

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«Родник» муниципального образования – Шиловский муниципальный район
Рязанской области

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО Центр «Родник»
Протокол № 1 от 25.08.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора
МБУ ДО Центр «Родник»
Ю.В. Муравьева
Приказ № 98 от 25.08.2025 г.



**Адаптированная дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
программа для детей с ОВЗ и инвалидностью**

(с задержкой психического развития)

«ПОЗНАЙ СЕБЯ»

Направленность: социально-гуманитарная

Объем обучения: 30 часов

Срок реализации: 1 год

Возрастная категория: 12-14 лет

Разработчик программы:

Фетисова Наталья Александровна,
педагог-психолог

р.п. Шилово
2025

1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познай себя» включена в образовательную программу Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Родник» муниципального образования – Шиловский муниципальный район Рязанской области.

Программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Программа разработана для детей с задержкой психического развития, учитывает особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности.

Программа способствует развитию эмоционально-волевой, социально-коммуникативной и познавательной сферы.

Актуальность.

Одним из принципов государственной политики в сфере дополнительного образования детей, является «инклюзивность, обеспечивающая возможность для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья обучаться по дополнительным общеобразовательным программам по любой направленности, в том числе совместно с другими обучающимися» (Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р). В рамках концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года необходимо до 2024 года «создать условия для социокультурной реабилитации детей-инвалидов, расширить возможности для освоения детьми с ограниченными возможностями здоровья дополнительных общеобразовательных программ, путем создания специальных условий в образовательных организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные программы».

Региональный компонент в программе способствует изучению обычаев и традиций, природы родного края, развитие подрастающего поколения.

Педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность программы подтверждается тем, что программа опирается на важные принципы в обучении особых детей (гуманизация, целостность, единство воспитательных воздействий). Применяемые формы и методы обучения, методы контроля и управления деятельностью детей, средства обучения доступны, действенны в формировании и развитии эмоционально-волевой, социально-коммуникативной сфер у детей с задержкой психического развития.

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Особенности реализации программы.

Особенности организации образовательного процесса определяются, прежде всего, психофизическими особенностями подростков с задержкой психического развития. Особенности внимания и памяти детей находят свое отражение в *продолжительных сроках обучения по программе*. Для устойчивого формирования отдельных действий и навыков требуется больше времени, чем при работе с обучающимися с нормативным развитием. Особое место отводится постоянному повторению и закреплению пройденного материала.

В программу включены игры с песком. Безопасная атмосфера, которая возникает во время игры с песком, позволяет юному человеку выразить в символической форме внутренние конфликты и противоречия, найти выходы из сложных ситуаций и ответы на важные жизненные вопросы.

Высокая эффективность развивающего процесса достигается тем, что при создании композиции на песке вовсе не нужны какие-либо специальные навыки, исключены любые ошибки и нет понятия «не правильно», подросток чувствует себя более раскованно и не склонен излишне контролировать и оценивать свои действия. Такого понятия как «красивая» или «правильная» песочная композиция просто не существует.

К особенностям программы можно отнести ее ориентацию на получение ребенком опыта позитивного общения, социально приемлемого эмоционального реагирования, проживания им ситуации индивидуального успеха.

Целевая аудитория: дети в возрасте 12 – 14 лет. Данная программа ориентирована на подростков с задержкой психического развития. Рекомендованное количество обучающихся в группе – 10 человек.

Язык обучения: русский.

Психолого-педагогическая характеристика.

Обучающиеся с задержкой психического развития – это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией (далее – ПМПК) и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Разнообразие этиологических факторов (органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания, психическая и социальная депривация) обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений — от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих ограничения от умственной отсталости.

Все обучающиеся с ЗПР испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психического развития (общеучебных навыков, речи и др.), нарушениями в

организации деятельности и/или поведения (агрессия, отрицание трудностей, регрессия, бегство).

Общими для всех обучающихся с задержкой психического развития являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции. Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы.

Одним из ключевых нарушений психического развития детей ЗПР является незрелость эмоционально-волевой сферы, оказывающее в свою очередь негативное влияние на развитие познавательной деятельности ребенка:

- невозможность длительное время сконцентрироваться на целенаправленной деятельности;
- трудность в установлении коммуникативных контактов;
- эмоциональные расстройства: тревожность, нескоординированность эмоциональных процессов, гиперактивность, импульсивность, склонность к аффективным вспышкам.

У подростков с задержкой психического развития отмечается недостаточная сформированность внутренних критериев самооценки, что снижает их устойчивость к внешним негативным воздействиям со стороны окружающих, проявляется в несамостоятельности и шаблонности суждений. Обучающиеся с задержкой психического развития нередко демонстрируют некритично завышенный уровень притязаний, проявления эгоцентризма. Недостатки саморегуляции снижают способность к планированию, приводят к неопределенности интересов и жизненных перспектив.

Уровень программы: ознакомительный.

Объем: общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения необходимых для освоения программы - 30 часов.

Срок освоения программы: программа реализуется в течение 1 года.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 часу.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Особенности организации образовательного процесса определяются с учетом рекомендаций ПМПК, психолого-педагогических особенностей обучающихся и их особых образовательных потребностей.

Предлагаемый учебный материал должен излагаться ребенку пропорционально его возможностям. Вовлечение детей в диалог, в коллективную и групповую работу позволит включить обучающихся в активную познавательную деятельность, поможет развитию эмоционально-

волевой сферы, коррекции отклоняющегося поведения.

Занятия проходят не в лекционной форме, а в форме игры и тренинга, что создаёт наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала. У подростков появляется возможность в спокойной игровой атмосфере отработать полученные навыки, решить личностные проблемы, в безопасной обстановке апробировать определённые роли.

Программа включает в себя следующие блоки: тренинг командообразования, тренинг коммуникативных навыков, тренинги, направленные на развитие активной эмоционально-нравственной позиции, тренинг личностного роста.

Программа составлена таким образом, чтобы дети смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить.

На занятиях используются такие методы работы как дидактические игры, элементы арт-терапии, элементы песочной терапии, ролевая игра, мозговой штурм, моделирование практических ситуаций.

Цель: Задачи:

Обучающие:

- развитие навыков межличностного взаимодействия в процессе совместной деятельности;
- формирование готовности следовать принятым в обществе духовно-нравственным нормам.

Развивающие:

- развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- формировать потребность в саморазвитии в соответствии с психофизическими возможностями, знаниями, умениями и интересами подростка.

Коррекционные:

- коррекция личностных качеств учащихся, эмоционально-волевой сферы (навыков самоконтроля, усидчивости и выдержки, умение выражать свои чувства, управлять и контролировать эмоции).
- коррекция и развитие психических процессов: памяти, мышления, речи, внимания.

Воспитательные:

- формирование общей культуры обучающихся и развитие адекватных социальных моделей поведения;
- сплочение подростков;
- воспитание активной гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни.

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные:

- проявлять культуру поведения, ответственности, способность к сопереживанию;
- выражать социально-одобряемую позицию в отношении различных проблем и вызовов, существующих в обществе.

Личностные:

- будут развиты представления о собственных возможностях и ограничениях;
- освоение личностной рефлексии.

Метапредметные:

- сформированы навыки бесконфликтного поведения;
- знают техники контроля собственного поведения при работе в группе
- будет развита потребность в саморазвитии в соответствии с психофизическими возможностями, знаниями, умениями и интересами подростка.

Коррекционные:

- будет сформировано умение контролировать собственное эмоциональное состояние; адекватно оценивать свои достижения;
- будут сформированы навыки контроля своего поведения на протяжении всего занятия;
- будет улучшение качеств познавательной сферы: внимания, памяти, мышления, речи.

Учебный план.

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теори я	практи ка	
1	Тренинг командообразования: 1.«Познай себя» 2.«Я в классном коллективе»	4	1	3	Контрольные вопросы по данной теме. Практическая работа.
2	Тренинги коммуникативных навыков: 1.«Навыки общения» 2. «Моя индивидуальность» 3. «Как тебя воспринимают другие»	6	2	4	Составление мини- опросника «Коммуникативные навыки» Контрольные вопросы на данную тему
3	Тренинги личностного роста. 1. «Положительный образ «Я» 2. «Попробуй преодолеть свои недостатки» 3. «Как себя контролировать» 4. «Мы - дети с	12	1	11	Беседа. Практическая работа.

	планеты Здоровья» 5. «Просто поверь в себя» 6. «Я и конфликт»				
4	Тренинги, направленные на развитие активной эмоционально-нравственной позиции. 1. «Человек начинается с добра» 2. «Твори добро и помогай каждому» 3. «На пути к гармонии»	6	1	5	Беседа. Практическая работа по группам.
5	Итоговое занятие 1.«Чему мы научились»	2	0	2	Выставка рисунков детей
	Всего	30	5	25	

Содержание программы.

Раздел 1. Тренинги командообразования.

1. «Познай себя»

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Определение основных целей занятий.

Практика: Принятие правил работы группы.

Упражнения: «Знакомство», «Ожидание», Упражнение с песком. Притча «Два волка» (Приложение 4).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

Промежуточная аттестация: *Практическая работа.* Назвать лучшие качества ребят из вашей команды, что вас привлекает в них. Перечислите, когда вместе работать и отдыхать комфортно. Разработка правил поведения, работа в команде. Правила дружбы «Я как друг»; Правила нашей команды «Я как член команды». Оформить правила команды.

2. «Моя индивидуальность»

Теория: Понятие: самооценка.

Практика: Упражнения: «День бывает...», «Уверенность в себе». Тестовое задание «Мои взаимоотношения с одноклассниками». Упражнение с песком.

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

Промежуточная аттестация: *Практическая работа.* Составление мини-опросника «Коммуникативные навыки».

Практическая работа: «Диагностика нравственной самооценки».

