

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей № 2»

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ Лицей № 2  
И.В.Сосновская  
Приказ № 4  
от « 4 » сентября 2015г.



СОГЛАСОВАНО:  
зам. директора по ВР  
Л.С.Третьякова  
« 3 » сентября 2015г.

РАССМОТРЕНО:  
на заседании МО  
Протокол № 3  
от « 21 » июня 2015г.

Программа профилактики нарушений  
психологического здоровья

*"Поиграем в театр"*

Возраст учащихся: 7-17 лет  
Срок реализации ПДО: 1 год  
Направление: социально-педагогическое  
Автор программы: Морозова Евгения Николаевна,  
педагог – психолог  
Год написания программы: 2015 г.

г. Красноярск, 2015 г

## ***Пояснительная записка***

Данная программа является частью психолого-педагогического сопровождения учащихся, целью которого считаем сохранение психического здоровья в школе, частью проекта «Здоровье», реализуемого в лицее.

Актуальность проблемы психического здоровья детей в последнее время значительно возросла. Рост нервно-психических и соматических заболеваний, а также различных функциональных расстройств коррелирует с общим снижением успеваемости.

За последние десять лет отмечается четкая тенденция к ухудшению психического здоровья детей и подростков. По данным специальных и эпидемиологических исследований, проводимых кафедрами детской психиатрии и НИИ психиатрии РФ, распространенность основных форм психических заболеваний в детском возрасте составляет 15%, а в подростковом – 20-25%. Основными формами психической патологии у детей и подростков являются неврозы, психопатии, девиантное поведение.

Под психологическим здоровьем мы понимаем, согласно И. В. Дубровиной, психологический аспект психического здоровья, т. е. те процессы, которые относятся к личности в целом, «находятся в некой связи с высшими проявлениями человеческого духа», позволяют человеку в будущем достичь зрелости, прибывать в постоянном саморазвитии, подойти к осуществлению своей жизненной задачи. Центральная характеристика психологически здорового человека – это саморегулируемость, возможность адекватного приспособления к неблагоприятным условиям, воздействиям.

Сегодня не вызывает сомнений, что забота о психологическом здоровье детей должна быть в центре внимания всех взрослых, находящихся вокруг них: педагогов, психологов, школьной администрации, родителей.

Доказано, что программы психологического здоровья приводят к улучшению учебной мотивации и повышению работоспособности, стабилизируют внимание и память, снижают риск появления поведенческих проблем.

В данной программе используются возможности игровой деятельности младших школьников для формирования социальных компетентностей, определенных качеств личности. Ролевая игра дает возможность проработать возможные способы поведения в безопасной обстановке и получить одобрение и обратную связь от сверстников. Дети могут посмотреть на свое поведение и поведение других с новой точки зрения. Ролевая игра является более эффективным способом обучения, чем просто обучение.

**Цель программы:** обучение детей психосоциальной компетентности – способности ребенка к сохранению состояния психического благополучия и его проявлению в гибком и адекватном поведении во взаимодействии с внешним миром.

### **Задачи программы:**

1. Развивать способность к самопониманию в области своих чувств и отношений.
2. Свободно выражать в процессе игры чувства, которые в социуме обычно сдерживаются.
3. Развивать способность к сочувствию, пониманию других людей.
4. Научиться практически искусству общения.
5. Развивать произвольность поведения.
6. Развивать способности к групповому решению проблем, чувство ответственности перед коллективом.
7. Развитие психических процессов и качеств (восприятия, памяти, внимания, воображения).

"Играем в театр" – программа построена на взаимодействии занятий по психологии с театральным кружком, рассчитана на учащихся 1 - 4 классов. Поэтому сохранена структура занятия по психологии, а содержание основной части занятия зависит от темы

театральной деятельности. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут. Занятия в 1 классе проводятся 1 раз в неделю по 40 минут. Структура занятий в первом классе отличается от структуры занятий в 2 – 4 классах. Данные занятия практически не включают в себя драматургические опыты и являются по большей части пропедевтическими, включающими психологические упражнения и игры, психогимнастику, проективные методики.

### **Структура занятия:**

1. Приветствие. Разминка. Снятие напряжения, организация внимания, эмоциональный подъем. (игры на развитие коммуникативных качеств: "Снежный ком, Приветствие, Здравомоемся разными способами, Подарок, Превращения....)
2. Основное содержание занятия. Читка, распределение ролей, этюды, пантомимические упражнения.....
3. Подведение итогов, домашнее задание. Рефлексия занятия, закрепление достигнутых успехов.

Программу курса можно условно разделить на три раздела: "Гимнастика чувств", "Импровизационный метод существования", "Драматургические опыты". Но строго ограничивать темы временем изучения не рекомендуется. Оно будет зависеть от степени подготовленности класса и успешности процесса формирования навыков.

