — вести с ним диалог; спрашивать себя по поводу прочитанного — вести диалог с собой.

Какие бывают вопросы? (Учащиеся называют сами вопросы, а психолог обобщает и вместе с детьми составляет схему. См. ниже.) Выделяют два основных вида вопросов. **Репродуктивные** — «Кто? Что? Как? Где? Куда?». На что они направлены? (Они дают знания.)

А есть вопросы **продуктивные**. Послушайте их: «Можно ли считать (то-то) верным? Какие выводы можно сделать из ... ? Каковы мотивы поступков героя (-ев)? Если известно ... , то ... ? Если ... , то почему ... ? ... или ... ?» Для чего предназначены продуктивные вопросы? Они побуждают нас мыслить. Чем различаются вопросы, которые вы только что услышали? (Формулировкой.) Продуктивные вопросы бывают **специальные** и **разделительные**. Ответ на специальные вопросы зависит от знаний и позиции отвечающего, а при ответе на разделительные вопросы нужно объяснить, почему сделан именно этот выбор или совершен какой-либо поступок.

При формулировании вопроса важно обращать внимание на противоречия, на непонятное (труднообъяснимое), что-то удивительное, находить неубедительные аргументы, неоднозначные объяснения, недостаточные сведения о событии, герое, его поступках и т. п.



Далее психолог читает узбекскую сказку. Узбекские сказки удобны тем, что в них, помимо событий и действий героев, есть рассуждения и скрытые вопросы. Кроме того, в этом тексте намеренно убраны фразы или предложения, в которых содержатся ответы (например, значительно сокращены описания).

Психолог: По ходу чтения подчеркните в тексте то, что побуждает задать вопрос.

Поток красноречия

Узбекская сказка (в сокращении)

Жил в Хорезме знаменитый рассказчик Сейфутдин по прозвищу Красноречивый. Слава о нем, подобно многоводной реке, текла из одной страны в другую, и многие приезжали в Хорезм издалека, чтобы насладиться медом его беседы и напиться из источника его красноречия.

Услыхал о нем один богатый бухарский купец и решил пригласить к себе. Он положил на серебряный под-

нос богатые подарки, пошел в караван-сарай и поклонился старому караван-баши, отправлявшемуся с верблюдами в Хорезм. Купец сказал:

— Если ты привезешь ко мне Сейфутдина Красно-речивого, эти подарки станут твоими.

Подаркам не было цены, караван-баши согласился и привез в Бухару знаменитого Сейфутдина. Купец встретил гостя с величайшим почетом. Осыпал его подарками, а когда гость отдохнул, купец созвал своих родных, друзей и соседей, усадил рассказчика на драгоценный ковер и попросил его порадовать всех цветами красноречия и алмазами остроумия. Сейфутдин Красноречивый начал свой первый рассказ. Какими похвалами осыпали гости рассказчика, прослушав его первую повесть! Они говорили ему слова лести, подобные сладкому шербету. И ободренный Сейфутдин начал второй рассказ. Второй вызвал такой восторг, что многие из слушателей попадали с подушек, а сам хозяин стал подобен потерявшему разум и сидел с растрепанной бородой и выпученными глазами. И хотя старинный обычай запрещал присутствовать при беседе мужчин женщинам и детям, те сбежались со всего дома, чтобы послушать третий рассказ Сейфутдина. Насладиться четвертым рассказом слетелись птицы со всего сада. Когда же знаменитый рассказчик начал свой пятый рассказ, под окна купцова дома сбежались все верблюды и ишаки с базара.

Ночь шла, а слова золотой рекой лились из уст рассказчика. Настал день, а неутомимый Сейфутдин все рассказывал, и казалось, не будет конца потоку его красноречия. Когда Сейфутдин начал свой сто первый рассказ, хозяин учтиво предложил ему отдохнуть и подкрепиться чаем, но, увлеченный своим искусством, Сейфутдин уже ничего не видел и ничего не слышал — он продолжал рассказывать. Он рассказывал и рассказывал, но на двести первом рассказе даже самые терпеливые и выносливые

потихоньку покинули дом купца. На триста первом разбежались женщины и дети. На четыреста первом ишаки и верблюды попадали замертво. А Сейфутдин все рассказывал. Только хозяин не смел нарушить долга гостеприимства; он сидел перед неутомимым рассказчиком и щипал себя за уши, чтобы не заснуть и тем не обидеть гостя. Он молил аллаха о скорой смерти и не знал, как избавиться от безжалостного царя рассказчиков.

И вот когда купец был уже близок к смерти, в окно заглянула его верная жена Салтан-Биби. Бедная женщина не сомневалась, что купец давно захлебнулся от страшного ливня повествований, и пришла похоронить бездыханное тело мужа. Но купец еще дышал. Увидев жену, он воспрянул духом и, собрав последние силы, простонал:

— Беги скорей к караван-баши и выкупи мою душу у смерти!

Когда седой караван-баши вошел в дом купца, Сейфутдин рассказывал восьмьсот первую сказку! Несчастный хозяин обнял колени старца и завопил:

— Отец мой, за то, что ты привез ко мне Сейфутдина, я отдал тебе поднос с подарками, но за то, что ты увезешь его, я готов отдать тебе все, что у меня есть, — и этот дом, и сад, и лавки, и все свои богатства!

Немало видел на своем веку чудес седой караван-баши, не удивился он и купцовой просьбе.

По окончании чтения идет совместное обсуждение, формулирование и запись вопросов.

Примеры вопросов

Репродуктивные вопросы к тексту

- Зачем купец приглашает к себе Сейфутдина?
- Кто приходит послушать гостя?
- Кто спасает купца?
- Каковы последствия визита Сейфутдина к купцу?

Продуктивные специальные вопросы

- Какие выводы о герое можно сделать, зная о его прозвище Красноречивый?
- Можно ли поверить в то, что человек в состоянии непрерывно рассказывать, не отвлекаясь на еду и сон?
- Почему улыбается караван-баши?
- Известно, что красноречие услаждает слух. Разве можно от красивой речи умереть?

И т. д.

Продуктивные разделительные вопросы

- Если купец чувствовал, что лишается жизни, почему он все-таки не уходил?

И т. д.

Психолог: Как вы понимаете фразу французского философа Фрэнсиса Бэкона «Умный вопрос — уже половина знаний»?

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 14

Задачи занятия:

1. Развитие вербального мышления (преобразование предложений без изменения смысла).
2. Развитие слуховой памяти, перевод аудиальной модальности в кинестетическую.
3. Формирование понимания важности рациональной организации времени.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Без него нет дыма. (Огонь)
2. Из такого металла делают ложки и отливают фигурки солдатиков. (Олово)
3. Даже не верится, что из этой белой жидкости делают творог и сыр. (Молоко)
4. Этот драгоценный камень очень твердый, им можно легко разрезать стекло. (Алмаз)
5. Если этот металл тонким слоем нанести на стекло, то получится зеркало. (Серебро)
6. Из нее делают сапоги, в которых можно бегать по лужам, и надувные шарики. (Резина)
7. Человек без нее не проживет и трех дней. (Вода)
8. С его помощью можно отыскать иголку в стоге сена или собрать с пола рассыпанные металлические опилки, даже не дотрагиваясь до них. (Магнит)
9. Если забудешь добавить ее в пищу, кушанье будет пресным. (Соль)
10. Бывает самого разного цвета, масляная, акварельная, гуашь. (Краска)

Упражнение 1. «Выразите разными словами»

Психолог: Сейчас мы будем с вами тренироваться передавать смысл предложения, изменяя его форму и используя другие слова.

Пушкин — мой любимый поэт

Я люблю Пушкина больше всех поэтов. Из всех поэтов Пушкин мне нравится больше других. Я обожаю Пушкина как поэта. Из всех поэтических произведений больше всего мне нравятся стихи Пушкина. Любите ли вы Пушкина, как люблю его я?

Когда решаешь задачу, нужно прежде всего ее внимательно прочитать

Перед тем, как решать задачу, надо узнать ее содержание. Чтобы правильно решить задачу, сначала ее нужно внимательно прочитать. При решении задачи необходимо ее внимательно прочитать.

От перемены мест слагаемых сумма не меняется

Если слагаемые поменять местами, то сумма не изменится. Сумма не изменится, если при выполнении сложения поменять слагаемые местами. При выполнении действия сложения, если слагаемые меняют местами, значение суммы не меняется. Меняя слагаемые местами, мы не меняем значение суммы.

Отец всегда старше своего сына

Сын всегда моложе своего отца. Отец родился раньше своего сына. Сын родился позже своего отца. Отцу всегда больше лет, чем его сыну.

Если в задаче говорится «на... больше», не всегда следует прибавлять

Слова «на... больше» в задаче не всегда означают необходимость выполнения действия сложения. Когда в задаче есть слова «на... больше», иногда это может означать необходимость выполнения действия вычитания.

Выбор действия сложения или вычитания, если в задаче говорится «на... больше», зависит от типа задачи.

Упражнение 2. «Пантомима»

Группа делится на две-три команды.

Психолог: Сейчас я прочитаю текст два раза. Вы должны разделить этот текст на условные части и запомнить, о чем говорилось в каждой из частей. Затем в течение 5 минут каждая команда должна выбрать одну из выделенных частей, подготовиться и изобразить ее при помощи пантомимы, ничего не произнося. Участники другой команды должны догадаться, какая это часть и о чем в ней идет речь. После этого команды меняются ролями.

Текст

Это произошло в те времена, когда на улицах городов по ночам не было освещения. Как-то раз мэр в темноте столкнулся с горожанином. Тогда мэр отдал приказ, чтобы никто не выходил ночью на улицу без фонаря. Следующей ночью мэр опять столкнулся с тем же горожанином.

— Вы не читали моего приказа? — спросил мэр сердито.

— Читал, — ответил горожанин. — Вот мой фонарь.

— Но в фонаре у вас ничего нет.

— В приказе об этом не упоминалось.

Наутро появился новый приказ, обязывающий вставлять свечу в фонарь при выходе ночью на улицу.

Вечером мэр опять налетел на того же горожанина.

— Где фонарь?! — закричал мэр.

— Вот он.

— Но в нем нет свечи!

— Нет, есть. Вот она.

— Но она не зажжена!

— В приказе ничего не сказано о том, что надо зажигать свечу.

И мэру пришлось издать еще один приказ, обязывающий горожан зажигать свечи в фонарях при выходе ночью на улицу.

Упражнение 3. «Как управлять временем»

Психолог: Послушайте притчу.

Сундук

(По мотивам восточной притчи)

Однажды мудрец гулял по берегу моря со своими учениками. И вдруг волна выбросила к их ногам старинный сундук. Ученики ликовали. Сундук был тяжелым, и им так хотелось поскорее посмотреть, что же внутри его. Открыли ученики сундук, а там... пусто.

— Ничего нет, — расстроились они.

— Это хорошо, что сундук пуст, — ответил мудрец. — Пришло время поговорить с вами о том, как сделать пустое — полным. Посмотрите вокруг. Как и чем вы наполнили бы этот сундук?

— Я наполнил бы сундук большими камнями, — сказал один.

— А я — мелкими камешками, их уместится много, но при этом я сберегу свои силы, — предложил другой.

Третий считал, что в сундук надо насыпать песка, тогда все пространство без остатка будет заполнено.

— Да, — улыбнулся мудрец. — Я видел много разных людей, и каждый из них по-своему наполнял свой сундук, и каждый был уверен, что его сундук полон. Я хочу показать вам, как это делал мой учитель.

Мудрец взял сундук и наполнил его большими камнями.

— Сундук полон? — спросил он учеников.

— Полон, — ответили они.

Затем мудрец насыпал в сундук мелких камней.

— Сундук полон?

— Полон.

А потом все оставшееся пространство мудрец засыпал песком.

И вновь на вопрос мудреца «Сундук полон?» ученики отвечали: «Полон».

— Я благодарен своему учителю, который показал мне этот способ. Ведь сундук так похож на отпущенное нам время.

После этих слов мудрец закрыл сундук и прикоснулся к нему рукой.

Когда он открыл его вновь, то к изумлению учеников сундук оказался наполнен слитками золота, драгоценными камнями и золотым песком.

Психолог: Почему мудрец сравнил сундук со временем? (Ответы учащихся.) Как и сундук, время ограничено, и мы заполняем его по-разному. И не всегда у нас есть возможность заполнить его тем, чем мы желаем. Но важно помнить, что крупные камни — это наши большие дела, которые все вокруг видят. Небольшие камни — это время, которое мы посвящаем нашему отдыху, игре, развлечениям. А песок — это мелкие каждодневные дела. Их так много, что не всегда видно другим людям, но они также важны и необходимы для самого человека.

Психолог обращает внимание учащихся на рисунок в тетради, где выделены три колонки: 1) золотые слитки; 2) драгоценные камни; 3) золотой песок.

Психолог: Как вы думаете, что в вашей жизни школьника можно назвать «золотыми слитками»? Что это за время? Каким важным делам и занятиям оно посвящено? (Примеры ответов: уроки в школе, выполнение домашнего задания, занятия в музыкальной школе, занятия в кружке по иностранному языку, факультативы, подготовка и участие в мероприятиях, участие в олимпиадах и конкурсах.)

А что в вашей жизни похоже на драгоценные камни? Помните, мудрец назвал драгоценными камнями вре-

мя, которое мы посвящаем нашему отдыху, игре, развлечению. (Примеры ответов: игры с друзьями, компьютерные игры, праздники, посещение театра, цирка, просмотр кинофильма или мультфильма, прогулка, посещение бассейна и пр.)

А вот «золотым песком» давайте назовем дела и занятия, которые занимают немного времени, не более 5 минут. (Примеры ответов: заполнение дневника, собирание портфеля, гимнастика для глаз, 5-минутные перерывы во время выполнения домашних заданий — полить цветы, помыть посуду, релаксация, физкультура, разложить вещи по местам.)

Теперь каждый из вас запишет в тетради свои дела по колонкам.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 15

Задачи занятия:

1. Развитие вербального мышления (определение понятий).
2. Развитие пространственных представлений.
3. Отработка навыков планирования и регулирования своей деятельности.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Как называется зеленая упаковка для горошин? (Стручок)
2. Как называется хлебный полуфабрикат? (Тесто)
3. Какая цифра на циферблате механических часов противоположна двойке? (8)
4. Назовите профессию Синдбада. (Мореход)
5. Какое яблоко не является фруктом? («Яблочко» в мишени)
6. Что можно набрать, ничего не беря в руки? (Набраться ума)
7. Еще одно название алфавита. (Азбука)
8. Назовите оружие Железного Дровосека. (Топор)
9. Назовите профессию Джузеппе, смастерившего Буратино. (Шарманщик)
10. Как звали медведя, обучающего Маугли закону джунглей? (Балу)

Упражнение 1. «Какое это понятие?»

Психолог: Понятия, которые мы используем в своей речи, могут быть разделены на группы несколькими способами. Рассмотрим два из них.

Первый способ состоит в делении понятий с точки зрения реального существования обозначаемых ими предметов: на понятия, обозначающие реально существующие предметы (книга, дерево, парта), и понятия, обозначающие какой-либо их признак или свойство (белизна, храбрость, доброта). Первая группа слов называется «конкретные понятия» и будет обозначаться «к», а вторая — абстрактные понятия, «а».

Определите и напишите рядом с понятием букву «а» или «к», если понятие абстрактное или конкретное.

Мужество — а	Красота — а	Трусость — а
Карандаш — к	Дождь — к	Береза — к
Честность — а	Грубость — а	Яблоко — к
Самолет — к	Стол — к	Округлость — а
Скромность — а	Синева — а	Пенал — к

Второй способ — это деление с точки зрения количества предметов, объединенных понятием: «общие понятия» (о) — разные предметы, которые можно назвать одним общим словом (мебель — это стул, стол, диван, кресло); «собираательные понятия» (с) — когда одним понятием называют некоторое количество одного и того же предмета (роща — это много деревьев); «единичные понятия» (е) — имена собственные (Москва, Петр I, Эльбрус).

Киев — е	Созвездие — с	Класс — с
Посуда — о	Стадо — с	Животные — о
Полк — с	Луна — е	Волга — е
Ломоносов — е	Овощи — о	Неделя — с
Растения — о	Коля Иванов — е	Транспорт — о

Психолог: Напишите свои примеры понятий по первому и второму способу деления.

Упражнение 2. «Найдите лишнюю фигуру»

Психолог: Внимательно посмотрите в тетради на два ряда фигур. В каждом ряду одна из фигур отличается от других. Найдите ее и отметьте.

Правильные ответы: 1) 3; 2) 3.

Упражнение 3. «Учимся планировать время»

Психолог: На прошлом занятии мы с вами учились разделять дела по степени важности. Как вы думаете, сколько крупных, средних и мелких дел можно сделать за день? (Ответы учащихся.) Крупные дела — одно-два, средние — одно-два, а мелких дел может быть пять-десять, поскольку они могут выполняться на протяжении всего дня. Умение управлять временем — это основа успеха любого дела. С помощью чего можно управлять временем? Что для этого нужно сделать? (Ответы учащихся.)

Планирование — это способность оценить наличие времени, распорядиться им и укладываться в сроки, ощущение важности времени. Вероятно, вы знаете взрослых, которые превосходно справляются с планированием времени, и тех, для кого это крайне сложно, поэтому умению планировать нужно учиться. Необходимо иметь четкий распорядок дня. Давайте обратимся к памятке «Как планировать время».

Памятка

«Как планировать время»

1. Точно представить, **ЧТО** необходимо выполнить в определенный день или неделю.
2. Определить, **СКОЛЬКО ВРЕМЕНИ** на это понадобится.
3. Правильно оценить свои возможности. (Смотреть на себя не как на идеального человека, которым ты хотел бы быть, а как на такого, каким ты бываешь ежедневно.)

4. Планируя дело, задать себе четыре вопроса:
 - Что надо сделать?
 - Для чего или зачем?
 - Как это будет выполняться?
 - Сколько времени на это понадобится?
5. Записать план — программу действий в ежедневник (блокнот и пр.).
6. Анализировать выполнение планов.

Психолог обсуждает с учащимися содержание каждого пункта памятки (в скобках предлагается вариант резюме психолога).

1. Зачем нужно представлять, какие дела намечены и сколько времени они займут? (Чтобы суметь выделить главные и второстепенные дела и чтобы успеть это выполнить в срок и без перегрузок.)
2. Почему нужно правильно себя оценивать? (Знание своих сильных и слабых сторон поможет выполнить намеченное. Если планы будут завышены, то, возможно, человек не успеет их выполнить и будет чувствовать неудовлетворенность.)
3. Зачем нужны эти вопросы? (Чтобы осознать, что нужно сделать.)
4. Почему нужно записывать? (Чтобы запомнить и проанализировать запланированное дело и его выполнение.)
5. Почему важно анализировать выполнение плана? (Не всегда и не все наши планы, запланированные дела могут быть выполнены. И причины этого могут быть абсолютно разные. Анализ выполнения плана необходимо проводить, чтобы понять, как и что нужно исправить, и в дальнейшем составлять выполняемые планы.)

Психолог: Что можно планировать?

- выполнение домашней работы с указанием времени, затраченного на каждый предмет;

- решение задачи;
- последовательность изложения текста;
- проведение каникул или выходного дня.

Но самое главное при развитии умения планировать — следовать намеченному плану.

А теперь те, кто выполняет I вариант, самостоятельно составляют план учебного дня, а те, кто II вариант, — выходного дня. (Учащиеся работают 3–5 минут, затем проводится обсуждение составленных планов.)

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 16

Задачи занятия:

1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями).
2. Развитие внимания (устойчивость в условиях коллективной деятельности).
3. Формирование умения анализировать намеченное и оценивать свои возможности.
4. Отработка навыка анализа и составления плана.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Вася ссыпал камешки из семи ведерок в кучку, а Танечка — в свою кучку из пяти ведерок. Сколько получилось кучек? (Две: каждый сыпал в свою кучку)
2. На столе лежат две монеты, в сумме они дают три рубля. Одна из них не 1 рубль. Какие это монеты? (Другая — 1 рубль, первая — 2 рубля)
3. Один кирпич весит 1 кг и еще полкирпича. Сколько весит 1 кирпич? (2 кг)
4. От укусов какого представителя фауны ежегодно гибнет самое большое число людей? (Малярийный комар)
5. Яблоко тяжелее банана, а банан тяжелее киви. Что тяжелее — киви или яблоко? (Яблоко)
6. 7 шоколадок дороже, чем 8 пачек печенья. Что дороже: 8 шоколадок или 9 пачек печенья? (8 шоколадок)
7. Если петух закукарекает изо всех сил, то человек проснется. Сколько петухов должно закукарекать, чтобы проснулось 3 человека? (Один)

8. Во сколько раз лестница на 4-й этаж дома длиннее, чем лестница на 2-й этаж этого же дома? (В три раза)
9. Башенные часы отбивают три удара за 12 секунд. В течение какого времени они пробьют шесть ударов? (30 секунд)
10. Кто по своей профессии буквально на все руки мастер? (Перчаточник)

Упражнение 1. «Сравниваем понятия»

Психолог: Как мы говорили в начале года, наши занятия направлены на развитие и совершенствование мышления. На предыдущих занятиях мы делили понятия на группы, сегодня будем их сравнивать между собой, определять, в каких отношениях они находятся. Для наглядности будем пользоваться схемами в виде кругов.

Наименование отношений между понятиями	Примеры	Схема
Узкое понятие полностью входит в более общее, более широкое	Собака — животное	
Понятия пересекаются	Книга — учебное пособие	
Понятия совпадают	Квадрат — равносторонний прямоугольник	
Понятия различны	Отметка — сосна	

Определите отношения между следующими понятиями.

Понятия	Наименование отношений
Враг — неприятель	Совпадают
Положительные числа — целые числа	Пересекаются
Муравей — насекомое	Полностью входит
Сложение — насекомое	Различны
Загадка — головоломка	Совпадают
Дж. Родари — автор «Чиполлино»	Совпадают
Тюлень — млекопитающее	Полностью входит
Острый угол — числовой ряд	Различны
Произведение искусства — картина	Пересекаются
Автомобиль — транспорт	Полностью входит
Труд — работа	Совпадают
Книга — звезда	Различны
Ель — хвойное дерево	Полностью входит
Школьник — болельщик «Спартака»	Пересекаются
Лакомка — сладостенa	Совпадают
Дрова — тигр	Различны
Лекарство — таблетки	Пересекаются
Маленькие слова — предложение	Пересекаются
Картина — число 8	Различны
Молоток — средства труда	Полностью входит

Каждое задание можно разбирать в классе по цепочке, или сначала учащиеся работают самостоятельно, а потом комментируют. Затем им дается задание написать свои примеры отношений между понятиями и обозначить их с помощью кругов.

По желанию учащиеся зачитывают свои примеры.

Упражнение 2. «Делаем вместе»

Психолог напоминает задание: В образце каждой фигуре соответствует значок. Сейчас я буду вам отстукивать ритм, а вы, начиная с первой строчки, проставлять значки в фигурах слева направо. Работать вы должны коллективно, все вместе, ориентируясь на мои удары. **Один удар — один значок!** Мы все вместе начинаем, синхронно работаем и все вместе заканчиваем!

Упражнение 3. «Условия выполнения плана»

Психолог: Может ли план быть плохим, невыполнимым, неверным? Что делать в таком случае? (Проанализировать запланированное, найти причины и изменить план.)

Во-первых, надо расставить приоритеты в выполнении дел.

1. Расстановка приоритетов.

Психолог: Вспомните былинку об Илье Муромце, где главному герою предстоит сделать выбор, находясь перед камнем: «Направо пойдешь — коня потеряешь, налево — жизнь потеряешь...». Выбор, какое дело выполнить в первую очередь, стоит перед каждым человеком. Вот частые примеры: встать и сделать зарядку, чтобы быть бодрым, или поспать подольше, выучить параграф или поиграть в компьютерную игру и тд.

Решая, чем сейчас заняться, необходимо ответить на вопрос: каковы будут последствия невыполнения каждого из дел? Если последствия будут серьезные, значит, дело относится к разряду важных и обязательно для выполнения. Если последствия значительны, но не так серьезны — дело менее важно, но его также необходимо выполнить только после важного дела. Если невыполнение дела не принесёт ущерба, значит, дело неважное и от него можно отказаться.

В рабочей тетради записывается вывод: определить важность дела, отказаться от неважных дел в данный момент.

2. Правильное чередование дел.

Психолог: Длительное выполнение похожих дел приводит к быстрому утомлению и снижает эффективность деятельности. Каким образом можно этого избежать? (Ответы детей.) Правильно, чередование умственной и физической деятельности способствует более быстрому выполнению как одной, так и другой работы. Например, вы выполнили домашнее задание по русскому языку, математике, истории. Можно сделать перерыв и подмести пол в квартире или вымыть посуду. После этого можно продолжить заниматься умственной деятельностью.

Важно помнить, что существует два пика работоспособности — с 9 до 12 часов и с 17 до 20 часов. В это время работа выполняется быстро и мало утомляет.

В рабочей тетради записывается вывод: чередовать умственную и физическую работу, письменные и устные задания.

3. Организация внешних условий.

Психолог: Что подразумевается под этим? (Ответы детей.)

1. Во-первых, организация рабочего места:
 - каждый предмет, необходимый для работы, должен иметь свое постоянное место, по возможности легкодоступное;
 - все предметы, необходимые для работы, должны быть размещены под рукой перед началом работы. Поиск их во время работы приводит к потере времени и рассеиванию внимания;
 - перерывы в работе используются для того, чтобы убрать ненужные предметы и разложить новые.
2. Во-вторых, оптимальный температурный режим: умственная работа при хорошем доступе свежего воздуха выполняется быстрее, чем в душном помещении.
3. В-третьих, оптимальный (небольшой) уровень шума: наиболее эффективно выполнять умственную рабо-

ту при небольшом уровне шума, что помогает сосредоточиться. Сильный шум, как и полная тишина, отрицательно влияют на работоспособность.

В рабочих тетрадах записывается вывод: подготовить рабочее место, проветрить комнату, исключить сильный шум.

4. Психологический настрой на работу.

Психолог: Как вы это понимаете? (Ответы детей.)

- Каждое учебное задание выполнимо.
- Вначале выполняется задание (предмет), которое легче дается.
- Поощрение себя за выполнение сложной, трудной или неинтересной работы чем-то приятным.

В рабочих тетрадах записывается вывод: собранность и настрой на работу; выполнение заданий от легкого к тяжелому; поощрение за выполнение трудной/сложной работы.

Упражнение 4. «Ошибки планирования»

Психолог: Для выполнения следующего задания необходимо разделить на четыре группы. Каждая группа получит одно из заданий и будет работать в течение 5 минут. Задания описывают ситуации планирования, в которых надо исправить ошибки. После этого один представитель от группы зачитает исправленный вариант планирования. Задание выполняется письменно в тетрадах.

Психолог делит класс на четыре группы. Каждая группа выполняет свое задание. После представления всех отчетов подводится итог. Желательно, чтобы вывод из своей работы сделали сами ученики.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 17

Задачи занятия:

1. Развитие умения выделять смысл текста.
2. Формирование умения грамотно работать со стихотворным текстом.
3. Развитие умения различать виды вербальных реакций.
4. Анализ достижения личных целей.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Во что одеваются каратисты? (Кимоно)
2. Игра с шайбой — это... (Хоккей)
3. Покрытая льдом площадка — это... (Каток)
4. Как называют спортсмена, одержавшего победу в соревнованиях? (Чемпион)
5. Определенное место, с которого начинается соревнование, — это... (Старт)
6. Высшее спортивное достижение, установленное спортсменом или командой, — это... (Рекорд)
7. Как называется игра с маленьким мячиком, которая недавно вошла в число олимпийских видов спорта? (Бейсбол)
8. Толстые веревки, используемые для лазания, — это... (Канаты)
9. Цель этой игры — забить мяч в ворота противника. (Футбол, гандбол, водное поло, хоккей на траве)
10. Какая медаль вручается за высшие спортивные достижения? (Золотая)

Упражнение 1. «Смысл притчи»

Психолог предлагает учащимся послушать притчу.