Раздел 2. Тренинги коммуникативных навыков.

1. «Навыки общения»

Теория: Классификация типов людей. Роль эмоций в жизни человека. Понятия: чувства, обида.

Практика: Упражнения: «Определения», «Средний возраст», «Чувства», «Обида». Терапевтическая сказка «Сказка о маленькой одинокой Рыбке и огромном синем Море» (Приложение 5). Притча «Притча о гвоздях» (Приложение 4). Упражнение с песком.

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

2. «Моя индивидуальность»

Теория: Понятия: чувства, самопознание.

Практика: Упражнения: «Зато», «Долг и право», «Внутренняя сущность», «Закончи предложение». Упражнение с песком. Притча «Это изменит очень много» (Приложение 4). Терапевтическая сказка «Щёчка» (Приложение 5).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

3. «Как тебя воспринимают другие»

Практика: Упражнения: «Мой друг сказал мне, что я...», «Белое и черное», «Супермаркет», «Ожидание», «Животное», «Другое мнение», «Эмоции и ситуации». Терапевтическая сказка «Роза и ромашка» (Приложение 5).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

Промежуточная аттестация: *Практическая работа.* Составление мини-опросника «Коммуникативные навыки».

Раздел 3. Тренинги личностного роста.

1. «Положительный образ «Я»

Практика: Игра-разминка «Эмоции и ситуации». Упражнения: «Ожидание», «Репортёр», «Бомбардировка положительными качествами», «Ты будешь мной, а я тобой», «Я – уверенный человек». Упражнение с песком. Терапевтическая сказка «На маленькой полянке» (Приложение 5).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

2. «Попробуй преодолеть свои недостатки»

Практика: Упражнения: «Не хочу хвастаться, но я...», «Мои достижения», «Мокрая собака», «Преодоление неудачи», «Комплименты». Терапевтическая сказка «Фламинго или скала желаний», (Приложение 5).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме: как вы понимаете, что такое характер. Напишите положительные и отрицательные черты характера человека. Объясните, почему Вы так распределили.

Практическая работа. Составьте список, какие качества Вам помогают в жизни, а какие мешают. Что вы хотели поменять в своем характере. Составьте план действий работы над собой.

3. «Как себя контролировать»

Теория: Классификация эмоционального общения.

Практика:

Упражнения: «Слова», «Комплимент» «Барьеры», «Передай движение». Пантомима. Упражнение с песком.

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

4. «Мы – дети с планеты Здоровья»

Теория: Здоровый образ жизни и факторы влияющие на формирование здоровья.

Практика: Мозговой штурм. Упражнения: «Комплименты», «Берег надежды – берег реализованных надежд», «Корабли и скалы», «Слагаемые здоровья». «Моё здоровье», «Собери «Планету здоровья». Притча «Притча о здоровом образе жизни» (Приложение 4).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

5. «Просто поверь в себя»

Практика:

Упражнения: «Я сильный – Я слабый», «Рисунок Я», «Дополнительное рисование», «Я - звезда», «Пожелания по кругу». Упражнение с песком. Притча «Солнце и ветер» (Приложение 4).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме: как вы понимаете, что такое характер. Напишите положительные и отрицательные черты характера человека. Объясните, почему Вы так распределили.

Практическая работа. Составьте список, какие качества Вам помогают в жизни, а какие мешают. Что вы хотели поменять в своем характере.

6. «Я и конфликт»

Теория: Понятие: конфликт.

Практика:

Упражнения: «Не хочу хвастаться, но я...», «Повторение правил», «Моё представление о конфликте», «Конфликт - это...», «Ящик недоразумений», «Австралийский дождь». Упражнение с песком. Притча «Ведро с яблоками» (Приложение 4). Терапевтическая сказка «Детская Демократическая Республика» (Приложение 5).

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме: вспомните, когда вы обидели кого-то или когда Вас кто-то обидел. Ответьте себе, почему Вы (кто-то) так поступили. Можно было бы по-другому выйти из сложившейся ситуации?

Практическая работа. Составьте список, какие качества Вам помогают в жизни, а какие мешают. Что вы хотели поменять в своем характере.

Промежуточная аттестация: *Практическая работа* «Мои жизненные ценности». Изобразить какой «я есть» на рисунке, со своими основными ценностями. Обсуждение рисунков.

Практическая работа: «Диагностика отношения к жизненным ценностям» (Приложение 3).

Практическая работа по группам: «Диагностика нравственной мотивации» (Приложение 3).

Раздел 4. Тренинги, направленные на развитие активной эмоционально - нравственной позиции.

1. «Человек начинается с добра»

Теория: Понятие: доброта.

Практика:

Расслабляющее упражнение «Волшебный цветок добра». Упражнения: «Подари улыбку другу, создай настроение», «Ассоциации», «Доброта», «Добрая самооценка», «Цветок добрых дел». Работа с пословицей «Добрые дела красят человека». Притча о доброте. Притча о мудреце.

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме.

2. «Твори добро и помогай каждому»

Теория: Понятие: добро. Просмотр видеоролика «Добро».

Практика:

Игра «Свод законов доброты». Упражнения: «Однокоренные слова», «Поляна цветов», «Солнце доброты», «Сплети паутинку», «Аллея добрых сердец», Мозговой штурм «Интервью».

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме: вспомните свои добрые поступки. Расскажите, почему Вы так поступили. Вспомните, когда вы обидели кого-то или когда Вас кто-то обидел. Ответьте себе, почему Вы (кто-то) так поступили. Можно было бы по-другому выйти из сложившейся ситуации?

3. «На пути к гармонии»

Теория: Виды способностей к эмоциональному контакту. Понятие: эмоциональное общение.

Практика:

Упражнения: «Колпак», «Слушание», «Житейская психология». Моделирование практических ситуаций.

Текущий контроль: Контрольные вопросы по данной теме

Промежуточная аттестация: *Практическая работа по группам.* Составьте критерии дружбы и изобразите цветок дружбы. Подумайте о роли друга. Анкета-опросник «Настоящий друг» (Приложение 3).

Раздел 5. Итоговое занятие.

1. «Чему мы научились»

Практика:

Упражнения: «Рисунок», «Комплименты», «Чемодан», «Понимание», Упражнение с песком.

Итоговая аттестация: Анкета-опросник «Настоящий друг» (Приложение 3).
Выставка рисунков детей.

Календарный учебный график программы.

Дата начала и окончания учебных периодов – с сентября по апрель.

Количество учебных недель – 28.

Сроки контрольных процедур – апрель.

(Приложение 1)

Организационно-педагогические условия реализации программы.

В связи с тем, что программа адресована обучающимся с задержкой психического развития, при реализации программы должны быть обеспечены следующие условия:

- применение специальных методов и приемов, средств обучения с учетом особенностей усвоения обучающимся с задержкой психического развития системы знаний, умений, навыков, компетенций (использование «пошаговости» при предъявлении учебного материала, при решении практико-ориентированных задач и жизненных ситуаций; закрепление навыков и компетенций применительно к различным жизненным ситуациям; увеличение доли практико-ориентированного материала, связанного с жизненным опытом подростка и т.д.);

- организация образовательного пространства, рабочего места, временной организации образовательной среды с учетом психофизических особенностей и возможностей обучающегося с задержкой психического развития (индивидуальное проектирование образовательной среды с учетом повышенной истощаемости и быстрой утомляемости в процессе интеллектуальной деятельности, сниженной работоспособности, сниженной произвольной регуляции, неустойчивости произвольного внимания, сниженного объема памяти и пониженной точности воспроизведения);

- учет функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с задержкой психического развития (замедленного темпа переработки информации, пониженного общего тонуса, склонности к аффективной дезорганизации деятельности и др.);

- стимулирование к осознанию и осмыслению, упорядочиванию усваиваемых на занятиях знаний и умений, к применению усвоенных компетенций в повседневной жизни;

- развитие и расширение средств коммуникации, навыков конструктивного общения и социального взаимодействия (со сверстниками, взрослыми), максимальное расширение социальных контактов, помощь обучающемуся с задержкой психического развития в осознании социально приемлемого и одобряемого поведения, а также необходимости

избирательности при установлении социальных контактов (профилактика негативного влияния, противостояние вовлечению в антисоциальную среду); профилактика асоциального поведения.

- использование образовательных здоровьесберегающих технологий;
- тесное взаимодействие педагога, реализующего программу со специалистами службы сопровождения (психолог, социальный педагог, дефектолог);
- отбор и содержание предлагаемого материала должны соответствовать психофизическим особенностям обучающихся с задержкой психического развития, прежде всего, уровню их эмоционального развития. Совместно со специалистами службы сопровождения педагог выстраивает работу над данным материалом, соблюдая психологически комфортные и безопасные условия для каждого ребенка.

Материально-техническое обеспечение:

- кабинет на 15 рабочих мест (ученические столы, стулья), светлое сухое, просторное и хорошо проветриваемое помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям;
- ноутбук;
- световой стол;
- кинетический песок;
- песочница (140x100x8);
- набор миниатюрных фигурок (люди, животные, растения, насекомые);
- предметы для работы с песком (совочки, грабельки, сито, формочки, воронки и др.);
- листы бумаги А4;
- цветные карандаши;
- фломастеры.

Информационное обеспечение:

- «Тренинг общения для подростков», автор Грецов А.Г. СПб.: Речь, 2005.
- «Мотивация и мотивы», автор Ильин Е.П. СПб.: Речь, 2000.
- «Психология для старшеклассников», авторы Понаморенко Л.П., Белоусова Р.В. М., 2001.
- «Психология общения», автор Е. И. Рогов - Москва: Владос, 2001.
- «Воспитание толерантности у школьников» учебно-тематическое пособие – М.: Академия развития, 2003

Кадровое обеспечение.

Образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на основе адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Познай себя»

осуществляется с привлечением педагогических работников, освоивших соответствующую программу профессиональной переподготовки.

