Государственное казенное учреждение социального обслуживания Пермского края «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» Ильинского района

МЕТОДИЧЕСКИЙ СБОРНИК

ЛУЧШИХ ИННОВАЦИОННЫХ ПРАКТИК ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

СПЕЦИАЛИСТОВ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЗА 2022 ГОД

п. Ильинский - 2022

Рекомендовано к изданию  
решением Совета руководителей

от 14.12.2022 года

Протокол № 7

Составитель:

Якимова С.В. – методист ГКУСО ПК ЦПД Ильинского района

Рецензент:

Плотникова Ф.И. – заместитель директора по социальной и воспитательной работе

В методический сборник вошли материалы, представляющие лучшие практики инновационной деятельности учреждения. Специалисты, опираясь на свой опыт, раскрывают наиболее эффективные формы: мастер – классы, проектную деятельность, консультации с рекомендациями. Методический материал способствует развитию творческих способностей воспитанников, формированию их личности, обогащению интеллектуальной сферы, нестандартности мышления, свободу, индивидуальность, умению наблюдать, а также видеть в реальных предметах новизну.

Материалы включены в сборник в авторской редакции.

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Стр. |
| 1. | Методист  Якимова С.В. | **«Мастер - класс как одна из** эффективных форм распространения педагогического опыта**».** | 4 |
| 2. | *Педагог – психолог*  *Митянина Ю.М.* | Основы правополушарного рисования. | 7 |
| 3. | *Воспитатель*  *Гавшина Д. П.* | Декоративная заколка для волос. | 11 |
| 4. | *Воспитатель*  *Кузьминых Н.К.* | Поздравительная открытка в технике «Айрис Фолдинг». | 13 |
| 5. | *Воспитатель*  *Анянова С.П.* | Возможности фотоаппарата, о которых вы даже не подозреваете. | 18 |
| 6. | *Воспитатель*  *Плешивых С.М.* | Волшебные гофротрубочки | 20 |
| 7. | *Педагог – психолог*  *Кайгородова К.С.* | Психологическое здоровье педагогов. Техники быстрого самовосстановления. | 22 |
| 8. | *Воспитатель*  *Царькова М.П.* | «StringArt» (картина из гвоздей и нитей). | 27 |
| 9. | *Психолог*  *Тетенова О.М.* | Выбор профессии. | 31 |
| 10 | *Социальный педагог*  *Машьянова О.В.* | Развитие дивергентного мышления детей. | 37 |
| 11 | *Психолог ОССД*  *Ушакова О.А.* | Как уменьшить тревожность у детей. | 46 |
| 12 | *Психолог ОССД*  *Наумова О.А.* | Эффективные проективные методики. | 54 |
| 13 | *Психолог ОССД*  *Ичитовкина С.А.* | Агрессивное поведение в подростковом возрасте. | 60 |

**«Мастер - класс как одна из эффективных форм распространения педагогического опыта».**

Якимова Светлана Викторовна,

методист

***«Скажи мне - я забуду. Покажи мне - я запомню.***

***Дай мне сделать это, и это станет моим навсегда».***

*Китайская пословица*

На современном этапе развития воспитания актуальным становится выявление, обобщение и распространение инновационного педагогического опыта. Одной из эффективных форм распространения собственного педагогического опыта является такая современная форма методической работы как мастер-класс.

В первую очередь, мастер-класс – это открытая педагогическая система, позволяющая демонстрировать новые возможности педагогики развития и свободы, показывающая способы преодоления консерватизма и рутины.

Принцип мастер-класса: «Я знаю, как это делать. Я научу вас».

Мастер–класс – это особый жанр обобщения и распространения педагогического опыта, представляющий собой фундаментально разработанный оригинальный метод или авторскую методику, опирающийся на свои принципы и имеющий определенную структуру. С этой точки зрения мастер-класс отличается от других форм трансляции опыта тем, что в процессе его проведения идет непосредственное обсуждение предлагаемого методического продукта и поиск творческого решения проблемы как со стороны участников мастер-класса, так и со стороны Мастера *(под Мастером подразумевается педагог, воспитатель, специалист, психолог учреждения - ведущий мастер-класс)*.

Указанная форма методической работы является эффективным приемом передачи опыта воспитания, т.к. центральным звеном является демонстрация оригинальных методов освоения определенного содержания при активной роли всех участников занятия.

**Важнейшие особенности мастер – класса**

1. Новый подход к философии обучения, ломающий устоявшиеся стереотипы.
2. Метод самостоятельной работы в малых группах, позволяющий провести обмен мнениями.
3. Создание условий для включения всех в активную деятельность.
4. Постановка проблемной задачи и решение ее через проигрывание различных ситуаций.
5. Приемы, раскрывающие творческий потенциал, как Мастера, так и участников мастер-класса.
6. Формы, методы, технологии работы должны предлагаться, а не навязываться участникам.
7. Процесс познания гораздо важнее, ценнее, чем само знание.
8. Форма взаимодействия – сотрудничество, сотворчество, совместный поиск.

Следует обратить внимание при подготовке мастер-класса на то, что в технологии его проведения главное – не сообщить и освоить информацию, а передать способы деятельности, будь то прием, метод, методика или технология. Передать продуктивные способы работ – одна из важнейших задач педагога. Позитивным результатом мастер-класса можно считать результат, выражающийся в овладении участниками новыми творческими способами решения педагогической проблемы, в формировании мотивации к самообучению, самосовершенствованию, саморазвитию. Это достаточно технологически сложный процесс с определенными требованиями к его организации и проведению. Готовясь к мастер-классу, педагог решает важную задачу: каким будет оптимальный способ донесения собственного опыта к конкретной аудитории. Мастер-класс отличается от обычных обучающих форм тем, что педагог максимально использует наглядность, основанную на опыте. Именно демонстрация своего собственного опыта позволяет достигать высоких результатов за максимально короткое время.

Из практики работы наблюдается, что наиболее результативны мастер-классы, имеющие узконаправленные цели и задачи. Чтобы мероприятия прошли с успехом, нужно разработать определенный алгоритм действий педагогов к мастер-классу. Далее важно разработать четкий план проведения мастер – класса, определить последовательность действий и предполагаемые временные рамки их осуществления.

**Структура проведения мастер-класса классическая:**

* выделение проблемы;
* актуализация знаний участников по данной проблеме;
* организации практической работы с материалом;
* представление результатов работы;
* обсуждение и корректировка результатов работы.

Зачастую проблема мастер-класса носит комплексный характер. Например, при ознакомлении детей с народным промыслом: формирование представления о нем; освоение способов выполнения элементов росписи; повышение общего культурного информационного уровня, приобщение к общечеловеческим и национальным ценностям и воспитание любви и гордости за свой край, который богат такими умельцами.

Следующий этап - актуализация знаний участников по данным проблемам. Здесь активно используют слайдовые презентации, которые помогают не только заинтересовать участников мастер-класса, но и обеспечить его познавательную направленность.

Музыкальное оформление мастер-класса – одно из условий его успешности. Музыка является одним из богатейших и действенных средств эстетического воспитания.

Для демонстрации изделия, технологии, приема можно подготовить слайдовую презентацию или мини - выставку изделий, которые должны сопровождаться соответствующими комментариями.

При ознакомлении участников мастер-класса с оборудованием, инструментами и материалами особое внимание надо уделять технике безопасности. Поскольку в мастер-классе участвуют и взрослые, и дети обращать внимание на то, какими инструментами и материалами могут работать дети.

Далее идет пошаговая демонстрация одного или нескольких технологических приемов изготовления изделия или его элементов.

Итогом выполнения практической части обязательно должно быть готовое изделие. Поэтому оно должно быть простым (например, салфетка, открытка, украшение, панно и т.д).

Обсуждение мастер – класса - обязательная часть, которая включает вопросы воспитателю, обмен опытом его участников.

**Критерии качества подготовки и проведения мастер-класса**

1. Презентативность. Выраженность инновационной идеи, уровень ее представленности, культура презентации идеи, популярность идеи в педагогике, методике и практике.

2. Эксклюзивность. Ярко выраженная индивидуальность (масштаб и уровень реализации идеи). Выбор, полнота и оригинальность решения инновационных идей.

3. Мотивированность. Наличие приемов и условий мотивации, включение каждого в активную творческую деятельность по созданию нового продукта деятельности на занятии.

4. Оптимальность. Достаточность используемых средств на занятии, их сочетание, связь с целью и результатом (промежуточным и конечным).

5. Эффективность. Результативность, полученная для каждого участника мастер-класса. Каков эффект развития? Что это дает конкретно участникам? Умение адекватно проанализировать результаты своей деятельности.

6. Технологичность. Четкий алгоритм занятия (фазы, этапы, процедуры), наличие оригинальных приемов актуализации, приемов поиска и открытия, удивления, озарения, рефлексии (самоанализа, самокоррекции).

7. Артистичность. Возвышенный стиль, педагогическая харизма, способность к импровизации, степень воздействия на аудиторию, степень готовности к распространению и популяризации своего опыта.

8. Общая культура. Эрудиция, нестандартность мышления, стиль общения, культура интерпретации своего опыта.

Использование данных методических рекомендаций позволит обеспечить качественную подготовку и эффективное проведение мастер-классов в рамках распространения педагогического опыта.

Специалисты нашего учреждения активно используют в своей работе с детьми и взрослыми формат мастер – класса, что стимулирует творческую активность, мышление, воображение, «погружает» участника в атмосферу творчества. Успешно обобщают и распространяют свой педагогический инновационный опыт работы.

***Педагог - психолог приёмного отделения***

***Митянина Юлия Михайловна***

**Мастер – класс**

**«Основы правополушарного рисования»**

*Правополушарное рисование – это интенсивный метод обучения рисованию, формированию художественной уверенности и получению доступа к творческим силам мозга. Разработан американской преподавательницей рисования Б. Эдвардс и основан на исследовании мозга Нобелевского лауреата Р. Сперри.*

Правое полушарие мозга обладает творческой силой, чувством пространства и формы, естественным умением рисовать, в то время как левое полушарие чувствует языки, логику, символы, но совершенно не умеет реалистично рисовать. Часто случается, что доминирующее левое полушарие мешает правому в его попытках рисовать. В таких случаях человек считает себя совершенно неспособным к рисованию. В программу правополушарного рисования входят упражнения, от которых отказывается левое полушарие, а это, в свою очередь освобождает правое для рисования. После того как получен доступ к правому полушарию, изучаются 5 основных навыков восприятия, которые являются основами рисования: восприятие краев, восприятие относительных углов и пропорций, восприятие пустого пространства, восприятие света и тени, восприятие в целом. При подъеме активности правого полушария и балансировки его с уровнем левого происходят уникальные вещи: производительность работы мозга увеличивается в 5 раз, повышается скорость принятия решений, включается режим вдохновения и окрылённости, внутреннего спокойствия, гармонии, проявляющийся во всех областях деятельности, что в разы улучшает уровень качества жизни человека.

