

Занятие по адаптации (5 класс)

Тема: «Правило трех «С»

Цели:

Развитие адаптивных способностей, освоение нового социального опыта в период адаптации в среднем звене школы

Задачи:

Дидактические: показать значимость групповой сплоченности для личностного развития каждого учащегося, работать над осознанием позиции пятиклассника

Коррекционные: совершенствовать коммуникативные умения и навыки, готовность взаимодействовать с окружающими людьми на основе эмпатии, сотрудничества; развивать креативные способности, мыслительные процессы; совершенствовать навыки самоконтроля, саморегуляции, развивать произвольное внимание, моторную координацию

Воспитательные: развивать толерантные качества, воспитывать позитивные личностные качества: доброжелательность, эмпатию, уважение; эстетические чувства

Используемые методы и приемы:

Словесные - рассказ, объяснение, беседа

Наглядные - демонстрация, наблюдение

Практические -упражнение, игра

Методы практической коррекции - элементы сказкотерапии, арттерапии,

Категория участников: учащиеся 5 класса

Время: 40 мин.

Материалы и оборудование: сказка И. Коротеевой «И однажды утром», журналы, фрагменты цветов, клей, Цветок-правило

Предполагаемый результат: повышение адаптивных возможностей учащихся 5 класса, совершенствование коммуникативных умений и навыков, процесса самопознания учащихся, улучшение психологического климата в классе.

Структура занятия

I Вводная часть занятия: организационный момент, приветствие, эмоциональный настрой на работу.

II Основная часть занятия: ввод в занятие, упражнение «Цветик-семицветик»,упражнение «Повторяй за мной»,

III Заключительная часть занятия: резюмирование, рефлексия, подведение итогов; завершение занятия.

Ход занятия:

I Вводная часть занятия:

- организационный момент, приветствие, эмоциональный настрой на работу.

II Основная часть занятия:

1. Сообщение темы, задач занятия, мотивирование.

«Вы стали учениками 5 класса совсем недавно. Скажите, что изменилось в вашей жизни? (много учителей, кабинетная система, новые предметы) Стало труднее учиться? Так вот, чтобы вам было легче привыкнуть к новым условиям, быть более успешными, сплоченными, поверить в свои силы, увидеть преимущества сотрудничества, дружной, сплоченной работы, мы познакомимся с правилом трех «С».

а) Упражнение «Цветок»: «Перед вами необычный Цветок, на его лепестках выделены следующие слова: «Слушать», «Сочувствовать», «Сотрудничать». Это и есть слова нашего правила- правила – правила трех «С».(словарная работа: «сочувствовать»-...., «сотрудничать»-....) Сегодня на занятии мы убедимся в том, как важно уметь слушать и слышать, быть внимательными, понимать других, сочувствовать, оказывать помощь, работать в коллективе»

б) Первое слово правила «слушать».

- Как вы думаете для чего нужно нам это правило?.....

Умения слушать и слышать, быть внимательными очень важны для успешной учебы. Предлагаю вам продемонстрировать то, как вы умеете быть внимательными, умеете слушать и слышать .

Упражнение «Повторяй за мной»: учащиеся должны выполнить инструкции взрослого(пробы Хеда):

1. Простая ориентировка. **Инструкция:** «Подними левую руку (начинать надо только с левой руки), покажи правый глаз, левую ногу». Если задание выполнено, то переходят к следующему, если нет – прекращают.
2. **Инструкция:** «Возьмись левой рукой за правое ухо, правой рукой – за правое ухо, правой рукой – за левое ухо, покажи левой рукой правый глаз».

«Молодцы! Я вижу, что вы можете быть внимательными, **слышать и слушать**. А еще вы активные, веселые и сообразительные! Мне это очень нравится! Мы продолжаем. Сейчас вам тоже потребуется ваше умение внимательно слушать».

д) Работа со сказкой И. Коротеевой «И однажды утром...»

Каждый год с первыми лучами весеннего солнца на лесной поляне пробивались из-под снега тоненькие нежно-зеленые травинки, поднимали свои головки многочисленные цветы, тянули к солнцу нераскрывшиеся бутоны и просили солнечной ласки и тепла.

