

Коррекционный курс

«Уроки психологического здоровья»

Уважаемые обучающиеся и родители (законные представители)!

Время, проведенное в кругу семьи, очень ценно для развития ребенка и оптимизации семейных межличностных отношений. Правильно организованный досуг способствует укреплению психологического здоровья всех членов семьи и созданию новых традиций.

Предлагаемый ниже материал коррекционного курса «Уроки психологического здоровья» адаптирован к его проведению в условиях семье. Психологический материал направлен на развитие положительных качеств личности подростка.

Спасибо, что вы выполняете условия карантина!

Класс	Содержание занятия
5	<i>Тема «Я и мои друзья»</i> <i>Цель – формирование ценности дружбы.</i> 1. <u>Игра «Приветствие»</u>. Участники игры ласково называют друг друга по имени. 2. <u>Беседа на тему «Дружба»</u>. Что такое дружба? Объясни, дружить хорошо или плохо. Кто такой настоящий друг? 3. <u>Упражнение «Закончи предложение»</u>. Взрослый начинает предложение, а ребенок заканчивает его. В классе мой друг..., потому что Я бы еще хотел дружить с ..., потому что... Со мной дружит ..., потому что я... Иногда я ссорюсь с другом ...

	Если бы я был волшебником, я подарил бы другу... 4. <u>Рисование «Подарок другу»</u>. Презентация рисунка. 5. <u>Вопросы по рисунку</u>: 1) Что ты нарисовал? 2) Почему ты выбрал для друга этот подарок? 3) Какой подарок ты бы хотел получить от своего друга? 6. <u>Звонок другу</u>. «Позвони своему другу и расскажи ему про подарок».
6	<i>Тема «Герой и подвиг»</i> <i>Цель –воспитание эмпатии, желания помочь и защитить слабого.</i> 1. <u>Игра «Комплимент»</u>. Участники игры стоят в кругу и бросают мяч друг другу. Бросающий мяч говорит комплимент. 2. <u>Игра «Угадай букву»</u>. Один участник игры «пишет» пальцем на спине другого букву, а второй - ее называет. Если в игре несколько участников, то заданную букву называет последний. 3. <u>Работа по теме</u>: 1 – как ты думаешь, кто такой герой; 2 – что такое подвиг; 3 – подвиг и героический поступок – это одно и то же? Объясни ответ. 4. <u>Упражнение «Закончи рассказ»</u>. Жил-был мальчик. Он часто дрался, особенно нравилось ему обижать слабых. Как-то раз он встретил во дворе незнакомого мальчишку и побил его. Оказалось, что это был волшебник. Он рассердился на мальчика и забросил его на чужую планету. Для возвращения домой необходимо совершить настоящий подвиг... = Помочь подростку развить сюжет, в котором агрессивное поведение переходит в конструктивное - защита слабого, совершение доброго дела. =

	5. <u>Рисование «Картинка к рассказу»</u>. Нарисуй картинку к своему рассказу. 6. <u>Игра «Пожелание»</u>. Участники игры стоят в кругу, передают какой-либо предмет и говорят пожелание.
7	Комплименты Цель – развитие коммуникативной компетентности. 1. <u>Беседа по теме</u>. Что такое «комплимент»? Ты часто говоришь комплименты? Ты любишь комплименты? Что ты чувствуешь, когда тебе говорят комплименты? Как ты понимаешь выражения: 1 – комплимент выходит из сердца, а лесть – из уст; 2 - в лесть правды нет; 3 - притворная лесть хуже полыни; 4 – «Давайте говорить друг другу комплименты, ведь, это все любви счастливые моменты». 2. <u>Игра «Комплимент»</u>. Участники игры стоят в кругу и бросают мяч друг другу. Бросающий мяч говорит комплимент. 3. <u>Упражнение «Комплимент мне любимому»</u>. Подросток говорит себе комплименты. 4. <u>Упражнение «Комплимент и лесть»</u>. Ребята, для того, чтобы развести понятия комплимент и лесть прочитайте отрывок басни И.А. Крылова «Ворона и Лисица». Лисица говорит Вороне: «Голубушка, как хороша! Ну что за шейка, что за глазки! Рассказывать, так, право, сказки! Какие перышки! какой носок! И, верно, ангельский быть должен голосок! Спой, светик, не стыдись! Что, ежели, сестрица, При красоте такой и петь ты мастерица, -

Ведь ты б у нас была царь-птица!»

Вопрос: как ты думаешь, Лисица говорит Вороне комплимент или льстит. Поясни свой ответ.

5. Вывод. Комплимент всегда идет от сердца, он добр и приятен! Лесть всегда гнусна, вредна! Давайте говорить друг другу только искренние комплименты!

8

Девчонки + мальчишки =

Цель – развитие навыков самоанализа (осознание своего отношения к представителям другого пола).

1. Игра «Комплимент себе на первую букву имени». Участники игры стоят в кругу, говорят себе комплименты по первой букве своего имени. Например, Алексей – аккуратный, активный, артистичный. Полина – прекрасная, порядочная, покладистая. И так далее.

2. Упражнение «Девчонки + мальчишки =». Для упражнения разделить лист пополам. В каждой половинке написать заголовки: Какие они девочки? и Какие они мальчики?

Какие они девочки?	Какие они мальчики?

- В каждой графе укажите качества характера девочки/ мальчика, любимые занятия, увлечения, привычки, типичное поведение и т.д.
- Проанализируйте два списка.
- Красной чертой подчеркните сходства.
- В чем вы нашли сходство? Много получилось общих черт или нет?
- Есть ли отличия? Их много или нет? Как думаете, чем это обусловлено?

3. Сделать вывод. Для мальчиков характерно мужское начало, которое проявляется в таких чертах характера,

	как смелость, мужественность, отвага, воля, сила и других. Мальчику важно развивать в себе такие черты характера. Для девочек характерно женское начало. Это такие черты характера: нежность, скромность, доброта, ласка, чуткость, которые девочке важно в себе воспитывать.
9	Профориентационная игра «Формула профессии». Цель – помочь старшекласснику правильно выбрать профессию. 1. <u>Игра «Расшифруй слова».</u> Какие два слова здесь зашифрованы? ИРМ СПФРСЕОЙИ. 2. <u>Игра «Все профессии нужны».</u> Инструкция: посмотри вокруг. Тебя окружает множество предметов, сделанных руками человека. Назови список профессий, которые необходимы для изготовления карандаша (велосипеда, школы, дороги, молотка). 3. <u>Игра «Формула профессии».</u> Правила игры. Профессия состоит из предметов труда и целей труда. Предметы труда - это предметы, с которыми работает человек данной профессии. Цели труда - это ради чего работает человек данной профессии. Можно записать формулу профессии: Профессия = предметы труда + цели труда Изучи следующие формулы профессий и продолжи список самостоятельно: 1) Учитель математики = цифры, числа + умение решать, считать. 2) Маляр = стены, кисти, краски + делать красивыми. 3) Прачка = белье + чистота. 4) Врач = организм человека + здоровье.

5) Автослесарь =

6) Повар =

7) Цветовод =

8) Полицейский =

9) Слесарь =

10) Плотник =

11) Почтальон =

12) Дворник =

4. Упражнение «Объясни смысл пословицы».

✓ Желанная работа светлее солнца.

✓ Знание и ремесло человека красят.

- Успехов в выборе профессии!