Притча «Сердце мышонка»

Один мышонок находился в постоянном стрессе — он боялся попасть в лапы кошке.

Волшебник пожалел мышонка и превратил его в кошку. Но тогда он стал бояться собак.

Волшебник превратил его в собаку. Но тогда он стал бояться пантеры.

Волшебник превратил его в пантеру. Но тогда он стал очень бояться охотников.

И тут волшебник сдался. Он опять превратил его в мышонка, сказав при этом: «Ничто тебе не поможет, ибо у тебя сердце мышонка».

Психолог: В чем смысл этой притчи? Почему волшебник сдался? Могут ли внутренние изменения зависеть от кого-либо?

Упражнение 2. «Как учить стихотворение»

Психолог: Каждый день вы получаете домашние задания. Всегда ли вы легко справляетесь с ними? В чем именно наблюдаются трудности? Как вы считаете, нужно ли учиться такому делу, как приготовление домашнего задания? (Ответы детей.) Поэтому несколько следующих занятий мы посвятим правилам выполнения домашних заданий. Сегодня поговорим о том, как правильно учить стихотворение.

Как вы запоминаете стихотворение? (Ответы детей.) Предлагаю вашему вниманию небольшой рассказ на эту тему.

Психолог зачитывает рассказ.

Крути снежные вертя (Рассказ В. Голявкина)

Буря мглою небо кроет,
Вихри снежные крутя... —
орал я на весь дом. Я отложил книжку в сторону и с
выражением прочел:

Кроя мглою бурю кроет,
Крути снежные вертя...

Что-то не то. Я опять начал снова:

Буря мглою...

Я забыл вдруг, что буря кроет. Я стал думать и вскоре
вспомнил. Я так обрадовался, что начал снова:

Буря кроет небо мглоет...

МГЛОЕТ? Что это такое? Мне стало не по себе. Такого,
по-моему, не было. Я поглядел в книжку. Ну так и
есть! МГЛОЕТА нету!

Я стал читать, глядя в книжку. Все получалось как в
книжке. Но как только я закрыл книжку, я вдруг прочел:

Утро воет небо могилою...

Это было совсем не то. Я это сразу понял. Я всегда
вижу, когда не то. Но в чем тут дело, в конце концов? Почему
я никак не запомню?

— Не нужно зубрить, — сказал старший брат, — разберись,
в чем там дело.

Я стал разбираться: значит, буря покрывает небо
своей мглою и в то же время крутит что есть силы снежные
вихри. Я закрыл книжку и четко прочел:

Буря мглою небо кроет,
Вихри снежные крутя...
Больше я не ошибался.

Психолог: Что помогло Пете выучить стихотворение?

Ответы детей:

- Он представил то, о чем говорилось в стихотворении.
- Выяснил смысл всех непонятных ему слов.
- Повторял текст, заглядывая в книгу в начале.

- Повторял стихотворение вслух.

Психолог: Все, что мы с вами проговорили, запишем в памятку «Как учить стихотворение».

Памятка

«Как учить стихотворение»

1. Прочитать стихотворение два раза вслух (один раз тихо, второй раз громко).
2. Выяснить значение всех неизвестных или непонятных слов в словаре или у взрослых.
3. Представить, о чем говорится в стихотворении, постараться запомнить все основные мысли.
4. Отдохнуть несколько минут.
5. Повторить стихотворение полностью один-два раза (можно заглядывать в книгу).
6. Повторить те места, которые хуже запоминаются.
7. Повторить еще один раз стихотворение целиком.
8. Сделать перерыв и заняться другим делом (уроком).
9. Повторять стихи по строфам: выучив вторую строфу, повторить вместе с первой, выучив третью, повторить вместе с первой и второй, и т. д.
10. Повторить все стихотворение вслух два раза (не заглядывая в книгу).

Психолог: Однако мало просто выучить стихотворение. Надо научиться его красиво рассказывать, то есть декламировать.

Декламация — искусство красиво и выразительно рассказывать тексты. Здесь важно умение владеть своим голосом, произносить слова ясно и четко. Что еще влияет на красивое чтение стихотворения?

Ответы детей:

- Важна поза: стоять спокойно, но свободно, не раскачиваться, не перебирать ногами, подумать, куда деть руки, смотреть прямо перед собой, держать взгляд чуть выше голов слушателей.

- Управлять голосом: изменять его в зависимости от содержания и настроения стиха. Продумать, какие места стихотворения как читать.
- Стараться читать выразительно и эмоционально.

Памятка

«Как читать стихотворение» (Правила декламации)

1. Важна поза: стоять спокойно, но свободно, смотреть прямо перед собой, держать взгляд чуть выше голов слушателей.
2. Управлять голосом: изменять его в зависимости от содержания и настроения стиха. Продумать, какие места стихотворения как читать.
3. Стараться читать выразительно и эмоционально.
4. Учить стихотворение сразу таким образом (с выражением, интонацией, жестами), как будешь рассказывать в классе.

Упражнение 3. «Какие слова легче»

Учащимся предлагается составить три списка слов, характеризующих уверенные, неуверенные и грубые ответы. Время выполнения — 5–7 минут.

Вопросы для обсуждения. Какой столбик получился больше? Какие слова было легче писать? Почему? Использование каких слов является более эффективным?

Упражнение 4. «Мои цели»

Психолог: Откройте тетради на 3-м занятии, упражнение 4 «Мои цели». В начале года вы записывали свои цели на I полугодие. Проанализируйте, каких целей вам удалось достичь, и раскрасьте их. Подумайте, что помогло и что мешало вам в этом.

Обсуждение проходит по желанию. Учащиеся рассказывают, каких целей они достигли, как им это удалось, каких целей не достигли и почему.

Сегодня вы получаете **ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ** подготовить к следующему уроку стихотворение, используя рассмотренные приемы заучивания и декламации. На следующем уроке мы проведем фестиваль чтецов. Каждый выступающий должен будет представить автора, название стихотворения и после выступления обсудить, какие приемы применялись при заучивании и декламации, помогло ли это, что мешало учить стихотворение.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 18

Задачи занятия:

1. Развитие умения различать невербальные виды поведения.
2. Отработка умения грамотно работать со стихотворным текстом и навыка декламации.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Кем стал гадкий утенок? (Лебедем)
2. Кто спас Муху-цокотуху? (Комар)
3. Кто попал в Зазеркалье? (Алиса)
4. От кого убежала посуда? (от Федоры)
5. «Рабочее место» kota ученого? (Дуб)
6. Чем ловил Волк рыбу в сказке «Лисичка-сестричка и серый Волк»? (Хвостом)
7. Какой волшебный предмет был у Аладдина? (Лампа)
8. Как звали девочку, которая видела Серебряное копытце? (Даренка)
9. Какое волшебное средство было у Урфина Джюса? (Живительный порошок)
10. Из какого города были герои сказки «Бременские музыканты»? (Бремен)

Упражнение 1. «Кто это?»

Психолог: Как, каким образом проявляется уверенность в себе человека? Неуверенность в себе? По каким признакам мы можем охарактеризовать человека как грубого?

Затем учащиеся делятся на две группы. С помощью поз, жестов, мимики учащиеся одной группы по очереди

показывают один из видов поведения, а другая группа отгадывает. Потом группы меняются. Побеждает группа, давшая наибольшее число правильных ответов.

Упражнение 2. «Фестиваль чтецов»

Психолог: Сегодня мы проведем фестиваль чтецов. Каждый выступающий должен будет представить автора, название стихотворения и после выступления рассказать, какие приемы применялись при заучивании и декламации; помогли ли они; что мешало учить стихотворение; какой эффективный прием заучивания стихотворения можно предложить одноклассникам.

В рабочих тетрадях вы можете записать прием, который вам понравится, из предложенного одноклассниками.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 19

Задачи занятия:

1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями).
2. Формирование приемов подготовки к написанию сочинения.
3. Развитие стилистической грамотности.
4. Развитие умения различать виды поведения.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Кем была Жучка, стоящая за внучкой, когда тянули репку? (Собакой)
2. Кошачье и собачье переодевание. (Линька)
3. Как называется общежитие для собак? (Псарня)
4. Какая собака чаще всего мелькает на экране телевизора? (Филя в передаче «Спокойной ночи, малыши»)
5. С кем не может ужиться кошка? (С собакой)
6. В чем главное отличие зрения собаки от человеческого? (У собак черно-белое зрение)
7. Как называется наука, изучающая собак? (Кинология)
8. Какая порода собак на всех языках произносится по-русски? (Русская борзая)
9. Эти собаки охраняли овечьи стада, были помощниками пастухов (овчаров), и поэтому порода получила такое название. Какое? (Овчарка).
10. Как на Руси в древности называли собаку? (Сторожок)

Упражнение 1. «Сравниваем понятия»

Психолог: Сегодня мы рассмотрим другие отношения между понятиями, используя схемы.

Наименование отношений между понятиями	Примеры	Схема
Понятия противоположны по смыслу	Хороший — плохой	
Понятия противоречат друг другу по смыслу	Белый — не-белый	
Понятия соотносятся как « часть — целое »	Крышка — кастрюля	Ч → Ц
Понятия соотносятся как « целое — часть »	Рубашка — воротник	Ц → Ч

Психолог: Определите отношения между понятиями.

Понятия	Наименование отношений
Сухой — мокрый	Противоположны
Гриб — шляпка	Целое — часть
Синие — не-синие	Противоречат
Квадрат — сторона	Целое — часть
Мотор — машина	Часть — целое
Высокий — низкий	Противоположны
Маленькие — не-маленькие	Противоречат
Рукав — рубашка	Часть — целое
Отличник — двоечник	Противоположны

Понятия	Наименование отношений
Круглые — не-круглые	Противоречат
Рыба — хвост	Целое — часть
Лодка — парус	Целое — часть
Отважный — робкий	Противоположны
Стол — ножка	Целое — часть
Прямоугольные — не-прямоугольные	Противоречат
Изображение — телевизор	Часть — целое
Слово — предложение	Часть — целое
Ясный — туманный	Противоположны
Целые числа — не-целые числа	Противоречат

После задания учащиеся записывают свои примеры отношений между понятиями и обозначают их с помощью кругов. По желанию учащиеся зачитывают свои примеры.

Упражнение 2. «Что важно при написании сочинения»

Психолог: Вам уже приходилось писать сочинение. Как вы обычно его пишете? Хорошие ли у вас получаются сочинения? Нравятся ли они вам? (Ответы детей.) А почему иногда получается, что сочинение не нравится, не знаешь, о чем писать? (Ответы детей.)

Правильно, потому что:

- сочинение пишется одним махом, за один раз;
- очень мало времени уделяется подготовке;
- не используется творческий подход, не включается воображение.

Каким образом можно избежать этих ошибок? Что надо сделать, чтобы сочинения всегда получались интересными? (Ответы детей.) Существуют определенные критерии написания сочинения, и сейчас мы с ними познакомимся. Давайте обратимся к рабочей тетради.

Критерии написания сочинения

- Сочинение должно соответствовать заявленной теме.
- В тексте полностью (достаточно подробно) раскрыта тема.
- Описываемые события или действия точно (достоверно) представлены и последовательно изложены.
- В сочинении используется богатый словарный запас, выразительные речевые обороты.
- Сочинение написано с соблюдением единого стиля.

Упражнение 3. «Найди ошибки в сочинениях»

Психолог: Предлагаю вам потренироваться в поиске ошибок написания сочинений: были ли в предлагаемых сочинениях соблюдены рассмотренные нами условия. Свой ответ нужно будет аргументировать. (Сочинение о весне разбирается вместе с учащимися.)

1. Сочинение о весне.

«Наконец наступила весна. Распустились листья. Как здорово! Скоро расцветут цветы. Вот будет красиво! Ярко светит солнце, поют птицы. До чего же хорошо весной!»

Ошибки: несоответствие текста заявленной теме, тема почти не раскрыта — присутствует простое перечисление действий, бедный словарный запас, нет выразительных речевых оборотов.

В качестве примера психолог может привести отрывок из сочинения известного писателя.

Весна

(По В. Бианки)

Небо над головой весеннее. В полях бегут шумные и говорливые ручейки. Над влажной землей кружатся, взлетают высоко в небо жаворонки. «Река! Приснись!» — журчат веселые ручейки. Тонкие веточки кустов у берега низко наклоняются к реке и шепчут: «Поиграй с нами, река».

Идет весна по полям, гонит тучи с весеннего неба, теплым ветром дышит на реку, солнечными лучами согревает землю. Тихий шорох и легкий звенящий шум проносится над рекой. Это ломается лед. Солнце забирается в трещины, в них вспыхивают голубые, зеленые, желтые огоньки. И вот уже нет на реке прочного панциря из льда. Льдины плывут, расходятся, сближаются и со звоном разбиваются.

В представленных ниже сочинениях присутствуют идентичные ошибки. В течение 3–4 минут учащиеся работают самостоятельно, затем проводится обсуждение.

Каждое сочинение анализируется учащимися отдельно в соответствии с критериями. Обсуждаются варианты написания сочинения по теме, возможно проговаривание примерного плана сочинения.

2. Сочинение о походе в осенний лес.

«Пошли мы как-то осенью всем классом в лес. Поход оказался очень интересным. Сначала мы шли вдоль деревни, потом начался лес. Затем мы пришли на небольшую поляну, там съели завтрак, ребята играли в футбол. Наконец мы все вернулись домой на автобусах».

3. Сочинение «Мой любимый фильм»

«Мне очень нравится фильм “Смертельное убийство”». Там все хотели его убить, но он всех победил. Там были такие приемы, как удар левой снизу и разворот в броске. Он их всех перехитрил и получил много-много денег. Мне очень понравился этот фильм».

Психолог: Итак, учитель дал задание написать сочинение на определенную тему. Как будем действовать? (Составляем план работы над сочинением.) (Ответы детей, обсуждение.) Теперь составим памятку «Как правильно писать сочинения».

Памятка

«Как правильно писать сочинения»

1. Продумать, **ЧТО** хочешь написать на данную тему.
2. Записать свои собственные мысли по теме сочинения, не соблюдая порядка (сокращенно, без пунктов).
3. Сделать перерыв, заняться каким-либо другим делом (не очень длительным по времени). Если возникнут мысли по теме сочинения — записать.
4. Составить план сочинения по пунктам (о чем писать в начале, в середине, в конце), используя записи своих мыслей.
5. Сделать все остальные уроки. Отдохнуть полчаса (физические упражнения или домашние дела).
6. Сесть и написать сочинение по составленному плану.

Упражнение 4. «Как попросить и отказать»

С учащимися обсуждается, что такое просьба и отказ, что значит уметь попросить и уметь отказать, какие слова и интонацию речи мы используем, когда мы кого-то о чем-либо просим или кому-то в чем-либо отказываем.

Затем учащихся просят письменно закончить предложения, представленные в рабочей тетради.

По желанию учащиеся зачитывают свои ответы, психолог подводит итог.

Психолог: На следующее занятие принесите цветные карандаши.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 20

Задачи занятия:

1. Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями).
2. Развитие слуховой памяти.
3. Формирование приемов подготовки домашних заданий (решение задач).
4. Формирование личной мотивации обучения, осознание своих целей.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Выют ли гнезда наши перелетные птицы на юге? (Нет)
2. Какая птица носит название корабля? (Фрегат)
3. Пушной зверек, который живет в дупле. (Белка)
4. У каких птиц крылья покрыты чешуей? (У пингвинов)
5. Курица мужского рода. (Петух)
6. Какие наши птицы не садятся ни на землю, ни на воду, ни на ветки? (Стрижи)
7. На протяжении своей жизни это насекомое меняет шесть рабочих профессий: уборщица, нянька, кормилица, грузчик, строитель, добытчик. (Пчела)
8. Как правильно сказать: «У рыб нет зуб», «У рыб нет зубов» или «У рыбеи нет зубей»? (У рыб нет зубов)
9. В аквариуме было девять рыбок. Сколько нужно купить еще аквариумов, чтобы в каждом было по три рыбки? (Еще два)

10. На полке стояли детские книжки. Подбежала Жучка, взяла одну, а потом еще три книжки. Сколько книг она прочитала? (Ни одной)

Упражнение 1. «Сравниваем понятия»

Психолог: Когда мы мыслим, мы совершаем переход от более частных (конкретных) понятий к более общим, то есть осуществляем **процесс обобщения**. Когда мы мыслим в противоположном направлении — от более общих понятий к более частным, — осуществляем **конкретизацию** данного понятия. Например, понятие «огурец» мы относим к овощам. «Огурец» — это частное, конкретное понятие, а «овощ» — общее, абстрактное понятие. Давайте обозначим это схемой. (Объясняя, психолог заполняет таблицу на доске.) Мы сейчас выполнили обобщение.

Если мы будем идти от общего понятия «мебель» к более частному «стул», мы осуществляем конкретизацию понятия: конкретно называем предмет мебели.

Наименование отношений между понятиями	Примеры	Схема
Обобщение	Огурец — овощ	
Конкретизация	Мебель — стул	

Определите отношения между следующими понятиями.

Понятия	Наименование отношений
Автомобиль — транспортные средства	Обобщение
Посуда — чашка	Конкретизация
Существительное — части речи	Обобщение
Одежда — платье	Конкретизация
Члены предложения — сказуемое	Конкретизация
Неживая природа — пески	Конкретизация
Глобус — учебные пособия	Обобщение
Многоугольники — квадрат	Конкретизация
Дикие животные — волк	Конкретизация
Деление — математические действия	Обобщение
Атмосферные явления — радуга	Конкретизация
Буратино — сказочные персонажи	Обобщение
Животные — кошка	Конкретизация
Кресло — мебель	Обобщение
Скульптура — произведения искусства	Обобщение
Растения — сосна	Конкретизация
Осадки — снег	Конкретизация
Телевидение — средства массовой информации	Обобщение

Затем учащиеся пишут свои примеры, определяя тип отношений между понятиями и зарисовывая схему.

Упражнение 2. «Свиристель»

Психолог: Сейчас я прочитаю вам рассказ. Вы должны запомнить содержание рассказа, после этого раскрасить рисунок точно так, как он был описан в тексте.

Раскрашенный рисунок сравнивается с описанием, ошибки обсуждаются.

Рассказ

В густом лесу живет небольшая птичка свиристель. На теле у нее перышки красновато-коричневые, на голове рыжеватый хохолок. Края крылышек и хвостика желтенькие, а под клювиком у свиристели черное пятнышко, как будто галстук на шее.

Когда появляются птенчики, мама кормит их комарами. Птенчики проглотят еду и опять просят есть — пищат.

Но вот придет зима, исчезнут комары, ягоды, свиристели соберутся в стайки, улетят на юг в теплые края.

Но почему птичку зовут свиристель? Дело в том, что когда она поет, кажется, будто кто-то играет на старинной дудочке: «Сви-ри-сте-ли!» Вот почему и назвали так птичку — свиристель.

Упражнение 3. «Как выполнять домашнее задание (решение задачи)»

Психолог: Многие школьники при виде задачи сразу думают, что она трудна. Сейчас мы разберем, как нужно решать любую задачу. Разбирать задачу мы будем с помощью памятки.

Задача. Сказочному гному еженощно нужна новая свеча, которой он светит себе в дороге, обходя город ночью. Он может сделать одну новую свечу из 5 свечных огарков. Если у него наберется 25 огарков, то на сколько ночей ему хватит запаса новых свечей?

Памятка

«Как решать задачу»

Внимательно прочитать условие задачи и вопрос. Выяснить, что нужно узнать, чтобы ответить на вопрос задачи.	На сколько ночей ему хватит запаса новых свечей из 25 огарков.
Выделить из условия самые важные, существенные моменты: о чем или о ком говорится, что с этими данными происходит.	1 свеча делается из 5 огарков 1 свеча — на 1 ночь

Пытаться понять, как нужно решать задачу: что надо найти сначала, что потом, каким образом это можно сделать.	Сколько свечей можно сделать из 25 огарков. Сколько свечей можно сделать из вновь полученных 5 свечей. Сколько всего свечей можно получить?
Если задача сложная, составить план ее решения.	Нет
Решить задачу на черновике.	$25 : 5 = 5$ (свечей) вновь сделанных 5 (новых свечей) : 5 (огарков) = 1 (свеча) $5 + 1 = 6$ (ночей)
Сравнить полученный результат с условиями задачи. Проверить, отвечает ли он на вопрос задачи.	Да
Если между условием и решением наблюдается полное соответствие — задача решена. Можно оформить ее в тетрадь.	Да
Если соответствия нет — начинать все действия заново.	

Упражнение 4. «Мои цели»

Психолог: Подумайте и напишите свои цели на II полугодие. Цели могут быть как учебными, так и неучебными. Прежде чем написать цель, ответьте на вопрос: «Что я могу сделать, чтобы исполнилось то, что я хочу?»

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 21

Задачи занятия:

1. Развитие логического мышления (отработка умения дифференцировать отношения между понятиями «часть — целое» и «обобщение — конкретизация»).
2. Развитие пространственных представлений.
3. Формирование приемов подготовки домашних заданий (устные задания).
4. Развитие умения различать виды поведения.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Крутая гора, что ни шаг, то нора. Что это? (Муравейник)
2. Всем, кто придет, и всем, кто уйдет, она ручку подает. (Дверь)
3. Где мы платим деньги за то, что у нас что-то взяли? (В парикмахерской)
4. Что, не причиняя ни боли, ни печали, приводит в слезы? (Лук)
5. Когда человек мчится со скоростью автомобиля? (Когда сидит в автомобиле)
6. Ученика удалили с урока. Как вы думаете, в любом случае, за что? (За дверь)
7. Без рук, без ног, а вверх лезет. (Лифт)
8. В каком веке греки муку мололи? (Мелют зерно, а не муку)
9. В какие сосуды нельзя налить воды? (В полный или без дна)
10. Что составляют вместе 12 месяцев? (Год)

Упражнение 1. «Сравниваем понятия»

Психолог: На предыдущих двух занятиях вы научились определять отношения между понятиями «обобщение — конкретизация» и «целое — часть». вспомните и приведите примеры этих отношений. (Учащиеся дают ответы.) В тетради у вас даны пары понятий, вы должны определить тип отношений.

Понятия	Наименование отношений
Дом — стена	Целое — часть
Корень — дерево	Часть — целое
Дождь — осадки	Конкретизация
Ребенок — мальчик	Конкретизация
Насекомое — пчела	Конкретизация
Уголь — топливо	Обобщение
Лопата — черенок	Целое — часть
Повесть — литературное произведение	Обобщение
Стрелка — компас	Часть — целое
Органы чувств — глаза	Конкретизация
Квадрат — сторона	Целое — часть
Земля — планета	Обобщение
Страница — книга	Часть — целое
Растение — дерево	Конкретизация
Явление природы — таяние льда	Конкретизация
Слово — суффикс	Целое — часть
Лепесток — цветок	Часть — целое
Сложение — математическое действие	Обобщение
Кукуруза — початок	Целое — часть
Хвост — собака	Часть — целое

Упражнение 2. «Дополните до куба»

Психолог: Напишите в тетради номера пар фигур, которые при совмещении образуют куб.

Ответы: 1–8, 2–11, 3–6, 4–12, 5–16, 7–14, 9–13, 10–15.

Упражнение 3. «Как выполнять домашнее задание (устные задания)»

Психолог: Домашние задания включают и устную подготовку. Как вы выполняете устное домашнее задание, например, чтение и пересказ параграфа по истории? Какие способы и приемы используете для запоминания? Можно ли с помощью зубрежки хорошо понять и надолго запомнить материал? Что является основой прочного запоминания? (Понимание текста и осмысление его, разнообразные способы работы с текстом: рассмотреть атлас, картинку в учебнике, представить то, о чем говорится, и т. п.)

Давайте упорядочим ваши ответы и напишем памятку по подготовке устных домашних заданий.

Памятка

«Как готовить устные домашние задания»

1. Прочитать весь параграф целиком.
2. Медленно прочитать параграф второй раз, отмечая самые важные слова и понятия.
3. Составить план параграфа.
4. Поработать с текстом (рассмотреть атлас, нарисовать что-либо по заданной теме, представить, о чем идет речь, и т. п.).
5. Пересказать содержание параграфа, сверяясь с учебником и планом.
6. Пересказать содержание параграфа большими частями, не используя план и учебник.
7. Ответить на вопросы параграфа, найдя в тексте предложения, подтверждающие правильный ответ.
8. Придумать свои вопросы к параграфу.

Психолог: Прочитайте текст в тетрадах. Опираясь на памятку, поработайте с ним по пунктам 1, 2, 3, 4 и 8.

В обсуждении учащиеся зачитывают план и вопросы к тексту и делятся впечатлениями от работы.

Как учили детей в Древней Греции

Школа. До семи лет о детях заботилась мать. В богатых семьях у детей было много игрушек: погремушки, куклы, свистульки, волчки. Дети играли с щенками, голубями, черепахами. Затем мальчиков отдавали в школу. К ним часто приставляли раба-педагога. Он присматривал за ребенком, учил его, как надо вести себя, водил в школу. За учебу в школах надо было платить. Хотя в Афинах эта плата была небольшой, сыновья бедняков ходили в школу недолго. Ведь они рано начинали сами работать. Дольше учились дети богатых родителей, поэтому они становились более образованными людьми.

В школе прежде всего обучали чтению, письму и счету. В обучении арифметике помогали наглядные пособия: камешки, особая доска, на которой отмечены единицы, десятки, сотни. Сначала писали на покрытых воском деревянных дощечках, используя стилё — специальную металлическую или костяную палочку. Острым концом писали, тупым — стирали и сглаживали воск. Позже начинали писать на папирусе чернилами с помощью тростниковой палочки.

Шалунов и лентяев учитель наказывал. Для этого у него были розги и палка. Сохранился папирус с надписью: «Будь прилежен, мальчик, чтобы тебя не били». Ниже эта запись повторена четыре раза учеником. Рассказывают, что один богач подарил своему ленивому сыну 24 маленьких раба. Их имена начинались на все буквы алфавита. Так отец хотел помочь сыну обучиться грамоте.

Учебников тогда не было. Их заменяли стихи поэтов. На первом месте стояли, конечно, поэмы Гомера «Илиада» и «Одиссея». В них содержалось много сведений по географии и истории, но самое важное — они прославляли доблесть, героизм, стойкость в борьбе с трудностями. Школьнику следовало знать о героях и подражать им.

Важнейшим предметом в школах являлась музыка. Каждый мальчик учился играть на флейте и кифаре, петь.

Музыка сопровождала греков в течение всей жизни. Под музыку тренировались спортсмены, шли в бой гоплиты. Музыка звучала на праздниках и в театре.

Одновременно мальчики усердно занимались гимнастикой. Считалось, что здоровый человек легче справится с трудностями. Гимнастика придаст телу стройность, гибкость, поможет стать храбрым. Эти качества вместе со скромностью и разумностью должны были помочь сделать из ученика хорошего гражданина.

Занимались спортом в палестре (от древнегреческого слова «пале» — борьба). В палестре занимались бегом, прыжками, метанием диска и копья, борьбой.