Так же, возможно привлечение ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Основными способами **отслеживания результатов** освоения программы являются **промежуточная аттестация, текущий и итоговый контроль.**

Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация проводится после изучения каждого раздела в форме практической работы с целью выявления результатов обучения и создания условий для коммуникации обучающихся в процессе групповой деятельности и дальнейшего осмысления содержания программы.

Текущий контроль.

Текущий контроль осуществляется после изучения каждой темы в форме педагогического наблюдения, беседы, с целью отслеживания достижения задач адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Итоговый контроль.

Итоговый контроль осуществляется по итогам реализации программы в форме практической работы (выставка рисунков детей), который выявляет степень развития обучающихся с задержкой психического развития.

Итоговый контроль представляет собой результат освоения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы и усвоения базовых ценностных ориентаций. Создает условия для самореализации обучающихся по результатам освоения и осмысления программы для соотнесения её содержания с собственной жизнью и жизнью в обществе.

Оценочные материалы.

Планируемые результаты	Диагностические методы	Диагностический показатель
<i>Предметные</i>		
Проявлять культуру поведения, ответственности, способность к сопереживанию.	Беседа, наблюдение. Практическая работа.	Умение понимать себя и других, делать умозаключение и обосновывать вывод.
Умение выражать социально-одобряемую позицию в отношении различных проблем и	Беседа, наблюдение.	Умеют высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого

вызовов, существующих в обществе.		человека.
<i>Личностные</i>		
Дифференциация и осмысление адекватно возрасту своего социального окружения, принятых ценностей и социальных ролей.	Беседа. Практическая работа.	Умение применять в жизни принципы толерантности.
Сформированы навыки бесконфликтного поведения.	Практическая работа по группам. Беседа.	Умение преодоления конфликтных ситуаций.
Развитие представления о собственных возможностях и ограничениях.	Практическая работа Беседа	Знание своих индивидуальных особенностей и их влияние на успешность (неуспешность) в жизни
<i>Метапредметные</i>		
Сформированы коммуникативные навыки успешного взаимодействия с другими участниками образовательного процесса.	Составление мини-опросника «Коммуникативные навыки» Контрольные вопросы по данной теме.	Умение взаимодействовать со сверстниками, педагогом, родителями. Умение работать в команде.
Знают техники контроля собственного поведения при работе в группе.	Практическая работа Беседа	Умение применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки.
<i>Коррекционные</i>		
Будет сформировано умение контролировать собственное эмоциональное состояние; адекватно оценивать свои достижения;	Наблюдение. Практическая работа.	Умение применять на практике технику снятия психоэмоционального напряжения.
Будут сформированы навыки контроля своего поведения на протяжении всего занятия;	Практическая работа	Умение регулировать свое поведение.
Будет улучшение качества познавательной сферы: внимания, памяти, мышления, речи.	Беседа. практическая работа	Умение строить связный рассказ, отвечать на вопросы, выполнять практическую работу

Методические материалы.
Терапевтические сказки:

<https://poisk-ru.ru/s4047t7.html>
<https://город-надежды.пф/wp-content/uploads/2018/07/sbornik-skazok.pdf>
<https://rused.ru/irk-mdoul10/wp-content/uploads/sites/55/2020/12/>

Притчи:

<https://newaysuspech.ru/pritchi/pritcha-kak-perestat-obizhat-i-obizhatsya>
<https://infopedia.su/12x1796.html>
<https://uspehbogatstvo.ru/pouchitelnye-pritchi-s-moralyu-dlya-detey.html>
<https://www.oum.ru/literature/pritchi/pritchi-dlya-detey/>

Дидактические игры:

https://kopilkaurokov.ru/nachalniyeKlassi/prochee/sbornik_ighr_napravliennykh_na_splocheniie_dietskogho_kolliektiva
https://ems.chel-meteor.ru/wp-content/uploads/2017/04/Игры_на_сплочение_и_командообразование.pdf

Литература

1. Белоусова Р. В. Пономоренко Л.П., «Психология для старшеклассников», М., 2001.
2. Вахрушина В.С. «Развитие и коррекция внимания в практике школьного психолога», Киров: Кировский государственный педагогический институт, 1994.
3. Грецов А.Г. «Тренинг общения для подростков», СПб.:Речь, 2005.
4. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. М., 1995.
5. Карвасарский Б.Д.. Методическое пособие «Групповая психотерапия» М.,1985г.
6. Ключникова Г.А.. «Методика изучения самооценки школьников // Вопросы психологии», 1984.
7. Никольская И.Л., Тигранова Л.И. «Гимнастика для ума», М.: «Экзамен», 2007.
8. Рогов Е.И. «Психология общения» - Москва: Владос, 2001.
9. Сидоренко Е.В «Тренинг коммуникативной компетентности». СПб.: Речь, 2004.
10. Чистякова М.И. «Психогимнастика», М., 1996.
11. Шевандрин Н.И. «Психодиагностика, коррекция и развитие личности», М.: ВЛАДОС, 1998.
12. Учебно-тематическое пособие «Воспитание толерантности у школьников», М.: Академия развития, 2003
15. <http://www.elective.ru/lit/psy>
16. <http://psy.1september.ru/>
17. <http://festival.1september.ru/>

Календарный учебный график

№ п\п	Месяц	Форма занятия	Количество часов	Тема проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Занятие с элементами тренинга	2	«Познай себя»	Контрольные вопросы по данной теме
2	Сентябрь	Занятие с элементами тренинга	1	« Я в классном коллективе»	Контрольные вопросы по данной теме
3	Октябрь	Занятие с элементами тренинга	1	« Я в классном коллективе»	Практическая работа
4	Октябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Навыки общения»	Контрольные вопросы по данной теме
5	Октябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Навыки общения»	Контрольные вопросы по данной теме
6	Октябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Моя индивидуальность»	Контрольные вопросы по данной теме
7	Октябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Моя индивидуальность»	Контрольные вопросы по данной теме
8	Ноябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Как тебя воспринимают другие?»	Контрольные вопросы по данной теме
9	Ноябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Как тебя воспринимают другие?»	Практическая работа
10	Ноябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Положительный образ «Я»	Контрольные вопросы по данной теме
11	Ноябрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Положительный образ «Я»	Контрольные вопросы по данной теме
12	Декабрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Попробуй преодолеть свои недостатки»	Контрольные вопросы по данной теме
13	Декабрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Попробуй преодолеть свои недостатки»	Контрольные вопросы по данной теме
14	Декабрь	Занятие с элементами тренинга	1	«Ответственное поведение»	Контрольные вопросы по данной теме
15	Январь	Занятие с	1	«Ответственное	Беседа.

		элементами тренинга		поведение»	Практическая работа
16	Январь	Занятие с элементами тренинга	1	«Как контролировать?» себя	Контрольные вопросы по данной теме
17	Январь	Занятие с элементами тренинга	1	«Как контролировать?» себя	Контрольные вопросы по данной теме
18	Февраль	Занятие с элементами тренинга	1	«Мы - дети с планеты Здоровья»	Контрольные вопросы по данной теме
19	Февраль	Занятие с элементами тренинга	1	«Мы - дети с планеты Здоровья»	Контрольные вопросы по данной теме
20	Февраль	Занятие с элементами тренинга	1	«Просто поверь в себя»	Контрольные вопросы по данной теме
21	Февраль	Занятие с элементами тренинга	1	«Просто поверь в себя»	Практическая работа
22	Март	Занятие с элементами тренинга	1	«Я и конфликт»	Контрольные вопросы по данной теме
23	Март	Занятие с элементами тренинга	1	«Я и конфликт»	Контрольные вопросы по данной теме
24	Март	Занятие с элементами тренинга	1	«Человек начинается с добра»	Контрольные вопросы по данной теме
25	Апрель	Занятие с элементами тренинга	1	«Твори добро и помогай каждому»	Контрольные вопросы по данной теме
26	Апрель	Занятие с элементами тренинга	1	« На пути к гармонии»	Контрольные вопросы по данной теме
27	Апрель	Занятие с элементами тренинга	1	« На пути к гармонии»	Практическая работа по группам
28	Апрель	Занятие с элементами тренинга	2	«Чему мы научились»	Выставка рисунков детей

План воспитательной работы

Цель: развитие личности, социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности.

Задачи воспитания:

- Воспитание чувств патриотизма: гордости за свою родину, любовь к родному краю, уважение традиций.
- Воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим.
- Воспитание ценностного отношения к отечественной культуре.

Формы и методы воспитания:

- метод убеждения;
- метод упражнений;
- метод переключения в деятельности.

Условия воспитания, анализ результатов:

- повышение уровня воспитанности обучающихся.

Календарный план воспитательной работы:

№п/п	Название события, мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения
1.	«Праздник осени». Изучение природы родного края.	Октябрь	Квест
2.	«День матери». Знакомство с мамами, работающими на предприятиях нашего посёлка.	Ноябрь	Занятие с элементами тренинга
3.	«Новогодняя елка».	Декабрь	Театрализованное представление
4.	«Рождественские встречи».	Январь	Театрализованное представление
5.	«День защитника Отечества».	Февраль	Детско-родительское занятие
6.	«Международный	Март	Детско-родительское

	женский день».		занятие
7.	«День космонавтики».	Апрель	Квест
8.	«День Победы». Герои ВОВ Шиловского района	Май	Районный праздник

Приложение 3

Тест «Отношение к нравственным нормам поведения»

Авторы: Е.Н. Прошицкая, С.С. Гриншпун

Инструкция. Определите свое отношение к нравственным нормам поведения (ответственности, коллективистической направленности, самокритичности, принципиальности, чуткости, справедливости).

Ниже дано описание различных жизненных ситуаций. Как бы вы поступили, оказавшись в каждой из них? Из предложенных ответов выберите тот, который совпадает с вашей точкой зрения (запомните, под какой он буквой, или запишите вариант).