В разделе **"Гимнастика чувств"** – большое количество различных упражнений, которые развивают у школьников:

- Организованность, способность взаимодействовать с партнерами. Средства формирования – действие в условиях вымысла.
- Различные стороны восприятия, внимание, мышление, память. Средства формирования – тренинг концентрации и распределения внимания, упражнения на развитие памяти, внимания, мышления.
- Сенсорное восприятие и память. Средства формирования – действие с воображаемыми и реальными предметами
- Мышечно-двигательное восприятие и мышечную память. Средства формирования – тренинг мысленных действий, темпо-ритма.
- Речь, дыхание, голос;
- Способность проявлять артистическую смелость и характерность при выполнении индивидуальных заданий.

В разделе **"импровизационный метод существования"** используется сумма знаний и навыков, выработанных в процессе "гимнастики чувств", и двигаемся от игры к постижению своей психологии и психологии партнеров. Все задания этого раздела осуществляются на сцене и доминантой является позиция "Я в предлагаемых обстоятельствах".

В результате дети получают следующие навыки и умения:

- Видеть, слышать, понимать товарища и воздействовать на него;
- Управлять своим вниманием;
- Четко формулировать свои мысли, выступая перед публикой.

Для достижения этой цели используются следующие средства:

- Пластические загадки;
- Демонстрация поведения представителей животного мира в природной среде;
- Работа с воображаемым предметом вместе с партнером;
- Показ людей разных профессий в работе;
- Массовые сценки-импровизации из современной жизни по месту действия;

- Театр-экспромт.

В разделе "драматургические опыты" ученик выступает от лица выбранных персонажей. Средства формирования:

- Импровизационные показы, когда при помощи учителя рождаются и закрепляются сюжетные сценки, записывается текст и порядок действий;
- Инсценировки литературных произведений;
- Работа с произведениями профессиональных драматургов, когда анализируются события. Особенности эпохи, конфликтные ситуации, характеры и поступки героев.

### Содержание курса:

№	Разделы и темы	Кол-во часов
1.	Гимнастика чувств	20 часов
2.	Импровизационный метод существования	24 часа
3.	Драматургические опыты	24 часа

Итого: 68 часов.

### Учебно-тематическое планирование 1 класс.

	Название темы	Кол – во часов	Форма проведения	Образовательный продукт
1	Знакомство (друг с другом, с семьями участников) «Я и мое имя»	1	Игровой тренинг	Рисунок «Мое имя»
2	«Я и моя семья»	1	Игровой тренинг, рисунок	Рисунок семья и
3	Сказки для школьной адаптации «Создание «Лесной школы», «Букет для учителя»	1	Психогимнастика, психологические игры, рисунок, чтение	Рисунок «Несуществующее животное»
4	Сказки для школьной адаптации «Игры в школе», «Школьные правила»	1	Психогимнастика, психологические игры, рисунок, чтение	Рисунок понравившегося персонажа сказки
5	Поход в кукольный театр	2	Экскурсия, беседа о правилах поведения в театре	Рисунок понравившейся сцены
6	Сказки для школьной адаптации «Аккуратность», «Жадность»	1	Психогимнастика, психологические игры, рисунок, чтение	Рисунок «Радость»
7	Сказки для школьной адаптации «Домашнее»	1	Психогимнастика, психологические	Проекционный рисунок «Дерево»

	задание», «Списывание»		игры, рисунок, чтение	
8	Итоговое занятие «Школа маленьких волшебников»	1	Игры на формирование групповой сплоченности	
9	Диагностика творческого мышления	2		Методика Торренса: «Краткий тест развития творческого мышления»
10	Развитие творческого мышления, памяти, внимания	4	Психогимнастика, психологические игры, упражнения на развитие познавательных процессов	Бланки упражнений, рисунки
11	Приглашение в школу маленьких волшебников «В гости к Деду Морозу»	1		
12	Развитие творческого мышления, памяти, внимания	6	Психогимнастика, психологические игры, упражнения на развитие познавательных процессов	Бланки упражнений, рисунки
13	Повторная диагностика творческого мышления	2		Методика Торренса: «Краткий тест развития творческого мышления»
14	Приглашение в школу маленьких волшебников «Волшебный сундучок»	1	Игры на развитие познавательных процессов, соревнование	
15	Сказки для школьной адаптации «Режим», «Больной друг»	1	Психогимнастика, психологические игры, чтение.	Режим дня
16	Сказки для школьной адаптации «К нам приехал Мойдодыр», «Прививка»	1	Психогимнастика, психологические игры, чтение	
17	Сказки для школьной адаптации «Сказка о правильном питании»	1	Психогимнастика, психологические игры, рисунок, чтение	
18	Приглашение в «Школу Здоровья» маленьких волшебников	1		