Гимнасии. К 16 годам юноши заканчивали занятия в школе. Но дети состоятельных родителей еще в течение двух лет могли продолжить свое образование. Они по-прежнему занимались спортом, но уже в гимнасии. В Афинах было три гимнасия. Самые известные в Афинах — Ликей (отсюда — слово «лицей») и Академия.

В Греции не было ни институтов, ни университетов, но можно было брать уроки у философов. Их уроки стоили дорого.

Воспитание девочек. Девочки в школы не ходили и воспитывались дома. Их учили читать и писать, под наблюдением матери они занимались музыкой, рукоделием, ткачеством, обучались домоводству. Девочки оставались дома, пока их не выдавали замуж. Происходило это, когда им исполнялось 15–16 лет. У богатых родителей девочки жили вольготнее и веселее. В бедных домах было не до музыки и танцев. Как и мальчики, девочки рано начинали работать, помогая родителям.

Упражнение 4. «Какое бывает поведение?»

Психолог: Сейчас я вам буду описывать ситуации, а вы с помощью ручных кукол должны показать, как ведет себя в предложенных случаях уверенный, неуверенный и грубый человек.

Ситуаций будет несколько. Каждый из желающих может показать способ поведения в ней, а остальные учащиеся должны определить, какое поведение было продемонстрировано.

Примеры предлагаемых ситуаций:

- учитель за устный ответ у доски поставил двойку;
- просишь у родителей что-либо, а они отказывают;
- родители просят сходить за хлебом в то время, когда ты чем-либо занимаешься;
- родители критически оценивают твой внешний вид;
- ты поздно пришел домой и выслушиваешь нареkania родителей.

На каждую ситуацию отводится 3–4 минуты. Желательно иметь в наличии 3–4 ручные куклы (можно различных животных). Учащиеся выстраиваются у доски друг за другом и после ответа передают куклу остальным ребятам.

Обсуждение упражнения. Какие формы ответов чаще проигрывались? Почему? Какое поведение способствует успешному разрешению ситуации? Почему?

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 22

Задачи занятия:

1. Развитие логического мышления (разделение понятий).
2. Развитие пространственных представлений.
3. Развитие воображения.
4. Развитие эмоциональной сферы.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Летом люди его приобретают, а зимой теряют. (Загар)
2. Какой праздник в Европе празднуют до Нового года? (Рождество)
3. Какой праздник в России бывает старым и новым? (Новый год)
4. Какое мороженое не едят без палочки? (Эскимо)
5. Сладость, через которую можно смотреть на солнце. (Леденец)
6. Название какого месяца года посвящено римскому богу войны? (Март)
7. Какой месяц был назван в честь римского императора Октавиана? (Август)
8. Человек, коллекционирующий монеты. (Нумизмат)
9. Название какого месяца посвящено греческой богине любви и красоты? (Апрель)
10. Лесная любительница украшений. (Сорока)

Упражнение 1. «Разделите понятия»

Психолог: На прошлом занятии вы определяли, в какой паре понятий отношения являются обобщением — конкретизацией, а в какой — частью — целым. Умение раз-

делять понятия на группы является показателем умения мыслить. Сегодня мы будем разделять понятия еще и по действию, которое совершает обозначаемый им предмет или которое может быть совершено с ним. Это называется «функциональные отношения». Например, понятие «книги» можно разделить по следующим основаниям:

- 1) детские и взрослые — это конкретизация;
- 2) художественные, научные, энциклопедические — конкретизация;
- 3) читают, конспектируют, пересказывают — функции;
- 4) обложка, листы, корешок — части.

Сейчас вы объединитесь по две-три парты в группы. Каждая группа должна разделить общее понятие на все входящие в него возможные частные понятия и на составляющие части, а также назвать действие, которое совершает обозначаемый предмет или которое может быть совершено с ним, и записать в таблицу в тетради. Потом один представитель от каждой группы зачитает результаты работы. (Психолог делит класс на пять групп и каждой группе определяет понятие.)

Общее понятие	Конкретизация	Части понятия	Функции
Растения	Лиственные, хвойные; съедобные, несъедобные; культурные, дикорастущие; плодовые, неплодовые	Стебель, корень, ветки, плоды, цветы	Растут, питаются, размножаются
Рыбы	Пресноводные, морские; хищные, нехищные; хрящевые, костные; опасные, безопасные; ядовитые и полезные	Голова, хвост, плавники, жабры, чешуя	Плавают, мечут икру
Мебель	Офисная, бытовая; деревянная, пластмассовая, металлическая; разборная, неразборная; мягкая, корпусная; встроенная, невстроенная	Ножка, сиденье, спинка, столешница, дверца	Сидят, лежат, едят, хранят вещи

Общее понятие	Конкретизация	Части понятия	Функции
Автомобиль	Легковой, грузовой, гоночный; исправный, неисправный	Колесо, кузов, мотор, руль, тормоза	Ездит, ломается, тормозит, врезается
Одежда	Детская, молодежная, взрослая; зимняя, летняя	Рукава, воротник, пуговицы	Покупают, надевают, стирают

После оглашения результатов каждой группы учащиеся добавляют свои варианты, которые не были названы.

Упражнение 2. «Перекресток»

Психолог: На рисунке, размещенном справа, показано, как пешеход видит павильон метро. На схеме слева нужно определить, на каком перекрестке он стоит — А, Б или В.

Правильный ответ: А.

Упражнение 3. «Придумайте предметы»

Психолог: Придумайте и нарисуйте как можно больше предметов, используя заданные геометрические фигуры (круг, полукруг, треугольник, квадрат, прямоугольник). Каждую геометрическую фигуру можно использовать многократно, а какую-то можно вообще не использовать. Можно менять размеры фигур, поворачивать их, но нельзя добавлять другие фигуры.

Упражнение 4. «Как пережить обиду»

С учащимися проводится обсуждение, что такое обида.

- Что вы говорите или делаете, когда обижаетесь?
- Что можно сказать о людях, которые обижают других? Что они сами чувствуют в этот момент?
- Что вы чувствуете в состоянии обиды?

Психолог: Обида на других людей часто занимает в нашей жизни чуть ли не первое место. Мы обижаемся не только на людей, но и на судьбу. Мало кто из нас осознает,

насколько важно уметь не носить с собой тяжелый груз обид. Предлагаю вам послушать притчу.

Притча

Ученик обратился к учителю:

— Ты такой мудрый. Ты всегда в хорошем настроении, никогда не злишься. Помоги и мне быть таким.

Учитель согласился и попросил ученика принести картофель и прозрачный пакет.

— Если ты на кого-нибудь разозлишься и затаишь обиду, — сказал учитель, — то возьми этот картофель. С одной его стороны напиши свое имя, с другой — имя человека, с которым произошел конфликт, и положи этот картофель в пакет.

— И это все? — недоуменно спросил ученик.

— Нет, — ответил учитель. — Ты должен всегда этот мешок носить с собой. И каждый раз, когда на кого-нибудь обидишься, добавлять в него картофель.

Ученик согласился.

Прошло какое-то время. Пакет ученика пополнился еще несколькими картошинами и стал уже достаточно тяжелым. Его очень неудобно было всегда носить с собой. К тому же тот картофель, что он положил в самом начале, стал портиться. Он покryлся скользким, гадким налетом, некоторый пророс, некоторый зацвел и стал издавать резкий неприятный запах.

Ученик пришел к учителю и сказал:

— Это уже невозможно носить с собой. Во-первых, пакет слишком тяжелый, а во-вторых, картофель испортился. Предложи что-нибудь другое.

Но учитель ответил:

— То же самое происходит и у тебя в душе. Когда ты на кого-нибудь злишься, обижаешься, то у тебя в душе появляется тяжелый камень. Просто ты это сразу не замечаешь. Потом камень становится все больше. Поступки превращаются в привычки, привычки — в характер, ко-

торый рождает зловонные пороки. И об этом грузе очень легко забыть, ведь он слишком тяжелый, чтобы носить его постоянно с собой. Я дал тебе возможность понаблюдать весь этот процесс со стороны. Каждый раз, когда ты решишь обидеться или, наоборот, обидеть кого-то, подумай, нужен ли тебе этот камень.

Психолог: Как вы думаете, о чем эта притча? (Ответы учащихся.) Как обычно вы справляетесь с обидой? (Ответы учащихся.) При переживании негативных эмоций появляется мышечное напряжение: напрягаются плечи, руки, голова опускается и уходит в плечи. Сейчас мы с вами познакомимся с техникой, выполняя которую вы сможете справляться с состоянием обиды.

Описание техники

Сядьте удобно, закройте глаза, сосредоточьтесь на своем дыхании. Представьте ситуацию, в которой вы почувствовали сильную обиду. Оцените состояние обиды в баллах от 1 до 10 (чем ближе к 10, тем сильнее обида). Мысленно сильно сожмите обиду в кулаках. Почувствуйте напряжение в кистях, напрягите руки. Почувствуйте напряжение и в кистях, и в руках. Разожмите кулаки, расслабьте мышцы, отпустите обиды, чтобы они упали и рассыпались на мелкие части. Расслабьте руки до конца. Ваша обида исчезла. Сделайте глубокий вдох и медленно открывайте глаза.

Как вы себя сейчас чувствуете? На сколько баллов вы чувствуете обиду теперь? (Если обида до конца не прошла у большинства учащихся, необходимо повторить упражнение или посоветовать выполнить его дома.)

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 23

Задачи занятия:

1. Развитие логического мышления (разделение общих понятий на видовые по единому основанию, знакомство с иерархической схемой понятия).
2. Развитие пространственных представлений, слуховой памяти.
3. Формирование мотивации достижения успеха в ситуации учебной ошибки.
4. Выработка правильного отношения к неудачам, ошибкам.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

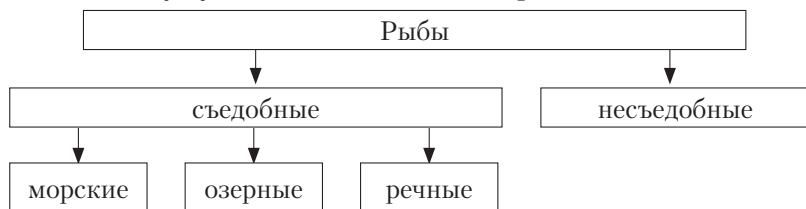
Блицопрос:

1. Фигура, не имеющая углов. (Круг)
2. Плод дуба. (Желудь)
3. Набор букв. (Алфавит)
4. У какого дерева ствол белый? (У березы)
5. Кто спит под своими ушами? (Зяц)
6. Кто пишет книги? (Писатель)
7. Орган зрения. (Глаз)
8. Зимнее логово медведя. (Берлога)
9. Самый ядовитый гриб. (Бледная поганка)
10. Сколько получится, если 30 разделить на $\frac{1}{2}$ и прибавить 10? (70)

Упражнение 1. «Деление понятий»

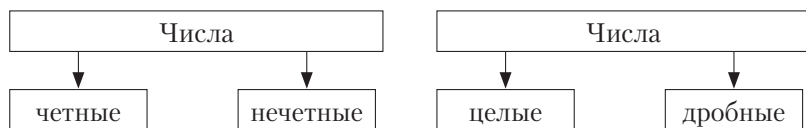
Психолог: Для умственного развития и понимания сути явлений важно уметь правильно делить общее понятие по различным основаниям, то есть внутри общего понятия выделять различные признаки частных понятий (конкре-

тизация). **Деление понятий произведено правильно**, если оно выполнено по одному признаку (основанию) и сохраняет полноту деления (все компоненты признака указаны). Одно и то же понятие может быть разделено на группы по разным признакам, но в каждом отдельном случае деление должно производиться только по одному основанию. Рассмотрим пример: определите, правильно ли осуществлено деление понятия «рыбы». Рыбы бывают морские, речные, озерные и съедобные. (Ответы учащихся.) Деление произведено неправильно, поскольку проведено сразу по двум основаниям: место обитания и пригодность к употреблению в пищу. Составление схемы помогает наглядно увидеть, почему суждение логически неправильно.



Психолог: Определите, правильно ли произведено деление понятий в следующих предложениях (правильно — П, неправильно — Н), и представьте его схему.

Числа бывают четные, нечетные и дробные. — Неправильно, отсутствует единое основание деления.



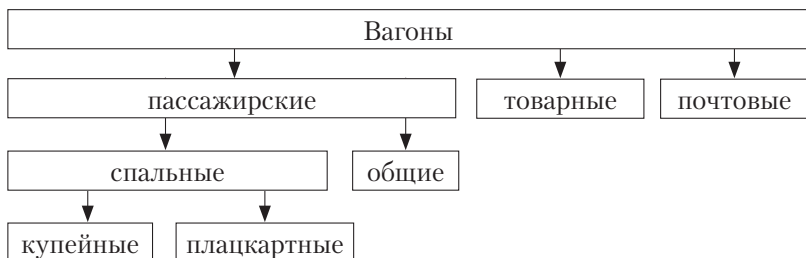
Люди бывают худые, толстые и добрые. — Неправильно, отсутствует единое основание деления.



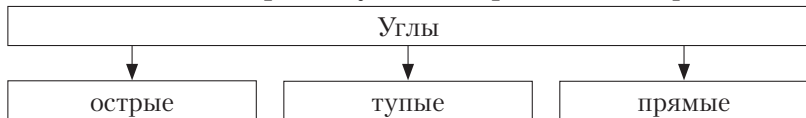
Пути сообщения могут быть наземные, подземные, водные, воздушные и межпланетные. — Правильно.



Вагоны бывают пассажирские, товарные, почтовые, спальные, плацкартные. — Неправильно, отсутствует единое основание деления.



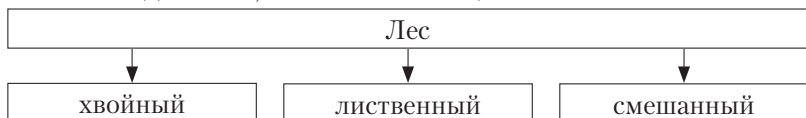
Углы бывают острые, тупые и прямые. — Правильно.



Картины делятся на исторические, бытовые, пейзажные и акварельные. — Неправильно, отсутствует единое основание деления.



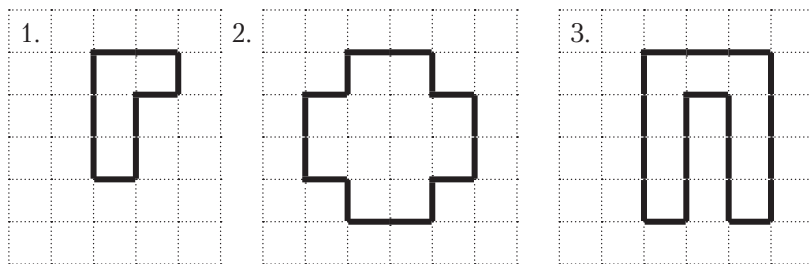
Лес бывает хвойный и лиственный. — Неправильно, неполное деление, так как леса еще бывают смешанные.



Упражнение 2. «Рисуем в уме»

Психолог: Закройте тетради. Мысленно представьте лист бумаги в клеточку. Я буду диктовать фигуру по клеточкам, а вы — мысленно рисовать эту фигуру. После завершения диктовки нарисуйте у себя в тетради ту фигуру, которую представили.

Психолог диктует первую фигуру, учащиеся зарисовывают и проверяют. Затем такая же работа проводится с остальными фигурами.



Упражнение 3. «На ошибках учатся»

Психолог: Каждый человек совершает ошибки. Что вы чувствуете, когда совершаете ошибку в школе? (Ответы учащихся.) Послушайте внимательно сказку об ошибках.

Сказка

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...

Психолог: Что могла ответить ей Ошибка? (Ответы учащихся, продолжение чтения сказки.)

«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 они будут лучше учиться».

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

Психолог: Что сказала учительница? (Ответы учащихся, продолжение чтения сказки.)

«Вы обе неправы, 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».

В чем суть этой сказки? (Ошибки указывают на то, над чем надо дальше работать. Если бы мы не ошибались, мы бы не поняли, правильно ли делаем.)

Некоторые люди, совершив ошибку, устраивают над собой строгий суд. Другие же еще раз пытаются сделать то, что у них не получилось. С каждым разом они учатся и не делают больших проблем из своих неудач. Как вы действуете, обнаружив ошибку и поняв, что сделали что-то неправильно? Расскажите о своем опыте исправления ошибок.

Упражнение 4. «Уроки ошибок»

Психолог: Рассмотрим ситуации ошибок и определим, как действовать дальше. Просмотрите текст и исправьте допущенные ошибки.

Ситуация 1. На уроке русского языка после диктанта учительница раздала тетради. В одной из работ был такой текст: «Стары лебеди склонили перед ним гордые

шеи. Взрослые и дети толпились на берегу. Солнце дохотило до верхушек деревьев и тряталось за ними. На столе лежала карта на шего города».

Психолог: Как вы думаете, по какой причине допущены эти ошибки? (Невнимательность; незнание правил; неумение их применять; торопливость.) Что нужно сделать ученику, чтобы в дальнейшем писать правильно? (Выучить правила; проверять каждое слово после написания, ориентируясь на правило; писать вдумчиво.)

Ситуация 2. Отвечая на уроке истории, ученик не смог на карте правильно показать изучаемую страну и назвать ее столицу. На вопрос учителя: «Почему не выучил урок?» — учащийся ответил, что параграф он читал.

Психолог: О чем говорит эта ситуация? (Не использовал при выполнении домашнего задания атлас; невнимательно (поверхностно) читал параграф; не использовал приемы запоминания.) Рекомендации: при подготовке задания использовать атлас; читая параграф, фиксировать важные моменты (составить план); использовать приемы запоминания.

Ситуация 3. Рассказывая стихотворение, ученик периодически путался, сбивался (долго вспоминал следующую строчку) и некоторые слова произносил неправильно, переставляя буквы местами.

Психолог: О чем говорит эта ситуация? (Не использовал правило заучивания стихотворения: не разобрал непонятные слова; не понял смысл стихотворения; учил стихотворение частями, не объединяя его.) Рекомендации: при заучивании стихотворения применять памятку «Как учить стихотворение».

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 24

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления (определение видов суждений).
2. Развитие пространственных представлений.
3. Выяснение представлений учащихся о дружбе.
4. Развитие тактильной памяти, речи.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. За чем вода в стакане? (За стеклом)
2. Кого никто не видит, а всякий слышит? (Эхо)
3. Что можно приготовить, но нельзя съесть? (Домашнее задание, цемент)
4. Название самого раннего цветка, антоним которого «забывалка»? (Незабудка)
5. На каких полях трава никогда не растет? (На полях шляпы, на шахматных)
6. Что вырвалось из груди ученика, когда учитель заставил его 100 раз написать букву «н»? (Стон)
7. В комнате было 12 цыплят, 3 кролика, 5 щенят, 2 кошки, 1 петух и 2 курицы. Сюда зашел хозяин с собакой. Сколько в комнате стало ног? (Две, у остальных лапы)
8. Если: ты, да я, да мы с тобой. Много ли нас? (Двое)
9. Чего нет у деда с внуком, а есть у матери с отцом? (Буква «т»)
10. Если из стакана вылить воду, что в нем останется? (Воздух)

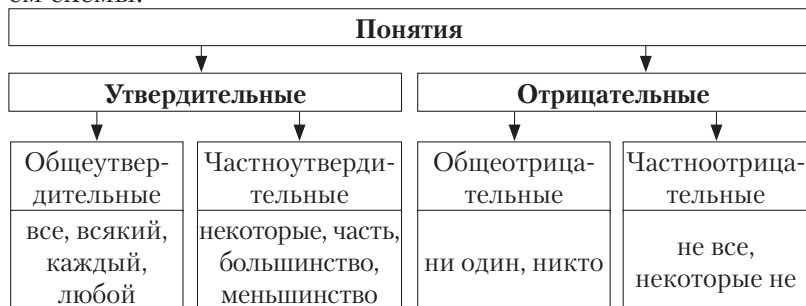
Упражнение 1. «Определите вид суждения»

Психолог: Связи между двумя понятиями в речи выражаются с помощью суждений. Судить, рассуждать — это значит приписывать предметам какие-либо признаки. Суждения бывают положительные и отрицательные. **Положительные суждения (утвердительные)** — предмету приписывается какой-либо признак или что-либо утверждается. **Отрицательные суждения** — какой-либо признак в предмете отсутствует или что-либо отрицается. Как утвердительные, так и отрицательные суждения могут быть **общими и частными**.

В общеутвердительных (ОУ) суждениях говорится обо всех предметах, обозначенных данным понятием. Такое суждение включает слова: **все, всякий, каждый, любой**. **В частноутвердительных (ЧУ) суждениях** говорится о части предметов, обозначаемых данным понятием. Слова частноутвердительных суждений: **некоторые, часть, большинство, меньшинство**.

В общеотрицательных (ОО) суждениях говорится об отсутствии какого-либо признака у всех предметов, обозначаемых данным понятием. При этом используются слова **ни один, никто**. **Частноотрицательные (ЧО) суждения** касаются части предметов, обозначаемых данным понятием. Их можно определить по наличию слов **не все, некоторые не**.

Объяснение материала сопровождается заполнением схемы.



Психолог: Определите вид суждений следующих предложений и подчеркните слова, указывающие на вид суждения.

- Все русские – славяне. (ОУ)
- Некоторые школьники изучают французский язык. (ЧУ)
- Некоторые львы не являются дрессированными. (ЧО)
- Большинство озер в пустынях солоноваты. (ЧУ)
- Все рыбы дышат жабрами. (ОУ)
- Ни одна черепаха не летает. (ОО)
- Все самолеты тяжелее воздуха. (ОУ)
- Ни одна планета не является звездой. (ОО)
- Не все дети являются школьниками. (ЧО)

Приведите свои примеры различных видов суждений.

Упражнение 2. «Переворот фигур»

Психолог: Посмотрите на первые две фигуры. Вам нужно мысленно фигуру слева перевернуть без скольжения два раза на 90° по направлению стрелки, а фигуру справа – один раз на 90° по направлению стрелки. Представить, какая получилась фигура, найти ее среди шести нижних фигур и написать ее номер между ними.

Правильные ответы: 6, 1, 4, 3.

Упражнение 3. «Что такое дружба»

Психолог: Послушайте притчу и сформулируйте ее смысл.

Притча

Случилось так, что в человека и собаку, отдохавших под деревом, попала молния, и оба умерли. Но они не поняли, что наступила смерть (такое порой случается), и продолжили свой путь. Они очень долго шли по длинной, дикой, утомительной дороге. Стояла жуткая

жара, и им очень хотелось пить. Вдруг они увидели перед собой оазис. За прозрачной оградой — музыка, цветы, журчание фонтана.

— Что это такое? — спросил путешественник у привратника.

— Это рай, и теперь ты можешь войти и отдохнуть по-настоящему. Тут есть сколько угодно питья и еды. Но войти может только человек, а зверям вход запрещен.

— Но можно я хоть вынесу собаке воды?

— Сожалею, но вошедший сюда выйти уже не может.

И путешественник пошел дальше. Через некоторое время дорога привела его к другому оазису. У прозрачных ворот тоже сидел привратник, а за его спиной бил фонтан и стояли столы со всевозможной едой.

— Заходите, — сказал привратник. — Ты и твоя собака здесь могут напиться и поесть.

— А что это за место? — спросил человек.

— Это рай.

— Как так? Привратник у первого оазиса сказал мне, что рай там, и нас туда не пустили.

— Нет. Он сказал неправду. Там не рай, там ад.

— Но как же вы в раю терпите их ложь, ведь возникает путаница!

— Что вы! Они нам очень помогают. Ведь там остаются те, кто способен предать своих лучших друзей.

Психолог выслушивает ответы учащихся.

Психолог: Сформулируйте определение понятия «дружба». (Ответы учащихся.) Дружба — это глубокое, сильное чувство близости, взаимной привязанности, доверия людей друг к другу.

Дружба — это взаимное чувство? (Ответы учащихся.) Дружба — это обязательно взаимное чувство. К дружбе никого нельзя принудить. Она основана на том, что люди добровольно и свободно выбирают друг друга.

На чем основано дружеское общение? (Ответы учащихся.) На взаимном доверии, открытости, уверенности в том, что друг никогда не подведет тебя, умении выслушать друга и понять его, на взаимной помощи, поддержке и совете.

Всегда ли дружба означает полное согласие с другом? (Ответы учащихся.) Споры, взаимная критика еще больше укрепляют дружбу, потому что внушают уверенность в том, что ты можешь измениться, преодолеть то, что тебе мешает, вселяют веру в собственные силы.

Упражнение 4. «Угадай предмет»

Психолог приглашает по одному человеку к доске. Учащемуся дается карточка с названием предмета и предлагается вспомнить свои ощущения при прикосновении к нему. После этого ученик рассказывает, что чувствуют его руки, прикасаясь к доставшемуся ему предмету, не называя его. Все остальные должны угадать, о чем он рассказывает.

Примерный список предметов: металлическая ручка двери, оконное стекло, деревянный стол, шерсть котенка, чашка с горячим чаем и т. п.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 25

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие перцептивно-эмоциональной сферы.
3. Формирование представлений о качествах настоящего друга.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Что острее меча? (Слово)
2. Не летает, не поет, а клюет? (Рыба)
3. Человек, который живет рядом. (Сосед)
4. Насекомое, дающее мед. (Пчела)
5. Место, где растут овощи. (Огород)
6. На что похожа половина яблока? (На вторую половину)
7. Их у человека 20. (Пальцы)
8. Что теряет лось каждую зиму? (Рога)
9. Каким именем можно назвать и мальчика, и девочку? (Саша, Женя, Валя)
10. Эта кукла является национальным символом России. (Матрешка)

Упражнение 1. «Измените форму, не меняя содержания»

Психолог: Развитое мышление характеризуется умением изменять форму суждения, оставляя при этом без изменения его содержание. Для этого нужно знать правила преобразования суждений. Давайте рассмотрим, как правильно можно преобразовывать суждения, и потренируемся в развитии мышления.

Ниже представлен алгоритм работы по преобразованию суждений. Данный алгоритм применяется на протяжении нескольких занятий при выполнении аналогичных упражнений.

Психолог: Первое предложение «Все волки имеют зубы». Какое это суждение? (ОУ) Какие здесь есть понятия? (Волки, имеют зубы.) Какие отношения между этими понятиями? (Маленькое понятие полностью входит в большое.) Рисуем схему.



Первый тип преобразований — **общеутвердительные суждения в частноутвердительные**. Какие слова указывают на ЧУ суждение? (Некоторые, большинство, меньшинство.) Сформулируйте ЧУ суждение, используя данное понятие: **некоторые, имеющие зубы, — волки.**

Следующие предложения отрабатываются самостоятельно каждым учащимся с последующей совместной проверкой или психолог может вызывать учащихся к доске.

- Все кенгуру — млекопитающие. (Некоторые млекопитающие — кенгуру.)
- Все Герои России — орденосцы. (Некоторые орденосцы — Герои России.)
- Все школьники любят получать пятерки. (Некоторые, любящие получать пятерки, являются школьниками.)

В следующих двух предложениях используются равнозначные понятия. В этом случае проводится работа

по вышеописанному алгоритму, **ОУ** суждение преобразовывается в **ОУ** и изображается схема:



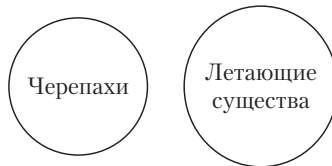
- Все равносторонние прямоугольники — квадраты. (Все квадраты — равносторонние прямоугольники.)
- Все гривенники — монеты 10-копеечного достоинства. (Все монеты 10-копеечного достоинства — гривенники.)