Дети - сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, нуждаются в особой психолого–педагогической поддержке. Одним из наиболее эффективных и распространённых видов реабилитации и эмоциональной поддержки детей является изо-терапия, где в качестве основного психотерапевтического средства используется рисунок. Занятия правополушарным (интуитивным) рисованием уравновешивают эмоциональное состояние, снимают тревожность, формируют усидчивость и сосредоточенность, раскрывают творческие способности, помогают наладить коммуникации в коллективе, формируют отношения доверия, развивают фантазию, помогают увидеть красоту жизни, повышают самооценку.

В рамках изо-терапии существует много интересных методик и техник. Я предлагаю в качестве такой техники методику правополушарного рисования. **Преимущества методики**

1. Она даёт возможность работать с детьми любого возраста, возможность использовать метод изо-терапии у детей, «не умеющих рисовать», и таким образом научить их отреагировать свои эмоциональные проблемы.

2. Способствует оптимизации психического состояния ребёнка за счёт гармонизации работы двух полушарий мозга и создаёт, таким образом, условия для развития творческого мышления, а также – служит основой профилактики возникновения психических и психосоматических заболеваний.

3. За счёт быстрой результативности повышает самооценку подростка, его уверенность в себе, способствует пополнению эмоционального ресурса у детей со сниженной самооценкой (замкнутых, неуверенных в себе), развитию позитивного мироощущения.

4. Даёт возможность работать и индивидуально, и в группе. Детям – сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, свойственны процессы общего отставания в психическом развитии, которые охватывают интеллектуальную, волевую, эмоциональную сферу жизнедеятельности. У них наблюдается снижение познавательной активности, ограниченность кругозора, ситуативность умственных действий, которая определяется либо предметным окружением, либо прямыми указаниями взрослого, неразвитое воображение, отсутствие целеустремлённости. Дети не умеют фантазировать, мечтать, их желания ограничены сиюминутными потребностями. При этом отмечается целый набор негативных черт характера: замкнутость, зависть, недоверие к людям и миру, болезненное честолюбие, упрямство, эгоизм, агрессивность.

При использовании техники правополушарного рисования, я ставила перед собой цель: Развитие творческого мира ребенка с помощью нетрадиционного метода интуитивного, или правополушарного рисования и сопутствующих творческих методов. Развитие интуиции, уравновешивание эмоционального состояния, понятие самого себя.

Задачи

1. Раскрепостить, снять эмоциональное напряжение, убрать и раздвинуть рамки для свободного творчества.
2. Формировать творческое мышление, устойчивый интерес к художественной деятельности.
3. Развивать желание экспериментировать, проявляя яркие познавательные чувства: удивление, сомнение, радость от узнавания нового.
4. Формировать положительно – эмоциональное восприятие окружающего мира.
5. Воспитывать трудолюбие и желание добиваться успеха собственным трудом.

Занятия рисованием имеют большой успех у детей.

*Как рисуют?*

Рисуется все очень легко и быстро, а результат…только радует.

Для этого используют обычно гуашь. В вашем арсенале обязательно должна быть белая гуашь и ее должно быть очень много, т.к. понадобится делать основу под рисунок, таким образом, краски будут смешиваться просто волшебным образом.

*Чем можно рисовать?* Используют кисточки разной толщины, от № 1 до №16. Могут понадобиться как плоские, щетинистые кисточки, так и обычные. А ещё мы используем для рисования собственные пальцы, скрученные салфетки, губки, зубные щётки, одноразовые вилки и т.д.

*Какую бумагу использовать?* Лучше брать бумагу для акварели или пастели формата А4.

Используйте больший формат бумаги, если вы видите, что ребенок слишком энергичный и ему потребуется выплеснуть побольше энергии. Пусть он это сделает на бумаге.

А ещё в процессе занятия мы не делаем замечаний за грязные столы, пальцы, кисти и лишь хвалим и подбадриваем как себя, так и детей.

Сначала многие не будут понимать рисунки, но в этом-то и прелесть.

Данная методика имеет одно главное правило – никаких правил!

Чтобы не перегрузить ребенка рекомендуется проводить уроки рисования раз в день, достаточно 20 минут в день. Это и польза здоровью, и улучшение настроения.

Нюансы в технике:

*Лучше рисовать гуашью*, её не нужно разводить водой, она легко смывается с рук.

*Рисование под сопровождение спокойной музыки.*

Часто, слушая музыку, у нас в голове возникают образы, связанные с ней. Именно их нужно нарисовать на бумаге.

*Рисовать зеркальное расположение объектов.* Здесь нужно представить, как отражаются, например, деревья в воде и попробовать их изобразить.

*Рисовать вещи вверх ногами.* Переворачиваем лист бумаги и рисуем деревья наоборот. Интересно? Мне кажется, что очень!

*Копирование очертаний, следуя своей интуиции.* Вам нужно рисовать не полное изображение, копируя все тонкости, а только самую суть и главные линии. Но при этом все остается понятным на картине, что хотел изобразить художник.

Приступать к рисованию дети всегда начинают с опасением, думают, что не получится, но уже на стадии грунтовки листа белой гуашью и создания фона – снимаются эмоциональные барьеры и повышается уверенность в себе.





Даже дети, не любящие обильного общения, начинают разговаривать, обсуждать, восхищаться простоте данной техники. А когда на листе бумаги появляются облака, паруса и другие узнаваемые предметы – тут уже их восторгу нет предела.



У них появляется уверенность в собственных силах, своих способностях. Ещё ни одно занятие не закончилось созданием одной картины! Дети просят ещё и ещё, потому что данная техника проста, увлекательна и полезна!

Используя интуитивное рисование, мы достигаем поставленной перед собой задачи – способствовать развитию творческого мира, интуиции, уравновешиванию эмоционального состояния, понятию самого себя.

Рисуйте картины, используя правополушарное рисование для детей и взрослых. И становитесь счастливее!

***Воспитатель Карагайского филиала***

***Гавшина Дарья Петровна***

**Мастер - класс «Декоративная заколка для волос»**

*Работать — значит творить,*

*а творчество — единственная глубокая и реальная радость,*

*которую человек может испытывать в этой жизни.*

Творчество — это процесс создания человеком или группой людей качественно новых уникальных ценностей. Результатом чего, может быть, как материальный предмет, так и нематериальный объект. Способности к творческой деятельности имеются у каждого человека, но большинство людей очень редко их используют и развивают в повседневной жизни.

Целесообразность работы заключается в развитии творческой, познавательной, социальной активности детей. С педагогической точки зрения важен не только сам факт изготовления детьми различных поделок, а приобретенный детьми в процессе этой работы устойчивый интерес к развитию конструкторского мышления через творческое воображение.

Творчество в английском языке обозначается термином creativity. В русском же языке созвучное понятие «креативность». Хорошо развитые творческие способности помогают людям находить нестандартные решения всевозможных проблем, выходить из разных ситуаций и добиваться поставленных целей.

К сожалению, многие люди редко используют творческое мышление в своей жизни. Чаще всего, основными сдерживающими факторами для творчества являются:

- страх выделиться из толпы и желание быть похожим на основную массу людей;

- внутренняя цензура, блокирующая попытки творческого решения проблем;

- стремление моментально найти лучшее решение задачи;

- лень и хорошо знакомое большинству людей желание спокойно плыть по течению жизни.

Проживая в ЦПД, у воспитанников появляется возможность реализовать свои фантазии и выявить скрытые таланты, узнать для себя что-то новое и интересное. Воспитанники, проживающие в подобном учреждении, имеют мало возможностей в приобретении для себя какого – либо товара, в том числе и украшения для себя. Таким образом, мы нашли выход из сложившейся ситуации и создали красоту своими руками, ничем не отличающуюся от профессиональной работы.

Создание условий для развития творческих способностей, знакомство педагогов и воспитанников с технологией изготовления заколки своими руками из различных материалов – это цель данного мастер – класса.

Во время его проведения, дети познакомились с разными видами творческой деятельности, в том числе и с различными заколками для волос.

Заколка для волос — незаменимый помощник в создании модной причёски. Она не только закрепляет локоны, но и является декоративным элементом образа. Часто именно заколка становится «изюминкой» наряда, украшает сложную причёску и держит её на протяжении всего дня или вечера.

В настоящее время появилось множество заколок с различным креплением и формой, которые можно изготовить и использовать в своей жизни.

Актуальные тенденции в оформлении причёсок возникают и исчезают достаточно стремительно, но многие аксессуары сохраняют популярность на многие годы.

На начальном этапе работы, воспитанники знакомились с разными видами заколок для волос и выбором материала для их изготовления. Для работы были использованы втулки от бумажных полотенец, которые разрезались в соответствии с необходимыми размерами, гофрированный картон от коробки, ткань вискозная и атлас, простая заколка – зажим для волос и различный декор (бусы, перышки, атласная лента, сеточка и т.д.). Далее, выбрав для себя необходимые материалы, принялись за скрепление готовых элементов с помощью клеевого пистолета. По желанию, можно украсить полученную работу декоративными бусами или другими материалами.

В результате проведенной работы, получались отличные заколки для волос, которые можно использовать как в своем распоряжении, так и сделать подарок близкому человеку. А также, при большом желании, можно зарабатывать на этом денежные средства, работая по индивидуальному заказу.

Благодаря взаимодействию в формате мастер - класса, у воспитанников формируются такие качества как, развитие творческих способностей, фантазии и целеустремленность, что необходимо каждому ребенку. Работа своими руками учит как взрослых, так и детей не только творить и развиваться, но также находить нестандартные решения. Учит бережливости и любви к труду человека.

Таким образом, проведение мастер-класса – это современный и наиболее эффективный способ обмена и распространения педагогического опыта. Во время мастер-класса можно не только рассказывать полезную и значимую информацию, но и показывать, как применять на практике новую технологию или метод.

В результате проделанной работы, цель нашего мастер – класса достигнута, участники творческой деятельности научились использовать различные материалы и создавать красоту своими руками. И параллельно, в ходе такой активной творческой деятельности, каждый участник учится ценить, оценивать и беречь труд, созданный человеком.