1. *Во время каникул, когда вы собрались ехать отдохнуть, классный руководитель неожиданно попросил помочь привести в порядок учебный кабинет. Как вы поступите?*

- а. Скажите, что согласны помочь, и отложите свой отъезд.
- б. Соберете ребят и вместе с ними сделаете всю работу за один день.
- в. Пообещаете выполнить работу после возвращения.
- г. Посоветуете привлечь на помощь того, кто остается в городе.
- д. Или...

2. *Вам дали поручение, которое вам не по душе, но его выполнение срочно необходимо коллективу. Как вы поступите?*

- а. Добросовестно выполните поручение.
- б. Привлечете к выполнению поручения товарищей.
- в. Попросите дать вам другое, более интересное для вас поручение.
- г. Найдете повод для отказа.
- д. Или...

3. *Вы случайно услышали, как группа одноклассников высказывала справедливые, но неприятные замечания в ваш адрес. Как вы поступите?*

- а. Постараетесь объяснить ребятам свое поведение.
- б. Переведете разговор в шутку, но постараетесь поскорее исправить те недостатки, о которых шла речь.
- в. Сделаете вид, что ничего не слышали.
- г. Скажете ребятам, что они сами не лучше вас, особенно потому, что говорят о вас в ваше отсутствие.
- д. Или ...

4. В трудовом лагере во время прополки овощей у вас на руках образовались болезненные мозоли. Как вы поступите?

- а. Будете, преодолевая боль, выполнять норму, как все.
- б. Обратитесь к друзьям с просьбой помочь выполнить норму.
- в. Попросите освободить вас от этой работы и перевести на другую.
- г. Оставьте работу незаконченной и пойдете отдыхать.
- д. Или ...

5. Вы стали свидетелем того, как один человек незаслуженно обидел другого. Как вы поступите?

- а. Потребуете от обидчика извинений в адрес пострадавшего.
- б. Разберетесь в причинах конфликта и добьетесь его устранения.
- в. Выразите соболезнования тому, кого обидели.
- г. Сделаете вид, что вас это не касается.
- д. Или ...

6. Случайно, не желая того, вы нанесли небольшой ущерб или причинили зло другому человеку. Как вы поступите?

- а. Сделаете все возможное для устранения зла, ущерба.
- б. Извинитесь, объясните пострадавшему, что не хотели этого
- в. Постараетесь, чтобы никто не заметил нанесенного вами ущерба, сделаете вид, что вы не виноваты.
- г. Свалите вину на того, кто пострадал: пусть не лезет, сам виноват.
- д. Или...

Интерпретация результатов:

Если в ваших ответах варианты

“а”, то это свидетельствует об активном, устойчивом, положительном отношении к соответствующим нравственным нормам;

если “б” - это отношение активное, но недостаточно устойчивое (возможны компромиссы);

если “в” - отношение пассивное и недостаточно устойчивое;

“г” - отношение отрицательное, неустойчивое.

Диагностика нравственной самооценки

Инструкция. Педагог обращается к воспитанникам со следующими словами: «Сейчас я прочитаю вам 10 высказываний. Внимательно послушайте каждое из них. Подумайте, насколько вы с ним согласны (насколько оно про вас). Если вы полностью согласны с высказыванием, оцените ответ в 4 балла; если вы больше согласны, чем не согласны - оцените ответ в 3 балла; если вы немножко согласны - оцените ответ в 2 балла; если вы совсем не согласны - оцените ответ в 1 балл. Напротив номера вопроса поставьте тот балл, на который вы оценили прочитанное мной высказывание».

Вопросы:

1	Я часто бываю добрым со сверстниками и	4	3	2	
2	Мне важно помочь однокласснику, когда он попал в	4	3	2	
3	Я считаю, что можно быть несдержанным с некоторыми взрослыми	4	3	2	

4	Наверное, нет ничего страшного в том, чтобы нагнать неприятному мне человеку	4	3	2	
5	Я считаю, что вежливость помогает мне хорошо себя чувствовать среди людей	4	3	2	
6	Я думаю, что можно выругаться на несправедливое замечание в мой адрес	4	3	2	
7	Если кого – то в классе дразнят, то я его тоже	4	3	2	
8	Мне приятно доставлять людям радость	4	3	2	
9	Мне кажется, что нужно уметь прощать людям их отрицательные поступки	4	3	2	
10	Я думаю, что важно понимать других людей, даже если они не правы	4	3	2	

Обработка результатов:

Номера 3, 4, 6, 7 (отрицательные вопросы) обрабатываются следующим образом:

Ответу, оцененному в 4 балла, приписывается 1 единица, в 3 балла - 2 единицы, в 2 балла - 3 единицы, в 1 балл - 4 единицы.

В остальных ответах количество единиц устанавливается в соответствии с баллом. Например, 4 балла - это 4 единицы, 3 балла - 3 единицы и т. д.

Интерпретация результатов:

От 34 до 40 единиц - высокий уровень нравственной самооценки.

От 24 до 33 единиц - средний уровень нравственной самооценки.

От 16 до 23 единиц - нравственная самооценка находится на уровне ниже среднего.

От 10 до 15 единиц - низкий уровень нравственной самооценки.

Диагностика отношения к жизненным ценностям

Инструкция. Представьте, что у вас есть волшебная палочка и список 10 желаний, выбрать из которых можно только 5. Список педагог заранее выписывает на доске.

№ п/п	Список желаний	№ ответов
1.	Быть человеком, которого любят.	
2.	Иметь много денег.	
3.	Иметь самый современный компьютер.	
4.	Иметь верного друга.	
5.	Мне важно здоровье родителей.	
6.	Иметь возможность многими командовать.	
7.	Иметь много слуг и ими распоряжаться.	
8.	Иметь доброе сердце.	
9.	Уметь сочувствовать и помогать другим людям.	
10.	Иметь то, чего у других никогда не будет.	

Интерпретация:

Номера отрицательных ответов: 2, 3, 6, 7, 10.

Пять положительных ответов – высокий уровень.

4, 3 – средний уровень.

2 – ниже среднего уровня.

1, 0 – низкий уровень.

Диагностика нравственной мотивации

Инструкция. Я прочитаю вам 4-е вопроса. Вам нужно выбрать из данных на них ответов один.

Вопросы:

1. Если кто-то плачет, то я:

- а) пытаюсь ему помочь;
- б) думаю о том, что могло произойти;
- в) не обращаю внимания.

2. Я с другом играю в бадминтон, к нам подходит мальчик лет 6 - 7, и говорит, что у него нет такой игры:

- а) я скажу ему, чтобы он не приставал;
- б) отвечу, что не могу ему помочь;
- в) скажу, чтобы он попросил родителей купить ему такую игру;
- г) пообещаю, что он может прийти с другом и поиграть.

3. Если кто-то в компании расстроился из-за того, что проиграл

в игру:

- а) я не обращаю внимания;
- б) скажу, что он размазня;
- в) объясню, что нет ничего страшного;
- г) скажу, что надо лучше научиться этой игре.

4. Ваш одноклассник на вас обиделся, вы:

- а) подумаете о его чувствах и о том, что можете сделать в этой ситуации;
- б) обидитесь в ответ;
- в) докажете ему, что он не прав.

Обработка результатов:

Ключ положительных ответов: 1-а, 2-г, 3-в, 4-а.

Далее педагог подсчитывает сумму положительных ответов, данных воспитанником.

4 балла - высокий уровень;

2, 3 балла - средний уровень;

0, 1 балл - низкий уровень.

Диагностика этики поведения

Инструкция. Педагог объявляет детям: «Я прочитаю вам пять незаконченных предложений. Вы должны подумать и каждое из этих предложений дописать сами. Переписывать первую часть предложений не надо».

Тексты:

1. Когда я вижу кого-то из ребят в нелепой ситуации, то я ...
2. Если кто-то надо мной смеется, то я ...
3. Если я хочу, чтобы меня приняли в игру, то я ...
4. Когда меня постоянно перебивают, то я ...
5. Когда мне не хочется общаться с одноклассниками, я ...

Интерпретация:

Первый вопрос. Отрицательный результат проявляется, если в ответе присутствуют: равнодушие, агрессия, легкомысленное отношение. Положительный результат: помощь, сочувствие.

Второй вопрос. Отрицательный результат: агрессия, разные способы психологического подавления. Положительный результат: отсутствие реакции, уход от ситуации; высказывание своих чувств, мнения без грубости и агрессии.

Третий вопрос. Отрицательный результат: давление, агрессия, хитрость. Положительный результат: самоутверждающее поведение, построенное на равноправных отношениях, открытая позиция.

Четвертый вопрос. Отрицательный результат: отсутствие всякой реакции, агрессия, раздражение, угроза, давление. Положительный результат: высказывание своего пожелания, мнения, чувств, отношения без агрессии и грубости.

Пятый вопрос. Отрицательный результат: грубость, агрессия, нетактичность. Положительный результат: тактичное, мягкое, понятное высказывание своего пожелания.

Анкета-опросник «Настоящий друг»
(Прутченков А.С. Наедине с собой. М. 1996, с. 154)

1. Делится новостями о своих успехах.
2. Оказывает эмоциональную поддержку.
3. Добровольно помогает в случае нужды.
4. Стремиться, чтобы другу было приятно в его обществе.
5. Не завидует другу.
6. Защищает друга в его отсутствие.
7. Терпим к остальным друзьям своего друга.
8. Хранит доверенные ему тайны.
9. Не критикует друга публично.
10. Не ревнует друга к остальным людям.
11. Стремится не быть назойливым.
12. Не поучает, как нужно жить.