А теперь давайте сформулируем свои примеры подобных преобразований. (Примеры записываются в тетрадь.)

Психолог: Какого типа следующие суждения? (ОО)

Обсуждение с учащимися проводится по вышеописанному алгоритму. Эта работа направлена на **преобразование общеприцательных суждений в общеприцательные.**

- Ни одна черепаха не летает. (Ни одно летающее существо не является черепахой.)



— Ни один школьник не любит получать двойки. (Никто из тех, кто любит получать двойки, не является школьником.)

- Ни одна планета не является звездой. (Ни одна звезда не является планетой.)
- Ни один лев не является травоядным. (Ни одно травоядное не является львом.)

Психолог: А теперь давайте сформулируем свои примеры подобных преобразований. (Примеры записываются в тетрадь.)

Упражнение 2. «Учимся различать эмоции»

Психолог: Рассмотрите внимательно рисунки. Какое, на ваш взгляд, эмоциональное состояние переживает каждый ребенок? Подпишите рисунки.



1.
Недоверие



2.
Обида



3.
Мечтательность



4.
Испуг



5.
Лукавство



6.
Радость



7.
Задумчивость



8.
Интерес

По окончании работы ответы сверяются.

Упражнение 3. «Настоящий друг»

Психолог разделяет учащихся на подгруппы по 4–5 человек.

Психолог: Дружба часто возникает между схожими людьми — между ровесниками, учениками одного класса, людьми с общими вкусами, интересами. Но каждый индивидуален и обладает какими-то своими качествами. Составьте портрет настоящего друга из пяти-семи качеств, опираясь на список качеств. И подумайте над тем, как должно проявляться каждое качество, почему оно важно?

Учащиеся работают 5 минут. Затем два человека от каждой группы зачитывают и аргументируют качества по своему списку. Остальные группы задают вопросы или выражают свои суждения по поводу услышанного. По окончании выступления всех групп психолог записывает на доске основные качества, которые были выбраны во всех подгруппах и важность которых была доказана. А учащиеся параллельно записывают их в тетради в колонке «Настоящий друг».

Психолог: Подумайте, насколько вы соответствуете портрету настоящего друга, и во второй колонке «Мои качества друга» отметьте те, которые у вас есть, а в третьей «Хочу развить» — какие хотели бы развить. (Если есть желающие, они могут высказаться по результатам работы.)

Подводя итог нашей работе, можно сделать вывод: для того чтобы иметь друга, надо самому научиться быть другом.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 26

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие воображения.
3. Отработка навыков группового взаимодействия.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

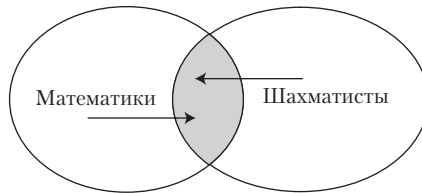
1. Катался мячом, пока не стал носком. Что это? (Клубок ниток)
2. Для пятерых мальчиков пятеро чуланчиков, а выход один. Что это? (Перчатка)
3. Секретный набор цифр. (Код)
4. Что измеряет спидометр? (Скорость)
5. Что рождается без костей? (Язык)
6. Зубы есть, а рта нет. Что это такое? (Пила)
7. Пять братьев: годами равные, ростом разные. Кто они? (Пальцы)
8. На какой вопрос нельзя дать положительный ответ? (Ты спишь?)
9. В какой сказке девочка зимой отправляется за цветами? («Двенадцать месяцев»)
10. Какая обувь в огне делается и с ног не снимается? (Подкова)

Упражнение 1. «Измените форму, не меня содержания»

Психолог: Мы продолжаем работу по преобразованию утверждений. Первое суждение — **«Некоторые математики были шахматистами»**. К какому виду суждений оно относится? **(ЧУ) Преобразуйте его в частноут-**

вердительное суждение: «Некоторые шахматисты были математиками».

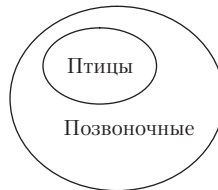
Работа над утверждением проводится по приведенному выше алгоритму.



— Некоторые школьники любят учиться. (Некоторые любители учиться — школьники.)

— Некоторые грибы появляются весной. (Некоторое из того, что появляется весной, является грибами.)

Психолог: Можно ли аналогично переформулировать суждение «Некоторые позвоночные — птицы»? Почему? (Понятие «позвоночные» является более широким по отношению к понятию «птицы».) Ответ: «Все птицы — позвоночные». (ОУ)



Психолог с учащимися составляют и записывают свои примеры преобразования **частноутвердительных суждений в частноутвердительные и общеотрицательные.**

Психолог: Следующий тип преобразований — утвердительные суждения в отрицательные.

Психолог акцентирует внимание на том, что все понятия в общеутвердительных суждениях меняются на противоположные, поскольку предложение должно стать общеотрицательным.

— Все ученики любят получать пятерки. (ОУ) — Ни один ученик не любит получать двойки.



- Все гусеницы едят капусту. (Ни одна гусеница не относится к тем, кто не ест капусту.)
- Все львы являются хищниками. (Ни один лев не является не хищником.)

Упражнение 2. «Соедините точки»

Психолог: В тетради даны ряды точек. Нарисуйте что-либо, какие-либо предметы (существа), соединяя точки. Использовать все точки не обязательно.

Упражнение 3. «Сказка на новый лад»

Психолог делит учащихся на две-три группы в зависимости от количества. Каждая группа получает одно из заданий, в котором обозначены персонажи любимых сказок и в которое включены слова из современного лексикона.

1. Колобок, бабушка, дедушка, волк, лиса, медведь, велосипед, велоралли, соревнование.
2. Баба, дед, внучка, Жучка, кошка, мышка, репка, дача, молодежь, костер.
3. Избушка, лягушка, мышка, волк, медведь, заяц, лиса, коттедж, новоселье, соседи, праздник.

Психолог: Напишите сказку, используя предложенные слова, на современный лад, представьте ее инсценировку и рассказ о совместной работе (по вопросам). Время написания сказки — 5 минут, время инсценировки — 2 минуты, рассказ о совместной деятельности — 1 минута.

Вопросы для анализа:

1. Трудности в процессе работы:
 - сразу ли начали писать сценарий?
 - получалось ли по ходу написания сказки договариваться?
 - как распределяли роли?
 - легко ли было играть на публике?
2. Какие возникали идеи по поводу представления сказки?
3. К какому выводу пришли в процессе работы над созданием сказки?

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 27

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие внимания (устойчивости).
3. Отработка навыков подготовки к контрольной работе.

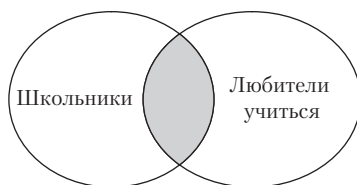
«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Самое длинноногое животное. (Жираф)
2. Как называется водяной воробей? (Оляпка)
3. Как называется дикая роза? (Шиповник)
4. Тебе дано, а в основном именно окружающие люди им пользуются. Что это? (Имя)
5. Доктор прописал пациенту три таблетки и велел принимать их каждые полчаса. Сколько времени уйдет на прием таблеток? (Час, первую таблетку обычно принимают сразу же)
6. У какого хвойного дерева иголки не колются? (Лиственница)
7. Куда зайцу бежать удобнее: с горы или в гору? (В гору)
8. Какого цвета иголки у ежат в момент рождения? (В момент рождения у них еще нет иголок)
9. Маленький ловкий котенок Пушок научился за 2 минуты ловить и съесть 1 мышку в день. Сколько времени ему потребуется, чтобы наловить и съесть 50 мышей? (50 суток. Больше 1 мышки в день он не съест)
10. Половина от половины числа равна половине. Какое это число? (1)

Упражнение 1. «Измените форму, не меня содержания»

Психолог: Продолжаем учиться переформулировать утвердительные суждения в отрицательные. Дано суждение **«Некоторые школьники любят учиться»**. Какое это суждение? (**Частноутвердительное.**) Его нужно **переформулировать в частноотрицательное суждение**. Назовите понятия, которые можно выделить в этом суждении. («Школьники» и «любители учиться».) Зарисуем отношение между этими понятиями.



Психолог: Школьники, любящие учиться, обозначены заштрихованной частью пересекающихся кругов. Для превращения этого суждения в отрицательное оставляем без изменения количество школьников «некоторые» и ставим отрицательную частицу «не» перед словами «любят» и «учиться». Получилось следующее: «Некоторые школьники не любят не учиться».

Переформулируйте самостоятельно следующее утверждение: «Некоторые рыбы летают (являются летающими)».

В отрицательной форме это суждение будет выглядеть так: «Некоторые рыбы не являются нелетающими».

Приведите примеры преобразования частноутвердительных суждений в частноотрицательные. (Примеры суждений записываются в тетрадь.)

Теперь рассмотрим, как **общеотрицательные суждения превратить в общеутвердительные**: «Ни одна планета не светит собственным светом». Зарисуйте схему отношения понятий в этом предложении.



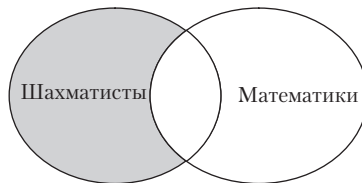
По каким словам можно определить общеутвердительное суждение? (Все, всякий, каждый, любой.) Заменим слово «ни одна» словом «все», уберем отрицательную частицу «не» перед словом «светит» и поставим «не» перед словами «собственным светом». Получилось утвердительное суждение: «Все планеты светят не собственным (то есть отраженным) светом». Преобразование данного суждения в «Все планеты светят собственным светом» неправильно!

— Ни одна черепаха не летает. (Все черепахи являются нелетающими существами.) Преобразование данного суждения в «Все черепахи летают» неправильно!

Приведите примеры преобразования общеотрицательного суждения в общеутвердительное. (Примеры суждений записываются в тетрадь.)

Рассмотрим способ преобразования **частноотрицательных суждений в частноутвердительные**. (Алгоритм работы тот же.)

— Некоторые шахматисты не были математиками. (Некоторые шахматисты были нематематиками.)



— Некоторые люди не умеют плавать. (Некоторые люди умеют не плавать.)

Приведите примеры преобразования **частноотрицательного суждения в частноутвердительное**. (Примеры суждений записываются в тетрадь.)

Упражнение 2. «Стенографы»

Психолог: Мы будем делать стенографию диктанта. Во время чтения текста необходимо каждое слово отмечать одним штрихом. Сюда входят союзы, местоимения, предлоги. (Можно для образца назвать предложение и показать на доске, как работать.) Вам будет зачитано три диктанта.

Примеры диктантов.

Диктант 1. Хорошо летом в деревне встать пораньше, еще до восхода солнышка. Небо прозрачное, с легкой прозеленью, будто морская вода.

А потом набежит ветерок, дохнет прямо в лицо свежим печеным хлебом.

Вот и дымок синей ленточкой потянулся из труб. Настало утро в деревне.

Петя и Вася с удочками и ведерком для рыбы вышли на крыльцо. Мешкать нечего, нужно бежать на речку.

Миновали деревню. По узенькой стежке вышли в высокий конопляник, будто в густые зеленые джунгли. По кладышкам возле мельницы перебрались на другой берег, в луга (по М. Пришвину). (83 слова)

Диктант 2. Дуб — удивительное растение. Он растет сотни лет. Молния ударит в него, опалит огнем, и все равно весной распускается на его черных ветках зеленые листочки.

Дуб начинает распускаться позже всех деревьев. Лес уже зеленый, а дуб один чернеет в чистом поле. Зато дуб дольше всех деревьев стоит с листвой осенью. Когда наступит мороз, листья на дубе пожухнут, свернутся в трубочки и не опадают всю зиму.

В дубовой роще ночью кормятся желудями кабаны, а в дупле живет сыч и зимует летучая мышь.

Иногда смотришь, за рекой далеко от леса растут молодые дубки. Удивляешься! Ветер не мог занести туда тяжелые желуди. Это сойка осенью подобрала желуди, припрятала и забыла о них, а они проросли (по Г. Снегиреву). (111 слов)

Диктант 3. По дороге топал еж. Он меня заметил и свернулся клубком. Закатил я колючего зверька в кепку. Принес домой и назвал Фомкой.

В комнате Фомка развернулся, громко забарабанил ножками по полу. Вскоре гость нашел за печкой старый валенок и забрался в него. А на том валенке любил дремать рыжий кот Барин. Всю ночь до рассвета кот гулял, а утром прыгнул за печь. Вдруг Барин выгнул спину дугой и выскочил на середину комнаты. А из валенка выкатился колючий клубок. Со страху кот прыгнул на шкаф, и я подумал: «Теперь тебе, Барин, спокойной жизни не будет». Но через неделю еж и кот уже частенько ужинали вместе (по А. Баркову). (103 слова)

Упражнение 3. «Подготовка к контрольной работе»

Психолог: Какие ассоциации у вас возникают при словосочетании «контрольная работа»? (Ответы учащихся.) Завершите фразы: «Контрольная — это хорошо, потому что...» и «Контрольная — это плохо, потому что...» (Учащиеся отвечают по желанию.) Хорошо написанная контрольная работа — это результат хорошей подготовки. Давайте обсудим приемы грамотной подготовки к контрольной работе и запишем в памятку.

Когда нужно начинать готовиться к контрольной работе?

За несколько дней, как только объявили.

Как нужно готовиться?

1. Психологически настроиться: позитивно относиться к контрольной; настраиваться на успех, то есть представлять, как будешь себя чувствовать, получив высокую оценку, как будут радоваться за тебя родители.
2. Повторить материал:
 - перелистать учебник, записи в тетради и определить слабые места в своих знаниях. Разобраться с этим материалом самому или обратиться за помощью;

- выписать важные моменты на карточки, носить их с собой и пересматривать в любое свободное время (на переменах, в транспорте);
 - повторить материал в паре с другом, одноклассником или с кем-нибудь из родителей: они спрашивают, а ты отвечаешь.
3. Если времени остается совсем мало, то стоит максимально эффективно организовать свою деятельность:
- составить план с указанием того, какие темы даются наиболее трудно и какие из них понадобятся на контрольной. Грамотная организация подготовки поможет сэкономить время. Отметить то, что непонятно, чтобы после повторения темы вернуться и разобраться с этим материалом;
 - заниматься днем и вечером — это самое продуктивное время для подготовки к контрольной. Если готовиться посреди ночи, то, во-первых, не получится полноценно отдохнуть и на контрольной внимание будет рассеяно, а во-вторых, в голове останется каша из отрывков знаний.

Что делать накануне контрольной работы?

- Лечь спать вовремя: чтобы ясно мыслить, надо выспаться.
- Перед сном сказать себе: «Я сделал (-а) все, что смог (-ла), а если оценка будет ниже, мне будет обидно, но я переживу это».

Что делать в день контрольной?

- С утра хорошо позавтракать.
- Взять с собой конфету или шоколадку: она поможет одолеть волнение.
- Общаться с теми, кто спокоен: паника заразна.
- Расслабиться, подумать, как будет хорошо, когда все кончится.

Что делать после контрольной?

- Если ты справился (-ась), то заслужил (-а) вознаграждение. Сделай себе что-то приятное: сходи в кино, погуляй с друзьями, купи что-нибудь вкусненькое.
- Если, несмотря на твои старания, что-то вышло не так, не расстраиваться. В следующий раз готовиться так же тщательно, учесть свои ошибки и стремиться к успеху!

Памятка

«Подготовка к контрольной работе»

Когда нужно начинать готовиться к контрольной работе?

Сразу, как только объявили.

Как нужно готовиться?

1. Психологически настроиться: позитивно относиться к контрольной; настраиваться на успех.

2. Повторить материал:

- перелистать учебник, записи в тетради. Определить слабые места в своих знаниях. Если надо, попросить о помощи;
- выписать важные моменты на карточки, пересматривать их в любое свободное время;
- повторять материал в паре с кем-нибудь.

3. Если времени остается совсем мало:

- повторить наиболее трудные темы и темы, необходимые для контрольной. Отметить то, что непонятно, вернуться и повторить еще раз;
- заниматься днем или вечером — это время для эффективной подготовки. Ночь — время для отдыха.

Что делать накануне контрольной работы?

- Лечь спать вовремя.
- Сказать себе: «Я сделал (-а) все, что смог (-ла), а если оценка будет ниже, мне будет обидно, но я переживу это».

Что делать в день контрольной?

- С утра хорошо позавтракать.
- Взять с собой конфету или шоколадку.
- Общаться с теми, кто спокоен.
- Расслабиться, повторить фразу: «Я справлюсь с контрольной!»

Что делать после контрольной?

- Если ты справился (-ась), сделай себе что-то приятное.
- Если что-то вышло не так, не расстраиваться. В следующий раз готовиться так же тщательно, учесть свои ошибки и стремиться к успеху!

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 28

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие слуховой памяти.
3. Формирование знаний учащихся об уровнях самооценки.
4. Развитие умения различать уровни самооценки в поведении.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

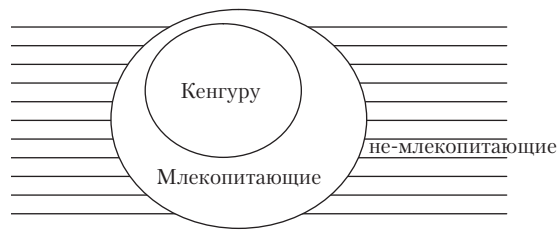
1. Почему корова ложится? (Потому что не умеет садиться)
2. По чему в лес ходят? (По земле)
3. Какая нота не нужна для компота? (Соль)
4. Какое крыло никогда не летает? (Автомобильное)
5. Мера измерения драгоценных камней. (Карат)
6. Какую часть слова можно найти в земле? (Корень)
7. Органическая порода, залежи которой можно обнаружить в любой школе. (Мел)
8. Из какого полотна не сошьешь рубашку? (Железнодорожного)
9. Зверь, с которым хуже всего уживается собака. (Кошка)
10. У семи братьев по одной сестренке. Сколько всего сестер? (Одна)

Упражнение 1. «Измените форму, не меня содержания»

Психолог: Теперь вы будете осваивать самую сложную логическую операцию, при осуществлении которой

то, **о чем** говорится, и то, **что** говорится, меняются местами, а само суждение из отрицательного становится утвердительным, и наоборот.

Рассмотрим суждение «Все кенгуру являются млекопитающими». Какое это утверждение? (**Общеутвердительное.**) Назовите понятия в этом суждении. (Кенгуру, млекопитающие.) А теперь составим схему.

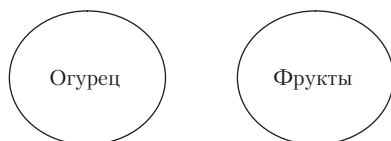


Преобразуйте это суждение в общеприцательное, поменяв понятия местами. (Ни одно не-млекопитающее не является кенгуром.)

- Все треугольники являются геометрическими фигурами. (Ни одна не-геометрическая фигура не является треугольником.)
- Все осадки есть атмосферные явления. (Ни одно не-атмосферное явление не есть осадки.)
- Все тигры являются хищниками. (Ни один не-хищник не является тигром.)

Приведите **примеры преобразования общеутвердительногo суждения в общеприцательное.** (Примеры суждений записываются в тетрадь.)

Психолог: Теперь рассмотрим способ **преобразования общеприцательных суждений в частноутвердительное.** Дано суждение «Ни один огурец не является фруктом». Схема:



Ответ: «Некоторые не-фрукты — огурцы».

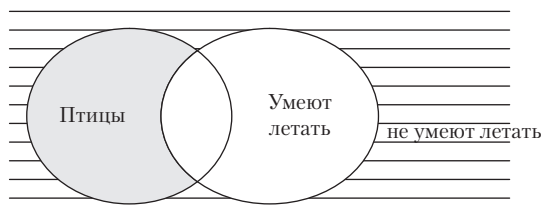
- Ни один лев не является травоядным. (Некоторые не-травоядные являются львами.)
- Ни один паук не является насекомым. (Некоторые не-насекомые являются пауками.)

Приведите **примеры преобразования общеутвердительного суждения в общеотрицательное**. (Примеры суждений записываются в тетрадь.)

Психолог: Рассмотрим, как можно преобразовать **частноотрицательное суждение в частноутвердительное**.

«Некоторые птицы не умеют летать».

С помощью кругов представим отношение между понятиями суждения (алгоритм обсуждения см. выше).



Ответ: «Некоторые, не умеющие летать, являются птицами».

- Некоторые школьники не любят контрольные работы. (Некоторые, не любящие контрольные работы, являются школьниками.)

К следующему утверждению отнеситесь внимательно. «Некоторые птицы не являются воробьями».



Ответ: «Некоторые не-воробьи являются птицами».

Приведите **примеры преобразования частноотрицательного суждения в частноутвердительное**. (Примеры суждений записываются в тетрадь.)

Упражнение 2. «Запомни и ответь»

Психолог: Внимательно прослушайте текст один раз, а затем ответьте на вопросы к тексту.

Текст

Однажды в начале лета Алешу с мамой Еленой Сергеевной и папой Дмитрием Петровичем пригласили в деревню на день рождения дедушки, которого звали Петя. Семья отправилась в гости пятичасовым поездом с Курского вокзала. Ехать было не очень долго: нужная остановка — по счету пятая от конца. Дедушка был очень рад встрече с внуком.

Вопросы:

1. Как будут называть Алешу, когда он станет взрослым? (Алексей Дмитриевич)
2. На какой по счету остановке они вышли, если всего на этой ветке 12 остановок? (На восьмой остановке)
3. Чьим отцом был дедушка Петя — папиным или маминым? (Папиным)
4. Сколько времени они добивались до деревни, если от станции до станции поезд идет 5 минут? (35 минут)
5. В котором часу они вышли из поезда? (В 17:35)
6. Какими словами начинался рассказ? (Однажды в начале лета)

Упражнение 3. «Самооценка»

Психолог: В жизни мы постоянно выражаем свое отношение к окружающему: нравится или не нравится, красиво или уродливо, дешево или дорого, и т. д. Что еще можно оценивать? (Поступки, друзей, себя.) На чем основывается оценка? (На сравнении с каким-то образцом)

или примером.) Оценивали ли вы когда-нибудь себя: свои качества, достоинства и недостатки? Совпадала ли ваша оценка себя с оценкой другими? (Ответы учащихся.) Дайте определение понятию «самооценка».

Психолог: Самооценка — это способность себя оценивать: свои качества, достоинства и недостатки. (Запись в тетради.) Послушайте стихотворение.

Отличница
(*Е. Серова*)

У каждого в жизни есть свой интерес:
У Саши «конек» — рисованье,
У Лиды — природа (особенно лес!),
И к технике — тяга у Вани.

Сережа коллекцией бабочек горд:
Такие коллекции редки!
Илье интересны и книги, и спорт.
А Юлечке? Только отметки!

Всегда отличатся — у Юли такой
Незыблемый в жизни порядок.
Получит пять с минусом — слезы рекой!
Четверку получит — припадок!

Прекрасное дело — учиться на пять,
Ответ безупречный нам дорог,
Но есть и такое, о чем забывать
Немыслимо ради пятерок.

Соседка по парте в задачах слаба.
Поможет ли Юля соседке?..
Нет, ей безразлична чужая судьба,
За помощь не ставят отметки!

Вчера отказалась она наотрез
Оформить стенную газету.
Для класса стараться? Какой интерес —
Отметок не ставят за это!

Командует Юля, вернувшись домой:
— Погладьте мне школьное платье!
Отличнице некогда гладить самой,
Условия надо создать ей!

На кухне хлопочет усталая мать,
А Юля сидит на кушетке.
Зачем утомляться? Зачем помогать?
За это не ставят отметки!

А правда, ведь жалко, что в табеле нет
Такого предмета, как дружба?
И помощь родителям — важный предмет, —
И скромность оценивать нужно.

Прекрасный ведь был бы у табеля вид,
Хотя и не очень привычный:
За верную дружбу — пятерка стоит,
За доброе сердце — отлично!

За скромность,
за честный общественный труд,
Сплошные пятерки красуются тут.

А как бы отличница Юля жила?
Неважные были б у Юли дела:
Стояли б у нашей примерной девицы
По этим предметам — одни единицы!

О чем идет речь в этом стихотворении? (О Юле-отличнице и об отношении ее к окружающим.) Как вы ду-

маете, почему Юля ведет себя именно так? (Она считает себя лучше всех.) Почему она так считает? (Лучше всех учится.) На чем основано ее поведение? (Только на оценке своих способностей.) Можно ли сказать, что оценка Юлей себя является полной? (Нет, поскольку учитывается только одна сфера деятельности.)

Психолог: Подобное поведение характеризует завышенную самооценку — это переоценка своих данных, эгоистичность, чувство превосходства, пренебрежение мнением других. Как вы думаете, чем характеризуется заниженная самооценка? (Недооценка своих возможностей, неуверенность, чувство тревоги.) На чем основывается адекватная (правильная) самооценка? (Знание себя, правильное отношение к другим.)

Какое поведение будет демонстрировать человек с завышенной самооценкой? (Грубое поведение.) А с заниженной? (Неуверенное поведение.) Какая самооценка соответствует уверенному поведению? (Адекватная самооценка.)

Упражнение 4. «Что скрывает поведение»

Психолог: Сейчас я вам буду описывать ситуации, а вы с помощью ручных кукол должны показать, как ведет себя в предложенных случаях человек с завышенной, заниженной или адекватной самооценкой.

Ситуаций будет несколько. Каждый из желающих может показать способ поведения в ней, а остальные учащиеся должны определить, какая самооценка характерна для данного поведения.

Примеры предлагаемых ситуаций:

- хочешь познакомиться со сверстником;
- одноклассники называют тебя «ботаником»;
- Лена позвонила подруге, но по телефону ей ответил незнакомый грубый голос;
- Коля взял телефон своего друга без разрешения;
- ученик (-ца) опоздал (-а) на урок.

На каждую ситуацию отводится 3–4 минуты. Желательно иметь в наличии три-четыре ручные куклы (можно различных животных). Учащиеся выстраиваются у доски друг за другом и после ответа передают куклу остальным ребятам.

Обсуждение упражнения. Какая самооценка чаще демонстрировалась? Почему? Какая самооценка способствует успешному разрешению ситуации? Почему?

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 29

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие пространственных представлений.
3. Формирование знаний учащихся об уровне самооценки.
4. Развитие умения поддерживать адекватную самооценку.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

Ответьте, как вас можно назвать, если вы:

1. ...включите радио? (Радиослушатель)
2. ...придете на прием к врачу? (Пациент)
3. ...пойдете по улице? (Пешеход)
4. ...будете пользоваться телефоном? (Абонент)
5. ...начнете работать за компьютером? (Пользователь)
6. ...сядете за руль собственного автомобиля? (Водитель)
7. ...вдруг получите травму в результате транспортного происшествия? (Пострадавший)
8. ...включите музыку на всю громкость после 23:00? (Нарушитель)
9. ...включите телевизор, чтобы посмотреть фильм? (Телезритель)
10. ...поедете на автобусе, троллейбусе или трамвае? (Пассажир)

Упражнение 1. «Учимся рассуждать»

Психолог: Вам нужно **переформулировать высказывания в соответствии с правилами логических**

преобразований, рассмотренными на предыдущих занятиях. При этом вам нужно определить вид первоначального суждения, преобразовать в другое суждение и определить, к какому виду относится переформулированное высказывание.

Каждое высказывание нужно переформулировать несколько раз.