***Воспитатель Карагайского филиала***

***Кузьминых Наталья Кирилловна***

**Мастер - класс «Поздравительная открытка в технике «Айрис Фолдинг»»**

*Человек познает не только умом, но и руками.*

*И главное – сердцем!*

*В искусстве иного познания нет.*

Педагогу необходимо постоянно учиться и самосовершенствоваться. На современном этапе развития актуальным становится выявление, обобщение и распространение инновационного педагогического опыта.

Одной из эффективных форм презентации собственного педагогического опыта работы является такая современная форма методической работы как мастер-класс. Почему именно мастер-класс? Он позволяет раскрыть творческий потенциал, продемонстрировать достижения и новые возможности. Мастер-класс -это технология обучения и главное средство передачи новой идеи своего педагогического опыта. Мастер-класс – это особая форма взаимодействия – сотрудничество, сотворчество, это эффективная форма учебного занятия, которая основана на «практических» действиях показа и демонстрации творческого решения определенной познавательной педагогической задачи.

Основной принцип мастер-класса: «Я знаю, как это сделать, и я хочу научить вас», чтобы посвятить в секреты и тонкости избранной технологии. Педагог выступает, как консультант и советник, помогающий организовать творческую работу, осмыслить наличие продвижения в освоении способов деятельности. Учимся делая и творя.

Представляю опыт проведения мастер-класса по декоративно-прикладному творчеству. Создание поздравительной открытки в технике Айрис Фолдинг, на основе практического опыта. Данный мастер-класс, может быть интересен воспитателям, по направлению декоративно – прикладное творчество, предназначен для использования в работе с детьми.

Во все времена дети любили творить, в творчестве развиваются индивидуальные способности, обеспечивается возможность успеха в избранной им деятельности. Занятие творчеством - это способ провести время с пользой, избавиться от стресса и приносит массу удовольствия внутреннему миру. Еще в древности говорили: «Труд избавит нас от трех зол: скуки, порока и нужды».

Большинство наших воспитанников не имеют достойных примеров социального поведения, поэтому не всегда связывают материальное благополучие с трудом и социально здоровым образом жизни. У детей сужен социальный опыт, ограничены коммуникативные возможности, эстетический вкус и творческие способности, а значит, затрудняется интеграция ребенка в общество.

Занятие рукоделием — это способ провести время с пользой, избавиться от стресса, украсить дом и создать бюджетные подарки. И если есть желание заняться рукоделием, но финансовые средства ограничены и не позволяют купить качественные материалы, стоит заняться Айрис Фолдингом.

Айрис Фолдинг в переводе означает – радужное складывание. Техника относится к художественно – эстетическому направлению. Это одно из модных направлений декоративно прикладного искусства.

Это творчество пришло к нам из Голландии, получило очень широкое применение. Радужное складывание помогает с помощью бумаги, клея создавать композиции с эффектом объемного изображения.

Техника – интересна, проста в исполнении. В работе можно использовать не только бумагу, но и кожу, и ленты. Один раз, усвоив прием работы радужного складывания можно воплощать и свою фантазию. Благодаря данной технике появляется дополнительная уникальная возможность украсить блокноты, альбомные странички и поздравительные открытки новыми яркими декоративными деталями и элементами. Изделия, выполненные в технике Айрис Фолдинг, используются для оформления интерьера, открытки или для оформления подарка, готовые работы выглядят ярко и восхитительно. Кажется, что повторить такое просто невозможно, в действительности техника радужного складывания не так сложна, как кажется на первый взгляд. При выполнении данной техники требуются: внимание, аккуратность и терпение.

Достоинство данной техники в том, что она позволяет расслабиться, забыть о проблемах в жизни.

Занятие рукоделием направлено на адаптацию личности, разностороннего развития и самореализации детей. Эстетическое воспитание направлено на профилактику отклонений в поведении и развитии личности ребенка, формирование у него позитивного интереса, в том числе и проведение досуга.

Актуальность данным занятием в социализации ребёнка путём приобщения его к полезной доступной деятельности, а с точки зрения психологии получаются эмоционально – разгрузочными, они служат стимулом для интеллектуального и эстетического развития воспитанников. Поделка, выполненная под руководством взрослого, создаёт атмосферу сотрудничества.

Можно купить готовую открытку, а можно выполнить работу в технике Айрис Фолдинг, и создать свою уникальную открытку. Открытка, выполненная в технике Айрис Фолдинг, станет прекрасным подарком тем, кто дорог, ведь этот подарок создан своими руками.

*Открытка — маленький подарок,*

*Но он, как луг весенний ярок,*

*Пусть привнесет подарок этот*

*В жизнь много радости и света.*

**Тема мастер - класса: «Поздравительная открытка техникой Айрис Фолдинг»**

*Цель мастер – класса:* передача своего опыта путём прямого и комментированного показа последовательности действий, методов, приёмов и форм педагогической деятельности в ходе изготовления открытки в технике Айрис Фолдинг.

*Задачи*

1. Познакомить с новой техникой Айрис Фолдинг.

2. Научить приемам работы в технике радужного складывания из полос цветной бумаги под углом, в виде закручивающей спирали.

3. Выполнить поздравительную открытку в технике Айрис Фолдинг (радужное складывание).

*Форма проведения*. Интегрированное занятие (теория и практика).

Для творчества, нам необходимы следующие инструменты и материалы: плотная бумага или лист картона А4, которая будет основой для работы, цветная бумага из которой будет складываться рисунок, ножницы, линейка, карандаш, для приклеивания полос клеящий карандаш (скотч), Айрис шаблон, скрепки, коврик.

Схему можно сделать самим или взять необходимый шаблон в интернете. Отдельно стоит сказать про шаблон для Айрис Фолдинга, он очень важен для работы, от него зависит часть успешной работы.

Выбор цвета бумаги зависит от ваших предпочтений, но можно применять одного цвета. Бумага для полосок не должна быть ломкой, перед применением выполнить несколько складываний, хорошо подходит бумага для ксерокса. Чем тоньше бумага, тем лучше, идеальна бумага оригами. Полоски бумаги должны быть чуть больше двойной ширины. (Если на схеме шаблоне полоска 1см, то полоска цветной бумаги нарезается шириной 3см, складывается пополам, если на схеме шаблоне полоска 1.5 см, то ширина цветной полоски из бумаги 4 см, складывается пополам)

Линия на Айрис шаблоне, это линия границы наклеивания полоски бумаги.

Цифры на Айрис шаблоне, это четкий порядок наклеивания полосок цветной бумаги. Выкладывание рисунка закручивается по часовой стрелке, согласно нумерации.

Квадрат в центре, заклеивается двумя полосками по диагонали.

Полоски цветной бумаги приклеиваются сгибом к центру схемы.

Клей не должен попадать на схему складывания. Клей наносится только на основу открытки, или на уже приклеенные полосы цветной бумаги.

***Принцип выполнения***

При создании открытки или любой другой работы в технике Айрис-фолдинг потребуется шаблон. Шаблон, при желании, возможно, разработать самостоятельно или воспользоваться уже разработанными шаблонами другими мастерами. В целях экономии времени я предлагаю готовые шаблоны.

Отдельно стоит сказать про шаблон, он очень важен для работы, от него зависит часть успешной работы. Выбираем схему – шаблон, у нас это яйцо.

Берем лист А4, необходимого цвета, для основы открытки, сгибаем пополам. Подбираем бумагу, подходящую по цвету, для полосок.

Производим, разметку бумаги, нарезаем необходимое количество полосок, нужного цвета, количество должно соответствовать фрагменту схемы. Полоски складываем пополам.

При помощи Айрис шаблона – схемы, переносим рисунок на основу открытки, вырезаем фрагмент по контуру, который мы должны заполнить. Кладем схему с лицевой стороны открытки. С изнаночной стороны схема должна быть видна, закрепляем.

Фрагмент шаблона начинаем заполнять полосками бумаги, согласно нумерации и цвета используем клеящий карандаш или скотч.

Заполнив фрагмент, переворачиваем открытку на лицевую сторону. Убираем шаблон. Изнаночная сторона заклеивается чистым листом бумаги. Внутри оформляем поздравление, пожелание. Рисунок с лицевой стороны, при необходимости дополняется деталями.

Поделка не сложная в выполнении, а за счет красивого расположения и чередования элементов у нас получается красивая открытка.

*Вот скрипнула калитка,*

*А вот и трель звонка!*

*Пасхальная открытка*

*Пришла издалека.*

Достоинства техники «Айрис Фолдинг» для воспитанников в том, что в данном процессе совершенствуется мелкая моторика рук, происходит тренировка глазомера, развитие конструктивного и пространственного мышления, художественного вкуса, творческих способностей, внимания, наблюдательности, воображения участников. Такие занятия способствуют воспитанию трудолюбия, аккуратности, точности в работе, а также творческой самостоятельности.

Позитивным результатом мастер-класса считаю результат, выражающийся в практическом овладении участниками новой технологией, освоение специальных знаний навыков и приемов по изготовлению открытки в технике радужного складывания, формирование мотивации к самообучению, самосовершенствованию, саморазвитию. Результат мастер – класса в том, что каждый сделал свой шаг на пути к мастерству. Я надеюсь, что первые шаги в данном виде творчества найдут продолжение в будущих работах. А мне остаётся только поблагодарить вас за внимание и участие в работе. Надеюсь, что знания, приобретенные на мастер-классе, помогут в решении творческих задач не только на занятиях с детьми, но и в жизни.

***Воспитатель Карагайского филиала***

***Анянова Светлана Павловна***

**Мастер-класс**

**«Возможности фотоаппарата, о которых вы даже не подозреваете»**

*Фотографы делают фотографии, не фотоаппараты.*

Актуальность мастер-класса связана, прежде всего, с необходимостью овладения участниками новыми техниками создания грамотной фотографии. Педагог в современных условиях должен быть готов к использованию различных технологий во внеурочной деятельности воспитанников.

Одним из перспективных направлений использования новых информационно-комму­никационных технологий для проведения обучения, включая дистанционные формы, для организации проектной деятельности участников является создание качественной фотографии.

Кроме того, в последние годы все шире на разных уровнях (от районного до всероссийского) проводятся многочисленные конкурсы и фестивали для педагогов и воспитанников, в которых обязательным требованием является создание в каком-либо жанре грамотной фотографии.

Цель мастер-класса: формирование знаний, умений и навыков овладения новыми техниками создания грамотной фотографии.

Задумывались ли вы когда-нибудь над тем, почему одни фотографии притягивают взгляд зрителя, а другие оставляют его равнодушным? Почему одни фотографы становятся победителями конкурсов, а другие так никогда и не обретут известность?