13. Уважает внутренний мир друга.
14. Не использует доверенную тайну в своих целях.
15. Не стремиться переделать друга по своему образцу.
16. Не предает в трудную минуту.
17. Доверяет свои самые сокровенные мысли.
18. Понимает состояние и настроение друга.
19. Уверен в своем друге.
20. Искренен в общении.
21. Первым прощает ошибки друга.
22. Радуетя успехам и достижениям друга.
23. Не забывает поздравить друга.
24. Помнит о друге, когда того нет рядом.
25. Может сказать другу то, что думает.

Обработка и интерпретация результатов:

За каждый ответ «да» поставьте себе 2 балла, за ответ «не знаю» — по 1 баллу, а за ответ «нет» — 0 баллов. Сложите полученные очки.

От 0 до 14 баллов. Вы еще не оценили до конца всех прелестей и достоинств дружбы. Скорее всего, вы не доверяете людям, поэтому с вами трудно дружить.

От 15 до 35 баллов. У вас есть опыт дружбы, но есть и ошибки. Хорошо, что вы верите в настоящую дружбу и готовы дружить.

От 35 до 50 баллов. Вы настоящий друг, верный и преданный. С вами тепло и радостно, ваши друзья чувствуют себя спокойно и надежно, доверяют вам, и вы платите им тем же.

Приложение 4

Притча о добре.

Продавец стоял за прилавком магазина и рассеянно смотрел на улицу. Одна маленькая девочка подошла к магазину и буквально прилипла к витрине. Когда она увидела то, что искала, её глаза заблестели от восторга...

Она вошла внутрь и попросила, чтобы ей показали бусы из бирюзы. — Это для моей сестры. Вы можете красиво завернуть их? — спросила девчушка. Хозяин с недоверием посмотрел на малышку и спросил: — А сколько у тебя денег? Девочка вытащила из кармана платочек, развернула его и высыпала на прилавок горсть мелочи. С надеждой в голосе она спросила: — Этого хватит? Там было всего несколько мелких монет. Девочка с гордостью продолжала: — Знаете, я хочу сделать подарок своей старшей сестре. С тех пор, как умерла наша мама, сестра заботится о нас, а на себя у неё не остается времени. Сегодня у неё день рождения и я уверена, что она будет счастлива получить такие бусы, они очень подойдут под цвет её глаз.

Мужчина взял бусы, прошел вглубь магазина, принес футляр, положил в него бирюзу, обернул лентой и завязал бант. — Держи! — сказал он девочке. — И носи осторожно! Девчушка выбежала и вприпрыжку понеслась к дому.

Рабочий день подходил к концу, когда порог того же магазина переступила молодая девушка. Она положила на прилавок знакомый продавцу футляр и отдельно оберточную бумагу и развязанный бант. — Эти бусы были куплены здесь? Сколько они стоили? — А! — сказал хозяин магазина, — стоимость любого изделия в моем магазине — это всегда конфиденциальный договор между мной и клиентом. Девушка заявила: — Но у моей сестры было только несколько монет. Бусы из настоящей бирюзы, так ведь? Они должны стоить очень дорого. Это нам не по карману.

Мужчина взял футляр, с большой нежностью и теплотой восстановил упаковку, вручил девушке и сказал: — Она заплатила самую высокую цену... Больше, чем мог заплатить любой взрослый: она отдала всё, что имела. Тишина заполнила маленький магазинчик, и две слезы скатились по лицу девушки, сжимающей в дрожащей руке небольшой сверток...

Притча о мудреце.

Мудрец поселился на вершине горы, все к нему приходили, и он помогал всем советом. Но одному человеку, стало завидно. Он стал говорить, что никакой он не мудрец, и что он докажет это: «Я поймаю бабочку, спрячу ее в ладони и спрошу у мудреца, что у меня там лежит. Если он скажет: «Бабочка», — я спрошу: «Живая она или мертвая?»».

Если он скажет: «Живая», — я ее сожму и убью, а если — мёртвая — разожму руки, и она улетит. Пришли к мудрецу. «Что у меня в ладонях?», — спросил завистник. «Бабочка», ответил мудрец. «А какая она, живая или мертвая?». «Все в твоих руках!»

Притча о гвоздях.

Жил-был один очень вспыльчивый и несдержанный молодой человек. И вот однажды его отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбить один гвоздь в столб забора. В первый день в столбе было несколько десятков гвоздей. На другой неделе он научился сдерживать свой гнев, и с каждым днём число забиваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Юноша понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди. Наконец пришёл день, когда он ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из столба по одному гвоздю.

Шло время, и пришёл день, когда он мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвёл к забору: — Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остаётся такой же шрам, как и эти дыры. И неважно, сколько раз после этого ты извинишься — шрам останется.

Это изменит очень много.

Человек шел по берегу и вдруг увидел мальчика, который поднимал что-то с песка и бросал в море. Человек подошел ближе и увидел, что мальчик поднимает с песка морские звезды. Они окружали его со всех сторон, берег был буквально усеян ими. — Зачем ты бросаешь эти морские звезды в воду? спросил человек, подходя ближе. — Если они останутся на берегу до завтрашнего утра, когда начнется отлив, то погибнут, - ответил мальчик, не прекращая своего занятия. — Но это просто глупо! — закричал человек. — Оглянись! Здесь миллионы морских звезд, берег просто усеян ими. Твои попытки ничего не изменят! Мальчик поднял следующую морскую звезду, на мгновение задумался, бросил ее в море и сказал: — Нет, мои попытки изменят очень много ... для этой звезды.

Ведро с яблоками.

Купил человек себе новый дом — большой, красивый — и сад с фруктовыми деревьями возле дома. А рядом в стареньком домике жил завистливый сосед, который постоянно пытался испортить ему настроение: то мусор под ворота подбросит, то ещё какую гадость натворит. Однажды проснулся человек в хорошем настроении, вышел на крыльцо, а там — ведро с помоями. Человек взял ведро, помои вылил, ведро вычистил до блеска, насобирав в него самых больших, спелых и вкусных яблок и пошёл к соседу. Сосед, услышав стук в дверь, злорадно подумал: «Наконец-то я достал его!». Открывает дверь в надежде на скандал, а человек протянул ему ведро с яблоками и сказал: — Кто чем богат, тот тем и делится!

Солнце и ветер.

Солнце и Ветер поспорили, кто сильнее, и Ветер сказал: «Я докажу, что сильнее. Видишь, там старик в плаще? Бьюсь об заклад, что смогу заставить его снять плащ быстрее, чем ты». Солнце спряталось за тучу, а Ветер начал дуть все сильнее и сильнее, пока не превратился почти в ураган. Но чем сильнее он дул, тем крепче закутывался старик в свой плащ. Наконец Ветер стих и прекратился; и тогда Солнце выглянуло из-за тучи и ласково улыбнулось путнику. Путник согрелся под жаркими лучами солнца, повеселел и снял плащ. И Солнце сказала Ветру, что ласка и дружелюбие всегда сильнее ярости и силы.

Два волка.

Однажды один старый мудрый индеец - вождь племени разговаривал со своим маленьким внуком. — Почему бывают плохие люди? — спрашивал его любознательный внук. — Плохих людей не бывает, — ответил вождь. — В каждом человеке есть две половины - светлая и тёмная. Светлая сторона души призывает человека к любви, доброте, отзывчивости, миру, надежде, искренности. А темная сторона олицетворяет зло, эгоизм, разрушение, зависть, ложь, измену. Это как битва двух волков. Представь себе, что один волк светлый, а второй — темный. Понимаешь? — Понятно, — сказал мальш, тронутый до глубины души словами деда. Мальчик на какое-то время

задумался, а потом спросил: — Но какой же волк побеждает в конце? Старый индеец едва заметно улыбнулся: — Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

Притча о здоровом образе жизни

В одном городе жил мальчик. В свободное от учебы время он вместе с ребятами ходил в бассейн. Не было равных ему в этом виде спорта. Своим одноклассникам он не раз повторял: «Я занимаюсь плаванием не ради медалей и кубков, а для своего здоровья».

Время шло. Окончил паренек и школу, и университет, появились новые увлечения, заботы. Постепенно спорт ушел из его жизни, овладел им пассивный образ жизни. Стал он замечать, что силы уже не такие, как были прежде. Парень пришел к своему старому учителю и спросил:

-Учитель, что со мной? Почему мне стало тяжело подниматься по лестнице? У меня возникает ужасная одышка, когда я поднимаюсь на шестой этаж. Когда сижу, то испытываю не меньшую усталость.

Учитель ему ответил:

- Как вода питает деревья и растения, спорт является источником сил и здоровья для человека. Как же ты хотел, не прилагая усилий, оставаться сильным и выносливым?

Приложение 5

Сказка о маленькой одинокой Рыбке и об огромном синем Море

Направленность: Трудности в общении со сверстниками.

В далекой Синей-синей стране, за синими-синими горами лежало синее-синее Море. Это было самое красивое Море на свете. Каждый, кто его видел, думал, что попал в сказку,— настолько оно очаровывало своим необыкновенным глубоким синим цветом. Даже у самого злого и бессердечного человека начинало что-то стучать в груди и на глазах наворачивались слезы, когда он смотрел в прозрачные голубые воды Моря. Люди уходили от моря с необыкновенно легким сердцем, с хорошим настроением, а главное — с желанием сделать кому-нибудь что-то доброе и полезное. Поэтому жители Синей-синей страны очень гордились и любили свое чудесное Море. Море было не только очень красивым, но и очень гостеприимным. В нем жили миллионы существ, самых-самых разных и необыкновенных. Здесь были причудливые морские звезды, лежащие в задумчивости на ветвях кораллов, и забавные морские коньки, и деловые крабы, вечно занятые какими-то своими серьезными мыслями, и веселые

морские ежи, и еще много-много других обитателей глубин. Всем им было очень хорошо в этом синем море, потому что это был их дом.