## Учебно-тематическое планирование 2 класс.

	Название темы	Кол – во часов	Форма проведения	Образовательный продукт
1	Знакомство (друг с другом, с семьями участников)	2	Игровой тренинг	Рефлексия, рисунки
2	Дорога в театр. Виды театров.	2	Игровой тренинг, мини – лекция	
3	Театральные профессии	4	Игровой тренинг, мини – лекция, упражнения на развитие внимания, памяти	рисунки
4	Как создается спектакль	4	Игровой тренинг, мини – лекция	
5	Как вести себя в театре. Экскурсия в театр кукол	2	экскурсия	
6	Учимся актерскому мастерству (пантомима, дыхание, речь, ритм, сцендвижение, сценречь)	20	Психологические игры и упражнения	
7	Пальчиковый театр (изготовление кукол)	2	Развитие мелкой моторики, внимания, воображения	куклы
8	Пальчиковый театр	6	Отработка навыков поведения на дороге, в школе. Мини – сценки, диалоги.	
9	Придумываем и делаем костюмы	2	Развитие воображения, моторики	Костюмы к спектаклю
10	В мастерской бутафора	2	Развитие воображения, моторики	Декорации
11	Делаем афишу и программку	1		Афиши, программки
12	Постановка спектакля «Муха – цокотуха»	21	Психологический тренинг, репетиция	спектакль

## Учебно-тематическое планирование 3 класс.

	Название темы	Кол – во часов	Форма проведения	Образовательный продукт
1	Знакомство	2	Игровой тренинг	рефлексия
2	Дорога в театр. Виды театров. (повторение)	2	Игровой тренинг, мини – лекция	
3	Театральные профессии (повторение)	2	Игровой тренинг, мини – лекция	

4	Как создается спектакль (повторение)	2	Игровой тренинг, мини – лекция	
5	Экскурсия в оперный театр	2	экскурсия	
6	Учимся актерскому мастерству (пантомима, дыхание, речь, ритм, сцендвижение, сценречь)	20	Психологические игры и упражнения	
7	Как самому сделать макет декорации	6	Игровой тренинг на развитие внимания, воображения	декорации
8	Пластилиновый мир.	10	Розыгрыш пластилиновой сказки	Поделки из пластилина, мини – спектакль, рефлексия
9	Истории про театр	4	Упражнения на развитие воображения, слухового внимания, мини - лекции	Мини – сочинения «Мой любимый актер», рисунки
10	Музыкальное сопровождение	2	Упражнения на развитие чувства ритма, музыкального слуха	
11	Звуки и шумы.	2	Упражнения на развитие чувства ритма, темпа, внимание.	
12	Подготовка афиш и программ	2		
13	Постановка спектакля «Кошкин дом»	20		
14	Спектакль	2		Спектакль

#### Учебно-тематическое планирование 4 класс.

	Название темы	Кол – во часов	Форма проведения	Образовательный продукт
1	Знакомство	2	Игровой тренинг	рефлексия
2	Язык жестов или как стать воспитанным	4	Этюды, мини – лекция, психологические упражнения на невербальное восприятие, мышление, пантомима	
3	Учимся говорить красиво	4	Тренинг звуков, артикуляционная гимнастика	
4	Экскурсия в театр	2		
5	Создатели спектакля (писатель,	4	Мини – лекция,	

	поэт, драматург)		чтение, обсуждение	
6	Театральные жанры	4	Мини – лекция, обсуждение, психологические упражнения	
7	Искусство декламации	2	Скороговорки, чтение, декламация	
8	Играем в слова или «Моя Вообразилия»	6	Упражнения на развитие воображения, этюды, чтение в предлагаемых обстоятельствах	сочинение собственной сказки
8	Импровизация или Театр - экспромт	6	Игры, сценки – экспромт, рефлексия	
9	Театр кукол	14	Изготовление перчаточных кукол, этюды, разыгрывание школьных историй	
10	Изготовление пригласительных на Выпускной бал	2		Пригласительные, анонс
11	Подготовка Выпускного бала	16		
12	Выпускной бал	2		

Результативность занятий: рисунки, коллажи, спектакли.

#### **Литература для преподавателей:**

1. Генералова И. А. Театр. Пособие для дополнительного образования. Методические рекомендации для учителя, 2 – 4 классы. – М.: Баласс, Изд. Дом РАО, 2005.
2. Колчеев Ю. В., Колчеева Н. М. Театрализованные игры в школе.- М.: Школьная пресса, 2003.
3. Павлова И. В. Я плюс ТЫ. Пособие для учителей начальной школы. – Москва, 1994.
4. Генералова И. А. Театр. Пособие для дополнительного образования. 2, 3, 4 классы. – М.: Баласс, Изд. Дом РАО, 2005.