Одной из причин, по которой одни снимки выделяются на фоне других – мастерское владение искусством композиции кадра.

Для успешной фотографии необходимо владеть некоторыми навыками, такими, как: общение, наблюдение, реакция, отдых, навык «быть незаметным» и творческий подход. А также придерживаться простых правил построения композиции в кадре.

1. *Контраст.* Как привлечь внимание зрителя к вашей фотографии?

Более светлый предмет снимают на тёмном фоне, а тёмный на светлом.

Не фотографировать людей на жёлтом или коричневом фоне, цвет фото будет неестественным.

Не снимать людей на пёстром фоне, такой фон отвлекает внимание зрителя от модели.

2. *Размещение.* Важные элементы сюжета не должны быть хаотично размещены. Лучше, чтобы они образовывали простые геометрические фигуры.

3. *Равновесие.* Объекты, расположенные в разных частях кадра, должны соответствовать друг другу по объему, размеру и тону.

4. *Золотое сечение.* Было известно ещё в древнем Египте, его свойства изучали Евклид и Леонардо да Винчи. Самое простое описание золотого сечения: лучшая точка для расположения объекта съемки — примерно 1/3 от горизонтальной или вертикальной границы кадра. Расположение важных объектов в этих зрительных точках выглядит естественно и притягивает внимание зрителя.

5. *Диагонали.* Один из самых эффективных композиционных приемов — это диагональная композиция. Суть её очень проста: основные объекты кадра мы располагаем по диагонали кадра. Например, от верхнего левого угла кадра к правому нижнему. Этот приём хорош тем, что такая композиция непрерывно ведет взгляд зрителя через всю фотографию.

6. *Формат.* Если в кадре преобладают вертикальные объекты — снимайте вертикальные кадры. Если фотографируете пейзаж — снимайте горизонтальные кадры.

7. *Точка съемки.* Выбор точки съемки прямым образом влияет на эмоциональное восприятие снимка. Запомним несколько простых правил:

* Для портрета лучшая точка на уровне глаз.
* Для портрета в полный рост — на уровне пояса.
* Старайтесь кадрировать кадр так, чтобы линия горизонта не разделяла фотографию пополам. Иначе зрителю будет сложно сфокусировать внимание на объектах в кадре.
* Держите камеру на уровне объекта съемки, иначе вы рискуете получить искажённые пропорции. Объект, снятый сверху, кажется меньше, чем есть на самом деле. Так, снимая человека с верхней точки, на фотографии вы получите человека маленького роста. Фотографируя детей или животных, опуститесь до уровня их глаз.

8. *Направление.* Наш мозг привык читать слева направо, так же мы оцениваем и снимок. Поэтому смысловой центр лучше располагать в правой части кадра. Таким образом взгляд и объект съёмки как бы движутся навстречу друг другу.

При построении композиции всегда учитывайте этот момент.

9. *Цветовое пятно.* Если в одной части кадра присутствует пятно цвета, то в другой должно быть что-то, что привлечет внимание зрителя. Это может быть другим цветовым пятном или, например, действием в кадре.

10. *Движение в кадре.* Снимая движущийся объект (автомобиль, велосипедиста), всегда оставляйте свободное пространство впереди объекта. Проще говоря, располагайте объект так, как будто он только «вошёл» в кадр, а не «выходит» из него.

Таким образом, в ходе мастер – класса, мы рассмотрели данные правила и постарались отработать знания на практике. Учились при фотографировании находить нужное положение: каким образом встать, куда деть руки, как поставить ноги, чтобы в кадре они казались более длинными и стройными, как умело скрыть живот. Постарались не забыть о правилах кадрирования и рассмотрели, часто совершаемые, ошибки.

Применяя в своей работе все правила при фотографировании, мы не только усиливаем интерес к своим фотографиям, но и побуждаем интерес далее развиваться в этом направлении. Участники обретают самостоятельность и уверенность в своих возможностях. Занятия с использованием современной техники дают положительные результаты: а самое главное – как у детей, так и у взрослых появляется уверенность в своих возможностях, это повышает их самооценку, служит мотивацией к продолжению творческой деятельности.

***Воспитатель Карагайского филиала***

***Плешивых Светлана Моисеевна***

**Мастер - класс «Волшебные гофротрубочки»**

*«Нельзя растить полноценного человека*

*без воспитания в нем чувства прекрасного,*

*в этих словах просто и ясно выражена мысль*

*о нерасторжимости нравственного и эстетического*

*воспитания, о связи между эстетическими*

*идеалами и пониманием красоты как меры всех вещей.»*

*Р. Тагор*

В настоящее время педагоги в качестве средств развития художественно-творческих способностей детей всё больше применяют нетрадиционные техники, так как ребенку недостаточно привычных, традиционных способов и средств, чтобы выразить свои фантазии.

Гофротрубочки — так называется техника выполнения изделий, в которой для декорирования поверхностей или для создания объёмных фигур используют трубочки из гофрированной бумаги.

Цель моей работы: создание оптимальных организационно-педагогических условий для усвоения воспитанниками практических навыков работы с бумагой, в технике «гофротрубочки», воспитание творческой активности, общее и творческое развитие личности. У ребят идет развитие внимания, памяти, логического и пространственного воображения, развивается мелкая моторика рук и глазомер, художественный вкус, творческие способности и фантазии.

Гофротрубочки получаются путём накручивания бумаги на палочку, карандаш или спицу с последующим сжатием. Сжатая гофротрубочка хорошо держит форму и имеет множество вариантов исполнения и использования. Для работы в технике «Гофротрубочки» понадобятся материалы и инструменты. Для изготовления гофротрубочек идет специальная гофрированная бумага(можно взять цветные салфетки – дешевый и не менее интересный материал), деревянные шпажки (спицы), ножницы, клей «ПВА», кисточки для клея. Гофротрубочки - замечательный материал для детского творчества! Яркий, красочный, лёгкий в изготовлении. Мы будем скручивать их из гофрированной бумаги с помощью двух деревянных палочек (спиц) и маленькой помощницы - прищепки. А затем из этого разноцветного богатства будем создавать зверей и птиц, цветы и растения, будем выкладывать орнаменты и узоры! Из заготовок, гофротрубочек делаются основные элементы. У них тоже есть названия (капелька, завиток, листочек, дуга, пружинка и т.д.). Мы делаем и очень простые работы, и сложные. С какими-то поделками воспитанники справятся сами, а в некоторых случаях, нужна будет помощь взрослого. Поделки из гофротрубочек невесомые, ими можно украшать новогоднюю ёлку, делать открытки к праздникам, собирать фигурки в композиции, разыгрывать сценки, делать иллюстрации к сказкам, прикреплять их к стендам на двухсторонний скотч, использовать для создания мультфильмов в детских студиях. Как правило, наиболее часто создаем двойную гофротрубочку. Для этого берем прямоугольный лист бумаги нужных размеров, с обеих сторон листа бумагу начинаем накручивать на две палочки, которые сходятся в центре листа бумаги. При создании одинарной трубочки можно разрезать двойную, можно и на одну спицу намотать одну полоску бумаги. При накручивании бумаги важно проследить, чтобы она достаточно плотно прилегала к палочке (спице). После скручивания, палочки с намотанной бумагой ставим вертикально на твердую поверхность и равномерно стягиваем бумагу вниз — такой способ готовой бумажной трубочке придает эффект гофрирования. Сжатая гофротрубочка хорошо держит форму и имеет множество вариантов исполнения и использования. С помощью гофрированных трубочек, которые хорошо держат форму и выглядят очень эффектно, можно создавать самые удивительные композиции. Кроме того, они могут служить, в качестве элемента декора для других рукодельных поделок. Гофротрубочками можно обклеивать разные предметы, нанизывать на проволоку и делать всевозможные поделки. Гофротрубочки - это очень простой, по технике выполнения, вид ремесла, экономичный во времени, недорогой в материальном плане и красивый.

Используя в своей работе эту нетрадиционную технику, мы не только привлекаем воспитанников к данному виду деятельности, но и побуждаем у них интерес к необычным способам и техникам. Дети обретают самостоятельность и уверенность в своих возможностях. И занятия с использованием такой техники дают положительные результаты: работы отличаются своей оригинальностью, необычностью, яркостью, воспитанники находят им практическое применение, активно участвуют в конкурсах и выставках, а самое главное – у детей появляется уверенность в своих возможностях, это повышает их самооценку, служит мотивацией к продолжению творческой деятельности.

***Педагог - психолог Карагайского филиала***

***Кайгородова Ксения Сергеевна***

**Мастер - класс «Психологическое здоровье педагогов. Техники быстрого самовосстановления»**

Одним из приоритетных направлений в работе педагога-психолога с педагогическим коллективом является профилактика эмоционального выгорания. Поэтому, как минимум 1 раз в квартал, проводится 1 занятие из цикла «Профилактика эмоционального выгорания». Это первое занятие, где вводится понятие психологическое здоровье, актуализируются знания педагогов по укреплению и восстановлению психологического здоровья. На практике педагоги знакомятся с некоторыми упражнениями для быстрого самовосстановления.

Психологическое здоровье – это такая абстрактная категория самочувствия человека, которая на первый взгляд не так уж и важна для нормального функционирования человека. Но она необходима для формирования чувства счастья и удовлетворения жизнью.

Психическое здоровье — это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить свой вклад в сообщество.

Как вы знаете, в педагогической работе достаточно сложно бывает сохранить эмоциональное благополучие и психологический баланс. А ситуация длительного стресса неминуемо приводит к постепенному угасанию интереса к работе и профессиональному выгоранию педагогов. Поэтому, крайне важно уметь сбрасывать накопившееся напряжение и восстанавливать благоприятное психологическое самочувствие.

**Эффективные диагностики риска профессионального выгорания**

* + - * Опросник «Профессиональное выгорание» (Методика Н. Е. Водопьяновой на основе модели К. Маслач и С. Джексон).
* Диагностика уровня эмоционального выгорания (В.В.Бойко).
* Диагностика уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко (в модиф. Е.Ильина).
* Опросник «Экспресс-оценка выгорания» (В. Каппони, Т. Новак).
* Методика «Колесо жизненного баланса».
* Модификация техники «Кувшин самоценности».

Они могут быть использованы психологом или самим педагогом для проведения самодиагностики своего профессионального состояния. Если по результатам выполненной методики вы видите чрезвычайно высокий риск развития профессионального выгорания – вам необходимо обратиться за профессиональной помощью. Кроме этого, важно иметь ввиду, что окончательный результат диагностики может проанализировать только профессиональный психолог.