Но больше всего море любили рыбки, которых было здесь великое множество. Никто, кроме них, не знал море так хорошо. Рыбки целыми днями носились по бескрайним морским просторам, любуясь красотами дна и открывая все новые и новые интересные места. Только ночью они успокаивались и засыпали: кто-то зарывался в мелкий чистый песок, кто-то заплывал в холодные морские пещеры, кто-то прятался в цветных водорослях или кораллах. И морская жизнь как будто замирала... Но как только первые солнечные лучи пробивались сквозь толщу воды, все опять оживало и казалось таким счастливым и беззаботным...

Но жила в этом море одна маленькая Рыбка, которая не чувствовала себя такой уж счастливой. Она считала себя самой неприметной и некрасивой среди рыбок. У нее не было ни переливающегося хвостика, ни ажурных плавничков, даже ее чешуя, в отличие от чешуи ее разноцветных подружек, была обычного серого цвета. Эта маленькая рыбка очень страдала от одиночества, потому что никто не дружил с ней, ее никогда не приглашали играть и разговаривали с ней совсем мало. Вообще, все всегда вели себя так, как будто ее просто не существует. А ей так хотелось присоединиться к стайке веселых подружек, поиграть с ними в прятки, поплавать наперегонки или просто попутешествовать по морскому дну... Но ее никогда не звали. Подружки просто не замечали ее. А от своей застенчивости она боялась подойти и заговорить сама. Ей казалось, что раз она такая некрасивая, то ее обязательно прогонят. Представляете, как было одиноко и тяжело маленькой, маленькой Рыбке в таком огромном-огромном море?

И вот однажды ей стало настолько грустно и тоскливо, что она вдруг перестала различать цвета. Она перестала видеть красоту, которая ее окружала. Ничто не радовало ее, ничто не интересовало. Это великолепное синее-синее Море стало казаться ей обычной большой серой лужей, в которой живут и плавают такие же серые и бледные стаи рыб. И меньше всего на свете ей хотелось с ними разговаривать...

И решила эта Рыбка уплыть туда, где она ничего этого больше не увидит. Она плыла очень долго и увидела пещеру. Нырнув внутрь, Рыбка оказалась в полной темноте, но почему-то ей совсем не стало от этого лучше и от отчаяния она заплакала. Вдруг она услышала чей-то ласковый голос.

-Почему ты плачешь? — спросил он.

-Потому что Мне одиноко, — ответила Рыбка.

-А почему тебе одиноко?

-Потому, что никто не хочет играть со мной, и еще потому, что я не могу смотреть на такое серое некрасивое Море. Лучше уж не видеть его совсем.

-Серое некрасивое Море? — переспросил голос. — О каком море ты говоришь? Некрасивых морей не бывает, а наше Море вообще самое красивое на свете. По крайней мере, мне так кажется.

Тут наша Рыбка вдруг подумала, что за последнее время это первое существо, которое с ней охотно разговаривает. Она сразу перестала плакать.

— А почему же ты тогда сидишь в этой пещере? — спросила Рыбка.

— Потому что иногда просто хочется побыть одному. Но я ни за что не останусь здесь навсегда. Жизнь слишком интересна и прекрасна, чтобы прятаться от нее. Ты говорила, что с тобой никто не играет? Почему? — спросил голос.

-Потому что я серая и некрасивая и никто меня не замечает,— ответила Рыбка.

-Но это неправда. На самом деле ты просто очаровательная и с тобой очень интересно!

-Откуда ты знаешь? — удивилась Рыбка.

-Не знаю, но именно такой ты мне и кажешься. А давай с тобой дружить? — вдруг спросил голос. Рыбка растерялась от неожиданности — ей никто никогда не говорил таких слов.

-Давай... А ты кто? — спросила она.

-Я — такая же маленькая рыбка, как и ты.

-И ты счастлива?

-Да, очень,— отвечала маленькая рыбка.— Давай выплывем из пещеры.

-Давай,— согласилась Рыбка.

Когда они выплыли из пещеры, то, наконец, увидели друг друга.

Новый знакомый нашей рыбки оказался серым сомиком, но он почему-то показался ей очень симпатичным. Ей и в голову не пришло бы назвать его обычным и неинтересным. Она с любопытством разглядывала его.

— Почему ты говорила, что некрасивая? — в свою очередь удивился Сомик.— Смотри!

Он подплыл к какому-то стеклянному кусочку на дне. Наша рыбка взглянула туда и... не поверила своим глазам. Оттуда на нее смотрела чудесная, очень изящная, с необыкновенной серебристой чешуей рыбка.

-Неужели... неужели это я? — не могла поверить Рыбка.

-Конечно, ты. Просто раньше ты этого не замечала, не хотела замечать. Природа не создает ничего серого и некрасивого. Главное — хотеть видеть эту красоту и тогда ты обязательно ее увидишь,— отвечал Сомик. Наша Рыбка счастливо улыбнулась, оглянулась и...замерла: Море вдруг опять вспыхнуло всеми цветами радуги. Оно сияло и переливалось. Таким красивым Рыбка его еще никогда не видела.

-Спасибо, спасибо тебе, Сомик! — воскликнула она.— Слушай, а давай пойдем гулять?! Я могу показать тебе много интересного, чего ты еще точно не видел!

-Конечно, пойдем! — с радостью согласился Сомик. И они поплыли прочь от темной пещеры. И не было во всем огромном синем-синем Море более счастливых существ, чем две эти маленькие рыбки.

Вопросы для обсуждения:

- От чего страдала маленькая Рыбка?

- Ты ее понимаешь?

- Расскажи, что она чувствовала?

- Почему Рыбка не видела свою красоту и красоту окружающего мира?

- За что Рыбка сказала сомик «спасибо»?

- Как помог ей сомик?

Направленность: Неуверенность, сомнения в собственных силах, чувство неполноценности и «незначительности».

В далеких жарких странах живут прекрасные птицы, которые называются Фламинго. Днем они гуляют, гордо вышагивая по берегу реки, а вечером, когда солнце катится к горизонту, они взлетают к небу и парят под облаками. Закат окрашивает их розовые крылья в багровый цвет и любой, кто когда-либо увидел такое, никогда этого не забудет.

Тебе интересно узнать, откуда появились Фламинго? Тогда слушай.

Жило-было маленькое Облако. Оно, как и каждое облачко, целый день летало по небу с другими облаками — туда, куда дует ветер, и больше всего на свете любило смотреть на закат.

Однажды мимо нашего Облачка пролетали маленькие цветные птички. Они очень понравились Облачку, и ему захотелось полетать с ними и посмотреть на закат поближе. Облачко решило поговорить с птичками.

— Куда вы летите? — спросило оно.

— Мы, птички, куда хотим — туда и летим, — сказала одна.

— Да, да, — сказала другая. — Мы можем летать, куда нам хочется.

— Возьмите меня с собой, — попросило Облачко.

— Ха-ха-ха, — засмеялись птички, — да ты же не умеешь летать и у тебя это никогда не получится. Ты просто маленькое глупое Облако, которое летит туда, куда дует ветер, — сказали птички и улетели.

— Облаку стало очень грустно. Потянулись серые дни. Оно больше ничему не радовалось и только медленно и лениво передвигалось по небу. Оно почти не с кем не разговаривало и все время думало: «Какое я несчастное, неуклюжее, серое Облако. Я даже не умею летать». А ночью ему снилось, что маленькие разноцветные птички летают вокруг него, смеются и говорят: «Маленькое, глупое, неуклюжее, серое Облако».

— Однажды вечером, когда приближался закат, Облачко, как всегда, летало по небу и, задумавшись, не заметило, что оно давно отделилось от других облаков и его гонит уже совсем другой ветер. Когда оно это заметило, то не стало сопротивляться.

— «Какая разница, — подумало Облако. — Я ведь все равно не умею летать, буду одиноким серым Облаком». Солнце уже окрасило небо в розово-красные тона, как вдруг невероятно сильный Ветер подхватил облачко и очень быстро понес к самой большой горе.

— Как ты посмел забраться на мою территорию?! Вы, облака, только мешаетесь нам — ветрам. За это я разобью тебя о скалу, — сказал Ветер.

Облачко пыталось справиться с порывом Ветра, сказать, что это какой-то случайный, озорной ветерок занес его сюда, но Ветер не хотел ничего слушать. Облачко подумало: «Ну и пусть я разобьюсь о скалу, я все равно не смогу никогда летать».

Ветер нес его с огромной скоростью, скала была все ближе и ближе. Облако решило в последний раз посмотреть на закат. Ему показалось, что сегодня закат особенно красив.

«Неужели я его больше не увижу,— подумало Облачко и испугалось. Ему очень захотелось жить и видеть закат каждый день.— Что же мне делать?.. Надо попробовать улететь от ветра».

В этот момент Ветер со всей силы кинул его в скалу. Облачко оттолкнулось и пыталось улететь, но Ветер схватил его и с силой швырнул опять. Облачко подумало: «Мне надо постараться, у меня обязательно получится». Оно опять оттолкнулось и попробовало улететь. Ветер снова схватил Облако, разогнался и кинул его на скалу. «У меня все получится. Я не сдамся»,— решило Облако и почувствовало себя невероятно сильным. Оно собрало все свои силы, оттолкнулось и взмыло в небо. Оно постаралось вытянуться, как птица. Ветер сначала растерялся, но спустя секунду опять погнался за Облаком. Облако старалось лететь скорей, оно тянулось за уходящими лучами солнца. Оно подумало: «Вот бы сейчас крылья, я бы улетело прочь от Ветра». И вдруг у облака появились крылья. Оно превратилось в прекрасную птицу и полетело очень быстро. Ветер не успевал за птицей, начал отставать, устал и перестал за ней гнаться. Произошло чудо, потому что Облачко столкнулось с волшебной Скалой Желаний, о которую мечты либо разбиваются, либо становятся реальностью. Облачко думало: «Какое же это чудо. Я — птица, я могу летать, я могу летать, я могу полететь к самому солнцу». Ему было легко, хорошо и очень весело. Оно никогда не видело закат так близко. Вечернее солнце окрасило его перья в розовый цвет. Маленькие цветные птички, увидев его, сказали: «Какая красивая птица и как хорошо она летит».