Лесная поляна превращалась в чудесную страну — страну Цветов. Ах! Как были прекрасны эти молодые цветы: высокие и низенькие, крупные и едва заметные на зеленом ковре, розовые и синие, белые и желтые — здесь были все цвета радуги, все цвета жизни. Все они такие разные, такие неповторимые и прекрасные. Но вот однажды на поляне появился цветок, которого прежде не видели. Это был необычный цветок. У него был высокий и толстый стебель, крупные изогнутые листья, а самое главное — не было самого цветка. И другие цветы говорили: «Посмотрите на него, он же другой, он не похож на нас. Ах, как он неуклюж и некрасив!»

Но неуклюжий и некрасивый цветок все больше тянулся к солнцу, прислушивался к дыханию уже почти осеннего ветра. Он знал, что нужен другим, знал многое, потому что **умел слушать, слышать других. И, что самое главное, умел чувствовать, понимать других.** И многие цветы рассказывали ему о своей боли. Он плакал вместе с ними, **был опорой** для слабых, отдавал им последнюю влагу; он радовался жизни, забывая, что **его отвергли.** И однажды утром на уже осенней поляне расцвел цветок неповторимой красоты. И все узнали в нем тот некрасивый, неуклюжий цветок. Да! Это был он! **Он расцвел красотой своей души, потому что умел слушать, помогать, делиться, поддерживать, ничего не требуя взамен.**

Вопросы для обсуждения:

1. Как сначала отнеслись цветы к появлению необычного цветка?
2. Как этот необычный цветок относился к другим цветам на поляне?
3. Что случилось с ним однажды утром?
4. Как вы думаете, изменились ли взаимоотношения между цветами на цветочной поляне? Почему? Какая основная мысль сказки? Итак, важно **чувствовать**, понимать, оказывать помощь другим, ничего не требуя взамен, просто так»

2. Динамическая пауза:

-упражнения «Бутон», «Бабочка», «Ветерок»

-дыхательная гимнастика:

Вдох через нос-выдох через нос

Вдох через рот -выдох через рот

Вдох через рот-выдох через нос

Вдох через нос-выдох через рот

3.Продолжение занятия:

а) Упражнение в технике «Коллаж»:

Техника "Коллаж"

Цель: раскрытие потенциальных возможностей учащихся

Задачи:

- получить успешный результат и сформировать положительную установку на коллективную деятельность;
- выразить своё отношение к заданной теме, свои мысли, свои взгляды, своё понимание темы;
- развить художественные способности и повысить самооценку; чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития, расширения творческих возможностей;
- проявить оригинальность и уникальность личности участника группы;
- дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам; работа над коллажем является безопасным способом «выпустить пар» и разрядить напряжение, способствовать повышению психологического климата в группе

Тема коллажа: «Мой класс»

Материалы для коллажа: глянцевые журналы, разнообразные изображения цветов, картинки, природные материалы, клей, цветные карандаши, фломастеры, ножницы

Инструкция: вырежьте из журналов цветы, а затем оформите их в композицию. Нужно изобразить ваш класс в виде цветочной поляны. С элементами можно делать всё, что угодно, можно дополнить работу надписями, комментариями, закрасить и декорировать пустоты, быть конкретным или абстрактным. Коллаж нужно оформить в виде цветочной поляны. Для этого нужно просто листать журналы, просматривать изображения. То, что «откликается» на вашу тему, «выдернуть», вырезать, отложить в сторону. Затем из этого материала «склеить» образ. Важно при этом «не застrevать»

Правила ТБ при работе с ножницами и kleem

Обсуждение:

- Что именно мы изобразили этим коллажем?(этой композицией)
- Понравилось ли вам создавать цветочную поляну?
- Вы довольны результатом работы?
- Вы все были активны, молодцы. У вас получилась цветочная поляна? А этот ни что иное, как ваш класс. Главное, что вы все вместе, вы- коллектив, вы умеете работать вместе. Молодцы, вы показали умение работать в группе, помогать друг другу, **сотрудничать**.

III Заключительная часть занятия. Резюмирование, подведение итогов:

«Сегодня мы познакомились с правилом трех «С». В чем оно заключается? В умении **слушать, сочувствовать, сопереживать** Что особенно запомнилось? Почему так важно уметь сотрудничать, помогать друг другу, видеть в других положительные качества? Какой опыт приобрели сегодня, как этот опыт можно будет использовать в повседневной жизни?

Спасибо! На память о нашей встрече я хочу каждому из вас подарить на память цветок с изображением правила трех «С», который, я надеюсь, поможет вам стать успешными пятиклассниками»