При подготовке мастер – класса с педагогами преследовалась следующая цель: развитие групповой сплоченности коллектива, коммуникативных навыков педагогов (эмпатия, рефлексия), а также эмоциональной готовности педагога к инновациям в системе воспитания (снятие тревоги и неуверенности).

**Задачи**

1. Познакомить педагогов с понятием «синдрома профессионального выгорания», его причинами, стадиями, способами профилактики.
2. Актуализировать знания о различных способах психической саморегуляции.
3. Снизить уровень психического выгорания и эмоционального напряжения.

**План проведенного мастер-класса**

1. Упражнение на установление положительного эмоционального взаимодействия, настроя на работу «Я могу у вас научиться».
2. Обсуждение «Психологическое здоровье – что это?».
3. Групповая работа «Образ выгоревшего человека».
4. Тренинговое упражнение «Шарик гнева».
5. Информационный марафон «Способы сохранения психологического здоровья».
6. Арт-терапевтическое упражнение «Мой стресс».
7. Тренинговое упражнение «Капризный джин».
8. Рефлексия.
9. Домашнее задание «100 мечт».

При проведении упражнения «Я могу у вас научиться» педагоги озвучивают 2 аспекта: что именно они ценят в коллегах и чем гордятся они сами. Обязательно нужно ненавязчиво дать возможность сформулировать свои мысли каждому участнику занятия.

В групповом обсуждении «Психологическое здоровье – что это?», важно не только выслушать мнение коллег по данному вопросу, но и донести наглядно информацию о некоторых способах сохранения и укрепления психологического здоровья человека.

Следующим этапом занятия – стало выполнение группой педагогов рисунка «Образ выгоревшего человека». Коллеги выполняют рисунок в связи со своим представлением об эмоциональном состоянии и психологическом здоровье выгоревшего человека. Затем при помощи группового штурма педагоги предлагают варианты восстановления человека, создавая таким образом, банк идей для профилактики эмоционального выгорания.

Тренинговое упражнение «Шарик гнева» требует дополнительной подготовки, и все участники получают 2 шарика для проведения эксперимента. Затем предлагается надуть 1 шарик своим раздражением, усталостью, гневом и отпустить его. Все шарики выполняют неконтролируемый полет. Проводится анализ причин такой реакции инвентаря. Затем педагогам вновь предлагается наполнить шарик своими негативными эмоциями и не отпуская его, постепенно спускать воздух, ослабляя зажим. Педагоги сделали вывод о том, что нельзя долго копить свое напряжение, ожидая стрессовой разрядки, а необходимо устраивать себе различные ситуации для экологичного сброса накопившегося напряжения.

В информационном марафоне «Способы сохранения психологического здоровья» следует обратить внимание на наглядность каждого пункта, сопровождая информацию презентацией, собственными жизненными примерами.

**Как сохранить свое психическое здоровье?**

1. Питание. Пища, влияет как на физическое, так и на психическое здоровье, не зря говорят: "Ты есть то, что ты ешь". Избыточное потребление некоторых продуктов (соль, сахар, лук, чеснок, перец Чили, газированные напитки) может увеличить производство гормонов в организме, которые способствуют гневу и раздражительности во время эмоционального напряжения. Обильное питье воды, наоборот, помогает управлять эмоциями.

2. Физическая активность. Физическое здоровье тесно связано с психическим здоровьем. Упражнения не только укрепляют мышцы, сердце, но и способствуют образованию гормонов - эндорфинов, которые улучшают настроение и действуют как естественные энергетики. Важно правильно сочетать физическую нагрузку и достаточный отдых (от 7 до 8 часов сна каждую ночь), отдыхать вовремя, а не когда «падаешь от усталости». Прогулки на свежем воздухе с достаточным количеством солнечного света (от 10 до 15 минут в день).

3. Принимайте свои чувства. Гнев, печаль, страх и чувство крушения идеалов или целей — все это очень неприятно, и многие пытаются избежать беспокойства, отвергая от себя эти чувства. Иногда в стремлении избежать беспокойства мы стараемся скрыть эмоции, что может приводить к деструктивному поведению — ложной отстраненности или хладнокровию. Пытаться подавить эмоции, мы теряем тем самым способность воспринимать нормальные радости и огорчения, являющиеся частью наших взаимоотношений с другими людьми.

Неприятные эмоции — нормальная реакция на многие (не нормальные) ситуации. Нет причины стыдиться тоски по дому или страха, когда учишься кататься на лыжах, или злости, когда тебя кто-то обманул. Эти эмоции естественны, и лучше признать их, чем отрицать. Когда эмоции нельзя выразить непосредственно (например, глупо делать выговор своему начальнику), можно найти иной выход для снятия напряжения. Долгая прогулка, игра с мячом или обсуждение ситуации с другом, возможно, помогут гневу рассеяться.

4. Управление своими эмоциями. Умение управлять гневом и негативными эмоциями - важный фактор хорошего психического здоровья и показатель вашего эмоционального интеллекта. Есть определенные приемы (счет от 20 до 0, дыхательные упражнения) методы релаксации, которые можно использовать для борьбы с гневом и раздражительностью, такие как йога и медитация. Подберите для себя адекватный способ выражения негативных эмоций (проговорить, продышать, нарисовать…). Проговорить можно, назвав свои чувства: «Я чувствую себя…, когда…». Вместо: “Вы меня обманываете”, лучше: “Я чувствую себя обманутым”. Вместо: “Вы грубый человек”, лучше скажите: “Я очень огорчен тем, как вы со мной разговариваете”, «Я чувствую себя расстроенным, когда со мной так разговаривают».

5. Знайте свои слабые места. Если вы знаете, какие ситуации вызывают у вас расстройство или чрезмерную реакцию, это поможет оградить себя от стресса. Вы можете избежать их или попытаться понять, что в них такого, что вас беспокоит. Если вы постараетесь точно указать причину своего дискомфорта, возможно, вы увидите ситуацию в новом свете.

6. Меняйте мышление с негативного на позитивное. Для начала нужно прекратить ежедневно накачивать себя отрицательной информацией, перестаем критиковать существующие порядки, неугодных соседей, сослуживцев и т.д. Учимся замечать и радоваться самым простым вещам: первому весеннему цветку, долгожданному отпуску, который проведете всей семьей, новому магазину, который построили рядом с вашим домом…

7. Тщательное планирование и перерывы в работе помогут вам избежать чувства подавленности в последнюю минуту. Многие люди особенно беспокоятся, когда находятся под давлением. Стратегия, целенаправленно оставляющая вам больше времени, чем нужно по вашим представлениям, чтобы успеть на деловую встречу, поможет устранить этот источник стресса.

8. Развивайте свои таланты и интересы. У скучающих и несчастных людей редко бывает много интересов в жизни. Современные программы образовательных учреждений дают почти неограниченные возможности людям всех возрастов изучить свои таланты во многих областях, включая спорт, науку, музыку, искусство, театр и ремесла. Зачастую чем больше вы знаете, умеете, тем интереснее и жизнь для вас становится. Чувство компетентности, приходящее при развитии навыков, может многое сделать для поддержки самоуважения.

9. Научитесь улыбаться. Не так уж сложно «повесить» на свое лицо «дежурную улыбку вежливости», улыбнуться прохожему, обратившемуся к вам с вопросом.

Проводя арт-терапевтическое упражнение «Мой стресс», педагогам предлагается на протяжении 1 минуты нарисовать свои эмоции на листе бумаги, а затем сделать с этим стрессом все, что захочется: разорвать на мелкие кусочки, смять, сжечь. После проведения упражнения обязательна рефлексия терапевтического эффекта. Если цель не достигнута, возможно повторение манипуляций со стрессом.

Тренинговое упражнение «Капризный джин» очень быстрое и информативное. В течение 5 секунд каждому участнику необходимо написать свою мечту. Затем желания анализируются. Например, написано дом – показывается картинка шалаша или избушки, с вопросом: Вас устроит? Если написаны деньги, то даем 5 рублей со словами: ваша мечта исполнилась и т.д. Потом проводится анализ загаданных желаний и анализ причин несоответствия желаний с итогами исполнения. Формулируется правило загадывания желаний.

Коллеги делятся своими эмоциями от проведения занятий и напоследок, в качестве домашнего задания, педагогам предлагается выполнить практику «100 мечт».

Итогом проведенного занятия стало повышение знаний педагогов о практиках быстрого самовосстановления и сохранения своего психологического здоровья. Педагоги проанализировали свои эмоциональные составляющие, пришли к выводу, что им следует начать работу над профилактикой эмоционального выгорания. Эмоциональное состояние педагогов в конце занятия – благоприятное. Получены положительные отзывы от коллег по результатам групповой работы.

***Воспитатель Карагайского филиала***

***Царькова Мария Петровна***

**Мастер - класс «StringArt» (картина из гвоздей и нитей).**

Проблема социально-трудовой адаптации детей является одной из самых актуальных и острых проблем в современном обществе. Большинство выпускников учреждений для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, недостаточно подготовлены к выбору своего жизненного пути.

В современном обществе стремительно возрастает потребность в воспитании творческой, неординарно мыслящей личности. Изменения в социально-экономической, нравственной и культурной среде вносят корректировки в само понятие «творческая личность», которая в современной психолого-педагогической литературе трактуется как личность социально адаптированная, способная к активным и творческим преобразованиям окружающего мира в любом виде деятельности, к поиску оптимальных оригинальных решений поставленных задач.

Декоративно-прикладное творчество обогащает творческие стремления подростков преобразовать мир, развивает нестандартность мышления, свободу, раскрепощенность, индивидуальность, умение наблюдать, а также видеть в реальных предметах новизну. Творческая деятельность существенно влияет на трудовое и эстетическое воспитание, позволяет рационально использовать свободное время подростков.

В настоящее время не составит труда приобрести необходимые материалы и комплектующие, поэтому поспешите создать нечто эксклюзивное и неповторимое в деталях, чтобы украсить свой дом или сделать подарок близкому человеку.

Каждое новое творческое начинание для человека – не просто умение, навыки, опыт: это ещё и способ развития мыслительной активности, согласно взаимосвязи «рука и мозг».

Научиться стринг-арту просто, а возможности его практически безграничны.

Стринг - арт – картины из гвоздей и ниток, творчество совсем не новое, однако, очень известное в виду своей красоты и оригинальности.

Этот вид хенд-мейд искусства заключается в рисовании нитями — натягиваемые на гвоздики на доске, нити образуют картину. «String» с английского языка переводится как «струна» или «верёвка», ещё этот необычный вид рукоделия называют «изонить»: от «изображение» + «нить».