1. Все дельфины любят рыбу. (Общеутвердительное.)
 - Некоторые, любящие рыбу, являются дельфинами. (Частноутвердительное.)
 - Ни один дельфин не относится к тем, кто не любит рыбу. (Общеотрицательное.)
 - Ни одно животное, не любящее рыбу, не является дельфином. (Общеотрицательное.)
2. Ни один кролик не ест мясо. (Общеотрицательное.)
 - Ни один, кто ест мясо, не является кроликом. (Общеотрицательное.)
 - Все кролики едят не мясо (не едят мясо). (Общеутвердительное.)
 - Некоторые, кто не ест мясо, являются кроликами. (Частноутвердительное.)
3. Некоторые композиторы являются пианистами. (Частноутвердительное.)
 - Некоторые пианисты являются композиторами. (Частноутвердительное.)
 - Некоторые композиторы не являются пианистами. (Частноотрицательное.)
4. Некоторые медведи не являются дрессированными животными. (Частноотрицательное.)
 - Некоторые недрессированные животные являются медведями. (Частноутвердительное.)
 - Некоторые медведи являются недрессированными животными. (Частноутвердительное.)
 - Некоторые дрессированные животные являются медведями. (Частноутвердительное.)

5. Некоторые ученые не являются физиками. (Частноотрицательное.)

- Некоторые ученые являются не-физиками. (Частноутвердительное.)
- Некоторые не-физики являются учеными. (Частноутвердительное.)
- Все физики являются учеными. (Общеутвердительное)

Упражнение 2. «Переворот фигур»

Психолог: Посмотрите на фигуры под номером 1. Вам нужно мысленно каждую фигуру перевернуть без скольжения один раз на 90° по направлению стрелки и определить, какая получилась фигура. Найти полученную фигуру среди семи нижних фигур и написать ее номер рядом с заданием.

Ответы: 3, 7, 1, 6, 3, 2.

Упражнение 3. «Моя самооценка»

Психолог: На прошлом занятии мы обсуждали, какая бывает самооценка. Сейчас вы сможете узнать, какая самооценка у вас. В бланке самооценки даны утверждения. Вам нужно поставить «+», если данное качество вам присуще, и «-», если оно у вас отсутствует или слабо развито.

Бланк «Самооценка»

Утверждения	Ответ
1. Я хорошо выгляжу	
2. Я нравлюсь другим	
3. Я доволен собой	
4. Я не боюсь трудностей	
5. Я имею влияние на друзей	
6. У меня есть цель в жизни	
7. Я ответственный	
8. Я не расстраиваюсь, когда допускаю ошибки	
9. Я могу попросить помощи	
10. Я всегда приветлив и улыбаюсь людям	

Психолог: Подсчитайте количество плюсов. Если количество плюсов 8–10, то ваша самооценка достаточно высокая, а если 1–4, значит, самооценка занижена, и вам необходимо вырабатывать позитивное отношение к себе. Человек с низкой самооценкой не способен защитить себя, всегда чувствует психологический барьер в общении, ощущает себя неудачником, испытывает чувство одиночества и безнадежности.

Согласны ли вы с полученными результатами? (Ответы учащихся, обсуждение.)

Упражнение 4. «Как поддерживать адекватную самооценку»

Психолог: Самооценка имеет свойство изменяться в зависимости от обстоятельств, в которых человек находится, и от окружения. Важно знать способы поддержания адекватной самооценки.

Что важно для поддержания самооценки? Какие действия для этого надо предпринять? (Ответы учащихся обсуждаются и оформляются в памятку.)

Обсуждение правил поддержания адекватной самооценки

- Сконцентрироваться на своих плюсах: определить, чем отличаешься от других и чем интересен.
- Признать свои минусы: понять их причину и начать избавляться от них.
- Ставить перед собой цели: тот добивается успеха, кто знает путь к нему.
- Следовать пунктам плана достижения цели, фиксируя успехи в выполнении.
- При необходимости обращаться за помощью, если что-то не получается.
- Верить в себя, быть уверенным, что начатое дело будет успешным.
- Заботиться о себе: о своем здоровье, о внешнем виде.

- Чаще улыбаться: человек, который улыбается, всегда привлекателен.
- Использовать чувство юмора в общении с друзьями. Уметь посмеяться над собой, вместо того чтобы злиться, когда не идут дела.
- Уметь аргументированно высказать свое мнение и отстаивать свою точку зрения.

Памятка

«Как поддерживать адекватную самооценку»

- Сконцентрироваться на своих плюсах.
- Признать свои минусы.
- Ставить перед собой цели.
- Следовать пунктам плана достижения цели, фиксируя успехи в выполнении.
- При необходимости обращаться за помощью.
- Верить в себя, быть уверенным, что начатое дело будет успешным.
- Заботиться о себе: своем здоровье, внешнем виде.
- Чаще улыбаться.
- Использовать чувство юмора в общении, уметь посмеяться над собой.
- Аргументированно высказывать свое мнение и отстаивать свою точку зрения.

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 30

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие слухового восприятия.
3. Развитие навыков общения и разрешения конфликтов.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Вы участвуете в соревнованиях и обогнали бегуна, занимающего вторую позицию. Какую позицию вы теперь занимаете? (Вторую)
2. Вы обогнали последнего бегуна, на какой позиции вы теперь находитесь? (Обогнать последнего невозможно)
3. Весь день бык пашет поле. Сколько следов он оставит на пашне? (Никаких. Бык запахивает свои следы плугом)
4. В озере плавало 4 лодки, 3 лодки пристали к берегу. Сколько лодок в озере? (4)
5. Про какое животное можно сказать, что они вылезают из кожи вон? (Змея)
6. Что может быть больше слона, на него похоже и ничего не весить? (Тень)
7. В саду было 10 кустов роз, 7 кустов опали. Сколько кустов роз осталось? (10)
8. Около столовой, где обедали лыжники, пришедшие из похода, стояли 20 лыж, а в снег было воткнуто 20 палок. Сколько лыжников ходило в поход? (10)
9. У двух палок 4 конца. А сколько концов у четырех с половиной палок? (10)

10. Известно, что бумеранг можно бросить так, что он вернется обратно. Можно ли бросить теннисный мяч, чтобы он вернулся обратно? (Да, вверх)

Упражнение 1. «Учимся рассуждать»

Психолог: Как получить правильный ответ на вопрос? (Ответы учащихся.) Для этого нужно выделить посылки, выводы и цель рассуждения. (Учащиеся в тетради записывают определения.)

Посылки — суждения, из которых следует получить ответ.

Вывод — суждение, получаемое после сопоставления посылок.

Цель рассуждения — получить новое знание из имеющихся суждений.

Разберем пример.

$$\begin{array}{l} \text{Все лягушки — амфибии} \\ \text{Все амфибии — позвоночные} \\ \hline ? \end{array}$$

У нас две посылки. Какие понятия можно выделить в первой посылке? (Лягушки, амфибии.) Во второй посылке? (Амфибии, позвоночные.) Для удобства присвоим каждому понятию буквенное обозначение.

$$\begin{array}{l} \text{Все лягушки (А) — амфибии (В)} \\ \text{Все амфибии (В) — позвоночные (С)} \\ \hline ? \end{array}$$

Какие понятия совпадают? (В) Значит, мы можем их исключить (сократить). У нас получается новое знание: все лягушки (А) — позвоночные (С).

Оставляя только буквенную символическую запись, получаем:

$$\begin{array}{l} \text{Все А — В} \\ \text{Все В — С} \\ \hline \text{Все А — С} \end{array}$$

Психолог: Используйте буквенную запись для получения правильного вывода из следующих посылок:

Все Герои России — орденосцы.

Все орденосцы — смелые люди.

Все Герои России — смелые люди.

Все розы — цветы.

Все цветы требуют полива.

Все розы требуют полива.

Все щуки дышат жабрами.

Все, кто дышит жабрами, — рыбы.

Все щуки — рыбы.

Все планеты — шарообразны.

Луна — планета.

Луна — шарообразна.

Все ученики, которые учатся в 1-ю смену,
приходят в школу в 8 часов.

Сереза учится в 1-ю смену.

Сереза приходит в школу в 8 часов.

Все стулья — чайники.

Все чайники — бананы.

Все стулья — бананы.

Упражнение 2. «Составьте вопрос»

Психолог: Я вам буду зачитывать загадки и вопросы. Вы должны записывать первые буквы слов-отгадок. Если вы все отгадаете правильно, то из этих букв получится вопрос, на который вы должны ответить.

1. Сумчатый попрыгун. (Кенгуру)
2. Так называют перерыв между действиями в театре. (Антракт)
3. Место, где живут канарейки и попугаи в неволе. (Клетка)

4. Девочка из сказки «Королевство кривых зеркал», сестру которой звали Яло. (Оля)
5. Этот человек чаще всего живет в Индии, умеет ходить по битому стеклу и спать на гвоздях. (Йог)
6. Этот камень раньше был смолой, а сейчас его называют «слезы Балтийского моря». (Янтарь)
7. Дед Мазай и... (Зайцы)
8. Это единственная гласная, с которой не начинается ни одно слово в русском языке (ы)
9. Дикий родственник свиньи. (Кабан)
10. С неба — звездой, на ладошку — водой. (Снежинка)
11. И стоят в глазах царя 33 богатыря, все красавцы молодые, великаны удалые, все равны, как на подбор, с ними дядька... (Черномор)
12. Она стоит на курьих ножках без окон и без дверей. (Избушка)
13. Сидела баба на печи, на каленом кирпиче. Не могла стерпеть, начала пыхтеть. (Тесто)
14. Очень приятный запах. (Аромат)
15. Меня спроси, как я тружусь, — вокруг оси своей кручусь. (Юла)
16. Он «живет» в проводах. (Ток)
17. Сколько нужно букв «г», чтобы получилась большая куча сена? (Сто — стог)
18. Как звали девочку, побывавшую в Стране чудес? (Алиса)
19. Что стоит посередине Земли? (М)
20. Вторая буква слова, обозначающего, кем приходится Боря своей маме. (ы — сын)
21. Любимая собачка Герасима. (Муму)
22. Что за проворная зверюшка живет в дупле-избушке? (Белка)
23. По уму провожают, а по ней встречают. (Одежка)
24. Как звали «молодого крокодила 50 лет»? (Гена)

25. Он и волк, и Дед Мороз, и смешит ребят до слез, в прошлый раз был педагогом, послезавтра — машинист, должен знать он очень много, потому что он — ... (Артист)
 26. Нахмурится, насупится, в слезы ударится — ничего не останется. (Гучка)
 27. Вторая буква слова-отгадки на загадку: «На прогулке бегуны одинаковой длины. Через луг бегут к березке, тянут за собой полоски». (ы — лыжи)
 28. Из нее можно испечь и пироги, и блины. (Мука)
 29. Что такое черное золото? (Нефть)
 30. Автор сказки о девочке, появившейся из цветка, ростом она была меньше трех сантиметров. (Андерсен)
 31. Драгоценный металл, над которым злой Кощей чахнет. (Злато)
 32. Чем кончается поле? (Е)
 33. Предок слона. (Мамонт)
 34. У себя в саду Андрейка поливал цветы из... (Лейки)
 35. Столица Армении. (Ереван)
- Ответ: «Какой язык считают самым богатым на Земле?»
(Русский)

Упражнение 3. «Конфликт или взаимодействие»

Психолог: Приглашаю к доске четверых человек. Встаньте по парам. Кто в паре стоит справа, сцепите руки в замок. Задача тех, кто стоит слева, — любым способом расцепить руки партнера. Дается 1 минута. Начали.

После выполнения упражнения проводится обсуждение со всем классом, удалось ли выполнить задание и каким способом.

Психолог: Что происходило в паре при выполнении упражнения? (Каждый настаивал на своем и не хотел уступать.) То есть возник конфликт. Как человек ведет себя в конфликте? (Состязается, соревнуется, не уступает.) Непреднамеренные конфликты приводят к

обидам, к потере дружбы, к вспышкам гнева, отчуждению. Поэтому важно знать, как вести себя в конфликтных ситуациях.

Сегодня мы будем учиться разрешать конфликты. Для начала вместе подумаем, как лучше всего поступить в определенной ситуации, чтобы уладить конфликт. Я буду называть ситуацию, а вы — предлагать ее решение.

Учащиеся предлагают способы решения и возможные последствия. Из предложенных вариантов выбирают наиболее эффективные.

Ситуация 1. Кто-то дразнит или обзывает тебя.

Ситуация 2. Учитель несправедливо обвиняет тебя в списывании во время контрольной.

Ситуация 3. Во время уроков одноклассник, сидящий за тобой, постоянно колет тебя в спину ручкой или пинает ножку твоего стула.

Ситуация 4. Родители на неделю запретили пользоваться гаджетами за двойку по контрольной.

Вопросы для обсуждения:

- В чем причина конфликтов?
 - недопонимание;
 - неумение встать на позицию другого;
 - недостаток информации;
 - неумение слушать и слышать собеседника;
 - нежелание уступать и т. п.
- Как можно предотвратить конфликт? (Учащиеся записывают памятку.)
 - успокоиться — использовать медленное и глубокое дыхание, сосчитать до десяти и пр.;
 - обсуждать спорные вопросы: предлагать выход из ситуации, выслушивать другую сторону;
 - в обсуждении использовать Я-высказывания:
И. Проговорить свои чувства (мне обидно, когда...; меня злит, когда...; я расстраиваюсь, если...).

II. Описать ситуацию (...меня в спину тычут ручкой; ...стучат по моему стулу; ...меня несправедливо обвиняют).

III. Предложить выход из ситуации (...поэтому давай поменяемся местами; ...перестань стучать по стулу; ...иначе я буду вынужден пожаловаться учителю; ...перестану общаться; ...не буду помогать тебе с уроками и пр.).

- Что чувствуют в ситуации конфликта обиженный и обидчик? (Негативные переживания.)
- Какое поведение помогает с достоинством выйти из конфликта или не допустить его разгорания? (Уверенное поведение.)

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 31

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие пространственных представлений.
3. Отработка навыка формулирования Я-высказывания.
4. Формирование навыков взаимопонимания в совместной работе.

«Мозговая гимнастика»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицопрос:

1. Собачья жилплощадь. (Конура)
2. Кто дважды рождается, один раз умирает? (Цыпленок)
3. Дедушку провожал внук. Кто уезжал? (Дедушка)
4. Что ест глаза? (Дым, мыло)
5. Кузнец подковал тройку лошадей. Сколько подков пришлось ему сделать? (12)
6. Термометр показывает +15°. Сколько градусов покажут два таких термометра? (15°)
7. Взрослый и ребенок сели в лодку и отправились ловить рыбу. Взрослый говорит ребенку: «Ты мне сын, но я тебе не отец». Кем приходится взрослый ребенку? (Мать)
8. Быстро грызет, мелко жует, сама не глотает. Что это? (Пила)
9. Электровоз едет на запад со скоростью 70 км/час. В каком направлении у него идет дым, если дует восточный ветер, скорость которого 20 км/час? (У электровоза нет дыма)
10. Аниного папу зовут Александр Владимирович, а дедушку Станислав Егорович. Какое отчество у Аниной мамы? (Станиславовна)

Упражнение 1. «Учимся рассуждать»

Психолог: Продолжаем делать выводы из сопоставления двух суждений.

Пример. Треугольник А равен треугольнику В.
Треугольник В равен треугольнику С.
?

Что можно сказать о треугольниках А и С? (Они равны.)

Запишем это в символической форме:

$$\begin{array}{l} \Delta A = \Delta B \\ \Delta B = \Delta C \\ \hline \end{array}$$

Следовательно, $\Delta A = \Delta C$

Аналогично поступают и в отношении неравенств:

$$\begin{array}{l} A > B \\ B > C \\ \hline \end{array}$$

Следовательно, $A > C$

Психолог: Используя запись в символической форме, решите логические задачи.

1. Ане столько же лет, сколько и Коле, а Коле столько же лет, сколько Тане. Аня и Таня одного возраста? (Аня и Таня одного возраста)

2. Петя выше ростом, чем Олег. А Олег выше ростом, чем Миша. Кто выше всех? (Петя выше всех)

3. Володя играет в шахматы лучше, чем Сережа. Коля играет в шахматы хуже, чем Сережа. Поэтому Володя играет в шахматы лучше, чем Коля. Верен ли вывод? (Вывод задачи верен)

4. Павел учится лучше, чем Оля, но хуже, чем Саша. Следовательно, Саша учится хуже, чем Оля. Верен ли вывод? (Вывод неверен. Саша учится лучше Оли)

5. Коля ростом выше Васи, но ниже Сережи. Кто выше всех? (Сережа)

6. Ира и Лена одинакового роста. Лена ростом выше Оли, а Таня выше Иры. Кто выше: Таня или Оля? (Таня)

7. У меня три карандаша: желтый, коричневый и черный. Назовите самый короткий и самый длинный карандаш, если известно, что:

- а) черный карандаш короче желтого, а желтый короче коричневого (Ч – самый короткий, К – самый длинный);
- б) желтый длиннее черного, а черный длиннее коричневого (Ж – самый длинный, К – самый короткий).

Возле почты растут шесть деревьев: сосна, береза, липа, тополь, ель и клен. Какое из этих деревьев самое высокое и какое самое низкое, если известно, что береза ниже тополя, а липа выше клена, сосна ниже ели, липа ниже березы, сосна выше тополя? (Эту задачу удобнее решать, отмечая точки на прямой. Ответ: клен – самое низкое дерево, ель – самое высокое.)

Упражнение 2. «Переворот фигур»

Психолог: Посмотрите внимательно на первый рисунок. Первая фигура слева без скольжения по направлению стрелки поворачивается один раз. Прикоснувшись к другой фигуре, она приклеивается к ней и еще раз поворачивается. Какая фигура получится в результате всех поворотов? Напишите рядом с каждым заданием номер одной из пяти фигур внизу, которая получается в результате всех перемещений.

Ответы: 4, 2, 5, 3.

Упражнение 3. «Я-высказывания»

Психолог: На прошлом занятии, обсуждая решение конфликтной ситуации, мы разобрали последовательность составления Я-высказывания. Сейчас вы будете учиться грамотно выражать свои чувства в конфликтной ситуации. Вам нужно переформулировать предлагаемые фразы в Я-высказывания.

Ты-высказывание	Я-высказывание
Ты никогда меня не слушаешь!	Когда я вижу, что собеседник меня не слушает, мне неприятно. Давай договоримся внимательно слушать друг друга.
Почему ты все время меня перебиваешь?	Мне сложно говорить, когда кто-то перебивает. Давай высказываться по очереди.
Ты постоянно обзываешься!	Когда меня обзывают, я злюсь и не хочу больше общаться. Давай общаться без оскорблений.
Ты всегда ужасно себя ведешь!	Такое поведение меня раздражает. Пожалуйста, будь более сдержан.
Ты всегда без спросу берешь мои вещи с парты!	Когда без спросу берут мои вещи, мне неприятно. Я могу одолжить свои вещи, если меня об этом попросить.
Ты никогда не учишь мои интересы.	Я обижаюсь, когда не учитывают мои интересы. Давай будем совместно решать, чем заниматься.
Ты постоянно болтаешь по телефону, когда мы гуляем с тобой.	Мне непонятно, зачем гулять вместе, если один из нас постоянно разговаривает по телефону. Предлагаю разговаривать по телефону коротко или после прогулки.
Ты сломала мой любимый плеер — вечно от тебя одни неприятности!	Я очень злюсь, когда ломают мои любимые вещи. Прошу с моими вещами обращаться аккуратно.
Ты не подождал вчера меня после уроков, хотя мы и договаривались идти домой вместе.	Я обиделся, когда вчера мне пришлось идти домой одному. Давай выполнять свои обещания, когда мы о чем-либо договариваемся.
Ты постоянно навязываешь мне свое мнение и не слушаешь меня.	Я сержусь, когда мое мнение не учитывают и давят на меня. Пожалуйста, будь внимателен к моим словам.

Упражнение 4. «Рисунок по инструкции»

Психолог: На прошлом занятии мы выяснили, что в общении очень важно взаимопонимание. Сейчас мы выполним упражнение, которое покажет, насколько вы умеете понимать друг друга. Сначала каждый рисует свой дом. (Учащиеся работают.) Теперь закройте тетради, достаньте листки. Определите, кто первым будет ведущим. Ведущий диктует свой рисунок из тетради, а второй участник закрывает глаза и на листке под диктовку рисует. По окончании рисования нужно сравнить, похож ли рисунок на оригинал.

Теперь поменяйтесь ролями.

Обсуждение:

1. Понравилось ли вам работать вместе вслепую?
2. Что было труднее: диктовать рисунок или рисовать его?
3. Довольны ли вы результатом своей работы?
4. Какие приемы помогли достичь взаимопонимания в работе?

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 32

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Выработка стратегии уверенного поведения при устном ответе у доски.
3. Развитие пространственных представлений.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Сколько человек тянули репу? (Три)
2. Мальвина брюнетка или блондинка? (Ни та ни другая — у нее голубые волосы)
3. Какое лекарство, по мнению Карлсона, помогало ему от высокой температуры? (Варенье)
4. Какая сказочная проказница оставила старика без обеда, а друга — без хвоста? (Лиса)
5. Кто любил повторять: «Спокойствие, только спокойствие!» и «Пустяки, дело житейское»? (Карлсон)
6. У колобка на шее был галстук или бантик? (Ничего, у него нет шеи)
7. Как зовут литературного героя, который посеял деньги? (Буратино)
8. Что просил старик у Золотой рыбки в первый раз? (Корыто)
9. Назовите имя якобы хромой сказочной мошенницы, которая ходила в паре с якобы слепым мошенником. (Лиса Алиса)
10. Лекарство кота Леопольда для того, чтобы разозлиться. (Озверин)

Упражнение 1. «Учимся рассуждать»

Психолог: Используя запись в символической форме, определите правильность выводов.

Задача	Решение
<p>Все арбузы (А) любят играть в теннис (В), а некоторые жуки (С) имеют часы (D). Все жуки любят играть в теннис. Поэтому некоторые арбузы имеют часы.</p> <p>Ответ: верно.</p>	<p>Условие задачи:</p> $\begin{array}{l} \text{Все } A - B \\ \text{Некоторые } C - D \\ \hline \text{Все } C - B \\ \hline \text{Некоторые } A - D (?) \end{array}$ <p>Действие 1:</p> $\begin{array}{l} \text{Все } A - B \\ \text{Все } C - B \\ \hline \text{Все } A - C \end{array}$ <p>Действие 2:</p> $\begin{array}{l} \text{Все } A - C \\ \text{Некоторые } C - D \\ \hline \text{Некоторые } A - D \end{array}$
<p>Все карандаши (А) — помидоры (В), а все корабли (С) — попугаи (D).</p> <p>Все помидоры — корабли. Следовательно? (Какой вывод можно сделать?)</p> <p>Ответ: можно сделать вывод, что <u>все А — D, то есть что все карандаши — попугаи.</u></p>	<p>Условие задачи:</p> $\begin{array}{l} \text{Все } A - B \\ \text{Все } C - D \\ \text{Все } B - C \\ \hline \text{Следовательно?} \end{array}$ <p>Действие 1:</p> $\begin{array}{l} \text{Все } A - B \\ \text{Все } B - C \\ \hline \text{Следовательно, все } A - C \end{array}$ <p>Действие 2:</p> $\begin{array}{l} \text{Все } A - C \\ \text{Все } C - D \\ \hline \text{Следовательно, все } A - D \end{array}$

Психолог: В следующих примерах, используя символическую запись, определите, верно или неверно сделаны выводы.

Задача	Решение
<p>У всех апельсинов (А) по шесть ног (В), а некоторые бананы (С) играют на флейте (D). У всех бананов по шесть ног. Поэтому все апельсины умеют играть на флейте.</p> <p>Ответ: вывод задачи неверен: не все, а некоторые апельсины умеют играть на флейте.</p>	<p>Условие задачи: $\text{Все } A - B$ $\text{Некоторые } C - D$ $\text{Все } C - B$ <hr/> $\text{Все } A - D (?)$</p> <p>Действие 1: $\text{Все } A - B$ $\text{Все } C - B$ <hr/> $\text{Все } A - C$</p> <p>Действие 2: $\text{Все } A - C$ $\text{Некоторые } C - D$ <hr/> $\text{Некоторые } A - D$</p>
<p>Все телевизоры (А) — огурцы (В), а у всех чашек (С) по две ноги (D). У некоторых телевизоров по две ноги. Поэтому некоторые чашки — телевизоры.</p> <p>Ответ: вывод задачи неверен, так как некоторые чашки не телевизоры, а огурцы.</p>	<p>Условие задачи: $\text{Все } A - B$ $\text{Все } C - D$ $\text{Некоторые } A - D$ $\text{Некоторые } C - A (?)$</p> <p>Действие 1: $\text{Все } A - B$ $\text{Некоторые } A - D$ <hr/> $\text{Некоторые } B - D$</p> <p>Действие 2: $\text{Все } C - D$ $\text{Некоторые } B - D$ <hr/> $\text{Некоторые } C - B$</p>
<p>Витя (В) набрал меньше грибов, чем Саша (С). Коля (К) набрал грибов больше, чем Олег (О). Наташа (Н) набрала грибов меньше, чем Саша, а Саша набрал грибов меньше, чем Олег. Следовательно, Наташа набрала меньше грибов, чем Олег.</p> <p>Ответ: вывод задачи верен.</p>	<p>Условие задачи: $B < C$ $K > O$ $H < C$ $C < O$ <hr/> $H < O (?)$</p> <p>Решение: $H < C$ $C < O$ <hr/> $H < O$</p>

Упражнение 2. «Искусство устного ответа»

Психолог: В процессе занятий мы обсуждали приемы подготовки устных и письменных домашних заданий, приемы подготовки к контрольной работе. А сегодня познакомимся с приемами, помогающими уверенно чувствовать себя при устном ответе.

С чего начинается устный ответ? (С выхода к доске.) На что обращают внимание, когда ученик выходит к доске? (На походку, на мимику, жесты.) Как именно нужно себя вести, выходя к доске?

Психолог с учащимися формулируют и записывают памятку.

Памятка

«Как выходить к доске»

1. Идти спокойно, без суеты.
2. Настроиться на ответ: «Я смогу! У меня все получится!»
3. Держаться уверенно: спина ровная, голова поднята, взгляд прямой.
4. Для большей уверенности можно взять с собой какой-нибудь талисман.
5. Мысленно сформулировать цель ответа (о чем надо рассказать).
6. Учитывать вероятность ошибки при ответе.

Психолог: Во время ответа могут происходить разные неожиданности. Предлагаю рассмотреть возможные ситуации и способы действия. (Ответы заносятся в таблицу в тетради.)

1. Вдруг забыл, о чем говорить.	Повторить последнюю фразу — сначала дословно, затем своими словами. Вспомнить цель ответа и постараться продолжить отвечать. Если вспомнить не удастся, ответ лучше прекратить, а после урока проанализировать произошедшее.
---------------------------------	--

2. При ответе оговорился, а все засмеялись.	Посмейся вместе со всеми и продолжай ответ.
3. Оговорился, но никто не заметил.	Спокойно продолжай ответ дальше.
4. Учитель в резкой и неприятной форме перебивает тебя.	Это неприятно, обидно, но сохрани самообладание и сосредоточь внимание на ответе. Отвечай четко и коротко.
5. Ответ не слушают.	Спокойно продолжай ответ дальше.
6. Во время ответа одноклассники отвлекают разными способами.	Игнорируй их действия, смотри в другую сторону, продолжай отвечать.
7. Задали дополнительный вопрос.	Начни ответ с уточнения вопроса: «Правильно ли я понял, что...» Определи цель ответа, соберись с мыслями и отвечай.
8. Забыл о чем-то упомянуть.	Закончи говорить о том, о чем начал, затем дополни ответ. Лучше сказать: «Вернемся к...», «Кроме того...».
9. Учитель поставил отметку ниже ожидаемой.	На уроке спор неуместен. Сохраняй спокойствие и достоинство. После урока можно подойти и уточнить: «В чем была моя ошибка при ответе?».