Маленькое серое Облако превратилось в прекрасную розовую птицу, которую люди называли Фламинго.

Вопросы для обсуждения:

- Из-за чего переживало Облачко?
- Случалось ли когда-нибудь с тобой подобное?
- Почему мечты Облачка не разбились о Скалу Желаний?
- Что помогло ему справиться с Ветром?

Щечка

Направленность: Заниженная самооценка. Недовольство своей внешностью.

Самое обычное солнце через самое обычное стекло, заметно пострадавшее от людского «некогда» и «завтра помою», самым обычным образом жгло чью-то Щечку. Вот только сказать, что эта Щечка была самой обычной, нельзя. Отнюдь. Она была какая-то единственная в своем роде и умела делать много замечательных вещей: краснеть, бледнеть, покрываться мурашками и просто быть непредсказуемой. Вот только сама она не понимала своих прелестей и не знала о них. Щечка не смела подойти к зеркалу. Конечно, кто-то может сказать, что она просто не могла подойти, ведь у нее не было ног, но она была доброй и была в хороших отношениях с Глазками, так что всегда могла попросить их помочь.

Но она не хотела — боялась. «Чего ты боишься?» — спрашивали ее Разум и Самооценка. Но Щечка и не думала отвечать им, она давно с ними поссорилась: странные они какие-то и с глазами не дружат. Сами посудите: ведь она сама видела, что за соседней партой слева сидит Щечка с такой

потрясающей родинкой, что все находящиеся поблизости пары глаз, сговорившись с этими глупыми волосатыми ресницами, начинали моргать, несомненно щебеча при этом о красоте родинки свои подругам-щечкам. Да что родинка!— вот на второй парте та-акие веснушки, будто солнышко просыпало свою золотую крупу. «Мне бы хоть одну крупинку,— думала щечка,— большую, на всю меня, вот бы смотрели и завидовали!».

— Глупости! — говорила Самооценка.— Ты лучше, ты цвета спелого белого налива, так и хочется откусить! «Вот глупая Самооценка, разве можно такое сравнивать. А этот врун Разум не лучше. Недавно заявил, что сам слышал, как вторая парта просто мечтает избавиться от этой золотой крупы. Ну не врун ли, как можно только подумать об этом, все бы отдала, чтобы быть такой,— думала щечка.— Все такие симпатичные, одна я непутевая».

Думала она так, думала, долго и упорно, пока не поняла: все красивые щечки — дуры. Конечно же, когда им размышлять, как мне — некрасавице. Они только и могут в зеркало краснеть и перед Глазами выпендриваться. От столь разумных размышлений отвлек ее шепот Глаз — мол, чьи-то глупые волосатые Ресницы нам упорно моргают, а щечка с парты слева упорно краснеет, глядя в нашу сторону.

— Господи!— подумала Щечка,— неужели опять я пошла пятнами и кожа облезла? Мама!!! — закричала щечка и заставила ноги подбежать к зеркалу.

Глаза пришлось долго упрашивать открываться, они все вспоминали прошлое и рассказывали страшилки о возможном изображении. Однако снизошли, наконец, и показали то, что видели.

«Точек, пятен нет и кожа, вроде, на месте, да и вообще, не я это»,— показалось Щечке. Присмотрелась она повнимательнее: «Да нет, я. Аи, какая тоненькая, аи, какая бледненькая кожа — как у Золушки!»— заплакала Щечка.

В Золушку принц влюбился! — откуда-то крикнул Разум.

Отстань, не мешай,— ответила Щечка и продолжала причитать:— Аи горемычная, да кому же я такая бледная нужна!

Аристократы ртутью мазались ради бледности! — пискнула Самооценка и затихла. Затихла и Щечка. «Да, бледновата, конечно, но пикантна, ничего не скажешь»,— вдруг произнесла она, разглядывая свое отражение, заставив носик подняться повыше. Неожиданно загрохотал звонок с урока и они все вместе, т. е. и Щечка, и Разум, и Самооценка, и Глаза с глупыми волосатыми Ресницами, и все остальные Щечки, Ресницы и пр., дружно рванули из класса в столовую. И тут, пробегая по коридору, Щечка впервые заметила:

— Надо же, сколько интересных красивых щек! — Все такие непохожие: с родинкой, без, румяные, бледные, пухлые, худые, как в золотую крупинку и еще много разных, но одинаково замечательных. Да я и сама ничего!— внезапно подумалось ей.— И вроде не дура, что очень даже хорошо».

Прошли месяцы, а может даже и годы. Щечка подросла, но всегда любила вспоминать об этом случае, притворно изумляясь: «Как я могла раньше плохо о себе думать, на родинки и конопушки чужие внимание обращать». Прекрасно помнила Щечка, что красота ее именно в том, чем непохожа она на других.

Вопросы для обсуждения:

- Из-за чего переживала Щечка?

- Были ли ее переживания обоснованы?
- Почему Щечка не верила Разуму и Самооценке
- Как бы ты убеждала бы Щечку?
- Какой вывод из этой истории сделала для себя Щечка?

Детская Демократическая Республика

Направленность: Конфликты с родителями, трудности контакта, агрессивность во взаимоотношениях.

Жил-был мальчик по имени Ваня. Были у него и мама, и папа и все, казалось, было у него хорошо. Однако Ваня так не думал. — Я не нужен своим родителям, — рассуждал он. — Как я просил подарить мне на День Рождения щеночка, а мама заявила: ковры еще надо купить; и ролики не купили, и не разрешили смотреть классный фильм по ящику на прошлой неделе — сказали, что еще маленький смотреть такие фильмы. А на следующий день все в классе обсуждали, как главный герой справился с тем негодяем и что героиня просто отпад и то, что надо, а я умирал от стыда, потому что не знал, о чем речь. Обидно! И за плохие оценки пилят. А я что, виноват, если меня училка по русскому не любит. Они говорят, что я непутевый. Что бы я не делал, все у меня не так, как у людей. Нет, они меня не любят, я им не нужен!

Так он размышлял, сидя в своей комнате — отбывая наказание за разбитое дверное стекло на кухне. На улице было уже темно и падал пушистый серебристый снег, покрывая все и всех мягким белым ковром. Ваня сидел на кровати и чувствовал себя самым несчастным ребенком на свете, который приносит одни лишь проблемы. — Я знаю, что делать!

Этот голос раздался из темноты и сильно напугал Ваню. Он обернулся и увидел в дальнем углу комнаты мальчика. Он был примерно Ваниного возраста, на нем была смешная одежда, из которой он явно давно вырос, и чудной колпак на голове. Лицо его было усыпано множеством задорных конопушек, а из-под колпака торчала густая непослушная челка.

— Кто ты? — спросил Ваня.

— Я... Вообще-то раньше меня звали Дима, но мне больше нравится Рэмбо. Он классный, я хочу быть таким, как он.

— А как ты сюда попал?

— Просто появился откуда ни возьмись. Просто-таки свалился с неба. Там, где я живу, все так появляются и исчезают. Я тут гулял, услышал твои грустные мысли и решил навестить тебя.

Гулял? Так поздно!?

А что такого? Я птица вольная — куда хочу, туда лечу. Я тоже раньше, как ты, жил с предками. И они мне вечно говорили: делай то, делай се. Надоело мне это все это и я теперь живу в свободной стране ДДР.

— А что такое ДДР?

— А, это Детская Демократическая Республика. Там живут только дети. Живут, как им нравится, делают, что им нравится. Лафа!!!

— А как туда попасть? — с интересом спросил Ваня.

— Да легко! Я могу перенести тебя туда. Хочешь?

— Ну-у, я не знаю... — замялся Ваня.

— Что, боишься, мама с папой заругают? — ехидно передернул Рэмбо.

— Вот еще! Давай!!!

Рэмбо взял Ваню за руку, и на следующие 10 секунд они оказались в полном мраке, где не было видно даже кончика собственного носа. Ваня чувствовал только сильный ветер навстречу. Было такое ощущение, что они несутся с бешеной скоростью по темной трубе.

Но вот труба закончилась, и Ваниному взору предстала любопытная картина. Огромная площадь, а на ней всевозможные аттракционы, игровые автоматы, лавки с мороженым, колой, жвачками и прочими вкусностями через каждые 100 метров и многое, многое другое. Всюду гуляли дети разных возрастов, смеялись, разговаривали, ели мороженное, катались на роликах. Да, это место явно нравилось Ване.

— Ну ладно, ты тут осваивайся, а мне еще в пару мест нужно забежать. Пока!

— протараторил Рэмбо и скрылся среди пестрой детской толпы.

«Так, с чего бы мне начать?» — подумал про себя Ваня, огляделся и побежал на один из аттракционов, на который его никогда не пускали, потому что ему не хватало каких-то 2-х сантиметров роста.

Через пару часов Ваня уже до тошноты наелся мороженого, гамбургеров, хот-догов и прочей ерунды, нажевался всяких жвачек, перекатался на дюжине аттракционов и приобрел массу новых знакомств. Вдруг, откуда ни возьмись, появился Рэмбо с взволнованным лицом и, задышавшись, выпалил:

— Там эти... твои родители, как они сюда попали, не знаю!

— Что???

— Что-что, твои предки здесь!!! — заорал Рэмбо.

— Ну вот, а я думал, что останусь здесь навсегда. Теперь такую взбучку дома устроят.

— Думаю, до этого дело не дойдет. Дело в том, что в нашей стране нет места взрослым, они здесь как враги народа. Именно поэтому твоих предков уже арестовали и будут судить. У нас ведь демократическая республика.