Единого мнения о том, как появился этот вид искусства, нет. По одной из версий, его придумали английские ткачи в XVII веке. Они создавали ажурные украшения для дома при помощи дощечек, ниток и гвоздей.

Каждый из нас ежедневно подвергается различным стрессам, плетение из ниток и гвоздей успокаивающе действует на психику, техника «Стринг-арт» включена в перечень приемов арт-терапии.

Занимаясь данной техникой, у ребенка развивается терпение, внимательность, усидчивость и фантазия.

Сегодня в этой технике выделяют три основных направления:

- создание абстрактных картин и рисование геометрических фигур;

- создание несимметричных художественных изображений (портретов, пейзажей — по сути, любых картинок);

- объёмное рисование нитями.

Цель: создание условий для профессионального и личностного развития педагога; знакомство педагогов и воспитанников с техникой работы в стиле «Стринг-арт».

Моя задача, как педагога и воспитателя помочь ребятам: раскрыть их творческий потенциал, создать ситуацию успеха в значимой для ребёнка деятельности, подготовить к будущей самостоятельной жизни.

В 2022 году мной был проведен мастер – класс по изготовлению картин в технике «Стринг-арт».

На первом этапе изучили виды и технику выполнения работ. Для работы нам понадобилось:

* деревянная дощечка (подойдёт также кусок ДСП или подобного материала, в который легко забить гвозди, главное — чтобы доска была достаточной толщины);
* при желании — краска, морилка или другое покрытие для подготовки доски (можно делать картинку и на чистой доске);
* гвозди с шляпкой, длина гвоздя — 1−2 см (можно чуть длиннее, важно, чтобы кончики гвоздей не вылезли с изнанки);
* небольшой удобный молоток;
* прочные нити для создания рисунка (для начала подойдёт «Ирис» или не слишком толстые и пушистые нитки для вязания, можно использовать и швейные нитки, мулине и так далее);
* карандаш или маркер для нанесения разметки на доску;
* плоскогубцы;
* ножницы;
* шаблон рисунка (скопированный, распечатанный или созданный самостоятельно).
* для упрощения натягивание ниток можно использовать простую шариковую ручку.

Выбрав для себя необходимый материал, начали подготовку к реализации творческой деятельности.

**Технология создания работы в технике «Стрит-арт»**

* Сначала подготовьте основу: отполируйте наждачной бумагой края, покройте морилкой, краской или лаком, если этого требует художественный замысел.
* Второй шаг – перенесите рисунок на дощечку. Линии наносите очень твердым простым карандашом, едва касаясь поверхности. Если рисунок очень сложный, распечатайте его на бумаге, прикрепите к основе, когда закончите, вы сможете удалить лист пинцетом по частям.
* Наметьте точки расположения гвоздей. Они должны размещаться на равном расстоянии друг от друга.
* Вбейте гвозди на небольшую глубину. Старайтесь, чтобы они находились строго перпендикулярно по отношению к основе. Если не хотите травмировать пальцы, придерживайте гвоздики плоскогубцами.
* Теперь, когда контур готов, можно приступать к натягиванию нитей. Для этого привяжите нитку к центральному верхнему гвоздику. Узелок должен быть маленьким и аккуратным, кончик обрежьте. Нить протяните по диагонали, чтобы получился острый угол. Таким образом, соедините нитью все гвоздики. Когда закончите, закрепите кончик и обрежьте.

Различные картины, выполненные в этом стиле, украсят любой интерьер. Также работа, изготовленная своими руками, будет отличным подарком для близких людей.

Мастер-класс – это эффективная форма передачи знаний и умений, обмена опытом обучения и воспитания, центральным звеном которой является демонстрация оригинальных методов освоения определенного содержания при активной роли всех участников занятия.

Педагог проводит занятие, демонстрируя приёмы эффективной работы. Проводя мастер-класс, педагог никогда не стремится просто передать знания. Он старается задействовать участников в процесс, сделать их активными, разбудить в них то, что скрыто даже для них самих, понять и устранить то, что ему мешает в саморазвитии. Все задания педагога и его действия направлены на то, чтобы подключить воображение детей, создать такую атмосферу, чтобы они проявили себя как творцы. Это мягкое, демократичное, незаметное руководство деятельностью. Педагог создаёт атмосферу открытости, доброжелательности, сотворчества в общении. Ведь нельзя навязать ребенку стремление к творчеству, заставить его мыслить, однако, можно предложить ему разные способы достижения цели и помочь ему ее достичь, научить приемам, необходимым для этого.

Не секрет, что выпускники учреждений для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, практически не подготовлены к реальной жизни. Они, выходя из стен учреждений, где находились на полном государственном обеспечении, где их кормили и поили, покупали одежду и учебники, трудно приспосабливаются на новых местах, не могут экономно расходовать денежные средства, делать покупки, готовить еду. И эта проблема с каждым годом становится все серьезней. Зачастую, вернувшись домой, воспитанники, не сумев нормально обустроиться, идут по стопам пьющих родителей, совершают преступления и т.п. Поэтому считаю, что подобные виды деятельности особенно эффективны для воспитанников центра помощи детям.

Сегодня особенно важно не только показать и помочь выпускнику в выборе профессии, но и сформировать самостоятельность мышления, инициативу и ответственность, активность и предприимчивость, умение самостоятельно разрешать возникающие проблемы.

Благодаря проведению таких занятий, мы готовим детей к самостоятельной жизни, создавая изделия своими руками, у воспитанников появляется возможность выйти на рынок труда, т.к. ручной труд всегда имеет свою индивидуальную цену и уникальность.

Подготавливаясь к проведению мастер-класса, педагог решает важную задачу: каким будет оптимальный способ донесения собственного опыта к конкретной аудитории. Мастер-класс отличается от обычных обучающих форм тем, что педагог максимально использует наглядность, основанную на опыте. Именно демонстрация своего собственного опыта позволяет достигать высоких результатов за максимально короткое время.

Занимаясь такой творческой деятельностью, мы с ребятами участвуем в конкурсах разного уровня. И здесь есть успехи!

Важной особенностью мастер-класса является решающее значение педагога, который во время обучения демонстрирует индивидуальную концепцию работы. Это лично его способ научить, включающий индивидуальную совокупность обучающих приемов, характерных только для него.

Изучив данную технику, выполнив работу, мне захотелось, чтобы это увидели и применили в своей деятельности педагоги, а ребята узнали, что из самых простых вещей можно делать удивительные вещи.

Ну, и как результат - поставленная цель достигнута, участники мастер-класса познакомились с техникой работы и остались очень довольны, полученным практическим опытом, а я – положительными отзывами.

***Психолог ОССД в Верещагинском районе***

***Тетенова Ольга Михайловна***

**Консультация для подростков «Выбор профессии»**

Возможно, вы еще не выбрали будущую **профессию,** но какое-то представление о том, что и как вам хотелось бы выполнять на работе, у каждого из вас имеется. Ответив на вопросы теста, вы можете уточнить для себя те части образа **профессии,** которые вы видите пока не очень отчетливо или не думали о них. Тестирование. *(Приложение №1)*.

Итак, **выбор профессии** - случайность или судьба? Вопрос не из легких. Кто-то делает **выбор профессии легко и неосознанно,** полагаясь на интуицию, другие - на мнение значимого окружения. Иные - напротив, долго не могут решиться и остановиться на определенной **профессии:** понимают, насколько важно подобрать ремесло *«по душе»*. Найдутся и те, для которых самое главное при **выборе профессии – размер заработка.** Но насколько оправданы подобные решения?

Каждый человек имеет высокую вероятность успеха на определенной должности. Умения и способности, необходимые для конкретной **профессии,** возможно, уже известны; а кому-то еще не известны. Также при отборе кандидатов на место работы работодатель сосредоточен на поиске самого подходящего по личностным характеристикам, чтобы нанять такого подходящего кандидата на работу.

В научной психологии **профессии** различаются по следующим типам: *«человек-природа»*, *«человек-техника»*, *«человек - знаковая система»*, *«человек - художественный образ»* и *«человек-человек»*.

***«Человек-природа»***

Если вы любите работать в саду, огороде, ухаживать за растениями, животными, любите предмет биологию, то этот тип **профессий** для вас Специалистам этой области приходится:

- изучать, анализировать, исследовать состояние, условия жизни растений или животных (агроном, зоотехник, животновод, садовый дизайнер, микробиолог, гидробиолог, агрохимик);

- выращивать растения, ухаживать за животными (лесовод, полевод, цветовод, овощевод, птицевод, животновод, садовод, пчеловод);

- проводить **профилактику** заболеваний растений или животных *(*ветеринар, врач карантинной службы*)*.

Требования к этому типу **профессий:** развитое воображение, наглядно-образное мышление, хорошая зрительная память, наблюдательность, способность предвидеть и оценивать изменчивые природные факторы, поскольку результаты деятельности выявляются по прошествии довольно длительного времени. Специалист должен обладать терпением, настойчивостью, должен быть готовым работать вне коллективов, а иногда в трудных погодных условиях.

***«Человек - техника»***

Если вам нравятся лабораторные работы по физике, химии, электронике, если вы делаете модели, разбираетесь в бытовой технике, если вы хотите создавать, эксплуатировать или ремонтировать машины, механизмы, аппараты, станки, то **профессии типа** *«человек-техника»* для вас. Большинство **профессий** этого типа связано с созданием, монтажом, сборкой технических устройств, с эксплуатацией технических устройств, с ремонтом технических систем, приборов, механизмов.

Требования к этому типу **профессий:** хорошая координация движений, точное зрительное, слуховое, вибрационное и тактильное восприятие; развитое техническое и творческое мышление и воображение, умение переключать и концентрировать внимание, наблюдательность.

***«Человек - знаковая система»***

Если вы любите выполнять вычисления, чертежи, схемы, вести картотеки, систематизировать различные сведения, если вы хотите заниматься программированием, экономикой или статистикой, то тип этих **профессий для вас. Профессии** *«человек-знаковая система»* связаны переработкой информации, различаются по особенностям предмета труда. Это могут быть:

- тексты на родном и иностранных языках (редактор, корректор, машинистка, телеграфист, делопроизводитель, наборщик);

- цифры, формулы, таблицы *(*программист, оператор ЭВМ, экономист, бухгалтер, статистик);

- чертежи, схемы, карты (**конструктор,** инженер-технолог, чертежник, копировальщик, штурман, геодезист);

- звуковые сигналы *(*радист, стенографист, телефонист, звукооператор).