Упражнение 3. «Развертка с буквами»

Психолог: На рисунке слева дана развертка с буквами, которую склеишь, чтобы получить куб. Справа представлен тот же куб, но с разных сторон. Вам нужно написать на пустых гранях кубиков буквы в соответствующем положении.

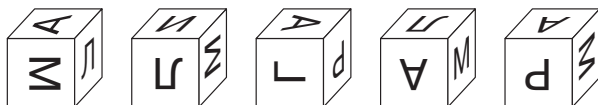
1.



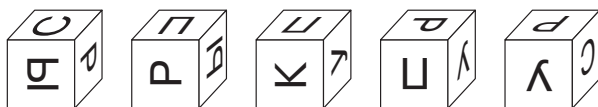
2.



3.



4.



Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 33

Задачи занятия:

1. Развитие логических форм вербального мышления.
2. Развитие концентрации внимания.
3. Формирование знаний учащихся о причинах лени и способах ее преодоления.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Когда лошадь купают, какая она бывает? (Мокрая)
2. Какую цепь нельзя поднять? (Горную)
3. Три теленка, сколько будет ног? (Сколько теленка ни три, у него будет четыре ноги)
4. Из какой посуды не едят? (Из пустой)
5. За чем мы едим? (За столом)
6. Что надо сделать, чтобы четверо парней остались в одном сапоге? (Снять с каждого по сапогу)
7. Когда черной кошке легче всего пробраться в дом? (Когда дверь открыта)
8. От чего гусь плавает? (От берега)
9. Когда руки бывают тремя местоимениями? (Вымыты)
10. Крыльями машет, а улететь не может. Что это? (Мельница)

Упражнение 1. «Учимся рассуждать»

Психолог: Решите задачи, используя схематическую запись.

Условие задачи	Схема
<p>Наташа (Н), Ира (И) и Света (С) снимали яблоки. Наташа и Ира снимали яблоки с одного дерева, а Света — с другого. Наташа снимала красные яблоки, Света — зеленые, Ира — маленькие, Света — большие. Какие яблоки были на одном из этих двух деревьев? А) красные и маленькие (кр., м.) Б) красные и большие (кр., б.) Ответ: правильный ответ А.</p>	<p>Н — кр., м. И — кр., м. С — з., б.</p>
<p>Коля (К), Саша (С) и Антон (А) ловили насекомых. Два мальчика ловили бабочек, один мальчик ловил стрекозу. Саша и Коля ловили разных насекомых. Антон и Коля ловили разных насекомых. Кого ловил Антон? Ответ: правильный ответ — бабочку.</p>	<p>К — с. (стрекозу) С — б. (бабочку) А — б. (бабочку)</p>
<p>Оля (О) и Катя (К) пели вместе одну песню. Даша (Д) пела другую песню. Оля пела грустную песню, Даша пела веселую песню, Катя пела тихую песню, Даша пела громкую песню. Какая была одна из этих песен? А) грустная и громкая (гр., г.) Б) грустная и тихая (гр., т.) В) веселая и громкая (в., г.) Ответ: правильный ответ В.</p>	<p>О — гр. К — т. Д — в., г.</p>

Психолог: Используя схематическую запись умозаключения, определите правильность или ошибочность следующих выводов.

— Все растения на свету поглощают углекислый газ. Тополь — растение. Поэтому тополь поглощает углекислый газ. (Верно.)

— Названия городов — имена собственные. Имена собственные пишутся с большой буквы. Поэтому названия городов пишутся с большой буквы. (Верно.)

— Все парашюты — красные, а все дома — парашюты. Поэтому все дома — красные. (Верно.)

Упражнение 2. «Найдите птиц»

Психолог: Перед вами текст, в котором спрятаны названия птиц. Найдите их и подчеркните.

Ох уж эти звонки!

Недавно установил мой дядя телефон. И забыл обо всем. Уж очень он любит поговорить. И теперь у него в стакане стынет чай, каша пригорает на плите. Главное — телефонный разговор. Он аккуратно звонит мне по утрам, даже забывает, что его ждут в университете. Ревниво следит за стрелкой часов — не слишком ли быстро бежит она. И вообще голос его так и звучит у меня в ушах. Может быть, это для него игра, чтобы посмеяться надо мной. Сегодня я мыл пол. Зазвонил телефон. Я кинулся к нему, споткнулся о ведро, здорово расшибся. Конечно, я разозлился, упав. Линейка, тетрадь и карандаши оказались в луже. Вот беда! И не стал я снимать по утрам трубку: от дядиных звонков берегусь.

Ответ: дятел, чайка, ворона, тетерев, щегол, грач, дрозд, павлин, гусь.

Упражнение 3. «Как бороться с ленью»

Психолог: Лень — это уникальное свойство, которое присуще большинству из нас. Каждый из нас может вспомнить ситуацию, в которой ленился. (Ответы учащихся.) Однако в каждой ситуации причины лени разные. Послушайте отрывки стихотворений и определите причину лени.

Про мимозу

(С. Михалков)

Это кто накрыт в кровати
Одеялами на вате?
Кто лежит на трех подушках
Перед столиком с едой
И, одевшись еле-еле,
Не убрав своей постели,

Осторожно моет щеки
Кипяченою водой?

...

Если утром сладок сон —
Целый день в кровати он.
Если в тучах небосклон —
Целый день в галошах он.

Почему? (Ответы учащихся.) Психолог обсуждает ответы, и в таблицу записывается первая причина лени — **лень физическая.**

Психолог: Таким недугом болеют периодически почти все жители планеты. Особенно в конце зимы, когда витаминов не хватает и жизненный потенциал организма снижен. Человек становится вялым, сонным и безынициативным. Недаром производительность труда у взрослых и общая успеваемость учеников в школе падают с наступлением холодов. Как справляться с этой ленью? (Учащиеся дают ответы и записывают выработанные совместно рекомендации по преодолению недуга.)

Этот недуг легко лечится приемом витаминов, соблюдением режима дня, прогулками на свежем воздухе.

На Витюшку лень нашла...

(М. Бажанова)

На Витюшку лень нашла,
Не идут совсем дела!
Он в блокнот не поленился
Дел составить — полстраницы.
Выводил слова умело,
Написал он первым делом:
Подмести на кухне пол,
Привести в порядок стол,
Вымыть блюдца, вымыть чашки,
И помочь сестренке Дашке...
Покормить и почитать,

Ей помочь порисовать.
В магазин сходить за хлебом,
С другом встретиться Олегом,
В шахматы успеть сыграть,
На футбол не опоздать...
В детской комнате прибраться,
В общем, нужно постараться!
Полстраницы написать —
Постарался он на пять.
Но опять не повезло,
И... до дела не дошло.

(Ответы учащихся.) После обсуждения в таблицу записывается вторая причина лени — **неорганизованная лень**.

Психолог: Такой человек сам страдает от своего недуга, так как не прочь свернуть горы и добиться успеха. Но не знает, как это сделать. Поставив перед собой цель, он попросту не видит путей для ее достижения. Либо видит слишком много возможностей и кидается из стороны в сторону, так и не добившись желаемого. В итоге цель так и остается целью, усилия оказываются неоцененными, а самого человека клеймят бездельником.

Что делать в этом случае? (Ответы учащихся.) Для этого нужно развивать самоорганизованность: завести ежедневник, каждое утро записывать в нем планы на день и отмечать выполнение запланированного. Если выполнено большинство основных (главных) дел, сделать себе приятное.

Психолог может адресовать учащихся к занятиям 15–16 по навыкам планирования.

Лена утром поздно встала...

(М. Бажанова)

Лена утром поздно встала,
Долго спать она устала.
Ей охота отдохнуть,

Жаль, что больше не уснуть!
Лень взобралась на колени,
Очень скучно стало Лене,
Тяжелее, чем тюлень,
Не прогонишь эту лень.
Лень не спит, а лишь зевает,
Рот широко разевает.
Лене не дает заснуть,
Даже пальчик изогнуть.
Так вцепилась в Лену лень,
Будто это толстый пень.
Что же делать, в самом деле,
Так пройдет напрасно день.

(Ответы учащихся.) В таблицу записывается третья причина лени — **лень от скуки**.

Психолог: Лень от скуки возникает в тот момент, когда человека перестает интересовать окружающий мир. Все кажется пресным, скучным и банальным. Как бороться с ленью от скуки? Разнообразием. Нужно сделать то, что давно хотелось: заняться спортом, начать посещать кружки по интересам, навестить родственников и друзей, заняться уборкой в своей комнате и пр.

Ох и Ах

(Л. Зубкова)

Жили рядом Ох и Ах —
Друг от друга в двух шагах.
Ах — шутник и хохотун,
Ох — отчаянный ворчун.

Ах работы не боится,
Аху охать не годится,
Улыбнется, скажет «ах!» —
Дело спорится в руках.

Ох глаза косит на Аха,
На дела глядит со страхом,
И, наверно, потому
Не везет в делах ему...

Если Ах в пути споткнется,
Он не плачет, а смеется.

Ох же стонет то и дело —
Все бедняге надоело.

Ах работает как надо.
До чего ж вкусна награда!

— Ох-ох-ох! — вздыхает Ох. —
Тут крапива, не горох...
Все не эдак, все не так!
Охать Ох — большой мастак.

(Ответы учащихся.) В таблицу записывается следующая причина лени — **боязнь ответственности и страх перед трудностями**.

Психолог: При боязни ответственности человек попросту боится что-либо предпринять для достижения цели или выполнения задачи. Страх неудачи гораздо сильнее радости от достижения цели. Для борьбы с такой ленью необходимо запастись терпением и непреклонностью.

Страх перед трудностями характеризуется тем, что человек способен на поступки, но никак не может взяться за крупное дело, всячески оттягивая момент начала работы. Он выполняет тысячи мелких дел, а самое главное остается нетронутым. Как бороться с ленью, которая вырастает из страха? Разбить крупную цель на более мелкие, составить план, выполнять все пункты плана пошагово, отмечая свои успехи.

Про ленивого Федота (А. Барто)

Нам сказал недавно кто-то
Про ленивого Федота.
Целый день он в гамаке
Дремлет с зонтиком в руке.
В огород зовут Федота,
Говорит он: — Неохота...
Говорит: — Пойду потом, —
И зевает под зонтом.
У него одна работа —
Он с утра скорей в гамак...

(Ответы учащихся.) В таблицу записывается последняя причина лени — **любовь к безделью**.

Психолог: Эта лень самая закоренелая и бессовестная. Человек с удовольствием погружается в безделье, зная, что другие все за него сделают. Праздный образ жизни иногда так затягивает, что человек прекращает делать даже самое элементарное.

Что делать в этом случае? (Ответы учащихся.) Нужно устроить соревнование с самим собой. Хоть и через силу, но нужно рано вставать, работать на уроках, выполнять домашние задания и пр.

Мы рассмотрели причины лени, которые могут проявляться у каждого. Главное — это работа над собой, когда человек через «не хочу» и «не могу» преодолевает лень. Я вам желаю почувствовать удовлетворение от победы над ленью и гордость за себя!

Рефлексия занятия. Психолог предлагает учащимся по желанию сформулировать в трех предложениях, что нового они узнали на занятии, чему научились сегодня, что было интересно.

Занятие 34

Задачи занятия:

1. Формирование логико-семантических и понятийных структур.
2. Осознание важности постановки реальных целей и развитие стремления к их достижению.
3. Формирование умения анализировать и ставить личные цели.
4. Рефлексия курса занятий.

«**Мозговая гимнастика**»: «Качания головой», «Ленивые восьмерки», «Шапка размышлений», «Моргания», «Стрельба глазами».

Блицпрос:

1. Что получится, если расстояние, пройденное машиной, разделить на время, которое она провела в пути? (Скорость)
2. Что становится легче, когда увеличивается в размерах? (Надувной шарик)
3. У каких двух русских писателей и поэта были разные имена — Алексей, Лев, но одна и та же фамилия? (Толстой)
4. Какое самое короткое местоимение? (Я)
5. Назови три женских имени, начинающихся с той же буквы, что и следующий за субботой день. (Валя, Варя, Вика)
6. В названии каких дней недели последние буквы являются парными по глухости-звонкости? (Понедельник, вторник, четверг)
7. Собака догоняет кошку, а кошка — мышку. Кто бежит впереди? (Мышка)

8. Как называются начальные буквы имени и отчества? (Инициалы)
9. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 0. Что больше: сумма этих чисел или их произведение? (Сумма; произведение равно 0)
10. Через три года Даше будет столько же лет, сколько сегодня Фросе. Кто из девочек старше? (Фрося)

Упражнение 1. «Как будет по-русски?»

Психолог: Каждый народ опыт и мудрость, накопленные веками, передает в пословицах и поговорках. Предлагаю к пословицам и поговоркам народов других стран подобрать аналог русской пословицы.

1. Французская пословица: «Кто идет потихоньку, тот точно дойдет». **Английская пословица:** «Больше спешки — меньше скорость». Ответ: «Тише едешь, дальше будешь», «Поспешай медленно».

2. Французская пословица: «Узнают хорошие источники при засухе, а хороших друзей — в несчастье». **Английская пословица:** «Процветание окружает тебя друзьями, а бедствия и неприятности проверяют их дружбу». Ответ: «Друг познается в беде».

3. Китайская пословица: «Большие птицы не кормятся маленькими зернышками». Ответ: «Большому кораблю — большое плавание».

4. Греческая пословица: «Что нарежешь в свою миску, то и попадет в твою ложку». Ответ: «Что посеешь, то и пожнешь».

5. Французская пословица: «Нет богатства без труда». **Английская пословица:** «Нет старания — нет доходов». Ответ: «Без труда не вытащишь и рыбку из пруда».

6. Афганская пословица: «Не дошел до воды — не снимай сандалии». Ответ: «Не говори гоп, пока не перепрыгнешь».

7. Английская пословица: «Мы не ценим воду до тех пор, пока не высохнет колодец». Ответ: «Что имеем — не храним, потерявши — плачем».

8. Казахская пословица: «Если кого обидишь, от того и сам потерпишь обиду». Ответ: «Как аукнется, так и откликнется».

9. Латвийская пословица: «Хороший кузнец и лягушку подкует». Ответ: «Дело мастера боится».

10. Французская пословица: «Фрукты никогда не падают далеко от дерева». **Английская пословица:** «Каков отец, таков и сын, каков хозяин, таков и подчиненный». Ответ: «Яблоко от яблони недалеко падает», «Каков поп, таков и приход».

Упражнение 2. «Как выработать силу воли»

Психолог: Послушайте притчу.

Легенда о близнецах

Древние греки рассказывают о двух братьях-близнецах — Геракле и Ификле. Близнецы как близнецы, они родились совершенно одинаковые, на одно лицо. Росли в одном доме. Один учитель учил их. Но выросли братья непохожими друг на друга.

Рано поднимается из-за гор огненный Гелиос — Солнце. Мальчикам еще хочется спать. Ификл натягивает на голову одеяло, чтобы и дальше смотреть интересные сны. Геракл отбрасывает одеяло, выбегает из дому и бежит босиком по росистой траве к холодному ручью — умываться.

Ификл и Геракл идут по дороге. На пути лужа. Геракл отходит назад, разбегается и перепрыгивает через препятствие. Ификл, недовольно ворча, ищет обходной путь.

Братья видят на высокой ветке красивое яблоко. «Слишком высоко, — бормочет Ификл, — не больно-то и хочется этого яблока!» Геракл прыгает — раз, другой, третий... И плод у него в руках!

Когда устали ноги и губы пересохли от жажды, а до привала было еще далеко, Ификл говорил: «Отдохнем

здесь, под кустиком». Геракл отвечал: «Лучше побежим. Так мы скорее одолеем дорогу...»

Бежать, когда устал. Прыгать, когда можно обойти. Вставать, когда хочется понежиться в теплой постели... Таков путь к маленьким, незаметным, очень трудным ежедневным победам над собой. Так стал Геракл, по преданию, героем двенадцати подвигов. Древние легенды не так просты, как это может показаться. В них все неспроста — во всем скрытый смысл и поучение.

Психолог: Почему Геракл и Ификл из древнегреческого мифа — близнецы? (Они родились совершенно одинаковые, на одно лицо.) Почему у двух столь различных мальчиков одно лицо? Что хотел сказать этим народ — создатель мифа? (В каждом человеке сочетаются противоположные качества, как лень и воля.) Может быть, каждый день мы бываем и Гераклом, и Ификлом?

Когда опускаем руки, подчиняясь собственной лени, вялости, робости, скуке, мы серые, заурядные Ификлы. Когда мы одерживаем наши маленькие победы над собой, мы Гераклы. Главное качество, которое в поступках отличало Геракла от его брата, — воля.

Особенно нужна воля в учебной работе. Вспомните, сколько раз в вашей жизни возникало желание лучше учиться, начать всё сначала, но оно так и осталось бесплодной мечтой, так как не хватало воли осуществить задуманное. Сколько задач остались нерешенными, сколько страниц учебника так и не поняты по той же причине — не смогли волевым усилием преодолеть возникшие трудности.

Предлагаю узнать, какая у вас сила воли. В тетради прочитайте вопросы и постарайтесь правдиво ответить на них. Ответ обозначьте знаком «+» в соответствующей колонке. (Тест и интерпретация — в рабочей тетради.)

Какими способами можно воспитать у себя силу воли?

Психолог организует обсуждение в форме мозгового штурма и, подводя итог, кратко формулирует выводы, которые оформляются учащимися в памятку.

Памятка

«Как выработать силу воли»

- Четко представлять свои достоинства и недостатки, ставить цели и задачи по самоизменению.
- Цель мобилизует волю. Настойчиво идти к своей цели, отмечая свои успехи.
- Учиться командовать собой. Умение приказывать себе — важнейшее качество волевого человека, условие формирования чувства долга и ответственности. Воля развивается, закаляется в постоянной борьбе между «хочу» и «надо».
- Постоянно и настойчиво тренировать свою волю. Привычка ответственно относиться к своему слову есть важнейшее условие воспитания воли: «Дал слово — держи!»
- Соблюдать режим дня. Это является ежедневным приемом укрепления воли.
- Верить в себя. Внушать уверенность в себе. Вживаться в роль уверенного в своих силах человека.
- Следовать правилам:
 - одно «сегодня» лучше ста «завтра»;
 - ничто не имеет такой цены, как настойчивость и терпение;
 - двадцать дел, наполовину сделанных, не стоят одного, доведенного до конца.

Психолог: Для воспитания воли не надо громких дел и подвигов. Воля воспитывается на мелочах, но только при ежедневном упражнении и при обязательном условии: решил — выполни! Дал слово — держи его! Привычка бережно относиться к своему слову есть важнейшее условие воспитания воли.

Упражнение 3. «Ставим цели»

Психолог: Теперь вернемся к целям, которые вы ставили на II полугодие (занятие 20). Закрасьте цели, которых вы достигли. Проанализируйте, каких целей вы достигли, а каких — не смогли, почему. (Ответы учащихся по желанию.)

Окончание учебного года — это завершение определенного периода вашей жизни. В конце каждого периода подводят итог своих планов (что удалось, что еще предстоит выполнить) и ставят новые цели на следующий период. Для этого закончите следующие предложения:

- Я хочу лучше...
- Я хочу узнать...
- Чтобы лучше о себе заботиться, я могу...
- Чтобы лучше ладить с другими, я могу...
- В школе я хочу...
- В школе я могу...
- Дома я хочу...

Рефлексия занятий курса «Я выбираю успех!»

Психолог: Это занятие является завершающим. Следующие два занятия будут диагностические, поэтому сегодня мы подведем итог нашей работе на протяжении всего года.

Психолог раздает учащимся заранее подготовленные бланки с вопросами обратной связи:

1. Понравились ли психологические занятия?
2. Чем были полезны наши занятия? Что нового узнали?
3. Что из изученного вы применяете (в школе, дома, с друзьями)?
4. Какие задания были наиболее интересны?
5. Ваше пожелание психологу.

Занятие 35

Задачи занятия:

1. Диагностика интеллектуальных способностей учащихся.
2. Диагностика уровня познавательной мотивации.

Занятия 35 и 36 желательно проводить вместе. Диагностический блок содержит инструментарий, позволяющий отследить эффективность занятий, и направлен на мониторинг универсальных учебных действий.

В заключительной диагностике применяется следующий набор методик:

- Групповой интеллектуальный тест Дж. Вана;
- тест школьной тревожности Б. Н. Филлипса;
- тест-опросник А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции»;
- опросник Ю. З. Гильбуха «Мой класс»;
- методика А. М. Прихожан «Диагностика мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы»;
- Цветоассоциативная методика А. М. Парачева.

Описание, процедура проведения, стимульный материал и интерпретация результатов находятся в начале методического пособия (занятия 1 и 2). В ходе первого урока проводятся ГИТ и методика А. М. Прихожан.

Методика А. М. Прихожан «Диагностика мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы»

Оцениваемые УУД: личностные — сформированность ответственного отношения к учению, готовность и

способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

Цель исследования: определение уровней мотивации, тревожности.

Методика проводится фронтально. Перед проведением важно обратить внимание на пример, ответить на все задаваемые учащимися вопросы. Затем следует проверить, как каждый из учащихся выполнил пример, и вновь ответить на вопросы, если они возникнут.

Инструкция. Внимательно послушайте утверждения, которые люди используют для того, чтобы рассказать о себе. Обведите кружком одну из цифр, расположенных справа от номера утверждения, в зависимости от того, каково **ваше обычное состояние на уроках в школе, как вы обычно чувствуете себя в школе.** Нет правильных или неправильных ответов. Не тратьте много времени на одно утверждение, постарайтесь как можно точнее ответить, как вы себя обычно чувствуете в школе. Для получения достоверных результатов важно ответить на все вопросы!

Пример.

Утверждение	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
Мне весело	1	2	3	4

1.	1 2 3 4	2.	1 2 3 4	3.	1 2 3 4	4.	1 2 3 4
5.	1 2 3 4	6.	1 2 3 4	7.	1 2 3 4	8.	1 2 3 4
9.	1 2 3 4	10.	1 2 3 4	11.	1 2 3 4	12.	1 2 3 4
13.	1 2 3 4	14.	1 2 3 4	15.	1 2 3 4	16.	1 2 3 4
17.	1 2 3 4	18.	1 2 3 4	19.	1 2 3 4	20.	1 2 3 4
21.	1 2 3 4	22.	1 2 3 4	23.	1 2 3 4	24.	1 2 3 4
25.	1 2 3 4	26.	1 2 3 4	27.	1 2 3 4	28.	1 2 3 4
29.	1 2 3 4	30.	1 2 3 4	31.	1 2 3 4	32.	1 2 3 4
33.	1 2 3 4	34.	1 2 3 4	35.	1 2 3 4	36.	1 2 3 4
37.	1 2 3 4	38.	1 2 3 4	39.	1 2 3 4	40.	1 2 3 4

Результаты (баллы / уровень развития)

T = /	ПА = /	Г = /	МД = /
Уровень мотивации учения –			

Утверждения

1. Я спокоен.
2. Мне хочется узнать, понять, докопаться до сути.
3. Я разъярен.
4. Я стараюсь не делать ошибок.
5. Я напряжен.
6. Я испытываю любопытство.
7. Мне хочется стукнуть кулаком по столу.
8. Я стремлюсь получать только хорошие и отличные оценки.
9. Я раскован.
10. Мне интересно.
11. Я рассержен.
12. Я прилагаю все силы, чтобы не отстать от других.
13. Меня волнуют возможные неудачи.
14. Мне кажется, что урок никогда не кончится.
15. Мне хочется на кого-нибудь накричать.
16. Мне нравится выполнять трудные задания.
17. Я чувствую себя неудачником.
18. Я чувствую себя исследователем.
19. Мне хочется что-нибудь сломать.
20. Я избегаю заданий, с которыми не могу справиться.
21. Я взвинчен.
22. Я энергичен.
23. Я взбешен.
24. Я стремлюсь добиться успеха.
25. Я чувствую себя совершенно свободно.
26. Я чувствую, что у меня хорошо работает голова.
27. Я раздражен.
28. Я пытаюсь избежать неудачи.
29. Мне не хватает уверенности в себе.
30. Мне скучно.
31. Я злюсь.
32. Я стараюсь не получить двойку.
33. Я уравновешен.

34. Мне нравится думать, решать.
35. Я чувствую себя обманутым.
36. Я делаю все, чтобы быть среди лучших учеников.
37. Я боюсь.
38. Я чувствую уныние и тоску.
39. Меня многое приводит в ярость.
40. Я стремлюсь показать свои способности и ум.

Обработка и интерпретация результатов

Подсчет баллов производится по каждому столбцу. Тревожность — 1-й столбик, познавательная активность — 2-й, гнев — 3-й, мотивация достижения — 4-й столбик. Для пунктов, выделенных серым цветом, балльные веса подсчитываются в обратном порядке. Например, на бланке отмечено 4, балльный вес — 1. В остальных случаях производится прямой подсчет: цифра 1 на бланке соответствует 1 баллу, и т. д. Минимальная оценка по каждой шкале — 10 баллов, максимальная — 40 баллов.

Если пропущен один пункт из десяти, можно сделать следующее: подсчитать среднюю оценку по тем девяти пунктам, на которые испытуемый ответил, затем умножить это число на 10; общий балл по шкале будет выражаться следующим за этим результатом целым числом. (Например, средний балл по шкале $2,73 \times 10 = 27,3$, общий балл — 28.)

При пропуске двух и более баллов данные испытуемого не учитываются.

Непосредственная оценка и интерпретация результатов происходит следующим образом.

1. Суммарный балл по опроснику подсчитывается по формуле

$$ПА + МД + (- Т) + (- Г),$$

где: ПА — балл по шкале познавательной активности;

МД — балл по шкале мотивации достижения;

Т — балл по шкале тревожности;

Г — балл по шкале гнева.

Поскольку тревожность и гнев являются негативными эмоциональными состояниями, при подсчете применяется отрицательное значение шкал. (Прим. авт.) Суммарный балл по опроснику может находиться в интервале от -60 до $+60$.

Выделяются следующие уровни мотивации учения (половозрастных различий в данном случае не обнаружено):

I уровень — продуктивная мотивация с выраженным преобладанием познавательной мотивации учения и положительным эмоциональным отношением к нему.

II уровень — продуктивная мотивация, позитивное отношение к учению, соответствие социальному нормативу.

III уровень — средний уровень с несколько сниженной познавательной мотивацией.

IV уровень — сниженная мотивация, переживание «школьной скуки», отрицательное эмоциональное отношение к учению.

V уровень — резко отрицательное отношение к учению.

Распределение баллов по уровням

Уровень	Суммарный балл
I	45–60
II	29–44
III	13–28
IV	$(-2) - +12$
V	$(-3) - -60$

2. Выявляются данные по отдельным показателям эмоционального отношения подростка к школе и учению.

Для этого данные испытуемого по каждой шкале сравниваются с нормативными значениями. Таким обра-

зом, определяется степень выраженности каждого показателя (см. таблицу).