— А за что? — испуганно проговорил Ваня.

— Как за что? — возмутился Рэмбо. — Они ведь плохо обращались с тобой. Или ты уже забыл?

— Нет, не забыл.

— Ну, тогда приходи сегодня в шесть часов вон в тот белый дом с колоннами. Там у нас суд. Не опаздывай, ты главный участник процесса. Ты — жертва.

— Ладно. Уж я им задам сегодня!

Вечером, в шесть часов, как и было условлено, Ваня явился в большой белый дом, который располагался неподалеку от площади. Он зашел в зал, где было полным-полно детворы. Зал был, как в настоящем суде, как показывают в иностранных фильмах. Ряды для публики, скамья подсудимых с конвоем, место судьи с большим кожаным креслом, отдельные столы обвинителя и защитника.

— Привет, ты вовремя. Пошли, твое место рядом с обвинителем, — протараторил Рэмбо, внезапно вынырнув из толпы.

Он схватил Ваньку за руку и потащил сквозь галдящую ребячью толпу на противоположную сторону зала. Только они успели добежать до места и

устроиться поудобнее на жесткой деревянной скамье обвинителя, как гомон прекратился и судья объявил начало процесса. Пока обвинитель описывал тяжелую жизнь Вани с родителями, Ваня с интересом рассматривал диковинный зал, и так увлекся, что не сразу заметил своих предков. Они сидели на скамье подсудимых, окруженные воинственного вида ребятами, которые, повидимому, были конвоем. Вид у родителей был растерянный, они не понимали, где и зачем находятся, и, кажется, совсем не слушали обвинительную речь.

— Вы плохо обращались с несчастным ребенком,— громогласно вещал обвинитель, кучерявый подросток лет четырнадцати,— вы ругали его по пустякам, вы не купили ему собаку, ролики, новый велосипед, не разрешали смотреть телевизор, играть на компьютере, заставляли делать уроки. Вы не достойны быть родителями этого чудного мальчика. Мы приговариваем вас к вечному изгнанию из нашей страны без права переписки и свиданий с сыном. При последних словах Ванины родители, словно очнувшись, вместе вскочили и принялись возражать судье, но их уже никто не слушал. Весь зал колыхался как большая живая волна, а в воздухе стоял противный свист, улюлюканье и галдеж раззадоренной ребятни.

Ваня же в течение всего этого времени размышлял о своей жизни с родителями. Ведь ее, если признаться честно, нельзя было назвать полным кошмаром. Напротив, было столько хороших моментов: каждое воскресенье мама печет свои потрясающие пирожки, а иногда готовит торт, после которого хочется облизать все пальцы, а в животе становится тепло и уютно, а папа летом берет его на рыбалку, разрешает копаться вместе с ним в гараже, и даже подавать ключи и завинчивать гайки. Он вспоминал, как мама отпаивала его горячим чаем с вареньем, когда он болел, и не отходила от него ни на минуту. А однажды папа достал ко Дню рождения супердефицитные билеты на футбольный матч, и потом ребята завидовали ему, что он видел это на самом деле. «А ведь они у меня классные,— пронеслось в голове у Вани.— Ой, что же это я тогда молчу, надо же действовать, а то будет поздно!»

— Стойте, стойте! — закричал Ваня,— я передумал. Они ни в чем не виноваты. Я хочу вернуться с ними домой.

— Это невозможно. Никто из детей, попавших сюда однажды, не может вернуться домой. Ты останешься здесь навсегда, а твои родители отправятся домой прямо сейчас. Уведите их,— строго ответил ему кто-то важный, в черной судейской мантии.

Ребята-конвоиры начали толкать родителей к выходу. Ваня бросился к ним, но ему было невозможно пробиться сквозь толпу вскочивших с мест мальчишек и девчонок, он отчаянно работал локтями до тех пор, пока родители окончательно не исчезли из вида. И тут Ваня закричал... и проснулся.

Он увидел, что находится в своей комнате, а в окно уж давно светит теплое весеннее солнце. «Фу-у-х, это был всего лишь сон»,— тихонько прошептал мальчик.

Вскочив с кровати, Ваня со всех ног побежал на кухню и как вихрь ворвался в нее, только чудом ничего не снес на своем пути. Там он увидел маму, готовящую завтрак.

— Быстро иди в ванную, завтрак почти готов, и не ходи босиком по полу,— строго сказала она.

— Ща мам — радостно кивнул Ваня и бодро направился в ванную, но внезапно остановился в дверях и медленно проговорил:

— Я вас с папой сильно-сильно люблю. Вы самые классные родители на свете.

Вопросы для обсуждения:

- Что еще могло бы не нравиться Ване в родителях?

- Почему вдруг Ваня передумал?

- Что изменилось в отношении Вани к родителям после Последние слова в истории — почему Ваня их произнес?

На маленькой полянке.

Направленность: Низкая самооценка. Чувство неполноценности. Ощущение себя «белой вороной». Зжатость, скованность.

На опушке большого леса была маленькая полянка. Днем солнышко освещало ее и согревало обитателей полянки, ночью призрачный свет луны падал на нее, а пушистый туман окутывал ее, спасая от холода. Все обитатели этой полянки очень любили свой зеленый островок, который затерялся среди темного густого леса.

На этой полянке жили по соседству множество зверей и птиц. А на самой окраине жила мышинная семья. В этой семье был очень маленький, совсем крохотный Мышонок, который еще ни разу не выходил из дома один, без мамы.

И вот, наконец, настал тот день, когда мама разрешила ему пойти погулять без нее, одному. Выйдя из дома, он первым делом побежал на берег огромной лужи, около которой обычно собирались зверята со всей поляны. Ему не терпелось познакомиться со всеми и, самое главное, найти друзей. Прибежав на полянку, он увидел, что все малыши заняты делом: кто играет, кто строит замки, кто бегают наперегонки. И ему тоже захотелось играть, строить и бегать вместе со всеми. Он подошел к зверятам и спросил: «Можно, я буду играть с вами?». Все остановились, повернулись к нему и стали изучающе рассматривать его с ног до головы. Тут один из зверей, Лисенок, сказал, поглаживая свой ярко-оранжевый мех, блестящий на солнышке: «Ты такой серый, если бы у тебя был бы такой же яркий красивый мех, как у меня, ты бы мог играть с нами». Сказав это, Лисенок отвернулся и продолжил игру. Мышонок подошел к другой группе зверят, играющих в салки. И опять он спросил у них: «Можно, я буду играть с вами?». И теперь уже Медвежонок посмотрел на него и сказал: «Ты такой маленький, что мы тебя не увидим».

«Увидите»,— отвечал Мышонок и стал прыгать так высоко, как только мог. Но зверята продолжали играть, не замечая его. Мышонку стало очень горько и обидно. Он подошел к краю лужи и, глядя на свое отражение, подумал: «У меня нет красивого меха и я очень маленький — значит, я ни на что не гожусь. И всегда останусь никому не нужным маленьким Мышонком». И он горько заплакал. Вдруг Мышонок услышал, что кто-то зовет на помощь. Он огляделся

по сторонам и увидел, что в центре лужи барахтается Зайчонок. Мышонок оглянулся. Другие зверята стояли рядом и смотрели, как зайчонок тонет. Мышонок, не долго думая, бросился к ольхе, которая росла неподалеку, перегрыз один из прутьев и протянул его Зайчонку. Тот схватился за него и выбрался на берег. К этому времени на берегу собрались почти все жители поляны. Они все окружили Зайчонка. Мышонок же стоял в стороне, наблюдая за ними; вдруг к нему подошел старый мудрый Филин и спросил: «Почему ты грустишь?». Мышонок ответил: «Потому что я маленький и серый и никто не хочет со мной дружить». Тогда Филин серьезно посмотрел на него и сказал: «Мышонок, не грусти, ведь это не важно, большой ли ты, или какой у тебя мех. Важно то, что у тебя доброе сердце и что ты очень смелый. И еще, Мышонок, запомни: никогда не старайся стать таким, каким тебя хотят видеть другие, будь самим собой».

Мышонок послушался совета Филина и перестал прыгать и стесняться своей окраски. Он стал маленьким серым Мышонком, очень остроумным и веселым. С ним было весело и интересно играть. У Мышонка появилось много друзей, которые любили его таким, какой он есть.

Вопросы для обсуждения

Почему Мышонка не принимали в игру? Что почувствовал Мышонок, когда спас Зайчика? Какой совет дал Мышонку Филин? Расскажи, как ты сам это понимаешь?

Роза и ромашка

Направленность: Низкая самооценка. Неуверенность. Чувство неполноценности.

В маленьком городе без названия был крошечный садик, в котором росла прекрасная алая роза. Неподалеку от розы росла бедная беззащитная ромашка. Она только что распустилась, ее еще не окрепшие лепестки были белыми, обычными. Ромашку окружало множество разнообразных полевых цветов. Но ее ничего не радовало. В ее крошечной желтенькой головке была большая мечта — стать прекрасным, необычным цветком. Ромашка с восхищением смотрела на ухоженную розу. Когда была засуха, хозяин поливал свой цветок, когда шли обильные дожди, розу накрывали, и ни одна грозная капля не попадала на бархатные лепестки нежного цветка. «Как же ей хорошо,— думала ромашка.— Оказаться бы мне на ее месте»,— не переставал мечтать маленький желтенький цветок с длинными лепесточками, похожими на крылышки бабочек.

Но вот однажды шел по дорожке ребенок. Увидев ромашку, он с восхищением сказал: «Какой красивый цветок!». Ромашка сначала не могла понять этих слов, до этого момента она считала себя самым уродливым растением. Малыш просветил ромашку, она поняла, что все цветы хороши по-своему.

Вопросы для обсуждения

Почему Ромашка с восхищением смотрела на розу? Что значит «все цветы хороши по-своему»? Можно ли эту фразу сказать про людей?