Требования к этому типу **профессий:** хорошая оперативная и механическая память, способность к длительной концентрации внимания, усидчивость, терпения, точность восприятия (память, логическое мышление).

***«Человек - художественный образ»***

Большинство **профессий этого типа связано:**

- с созданием, проектированием художественных произведений (писатель, художник, композитор, модельер, архитектор, скульптор, журналист, хореограф);

- с воспроизведением, изготовлением различных изделий по образцу (ювелир, реставратор, гравер, музыкант, актер, столяр-мебельщик);

- с размножением художественных произведений в массовом производстве (мастер по росписи фарфора, шлифовщик по камню и хрустаю, маляр).

Требования к этому типу **профессий:** художественные способности, развитое зрительное восприятие, наблюдательность, зрительная память, наглядно-образное мышление, творческое воображение, умение эмоционально воздействовать на людей, желание демонстрировать свои художественные способности.

***«Человек-человек»***

Большинство **профессий этого типа связано:**

- с воспитанием, обучением людей (воспитатель, учитель, спортивный тренер);

- с медицинским обслуживанием (врач, фельдшер, медсестра, няня);

- с бытовым обслуживанием (продавец, парикмахер, официант, вахтер);

- с информационным обслуживанием (библиотекарь, экскурсовод, лектор);

- с защитой общества и государства (юрист, полицейский, инспектор, военнослужащий).

Многие должности: директор, бригадир, начальник цеха, **профсоюзный** организатор – связаны с работой с людьми, поэтому ко всем руководителям предъявляются те же требования, что и к специалистам типа *«человек-человек»*.

Требования к этому типу **профессий:** стремление к общению, умение легко вступать в контакт с незнакомыми людьми; устойчивое хорошее самочувствие при работе с людьми; доброжелательность, отзывчивость, выдержка, умение сдерживать эмоции, способность анализировать поведение окружающих и свое собственное, понимать намерения и настроение других людей, способность разбираться во взаимоотношениях других людей, умение улаживать разногласия между ними, организовывать их взаимодействие; способность мысленно ставить себя на место другого человека; умение слушать, учитывать мнение другого человека, способность владеть речью, мимикой, жестами, развитая речь, способность находить общий язык с разными людьми; умение убеждать людей; аккуратность, пунктуальность, собранность; знание психологии людей.

Заключительная часть

Вы прошли тестирование, после обработки результатов мы выяснили, к какому именно типу **профессиональной** деятельности вы склонны.

Дискуссия, обсуждение темы:

*«Лучше выбирать компромисс между потребностями и способностями»*

Итак, выводы, которые мы сегодня сделали *(резюме)*:

**Выбор профессии — не минутное дело,** оно может оказаться самым трудным **выбором в твоей жизни.**

***Советы***

• Подумай, чем бы хотелось заниматься именно тебе. Обязательно размышляй над тем, как осуществить свою мечту. Не останавливайся на мысли: “Я буду бизнесменом, у меня будет сотовый телефон и «мерседес»!

• Не старайся поступать туда, куда хотят поступить твои друзья. Поверь, ты найдешь себе новых друзей, тем более что вы будете заниматься тем, что вам интересно.

• Разузнай больше о той **профессии,** какую хочется тебе выбрать. Если это возможно, побывай в том месте, где, как ты предполагаешь, тебе придется работать впоследствии, поговори с людьми, которые уже занимаются этим делом.

• Отдавай себе отчет, что решение не может быть абсолютным и что в любое время в твоей жизни могут произойти перемены.

• Попробуй протестироваться у психолога. Тесты могут помочь выбрать правильное направление.

• Постарайся не заблуждаться по поводу своих возможностей. Лучше осознавать свои реальные силы, чем падать с высоты, которую наметил, но не осилил.

• Не поддавайся чувству страха — это нормальное состояние, которое испытывают все люди перед **выбором.**

• Иногда полезно начинать свою карьеру с практики, а не с теории. Например, многие удачливые врачи начинали работать медсестрами или медбратьями.

• Постарайся обратить особое внимание на те предметы, которые необходимы для поступления в выбранное учебное заведение.

• Не откладывай на завтра то, что можно узнать сегодня. Пытайся узнать все: как поступают, как учатся, как устраиваются работать после окончания обучения. Это поможет сложиться твоему представлению о том, что делать дальше.

• Старайся участвовать во внешкольных мероприятиях — это поможет тебе научиться общению и правильному поведению в коллективе.

ВЫБЕРИ СВОЙ ПУТЬ!

Стремись к **профессиональному становлению.**

Твой **выбор профессии** сегодня – шаг навстречу своему будущему.

*Приложение №1*

**ТЕСТ *«Предпочтительные виды профессиональной деятельности****»*

ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Читайте внимательно утверждения.**

Если вы соглашаетесь с ними, то ставьте рядом знак *(+)*.

Если не соглашаетесь, ставьте знак *(-)*.

Если вы не можете на вопрос ответить определенно, не вписывайте ничего.

**Утверждения I.**

1. Охотно и постоянно слежу и ухаживаю за растениями и животными.

2. В школе больше всего я любил урок биологии.

3. Я охотно узнаю о растительном и животном мире.

4. Окружающие считают, что у меня есть способности к работе с растениями или животными.

5. Интересуюсь охраной природной среды, леса, животных.

6. Охотно наблюдаю за животными или рассматриваю растения.

**Утверждения II.**

1. Охотно и подолгу могу что-либо мастерить, чинить.

2. То, что я делаю своими руками, обычно вызывает интерес у окружающих.

3. Охотно читаю об устройствах механизмов, машин, приборов.

4. Окружающие люди считают, что у меня есть способности к работе с техникой.

5. Вещи, сделанные мной, одобряют и незнакомые люди.

6. Люблю разбираться в устройстве механизмов, машин, приборов.

**Утверждения III.**

1. Охотно и подолгу могу что-нибудь подсчитывать.

2. Обычно я делаю мало ошибок в письменных текстах.

3. Охотно разгадываю кроссворды, головоломки, ребусы.

4. Обычно мне удается ясно для других излагать мысли в письменной форме.

5. Без особого труда усваиваю ранее незнакомые или иностранные слова.

6. Без особых усилий и охотно разбираюсь в схемах, графиках, чертежах, таблицах.

**Утверждения IV.**

1. Люблю ходить в музеи, театры, на художественные выставки.

2. Активно участвовал бы в художественной самодеятельности.

3. Я артистичен и хотел бы попробовать играть на сцене.

4. Результаты моего художественного творчества одобряли даже незнакомые люди.

5. Подолгу, не уставая, могу заниматься любимой художественной работой (музыкой, рисованием и т. п.).

6. Охотно попробовал бы свои силы в живописи, музыке, поэзии.

**Утверждения V.**

1. Легко знакомлюсь с новыми людьми.

2. Люблю деятельность, при которой людей нужно чем-нибудь занять, увлечь делом, помочь в чем-то.

3. Легко улаживаю разногласия между конфликтующими людьми.

4. Я почти никогда не ссорюсь.

5. Мне часто случается помогать незнакомым людям.

6. Мне обычно удается убеждать людей в том, что нужно делать так, а не иначе.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Обработка *(для психолога)*.**

Подсчитывается кол-во баллов каждой группы утверждений.

1- человек-природа

2- человек-техника

3- человек-знаковый символ

4- человек-худож. образ

5- человек-человек

Обследуемый склонен к тому типу **профессий,** по которому он набрал больше баллов. Некоторые имеют предрасположенность к нескольким видам **профессиональной деятельности.**

***Социальный педагог Верещагинского района***

***Машьянова Ольга Владимировна***

**Консультация «Развитие дивергентного мышления детей»**

Информация, полученная человеком из окружающего мира, позволяет ему представлять не только внешнюю, но и внутреннюю сторону предмета, представлять предметы в отсутствие их самих, предвидеть их изменение во времени. Все это возможно благодаря процессу мышления. В психологии под мышлением понимают процесс познавательной деятельности индивида, характеризующийся обобщенным и опосредованным отражением действительности. Предметы и явления действительности обладают такими свойствами и отношениями, которые можно познать непосредственно, при помощи ощущений и восприятий (цвета, звуки, формы, размещение и перемещение тел в видимом пространстве).

Психолог из США Джой Пол Гилфорд предложил два вида мышления: конвергентное и дивергентное. Конвергентный тип мышления, направлен на решение задач с помощью четкого алгоритма действий. Конвергентное мышление (от латинского «соnvergere» сходиться) Дивергентный (от латинского «divergere» – расходиться) метод творческого мышления, который заключается в «веерообразном» поиске множества решений одной и той же проблемы и на основе одних и тех же данных.

Дивергенция – это своего рода неординарность восприятия, мышления и подхода к решению задач, это способность подключать и использовать информацию одновременно из разных областей знаний, часто несовместимых на первый взгляд, это в том числе и нестандартное, гибкое мышление, выходящее за рамки общепринятых стереотипов. Дивергентное мышление используется человеком тогда, когда нужно выдать множество решений на основе одних и тех же данных. Поэтому понятие дивергентность тесно связано с воображением и творчеством.

В современном мире очень востребованы люди, обладающие дивергентным мышлением, потому что они способны:

• Быть инициативными, целеустремленными и нацеленными на действия.

• Критически оценивать предоставляемую информацию, проверять надежность источников, ставить под сомнение предположения, искать противоречивые факты, свидетельства и определять наиболее ценные данные, которые необходимо использовать, чтобы делать обоснованные выводы, интерпретацию, заявления и решения.

* Использовать новую информацию и технологии в творческих и инновационных методах.
* Успешно и гибко взаимодействовать и сотрудничать, и эффективно использовать информационные средства.

Способности человека к дивергентному мышлению оценивают по нескольким критериям:

• Беглость**:** определяется числом идей, рождающихся в определенную временную единицу.

• Оригинальность: умение отойти от стереотипов и шаблонов, выдвигая идеи, отличные от типовых.

• Чувствительность**:** способность воспринимать необычные моменты в деталях, видеть неопределенность или противоречия, а также умение оперативно переходить от одной идеи к другой.

• Образность**:** стремление выражать свои мысли с помощью ассоциаций и символов, работать в воображаемом контексте, умение находить сложное в том, что кажется абсолютно простым, и видеть простоту там, где все выглядит запутанным.

**Диагностики:**

- тест дивергентного (творческого) мышления Ф. Вильямса;

- тест креативности Торренса. Диагностика творческого мышления;

- проективная методика диагностики дивергентного мышления (ПМДДМ) (адаптирована Е.Л. Солдатовой 1995 - 2004).