Нормативные показатели

Шкала	Уровень	Половозрастные группы, интервалы значений					
		10–11 лет		12–14 лет		15–16 лет	
		Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.
Познавательная активность	Высокий	31–40	28–40	28–40	27–40	29–40	31–40
	Средний	21–30	22–27	21–27	19–26	18–28	21–29
	Низкий	10–20	10–21	10–20	10–18	10–17	10–20
Мотивация достижений	Высокий	32–40	29–40	31–40	25–40	31–40	26–40
	Средний	22–31	21–28	23–30	18–24	22–30	18–25
	Низкий	10–21	10–20	10–22	10–17	10–21	10–17
Тревожность	Высокий	27–40	24–40	25–40	26–40	25–40	23–40
	Средний	20–26	17–23	19–24	19–25	17–24	16–22
	Низкий	10–19	10–16	10–18	10–18	10–16	10–15
Гнев	Высокий	21–40	20–40	19–40	23–40	21–40	18–40
	Средний	14–20	13–19	14–19	15–22	14–20	12–18
	Низкий	10–13	10–12	10–13	10–14	10–13	10–11

Занятие 36

Задачи занятия:

1. Определение особенностей волевой саморегуляции.
2. Исследование уровня школьной тревожности учащихся.
3. Диагностика степени конфликтности, сплоченности, удовлетворенности жизнью класса.
4. Изучение эмоционально-оценочного отношения к предметам.

Тест-опросник

«Исследование волевой саморегуляции»

А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана

Оцениваемые УУД: регулятивные — владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Цель исследования: определение особенностей волевой саморегуляции, которые во многом определяют индивидуальный стиль и конкретные проявления активности человека.

Опросник, разработанный А. Г. Зверьковым и Е. В. Эйдманом, направлен на собственную оценку индивидуального уровня развития волевой регуляции. В самом общем виде под уровнем волевой саморегуляции понимается мера овладения собственным поведением в различных ситуациях, способность сознательно управ-

лять своими действиями, состояниями и побуждениями. Первая субшкала характеризует доступный сознательной мобилизации энергетический потенциал завершения действия, вторая отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний.

Инструкция. Внимательно прочитайте каждое утверждение и решите, насколько оно для вас подходит или нет. Если утверждение подходит, то справа от него поставьте знак «плюс» (+), а если оно не подходит — «минус» (–). Не тратьте много времени на одно утверждение. Для получения достоверных результатов **важно ответить на все вопросы!**

Н		С	
1. Обычно я придерживаюсь своих планов и дел, даже если друзья предлагают встретиться.	7. Если что-то долго не получается, мне часто хочется бросить это дело.	13. При необходимости я могу легко сдерживать свой гнев.	19. Если я отношусь к кому-то плохо, мне трудно скрывать свою неприязнь к нему.
2. Если надо, я могу допоздна выполнять дополнительную учебную работу (доклад, презентацию) и весь следующий день быть в хорошей форме.	8. Физическая боль может надолго изменить мое поведение, настроение и работоспособность.	14. Обычно я спокоен, когда жду опаздывающего к назначенному времени приятеля.	20. Если работу нужно сделать к определенному сроку, то мне труднее ее выполнять.
3. Я считаю себя терпеливым человеком.	9. На мои планы слишком часто влияют внешние обстоятельства.	15. Меня трудно отвлечь от начатой работы.	21. Иногда какой-то пустяк овладевает моими мыслями, не дает покоя, и я никак не могу от него отделаться.
4. Считаю себя решительным человеком: способен принимать решения и выполнять их.	10. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после нескольких неудач.	16. Я всегда стараюсь выслушать собеседника, не перебивая, даже если очень хочется ему возразить.	22. Мне трудно сохранить спокойствие в стрессовой ситуации.

Н		С	
5. Даже при сильной усталости я могу заставить себя выполнять какое-либо дело.	11. Мне труднее сосредоточиться на задании или работе, чем другим.	17. Я всегда стремлюсь довести начатое дело до конца.	23. При выполнении однообразной работы я могу начать действовать по-другому, даже если это может ухудшить результат.
6. Испортить мне настроение не так просто.	12. Меня легко отвлечь от дел.	18. Люди порой завидуют моему терпению и умению точно все выполнять.	24. Меня обычно сильно раздражает, когда перед носом захлопываются двери уходящего транспорта или лифта.

Результаты:

Н = ___ б. / ___ ур. С = ___ б. / ___ ур. В = ___ б. / ___ ур.

Обработка результатов

Цель обработки результатов — определение уровней волевой саморегуляции по пунктам общей шкалы (В) и по субшкалам «настойчивость» (Н) и «самообладание» (С).

По субшкале «настойчивость» в 1-м столбце подсчитываются плюсы, во 2-м — минусы. За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл. К этому результату плюсятся баллы утверждений из 3-го и 4-го столбцов, выделенные серым цветом. Соответственно из 3-го столбца суммируются положительные ответы на «серые» утверждения, а из 4-го — отрицательные. Максимальный балл по данной шкале равен 16.

По субшкале «самообладание» в 3-м столбце подсчитываются плюсы, в 4-м — минусы. Утверждение 2-го столбца, выделенное серым цветом, с отрицательным ответом суммируется в общий результат по данной шкале. Максимальный балл равен 13.

Общий результат по опроснику — уровень волевой регуляции — определяется суммированием положительных ответов (+) в 1-м и 3-м столбцах и отрицательных (–) — в 2-м и 4-м. Максимальный балл — 24.

Выделяют следующие уровни по пунктам общей шкалы и по субшкалам.

Характеристики	Высокий	Средний	Низкий
Настойчивость	12–16	7–11	≤ 6
Самообладание	10–13	6–9	≤ 5
Волевая саморегуляция	18–24	10–17	≤ 9

Субшкала «настойчивость» характеризует силу намерений человека — стремление к завершению начатого дела. Высокие значения свойственны деятельным, работоспособным и активно стремящимся к выполнению намеченного. Преграды на пути к цели их мобилизуют, но отвлекают альтернативы и соблазны. Главная их ценность — начатое дело. Таким людям свойственно уважение к социальным нормам, стремление полностью подчинить им свое поведение. В крайнем выражении возможна утрата гибкости поведения, появление маниакальных тенденций.

Низкие значения по данной шкале свидетельствуют о повышенной лабильности, неуверенности, импульсивности, которые могут приводить к непоследовательности и даже разбросанности поведения. Сниженный фон активности и работоспособности, как правило, компенсируется у таких лиц повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью, а также тенденцией к свободной трактовке социальных норм.

Субшкала «самообладание» отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. Высокий балл по субшкале набирают люди эмоционально устойчивые, хорошо владеющие собой в различных ситуациях. Свойственное им внутреннее спокойствие, уверенность в себе освобождает от страха перед неизвестностью, повышает готовность к восприятию нового, неожиданного и, как правило, сочетается со свободой взглядов, тенденцией к новаторству и радикализму. Вместе с тем стремление к постоянному самоконтролю, чрезмерное сознательное ограничение спонтанности может приводить

к повышению внутренней напряженности, преобладанию постоянной озабоченности и утомляемости.

На другом полюсе данной субшкалы — спонтанность и импульсивность, которые в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов ограждают человека от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствуют невозмутимому фону настроения.

Социальная желательность высоких показателей по шкалам неоднозначна. Высокие уровни развития могут отражать появление дезадаптивных черт и форм поведения. Низкие уровни настойчивости и самообладания в ряде случаев выполняют компенсаторные функции.

Высокий уровень волевой саморегуляции характерен для лиц эмоционально зрелых, активных, независимых, самостоятельных. Их отличает спокойствие, уверенность в себе, устойчивость намерений, реалистичность взглядов, развитое чувство собственного долга. Как правило, они хорошо рефлексиируют личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью. В предельных случаях у них возможно нарастание внутренней напряженности, связанной со стремлением проконтролировать каждый нюанс собственного поведения и тревогой по поводу малейшей его спонтанности.

Низкий уровень волевой саморегуляции наблюдается у людей чувствительных, эмоционально неустойчивых, ранимых, неуверенных в себе. Рефлексивность у них невысока, а общий фон активности, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность и неустойчивость намерений. Это может быть связано как с незрелостью, так и с выраженной утонченностью натуры, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю.

Получив информацию об осознаваемых особенностях саморегуляции, можно разработать программу со-

вершенствования, отметив те свойства, которые в первую очередь нуждаются в развитии или коррекции.

Цветоассоциативная методика А. М. Парачева

Оцениваемые УУД: личностные — эмоционально-личностное отношение учащихся к учебным предметам, базирующееся на умении организовывать общение и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской и других видах деятельности.

Цель исследования: изучение эмоционально-оценочного отношения учащихся к различным сторонам школьной жизни, выявление сфер (ситуаций) возможной дезадаптации, в которых могут проявляться негативные реакции и эмоциональные срывы.

Оборудование: цветные карточки теста М. Люшера.

В ходе исследования ученикам предлагается определить, с каким из восьми цветов ассоциируется названное экспериментатором понятие (перечень школьных предметов), и поставить номер цвета в соответствующий квадратик на стандартном бланке рядом с названием оцениваемого объекта.

В конце учеников просят проранжировать цветные карточки в порядке предпочтения, от наиболее приятного к наиболее неприятному, и расставить в соответствии со своими индивидуальными предпочтениями номера цветов в специально отведенной для этой процедуры части бланка.

Инструкция 1 (дается перед началом основной экспериментальной процедуры). «Все в нашем мире имеет свой цвет. Как вы думаете, какого цвета ваше настроение в выходной день? Звук “а”? Посмотрите, пожалуйста, на доску. Вы видите там восемь цветных карточек. Каждый цвет обозначен своим номером: синий — № 1, зеленый — № 2, красный (оранжевый) — № 3, желтый — № 4, малиновый (фиолетовый) — № 5, коричневый — № 6, черный — № 7, серый — № 8. Перед вами лежит бланк, на нем перечисле-

ны учебные предметы. Подумайте, с каким цветом у вас ассоциируется настроение на каждом из них, и занесите номер цвета в ячейку напротив каждого предмета. Каждый предмет можно обозначить только одним цветом. Каждый цвет можно использовать несколько раз, некоторые цвета, если они не нужны, можно вообще не применять. Работайте, пожалуйста, очень внимательно».

Инструкция 2 (дается после окончания цвето-ассоциативной процедуры). «Из восьми цветов выберите тот, который вам больше всего нравится. Его номер занесите в 1-й столбец таблицы в нижней части бланка. Из оставшихся цветов выберите самый приятный и его номер занесите в 2-й столбец. Далее расположите номера всех цветов в порядке от самого приятного до самого неприятного».

Обработка и интерпретация результатов

Количественный анализ результатов уместен прежде всего при обработке групповых данных, таким образом психолог получает представление о ситуации, сложившейся в классе в целом. Для этого необходимо подсчитать коэффициент комфортности.

Коэффициент комфортности рассчитывается для каждого включенного в стимульный материал понятия по формуле $X1 + X2 + X3 + X4 / X6 + X7 + X8$, где X — частота встречаемости цвета, а цифры 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 — номера цветов в предложенном цветоранжировочном ряду.

Психологический смысл коэффициента комфортности заключается в следующем: чем сильнее отвергаются «чистые» цвета (синий, зеленый, оранжевый, желтый) и чем притягательнее «грязные» цвета (коричневый, черный, серый), тем хуже психологическое состояние испытуемого. К психологически некомфортным относятся те значения, которые меньше 1. Единица представляет собой границу между областями комфорта и дискомфорта. Чем выше коэффициент, тем более эмоционально принимаемым является данный школьный предмет.

Анализ цветовых выборов позволяет выявить, насколько комфортно ребенок себя чувствует в типичных для него школьных ситуациях. Цвет, выбранный ребенком для характеристики его самочувствия в той или иной ситуации, интерпретируется по его «абсолютному» значению, вне зависимости от собственных цветовых предпочтений ребенка. Например, если собственный цветовой выбор ребенка начинается с черного цвета и для характеристики своего настроения на уроке истории он также выбирает черный цвет, то делается вывод и об отрицательной самооценке, и о резких неприятных переживаниях на уроках истории.

Если ученик **сравнивает свое настроение на каком-либо уроке с черным цветом**, то у него имеется активно негативное отношение к предмету или к педагогу либо ко всей ситуации в целом. Такой ученик склонен демонстративно нарушать дисциплинарные требования, оспаривать и не выполнять указания учителя, вступать в пререкания даже по самым несущественным вопросам, задевать одноклассников, если они пытаются его урезонить. Такое поведение может быть характерно для сильных, в целом хорошо успевающих учащихся, а не только для слабых. Если вовремя не разобраться в причинах, то могут возникнуть глубокие конфликты между учеником и учителем, семьей и школой.

Причины могут быть как личного, так и учебного плана. Чаще в основе негативного отношения к предмету лежит его непонимание, связанное либо с недостатками интеллектуального развития самого ученика, либо с существенными пробелами в его знаниях. Возникшие трудности в понимании предмета не сразу отрицательно влияют на получаемые оценки, но существенно изменяют самочувствие ребенка. Это и отражается в оценке его собственного настроения на уроке. Начальная стадия изменения учебной ситуации характеризуется тем, что из-за непонимания ребенку становится скучно на уроке. В этом случае он сравнивает свое настроение с серым цветом. Такому ученику труд-

но следить за изложением нового материала, участвовать в обсуждении. Он становится пассивным на уроках, ищет, чем бы занять время, отвлекается сам и отвлекает других, получает замечания за нарушение дисциплины. Постепенно внутреннее недовольство и эмоциональное напряжение усиливаются, обостряются взаимоотношения с учителем, и ученик уже начинает сравнивать свое настроение на уроке с черным цветом. Последующее негативное развитие событий обычно занимает от полугода до года. Чем дальше, тем больше учитель начинает сталкиваться с агрессивными реакциями данного ученика, с невыполнением учебных требований, нарушениями дисциплины, вплоть до прогулов, после чего и успеваемость резко падает. После этого нормализовать ситуацию бывает уже очень сложно.

Исключительно редко негативные установки появляются вследствие психологической несовместимости ученика и учителя или детей между собой. Обычно межличностные конфликты вторичны по отношению к недостаткам интеллектуального развития и собственно учебным проблемам ребенка. Если вовремя помочь ребенку в развитии необходимых интеллектуальных операций и ликвидации пробелов в знаниях, то негативного развития событий удастся избежать.

В случае групповой работы полученные данные могут быть оформлены в сводную таблицу, удобную для анализа адаптированности учащихся всего класса. В таблице могут быть наглядно представлены характеристики ситуации в классе в целом и особенности эмоциональных установок каждого учащегося. **Если более 25 % учащихся сравнивают свое настроение на каком-либо уроке с серым и черным цветом, то причиной формирования негативных установок являются резкие изменения или недостатки самой учебной программы и методов преподавания, а не индивидуальные проблемы отдельных учащихся.** В этом случае педагог может столкнуться с агрессивной реакцией класса в целом. Класс будет поддерживать негативные высказывания и

агрессивные выходки отдельных учеников, проявлять солидарность. В этом случае от учеников можно слышать замечания типа: «Мы этого не проходили», «Нам этого не объясняли», «Мы привыкли к другому оформлению», «Этого нет в учебнике», «Мы не обязаны покупать дорогие пособия» и т. п. Значительно реже приходится иметь дело с несправедливостью или другими личными недостатками учителя.

Изучение адаптированности учащихся с помощью Цветоассоциативной методики можно проводить ежегодно и даже несколько раз в учебном году. Неблагополучная ситуация в семье, негативное отношение к школе, боязнь тех ли иных уроков, неуверенность в ситуации проверки знаний, несложившиеся отношения с учителем или одноклассниками — все это может существенно нарушать самочувствие ребенка и, как следствие, его поведение и сам процесс обучения. Страх школы, конкретных предметов, проверки знаний или отрицательное отношение к учителю могут иметь объективную основу в недостатках интеллектуального развития учащихся. Осложнение взаимоотношений с окружающими может быть вызвано особенностями его поведения, наличием неадекватных реакций. Информация об эмоциональном состоянии ребенка должна быть проанализирована в свете его индивидуальных особенностей и обязательно учтена в последующей работе с ним, а также при консультировании родителей и учителей.

Вероятность различных вариантов агрессивного поведения в большей степени связана с выбором черного, серого, зеленого и малинового (фиолетового) цветов. Для профилактики возможных негативных изменений поведения следует также учитывать выбор коричневого и красного цветов.

Так, в частности, **синий цвет** предпочитают (выбирают в качестве наиболее приятного) чувствительные, впечатлительные, но в то же время спокойные и уравновешенные учащиеся. Они также часто отличаются тонкостью и хорошим эстетическим развитием, состояние грусти и печали является для них приятным эмоциональным пере-

живанием. Они имеют потребность в глубоком личном, а не поверхностном общении, ищут друга, с которым можно было бы поделиться своими мыслями и переживаниями. Если эта потребность удовлетворяется (либо в школе, либо дома), то подросток чувствует себя хорошо. Но даже если потребность долго не находит удовлетворения, она трансформируется в состояние ожидания с сохранением положительной эмоциональной окраски.

Зеленый цвет выбирают дети с высоким уровнем притязаний. Для них характерна озабоченность собственным статусом и положением в коллективе. Они испытывают потребность в похвале, хотят быть лучше других. Если им не удастся занять то положение, на которое они претендуют, то формирование скрытого агрессивного поведения весьма вероятно. Обычно этот цвет выбирается детьми на начальном этапе подросткового кризиса. С 5-го класса у многих ребят начинает выходить на первое место в ряду цветовых предпочтений именно зеленый цвет, заменяя все разнообразие предыдущих выборов. Такой выбор свидетельствует об активизации потребности в самоутверждении, о необходимости уважительного отношения к личности ребенка. Если окружающие продолжают обращаться с ним как с маленьким, управлять и помыкать им, то потребность в самоутверждении гипертрофируется и трансформируется в подростковый негативизм (подросток в качестве предпочитаемого начинает выбирать черный цвет). Если окружающие ребенка взрослые понимают, что он вступил в подростковый возраст, и соответственно изменяют манеру общения с ним, то многих поведенческих проблем просто не возникнет.

Детям, которые свое настроение дома ассоциируют с зеленым цветом, необходимо, чтобы в семье их уважали и проявляли серьезное отношение к их мнению, интересам и достижениям, чтобы взрослые не обращались с ними как с маленькими. Дети, выбирающие зеленый цвет для передачи своего настроения в школе, стремятся к лидерству во всем, стараются получать только пятерки, хотят быть от-

личниками, проявляют высокую чувствительность во взаимоотношениях с учителями, добиваются, чтобы их хвалили и ставили в пример другим, готовы заниматься общественной работой, если она повышает их статус в классе. (Если, например, такой ребенок получил пятерку, но об этом не объявят всему классу, он может очень расстроиться.) Если ученик сравнивает с зеленым цветом свое настроение на каком-то конкретном уроке, то высокие оценки именно по этому предмету для него наиболее важны.

Красный цвет предпочитают активные, энергичные, напористые, деятельные дети (иногда слишком деятельные). Они обычно оптимистичны, шумны и веселы. Часто несдержанны. Однако об агрессивном поведении может речь идти только тогда, когда в их цветовом выборе рядом с красным и следующим за ним оказывается черный цвет. Такие дети могут использовать окрики и кулаки как средство убеждения или доказательства собственной правоты.

Желтый цвет предпочитают мечтательные подростки, с богатым воображением, обычно полные надежд, но не готовые активно действовать, склонные в фантазиях проигрывать различные жизненные ситуации. Они живут больше в будущем, чем в настоящем. Такие подростки любят составлять планы, но не всегда доводят их до реализации. Если желтый цвет ассоциируется с обстановкой в школе или дома, то это означает, что ребенок связывает с ними только хорошие ожидания.

Фиолетовый цвет предпочитают дети, у которых доминируют инфантильные установки. Если фиолетовый цвет характеризует настроение ребенка в школе, то он не чувствует ответственности, не готов преодолевать учебные трудности, ходит в школу в основном для того, чтобы весело проводить время, играть, общаться с одноклассниками. Таким детям нравится в школе, когда там бывает интересно и когда их там хвалят. Однако если они испытывают трудности при выполнении домашнего задания или получают замечание на уроке, отношение к школе резко меняется: они мо-

гут капризничать, устраивать истерики, ссориться и драться с одноклассниками, грубить учителям, отказываться идти в школу. Поведение инфантильных детей очень неустойчиво, оно подвержено настроению, которое складывается в зависимости от ситуации успеха или неуспеха. Обаятельные инфантильные дети обычно становятся резко агрессивными в ответ на любые требования в процессе игрового общения. Они готовы играть, но не переносят, когда от них кто-то что-то требует. В младших и средних классах при большом числе инфантильных детей именно поэтому часто возникают неожиданные конфликты, немотивированные ссоры и даже драки между детьми, которые всегда играют вместе и хорошо друг к другу относятся. Учителя знают, что часто именно подружки жалуются, ябедничают, подстраивают мелкие пакости друг другу. Особенно резко поведение инфантильного ребенка может измениться, когда беспечное детство окончательно сменяется школьными буднями. Когда учебные требования становятся ежедневными реалиями, а взрослые, чтобы добиться их выполнения от ребенка, используют методы давления и принуждения, то он неожиданно резко начинает сопротивляться, и капризно-агрессивная манера поведения достаточно быстро закрепляется. Чтобы инфантильный ребенок привык без сопротивления и капризов выполнять скучную, неинтересную работу, следует какое-то время прodelьвать ее с ним совместно, но спокойно, без ругани и нажима. Одновременно для преодоления инфантильности следует менять манеру общения с ним, постепенно расширять сферу его обязанностей и самостоятельной деятельности. В любом взаимодействии, в играх для инфантильных детей характерна инертность поведения, связанная с тем, что они обычно не обращают внимания на реакцию окружающих. Их не заботит, нравится или нет другим то, что они говорят или делают. Они не замечают, не реагируют, когда их пытаются остановить тактично. Когда окружающие теряют терпение и начинают резко выговаривать инфантильному ребенку, он отвечает истерикой или агрессивным срывом.

На спокойные речевые замечания инфантильный ребенок вообще не обращает внимания. Чтобы его остановить, необходим мягкий телесный контакт и разговор, обсуждение «глаза в глаза». Обращение к ребенку какое-то время необходимо совмещать с телесным контактом (положить руку на плечо, взять за руки и пр.), в процессе которого следует объяснить ему, что надо и что не надо делать. Таким образом, можно обходиться без истерик и формировать у ребенка конструктивную манеру общения. Если «фиолетовое» настроение характерно для дома, то, как правило, оказывается, что родители продолжают обращаться со школьником как с маленьким ребенком: потакают и умиляются его капризам, строят отношения с ним по принципу гиперопеки. Не учат его справляться с трудностями, а фактически формируют и закрепляют капризно-агрессивное поведение. Если ребенок с фиолетовым цветом ассоциирует свои отношения с учителем, то от него он ожидает повышенной заботы и индивидуализированного отношения. Может обижаться и капризничать, если учитель не оказывает ему эмоциональных знаков внимания (не улыбается, не обнимает), а строит отношения с ним только на «деловой» основе. В этом случае он дома жалуется на несправедливость учителя, тем самым провоцирует конфликты родителей со школой. Такой ребенок не соблюдает дистанцию в отношениях с учителями, старается любыми способами добиться расположения любимого учителя, нередко раздражая его своей навязчивостью. Педагог невольно старается избегать общения с таким учеником. В этом случае любовь инфантильного ребенка легко трансформируется в озлобленность и мстительность, агрессивные выходки по отношению к учителю.

Фиолетовый может быть предпочитаемым цветом и у старшекласников. Их инфантилизм проявляется в безответственности, несамостоятельности, подверженности внешним влияниям, склонности к необдуманым, ситуативным поступкам. Подобная личностная незрелость может быть свойственна подросткам и с высоким интеллек-

туальным развитием. Когда в классе около половины детей в качестве наиболее приятного выбирают фиолетовый цвет, то класс в целом может оказаться неуправляемым.

Коричневый цвет предпочитают тревожные дети, которые часто испытывают эмоциональный или физический дискомфорт, неприятные болезненные ощущения («мне нехорошо», «тошнит», «у меня болит живот» и т. п.), страх. Если коричневый цвет оказывался на первом месте в ряду цветовых предпочтений ребенка, то обычно это было связано с наличием у него каких-либо хронических заболеваний (часто сильного диатеза, аллергии) или травм (ушибов, переломов), которые осложняли его деятельность и общение. Ребенок может замыкаться в себе, выглядеть угрюмым, избегать общения.

Ребенок, выбирающий коричневый цвет для обозначения своего настроения в школе или дома, обычно плохо себя чувствует в этих ситуациях: боится родителей или школы, испытывает затруднения в учебе по каким-то конкретным предметам. Например, неграмотные учащиеся вплоть до 7–8-го класса выбирают коричневый цвет для обозначения своего самочувствия на уроках русского языка. Если учащиеся привыкают к неуспеху и порицаниям, перестают стараться, то их отношение к предмету меняет свою окраску сначала на серый, а потом и на черный цвет. Ребенок может оценивать свое самочувствие на уроке коричневым цветом, несмотря на высокую успеваемость, если она достигается при недостатке интеллектуальных способностей зубрежкой и списыванием.

Предпочтение **черного цвета** отражает негативное отношение к себе и ко всему окружающему миру, активное, резкое неприятие, протест. Если ребенок выбирает черный цвет как наиболее предпочитаемый, отводя ему первое место в своем цветовом выборе, то внутренне он уже, скорее всего, согласился с той отрицательной оценкой, которую часто получает от окружающих. Он уже не старается исправиться, подтянуться в учебе, контролировать свое поведение. Напро-

тив, он ведет себя демонстративно вызывающе, агрессивно реагирует не только на замечания, но и на искренние попытки помощи со стороны учителей, родителей, одноклассников. Дети, у которых черный цвет ассоциируется со школой, как правило, ненавидят все, что связано с учебой, и открыто говорят об этом. Первоклассники выбирают черный цвет крайне редко. Однако к средней школе выбор черного цвета встречается все чаще и чаще. С черным цветом могут ассоциироваться отдельные, особо нелюбимые школьные предметы. Эти предметы ребенок, если его не заставляют, не учит. Если заставляют, то просматривает, не вникая в содержание. Уроки с удовольствием пропускает, а если и присутствует, то занимается своими делами и не вникает в объяснения учителя. Если ребенок открыто конфликтует с учителем, то и отношения с ним может ассоциировать с черным цветом.

Если черный цвет характеризует настроение детей дома, то можно предположить, что они находятся в состоянии открытой конфронтации с родителями. Родители и дети в этом случае жестко отстаивают каждый свою позицию. Именно поэтому черный цвет часто предпочитают подростки, когда вступают в состояние непримиримой конфронтации с окружающим взрослым миром. По мере взросления подростка, когда острота противостояния снижается, уходит и предпочтение черного цвета.

Предпочтение серого цвета связано с инертностью и безразличием. «Серое» настроение в школе означает пассивное ее неприятие, равнодушие к ней. Ассоциации серого цвета с теми или иными уроками означает скуку. «Серое» настроение дома чаще всего связано с тем, что дети предоставлены сами себе, брошены, какое-либо эмоциональное участие со стороны взрослых в их жизни отсутствует.

В общении с детьми важно учитывать их доминирующие эмоциональные установки в различных жизненных ситуациях. Установка — это руководство к действию, ожидание, которое стремится быть реализованным. Если результаты обследования свидетельствуют о том, что у ребен-

ка сложилась неконструктивная установка (равнодушие, негативизм, тревога, защитная агрессия) по отношению к какой-либо ситуации, необходимо выяснить ее причину. Негативное отношение к школе, отдельным урокам, страхи перед контрольными работами, ответами у доски чаще всего возникают у школьников из-за учебных трудностей, непонимания предмета. Корни проблем обычно лежат в недостатках интеллектуального развития ребенка, а не в его общении с родителями, учителями или одноклассниками. Если ребенок к школе и к урокам относится хорошо, но негативно оценивает свои состояния в ситуациях проверки знаний (ответ у доски, настроение перед контрольной работой), то это свидетельствует о непрочности знаний и о том, что его отношение к школе скоро может измениться в худшую сторону. Если около половины класса оценивает свое эмоциональное состояние подобным образом, то в самом ближайшем времени ситуация в классе резко изменится. Ребята начнут прогуливать уроки, не являться на проверочные и контрольные работы, резко упадет дисциплина и успеваемость. Класс в целом перейдет в категорию «трудных», где многие дети конфликтуют с учителями. Часто подобные изменения происходят с 6–7-ми классами.

При анализе цветового ранжирования дополнительную информацию можно получить при сопоставлении предпочитаемых (1–2-й позиции) и отвергаемых (7–8-я позиции) цветовых выборов. Предпочитаемые цвета указывают на актуальное состояние учащегося, отвергаемые цвета — стремление подавить какую-либо потребность, мотив, настроение как источник стресса.

1–2-я позиции — предпочитаемые

Первый цвет синий

+1 +2 (синий и зеленый) — чувство удовлетворенности, спокойствия, стремление к спокойной обстановке, нежелание участвовать в конфликтах, стрессе.

+1 +3 (синий и красный) — чувство целостности, активное и не всегда осознанное стремление к тесным

отношениям. Потребность во внимании со стороны других.

+1+4 (синий и желтый) – способность к сильному эмоциональному подъему. Потребность в предупредительном отношении и полном понимании со стороны окружающих.

+1 +5 (синий и фиолетовый) – небольшое беспокойство, потребность в тонком окружении, стремление к эстетическому.

+1 +6 (синий и коричневый) – чувство беспокойства, страх одиночества, стремление уйти от конфликтов, избежать стресса.

+1 +7 (синий и черный) – негативное состояние, стремление к покою, отдыху, неудовлетворенность отношением к себе, негативное отношение к ситуации.

+1 +8 (синий и серый) – негативное состояние, потребность освободиться от стресса, стремление к покою, отдыху.

Первый цвет зеленый

+2 +1 (зеленый и синий) – позитивное состояние, стремление к признанию, к деятельности, обеспечивающей успех.

+2 +3 (зеленый и красный) – активное стремление к успеху, к самостоятельным решениям, преодолению преград в деятельности.

+2 +4 (зеленый и желтый) – небольшое беспокойство, стремление к признанию, популярности, желание произвести впечатление.

+2 +5 (зеленый и фиолетовый) – небольшое беспокойство, стремление к признанию, популярности, желание супервпечатлений, повышенное внимание к реакциям окружающих на свои поступки.

+2 +6 (зеленый и коричневый) – чувство неудовлетворенности, усталости, переоценка значимости отношения к себе со стороны окружающих.

+2 +7 (зеленый и черный) – чувство обиды, злости, стремление к жесткости, авторитетности в отношениях.

+2 +8 (зеленый и серый) — чувство неудовлетворенности, стремление к признанию, желание произвести впечатление.

Первый цвет красный

+3 +1 (красный и синий) — деловое возбуждение, активное стремление к деятельности, впечатлениям, удовольствиям.

+3 +2 (красный и зеленый) — деловое возбуждение, активное стремление к цели, преодолению всех трудностей, стремление к высокой оценке своей деятельности.

+3 +4 (красный и желтый) — деловое, слегка повышенное возбуждение, увлеченность, оптимизм, стремление к контактам, расширение сферы деятельности.

+3 +5 (красный и фиолетовый) — повышенное возбуждение, не всегда адекватная увлеченность, стремление произвести впечатление.

+3 +6 (красный и коричневый) — негативное настроение, огорчение из-за неудачи, нежелание лишиться благоприятной ситуации.

+3 +7 (красный и черный) — негативное настроение, злость, стремление уйти из неблагоприятной ситуации.

+3 +8 (красный и серый) — чувство неудовлетворенности, направленность на рискованное действие.

Первый цвет желтый

+4 +1 (желтый и синий) — настроение в общем положительное, стремление к позитивному эмоциональному состоянию, взаимовыдержке.

+4 +2 (желтый и зеленый) — настроение в общем положительное, желание поиска первых путей решения стоящих задач, стремление к самоутверждению.

+4 +3 (желтый и красный) — несколько повышенное деловое возбуждение, стремление к широкой активности.

+4 +5 (желтый и фиолетовый) — небольшая эйфория, стремление к ярким событиям, желание произвести впечатление.

+4 +6 (желтый и коричневый) — негативное настроение, огорчение и потребность в эмоциональной разрядке и отдыхе.

+4 +7 (желтый и черный) — весьма негативное настроение, стремление уйти от любых проблем, склонность к необходимым, малоадекватным решениям.

+4 +8 (желтый и серый) — негативное угнетенное состояние, стремление выйти из неприятной ситуации, четкое представление о том, как это сделать.

Первый цвет фиолетовый

+5 +1 (фиолетовый и синий) — неопределенное настроение, стремление к согласию и гармонии.

+5 +2 (фиолетовый и зеленый) — настороженность, желание произвести впечатление.

+5 +3 (фиолетовый и красный) — некоторое возбуждение, увлеченность, активное стремление произвести впечатление.

+5 +4 (фиолетовый и желтый) — возбуждение, фантазирование, стремление к ярким событиям.

+5 +6 (фиолетовый и коричневый) — возбуждение, направленность на сильные эмоциональные переживания.

+5 +7 (фиолетовый и черный) — негативное состояние.

+5 +8 (фиолетовый и серый) — напряжение, стремление оградить себя от конфликтов, стресса.

Первый цвет коричневый

+6 +1 (коричневый и синий) — напряжение, страх одиночества, желание уйти из неблагоприятной ситуации.

+6 +2 (коричневый и зеленый) — чувство беспокойства, стремление строго контролировать себя, чтобы избежать ошибки.

+6 +3 (коричневый и красный) — активное стремление к эмоциональной разрядке.

+6 +4 (коричневый и желтый) — утрата веры в положительные перспективы, вероятность необдуманных решений («мне все равно»).

+6 +5 (коричневый и фиолетовый) — чувство неудовлетворенности, стремление к комфорту.

+6 +7 (коричневый и черный) — негативное состояние, разочарованность, стремление к покою, желание уйти от активности.

+6 +8 (коричневый и серый) — весьма негативное состояние, стремление уйти от сложных проблем, а не бороться с ними.

Первый цвет черный

+7 +1 (черный и синий) — весьма негативное состояние, стремление уйти от проблем («оставили бы в покое»).

+7 +2 (черный и зеленый) — возбуждение, гневное отношение к окружающим, не всегда адекватное упрямство.

+7 +3 (черный и красный) — сильное возбуждение, возможны аффективные поступки.

+7+4 (черный и желтый) — весьма негативное состояние, отчаяние, суицидные мысли.

+7 +5 (черный и фиолетовый) — напряженность, мечты о гармонии.

+7 +6 (черный и коричневый) — возбуждение, постановка нереальных задач, стремление уйти от беспокойных мыслей, неблагоприятных ситуаций.

+7 +8 (черный и серый) — чувство безнадежности, обреченности, стремление сопротивляться всему, неадекватность.

Первый цвет серый

+8 +1 (серый и синий) — негативное состояние, желание спокойной ситуации.

+8 +2 (серый и зеленый) — негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды.

+8 +3 (серый и красный) — негативное состояние, повышенные требования к окружающим, не всегда адекватная активность.

+8 +4 (серый и желтый) — негативное состояние, стремление уйти от проблем, а не решать их.

+8 +5 (серый и фиолетовый) — чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

+8 +6 (серый и коричневый) — весьма негативное состояние, стремление уйти от всего сложного, трудного, от волнения.

+8 +7 (серый и черный) — весьма негативное состояние, обида, чувство угнетенности, вероятность неадекватных решений.

7–8-я позиции — отвергаемые

Первый цвет синий

–1 –2 (синий и зеленый) — сильное напряжение, стремление избавиться от негативного стрессового состояния.

–1 –3 (синий и красный) — сильное напряжение, чувство беспомощности, желание выйти из эмоциональной ситуации.

–1 –4 (синий и желтый) — состояние, близкое к стрессу, эмоциональные негативные переживания, чувство беспомощности.

–1 –5 (синий и фиолетовый) — состояние, близкое к стрессу, сложность взаимоотношений, чувство ограниченности в возможностях, нетерпеливость.

–1 –6 (синий и коричневый) — эмоциональная неудовлетворенность, самоограничение, поиск поддержки.

–1 –7 (синий и черный) — состояние, близкое к стрессу, эмоциональная неудовлетворенность, стремление уйти из психогенной ситуации.

–1 –8 (синий и серый) — несколько угнетенное состояние, тревожность, ощущение бесперспективности.

Первый цвет зеленый

–2 –1 (зеленый и синий) — угнетенное состояние, неведение в свои силы, стремление уйти из неприятной ситуации.

–2 –3 (зеленый и красный) — сильное возбуждение, тягостные переживания, отношения со средой считает для себя враждебными, возможны аффективные поступки.

–2 –4 (зеленый и коричневый) — состояние, близкое к фрустрации, чувство разочарования, нерешительность.

–2 –5 (зеленый и фиолетовый) – состояние, близкое к стрессовому, чувство оскорбленного достоинства, неверие в свои силы.

–2 –6 (зеленый и коричневый) – состояние, близкое к стрессовому, неадекватно повышенный самоконтроль, необоснованное стремление к признанию.

–2 –7 (зеленый и черный) – состояние фрустрации из-за ограничения амбициозных требований, недостаточная целеустремленность.

–2 –8 (зеленый и серый) – состояние фрустрации, раздраженность из-за ряда неудач, снижение волевых качеств.

Первый цвет красный

–3 –1 (красный и синий) – подавляемое возбуждение, раздражительность, нетерпеливость, поиск выхода из негативных отношений, сложившихся с близкими людьми.

–3 –2 (красный и зеленый) – состояние стресса из-за неадекватной самооценки.

–3 –4 (красный и желтый) – мнительность, тревожность, неадекватная оценка среды, стремление к самооправданию.

–3 –5 (красный и фиолетовый) – состояние стресса из-за неудачных попыток достичь взаимопонимания, чувство неуверенности, беспомощности, желание сочувствия.

–3 –6 (красный и коричневый) – сильное напряжение, вызванное иногда самоограничением либидо, отсутствие дружеских контактов, неуверенность в своих силах.

–3 –7 (красный и черный) – состояние стресса из-за глубокого разочарования, фрустрация, чувство тревожности, бессилия из-за невозможности решить конфликтную проблему, желание выйти из фрустрирующей ситуации любым путем, сомнение в том, что это удастся.

–3 –8 (красный и серый) – сдерживаемое возбуждение, чувство утрачиваемой перспективы, вероятность нервного истощения.

Первый цвет желтый

–4 –1 (желтый и синий) – чувство разочарования, состояние, близкое к стрессу, стремление подавить негативные эмоции.

–4 –2 (желтый и зеленый) – состояние нерешительности, тревожности, разочарования.

–4 –3 (желтый и красный) – состояние стресса, сопровождаемое возбуждением, сомнения в успехе, претензии, не подкрепляемые реальными возможностями, самооправдание.

–4 –5 (желтый и фиолетовый) – эмоциональное разочарование и чувство беспокойства, тревоги.

–4 –6 (желтый и коричневый) – стремление выйти из неблагоприятной ситуации, желание выделяться; стремление скрыть потребность одобрения и успеха у окружающих за напускным безразличием.

–4 –7 (желтый и черный) – напряженность, чувство неуверенности, настороженности, стремление избежать контроля извне.

–4 –8 (желтый и серый) – напряженность, чувство боязни потерять что-то важное, упустить возможности, напряженное ожидание.

Первый цвет фиолетовый

–5 –1 (фиолетовый и синий) – чувство неудовлетворенности, стимулирующее к активности, стремление к сотрудничеству.

–5 –2 (фиолетовый и зеленый) – стрессовые состояния из-за неосуществившегося самоутверждения.

–5 –3 (фиолетовый и красный) – стрессовое состояние из-за неудач в активных, иногда необдуманных действиях.

–5 –4 (фиолетовый и желтый) – настороженность, подозрительность, разочарование, замкнутость.

–5 –6 (фиолетовый и коричневый) – стресс, вызванный нарушением желательных взаимоотношений, повышенная взыскательность к другим.

–5 –7 (фиолетовый и черный) — напряжение из-за ограничения в самостоятельных решениях, стремление к взаимопониманию, откровенному выражению мыслей.

–5 –8 (фиолетовый и серый) — проявление нетерпения, но в то же время стремление к самоконтролю, что вызывает некоторое эмоциональное возбуждение.

Первый цвет коричневый

–6 –1 (коричневый и синий) — негативное состояние, чувство неудовлетворенности из-за недостаточного признания заслуг (реальных и предполагаемых), стремление к самоограничению и самоконтролю.

–6 –2 (коричневый и зеленый) — негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

–6 –3 (коричневый и красный) — стрессовое состояние из-за подавленности эротических и других биологических потребностей, стремление к сотрудничеству для выхода из стресса.

–6 –4 (коричневый и желтый) — напряженность стремления скрыть тревогу под маской уверенности и беспечности.

–6 –5 (коричневый и фиолетовый) — негативное состояние из-за неудовлетворенного стремления к чувственной гармонии.

–6 –7 (коричневый и черный) — стремление уйти из подчинения, негативное отношение к различным запретам.

–6 –8 (коричневый и серый) — стрессовое состояние из-за подавления биологических потребностей, либидо.

Первый цвет черный

–7 –1 (черный и синий) — состояние беспокойства в связи со скрываемым желанием получить помощь, поддержку.

–7 –2 (черный и зеленый) — состояние, близкое к фрустрации, из-за ограничения свободы желаемых действий, стремление избавиться от помех.

–7 –3 (черный и красный) — стрессовое состояние, вызванное разочарованием в ожидаемой ситуации, эмоциональное возбуждение.

–7 –4 (черный и желтый) — стрессовое состояние из-за боязни дальнейших неудач, отказ от разумных компромиссов.

–7 –5 (черный и фиолетовый) — поиски идеализированной ситуации.

–7 –6 (черный и коричневый) — стрессовое состояние из-за неприятных ограничений, запретов, стремление сопротивляться ограничениям, уйти от заурядности.

–7 –8 (черный и серый) — стремление уйти из неблагоприятной ситуации.

Первый цвет серый

–8 –1 (серый и синий) — некоторое напряжение, стремление противостоять негативным чувствам.

–8 –2 (серый и зеленый) — негативное состояние в связи с перенапряжением, переутомлением.

–8 –3 (серый и красный) — подавляемое беспокойство, возможность аффективных действий, раздражительность.

–8 –4 (серый и желтый) — чувства тревожности, неуверенности.

–8 –5 (серый и фиолетовый) — напряжение в связи с подавлением чувственных переживаний.

–8 –6 (серый и коричневый) — стремление выйти из неблагоприятной ситуации, несколько завышенная самооценка.

–8 –7 (серый и черный) — стремление выйти из неблагоприятной ситуации, надежда на хорошие перспективы в будущем.

Литература

1. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10-й классы): система работы с детьми, родителями, педагогами / авт.-сост. С. А. Коробкина. — 2-е изд. — Волгоград : Учитель, 2015.
2. Богданова Т. Г., Корнилова Т. В. Диагностика познавательной сферы ребенка / Т. Г. Богданова, Т. В. Корнилова. — М. : Роспедагентство, 1994.
3. Ванюшева Н. Методика работы с текстовой информацией на уроках литературы / Н. Ванюшева // Литература. — 2009. — № 21.
4. Граник Г. Г., Бондаренко С. М., Концевая Л. А. Когда книга учит / Г. Г. Граник, С. М. Бондаренко, Л. А. Концевая. — 2-е изд., доп. — М. : Педагогика, 1991.
5. Жариков Е. С., Крушельницкий Е. Л. Для тебя и о тебе : Кн. для учащихся / Е. С. Жариков, Е. Л. Крушельницкий. — М. : Просвещение, 1991.
6. Зак А. З. Развитие и диагностика мышления подростков и старшеклассников / А. З. Зак. — М. ; Обнинск : ИГ-СОЦИН, 2010.
7. Запольская Е. Л., Истомина М. И. Комплекс диагностических методик сопровождения младших школьников / Е. Л. Запольская, М. И. Истомина // Справочник педагога-психолога. Школа. — 2015. — № 5. — С. 18.
8. Клацус Н. Г., Кобзева Е. М. Диагностическая программа психолого-педагогического сопровождения учащихся в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом второго поколения : учеб.-метод. пособие / Н. Г. Клацус, Е. М. Кобзева. — М. : Изда-во Моск. психол.-соц. ун-та, 2017. — 416 с. + 1 электрон. опт. диск.

9. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: программа адаптации детей к средней школе / Е. Г. Коблик. — М. : Генезис, 2003.
10. Лепешова Е. М. Развитие личности школьника. Работа со словарем психологических качеств / Е. М. Лепешова. — М. : Генезис, 2007.
11. Локалова Н. П. Уроки психологического развития в средней школе (V–VI классы) / Н. П. Локалова. — М. : Ось-89, 2001.
12. Лукашенко М. Тайм-менеджмент для детей: Книга продвинутых родителей / М. Лукашенко. — 3-е изд. — М. : Альпина Паблишер, 2014.
13. Меркулова Т. Только для деловых людей? / Т. Меркулова // Школьный психолог. — 2009. — № 5.
14. Прихожан А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан. — 2-е изд. — СПб. : Питер, 2007.
15. Психология: учеб. пособие. V класс / А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, И. В. Дубровина и др.; под ред. И. В. Дубровиной. — 2-е изд., стер. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та ; Воронеж : МОДЭК, 2007.
16. Психология: учеб. пособие. VI класс / А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, И. В. Дубровина и др.; под ред. И. В. Дубровиной. — 2-е изд., стер. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та ; Воронеж : МОДЭК, 2007.
17. Руднянский Я. Как учиться? / Я. Руднянский // Кн. для учащихся: пер. с пол. — М. : Просвещение, 1992.
18. Селевко Г. К. Познай себя / Г. К. Селевко. — 2-е изд. — М. : Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006.
19. Селевко Г. К., Тихомирова Н. К., Левина О. Г. Сделай себя сам / Г. К. Селевко, Н. К. Тихомирова,

- О. Г. Левина. — 2-е изд. — М. : Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006.
20. Сомова Н. Л. В пятый класс — в первый раз : пособие для родителей, специалистов службы сопровождения, психологов, педагогов школ и гимназий / Н. Л. Сомова. — СПб. : КАРО, 2001.
 21. Стишенок И. В. Из гусеницы в бабочку : Психологические сказки, притчи, метафоры в индивидуальной и групповой работе / И. В. Стишенок. — 3-е изд. — М. : Генезис, 2014.
 22. Холодова О. А., Моренко Е. А. Умникам и умницам : Задания по развитию познавательных способностей (10–11 лет). Курс «РПС» / О. А. Холодова, Е. А. Моренко : метод. пособие для 5-го класса. — М. : РОСТ, 2013.
 23. Чуприкова Н. И. Всеобщий универсальный дифференционно-интеграционный закон развития как основа междисциплинарной парадигмальной теории. Перспективы исследования // Дифференционно-интеграционная теория развития / сост. Н. И. Чуприкова, А. Д. Кошелев. — М. : Языки славянских культур, 2011.
 24. Чуприкова Н. И. Умственное развитие: Принцип дифференциации / Н. И. Чуприкова. — СПб. : Питер, 2007.
 25. Электронное пособие : Психологическая работа в школе. — Вып. 2. — Издательство «Учитель», 2013.
 26. Ясюкова Л. А. Оптимизация обучения и развития детей с ММД. Диагностика и компенсация минимальных мозговых дисфункций. Методическое руководство / Л. А. Ясюкова. — СПб., 2001.
 27. Электронный ресурс. — Режим доступа: <http://ruslita.ru>



Издательство

Московского психолого-социального университета

Московский психолого-социальный университет издает и распространяет по подписке журналы, которые входят в перечень ведущих рецензируемых научных журналов и изданий, рекомендованных ВАК для публикации основных научных результатов диссертаций на соискание ученых степеней кандидата и доктора наук. С содержанием журналов вы можете ознакомиться на сайте <http://www.mpsu.ru/pubhouse>.

Оформить подписку можно через общероссийский каталог «Роспечать», объединенный каталог «Пресса России», а также через каталог «Газеты и журналы», выпускаемый группой компаний «Урал-Пресс» (<http://www.ural-press.ru/catalog/rules>).

«Актуальные проблемы психологического знания: теоретические и практические проблемы психологии». Главный редактор — Лидия Бернгардовна Шнейдер, доктор психологических наук, профессор. Подписные индексы: «Роспечать» — 36648, «Пресса России» — 91835.

«Известия Российской академии образования». Главный редактор — Михаил Абрамович Лукацкий, доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО. Подписные индексы: «Роспечать» — 71933, «Пресса России» — 91836.

«Мир образования — образование в мире»: научно-методический журнал. Главный редактор — Игорь Алексеевич Алехин, доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО, заслуженный деятель науки Российской Федерации. Подписные индексы: «Роспечать» — 80531, «Пресса России» — 91837.

«Мир психологии»: научно-методический журнал. Главный редактор — Эди Викторовна Сайко, доктор исторических наук, профессор, член-корреспондент РАО. Подписные индексы: «Роспечать» — 47110, «Пресса России» — 91838.

«Новое в психолого-педагогических исследованиях: теоретические и практические проблемы психологии и педагогики». Главный редактор — Любовь Алексеевна Григорович, доктор психологических наук, профессор. Подписные индексы: «Роспечать» — 36640, «Пресса России» — 91840.

«Публичное и частное право». Главный редактор — Виктор Александрович Михайлов, доктор юридических наук, профессор, заслуженный деятель науки Российской Федерации. Подписные индексы: «Роспечать» — 37027, «Пресса России» — 91841.

КНИГИ В НАЛИЧИИ

Клашус Н. Г., Кобзева Е. М. Диагностическая программа психолого-педагогического сопровождения учащихся в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом второго поколения : учебно-методическое пособие. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ун-та, 2017. — 416 с. + 1 электрон. опт. диск.

ISBN 978-5-9770-0916-4

В связи с введением ФГОСа актуальным становится вопрос модернизации системы психолого-педагогического сопровождения (ППС) образовательного процесса с учетом современных требований и задач, основанной на идее ППС развития личности каждого ребенка и включенности психологической службы в сопровождение образовательного процесса.

Диагностическая программа охватывает весь период обучения ребенка с 1-го по 11-й класс в общеобразовательном учреждении и направлена на отслеживание уровня сформированности личностных и метапредметных компетенций обучающихся.

Программа является победителем IV Областного конкурса психолого-педагогических программ «Психология развития и адаптации».

К книге прилагается CD со стимульным материалом методик.

Преподавание психологии в школе, 3–11-й классы : учеб.-метод. пособие. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та ; Воронеж : МОДЭК, 2007. — 800 с.

ISBN 978-5-9770-0712-2

Книга посвящена научно-методическим вопросам преподавания психологии в средней общеобразовательной школе. В ней обосновывается актуальность преподавания основ научной психологии в современной школе, необходимость приобщения учащихся к психологической культуре как неотъемлемой части общей культуры. В пособии раскрываются история и научно-дидактические основы преподавания психологии в средней школе; подробно рассматриваются вопросы оценивания знаний по данному предмету. Представлена программа учебного курса по психологии для 3–11-го классов, тематические и поурочные планы по каждому году обучения, методические рекомендации по проведению уроков, реализованные в цикле учебных пособий «Психология», охватывающем весь период обучения начиная с младших классов. Учебные пособия и данное учебно-методическое пособие подготовлены одним авторским коллективом. Методические материалы, представленные в пособии, являются основой для проведения уроков по предлагаемому курсу. Пособие адресовано студентам психологических и педагогических специальностей, а также педагогам и психологам, ведущим занятия по психологии со школьниками разных возрастов. Оно может быть полезно практическим психологам, учителям, родителям и всем интересующимся широким кругом проблем психологического просвещения.

Психология. Учебное пособие для начальной школы. III–IV классы / под ред. И. В. Дубровиной. — 2-е изд., стер. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2007. — 224 с.

Эта книга — переработанное и дополненное издание первого в нашей стране учебного пособия по курсу «Психология» для начальной школы. На доступном для детей уровне она знакомит учащихся с научной психологией, дает представление об основных психических явлениях: ощущении, восприятии, внимании, памяти, воображении, мышлении и речи, воле и эмоциях. Учебное пособие способствует развитию представлений детей о человеческой психике.

Он открывает созданный авторским коллективом цикл учебников по психологии для III–XI классов.

Психология. Учебное пособие. V класс. Способности. Характер. Темперамент. Третий год обучения / Под редакцией И. В. Дубровиной. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2007. — 248 с.

Предлагаемое учебное пособие по курсу «Психология» предназначено для учащихся 5-го класса. Оно является продолжением учебника психологии для начальной школы. На доступном для детей уровне книга знакомит учащихся с научной психологией; дает представление о способностях, характере, темпераменте личности; способствует развитию научных представлений о человеческой психике, создает основы для самопознания и самовоспитания школьников.

Психология. Учебное пособие. VI класс. Психология общения, межличностные отношения, восприятие и понимание людьми друг друга. Четвертый год обучения. / под ред. И. В. Дубровиной. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2007. — 208 с.

Эта книга — третья из цикла учебников по курсу «Психология» для школы. Она предназначена для учащихся VI класса. На доступном для детей уровне книга продолжает знакомить учащихся с научной психологией: психологией общения, межличностных отношений, восприятия и понимания людьми друг друга. Материалы учебника способствуют развитию самопознания и самовоспитания школьников, совершенствованию их общения со взрослыми и сверстниками. Книга предназначена для школьных психологов, учащихся VI класса общеобразовательной школы.

Справки о наличии книг, об отправке заказов, о заключении договоров на поставку литературы по тел./факсу: (495) 796-92-62, доб. 1301, 1312; тел.: (495) 234-43-15; моб.: 8-916-239-90-67; или по электронной почте: publish@mpsu.ru

Библиотеки образовательных учреждений комплектуются на льготных условиях.

**КЛАЩУС Наталья Геннадьевна
КОБЗЕВА Елена Михайловна**

**ПРОГРАММА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
ШКОЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ
МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА
«Я ВЫБИРАЮ УСПЕХ!»**

Методическое пособие

Корректор: Ю. А. Сысоева

*Компьютерная верстка
и дизайн:*

Гальчук М.

Издательство
Московского психолого-социального университета
115191 Москва, 4-й Рощинский проезд, 9а
Тел.: (495) 796-92-62, доб. 1301, 1312
E-mail: publish@mpsu.ru

Подписано в печать 10.06.2017. Заказ №
Бумага офсетная № 1 80 г/м². Формат 60х90 1/16
Усл. печ. л. 17,75. Тираж 500 экз.

Отпечатано с готовых файлов заказчика
в публичном акционерном обществе
«Т8 Издательские Технологии»
109316, г. Москва, Волгоградский проспект, дом 42,
корпус 5
Тел.: (495) 221-89-80