Всем известно, что будущий успех ребёнка зависит не от того, что он знает, а от того, как он может применять свои знания. Наша задача состоит в том, чтобы научить детей не концентрировать своё внимание на нахождение единственного решения, а рассматривать как можно больше вариантов. Я считаю, что для достижения этой цели необходимо использовать в работе с детьми задачи дивергентного типа. Под задачами дивергентного типа понимаются задания, которые допускают существование нескольких правильных ответов.

Рассмотрим в качестве примера некоторые типы задач.

1. Возьмите пластмассовые, деревянные *(или изготовьте сами картонные)* разноцветные геометрические фигуры и предложите ребенку составить как можно больше разных стилизованных изображений (животных, людей, различные предметы).
2. Предложите ребенку найти как можно больше самых разных, оригинальных применений хорошо знакомому предмету. В качестве такого предмета можно использовать кирпич, мел, газету и многое другое. На выполнение этого задания отводится обычно пять-шесть минут. В ходе анализа итогов учитываются все ответы, кроме тех, что не соответствуют заданию, повторяются или могут считаться нелепыми. Это задание можно предложить и старшему дошкольнику, и взрослому. Оценивается в данном случае продуктивность и оригинальность мышления. Чем больше идей, чем больше среди них необычных, тем лучше.
3. Подобрать прилагательные и существительные, заключающие в себе понятия света и темноты *(тепла и холода, весны и зимы, утра и вечера и др.)*. Приведем примеры ответов.

Свет - яркий, ласковый, живой.

Солнце -.

Утро -.

Лампа -.

Костер -.

Свеча -.

Темнота - закрытый, ночной.

Ночь -.

Вечер -.

Пещера -.

1. Найдите как можно больше общих признаков для непохожих предметов.

Колодец - паркет

Бревно - коробка

Облако - дверь

Кукла - снег

К дивергентным задачам относятся задачи на поиск причин событий.

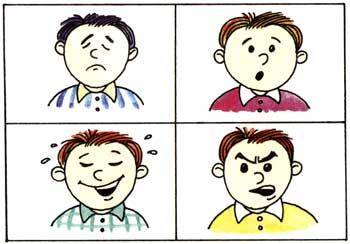
Вот несколько ситуаций, требуется определить причины их возникновения

1. Утром Дима проснулся раньше обычного.

2. Солнце еще не ушло за горизонт, но уже стало темно.

3. Сидевший у ног хозяина пес грозно зарычал на маленького котенка.

Другой вариант вышеописанного задания: придумай и расскажи, что произошло у каждого из героев. Ребенок должен понять эмоциональное состояние каждого из них и рассказать, что с ними произошло.



Третий вариант задания: подумай, что может произойти, если…

"Дождь будет идти, не переставая."

"Люди научатся летать, как птицы."

"Собаки начнут разговаривать человеческим голосом."

"Оживут все сказочные герои."

"Из водопроводного крана польется апельсиновый сок."

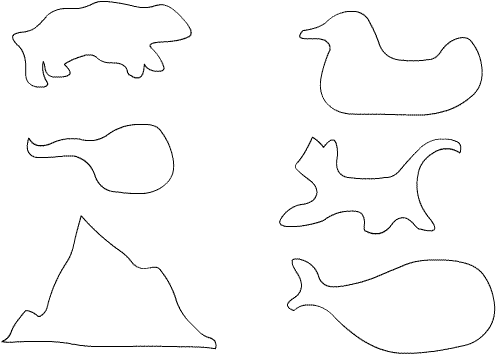
Хорошо, если ребенок смог придумать интересный ответ на каждую из предложенных фраз.

Другой вид заданий на развитие творческого мышления у детей: придумывание рассказов, историй или сказок, используя заданный набор слов, например, светофор, мальчик, санки.

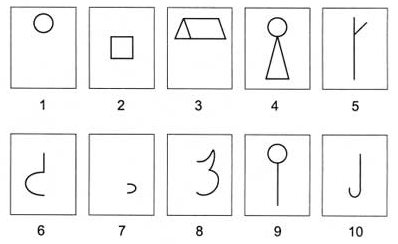
Второй вариант этого типа заданий: посмотри на рисунки и придумай сказку, в которой участвовали бы все эти персонажи.



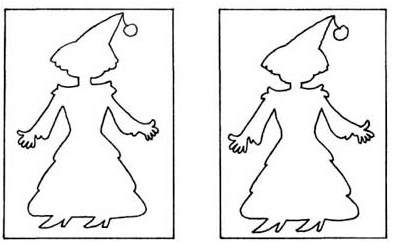
Следующий тип заданий: "Облака-загадки". Ребенку необходимо определить, на что похожи изображенные на рисунках облака *(чернильные пятна)*. Хорошо, если он сможет увидеть в каждом облаке хотя бы один персонаж.



Другой вариант этого задания: попробовать нарисовать что-то интересное, используя данные фигуры.



Еще одно упражнение: дорисуй и раскрась волшебниц так, чтобы одна стала доброй, а другая - злой.



Дивергентные, творческие задачи можно разрабатывать на любом материале.

Хорошим заданием такого типа может быть создание из деталей строительного конструктора самых разных фигур. Ведь из деталей строительного конструктора можно строить не только дворцы, мосты и другие архитектурные сооружения. Попробуем посмотреть на строительный конструктор, с другой стороны. Его детали пригодны, например, для изготовления технических моделей парохода, паровоза, автомобиля, самолета. Из них можно сделать схематические изображения животных и людей и даже объемные сюжетные композиции.

У меня не выстроена системная работа в данном направлении, т.к. тематика и цели занятий могут быть совершенно другой направленности, но использую задания на развитие дивергентного мышления довольно часто.

Детям очень сложно сразу включиться в такие игры, и это действительно заметно, но, по истечении времени, дети становятся более активными в общении, стараются находить самый неожиданный ответ, и не самое простое решение.

Приложение 1

**Упражнения, направленные на развитие творческих способностей**

**и дивергентного мышления**

* **Кто может издавать такой звук?** Прослушивается звук – скрип снега, шум дождя, звон бубенчика, звук подбирать неоднозначный и необычный.
* На что похоже то, что у тебя в руках – задание **«мешочек»** (в непрозрачный тканевый мешочек положить около 20-30-ти маленьких предметов – дети просовывают руку в мешочек и пытаются отгадать тот предмет, который они нащупали).
* **«Волшебная банка»**. Закройте глаза и представьте себе 3-х литровую банку. А теперь подумайте, что можно положить в банку начинающееся на букву «М», «П», «Б».
* Давайте вспомним, какие есть слова на букву «Р».
* **При помощи чего можно перемещаться в пространстве?** 1) Вспомните как можно больше предметов. 2) Покажите, как можно больше способов передвижения: перейди комнату разными способами, повторяться нельзя.
* **Как может звучать** ветер, собака, дерево? Надо постараться назвать как можно больше типов звучаний.
* **«Крокодил»** со сказочными персонажами и характерами. Правила: участники делятся на две команды. Первая команда загадывает слово (сказочного персонажа) и сообщает его представителю соперников. Это – избранный, который должен изобразить слово с помощью пантомимы своей команде. Изображающий говорить не может, но участники его команды могут задавать ему вопросы, перечислять появляющиеся варианты. Кивать головой «да» или «нет» изображающему слово разрешается – но не больше.
* Нарисовать музыку (звучит вальс «Голубой Дунай», которую дети потом зарисовывают).
* **«Веселые дети»**. Работа с двумя картинками, с изображениями детей: перечислить как можно больше причин хорошего настроения детей.
* Что может говорить один человек другому? (работа с 10-тью фотографиями, показывающими различные жизненные ситуации).
* Поздороваться, как если бы ты был президентом, тигром, военным, поваром, учителем, попугаем, собакой, кошкой, кактусом, березой, волшебником, пожилым человеком, учителем, пиратом, немым, пингвином, осьминогом, начальником, А.С. Пушкиным.
* **«Совешник»**. Вспомни героев истории про Винни–Пуха; СОВЕШНИК – так назвала свой новый домик Сова, а как еще можно назвать ее дом?
* Придумай занимательные названия домикам для страуса, бегемота,   
  черепахи, пеликана, кенгуру, павлина, суслика. А теперь нарисуй домик для животного, какое больше всего нравится.
* Ответьте с детьми на вопросы:

-  Что делать, если нужно узнать погоду на улице, не выходя из дома?

- Вам нужно срочно нарисовать рисунок, но нет красок, кистей, карандашей, ручек, фломастеров. Что ещё и как можно использовать, чтобы выполнить рисунок?

* На какое животное похоже темнеющее перед грозой небо? сделай свой рисунок.
* **«Чудо – стул»**. Задание проигрывается с детьми. Каждый ребенок по очереди придумывает, как можно использовать стул в игре не по прямому назначению и, не говоря ни слова, показывает это остальным, которые должны отгадать, что он имел в виду. *Например, стул можно представить в виде тележки в супермаркете (заполняя по ходу ее товарами с полок) или, взобравшись, ногами на сидение, начать с «вершины горы» обозревать окрестности, или, надев перевернутый вверх ножками стул на голову, важно шествовать, придерживая «корону» и раскланиваться с придворными.*
* **«Человек – цифра».** Преподаватель называет цифры от одного до девяти. Задача детей – показать эти цифры с помощью своего тела. Двухзначные цифры показываются в парах. Трехзначные – тремя детьми и т.п. Последняя цифра содержит столько знаков, сколько детей в группе.
* Нарисуй волшебный лес, волшебную страну.
* Придумай окончание истории. Ребятам читается история. Им надо придумать, чем история закончится.

*Истории: 1) в семье львов родился Львенок. Папа с мамой его очень любили и старательно оберегали от всех забот, трудностей и опасностей. Они продолжали это делать и тогда, когда Львенок вырос и превратился в Льва….*

*2) Отправился Иван Царевич вызволять из плена свою возлюбленную Василису, похищенную Змеем Горынычем. И увидел он высоченную башню без дверей. А у подножия башни сидел….*

*3) Жил-был Футбольный Мяч. У него была необычная жизнь: в отличие от других его знакомых, он оказывался полезен только тогда, когда его начинали бить. Да еще ногами. В конце концов такая ситуация его возмутила….*

*4) У одного Короля было три дочери. Старшие дочери были красивы, удачливы и любимы отцом. А младшая не слыла красавицей, и в делах ей не везло. Отец не уделял ей внимания, и она чувствовала себя очень одинокой. И вот однажды….*

*5) Один Юный Волшебник любил проказничать и совершать разные чудеса без разрешения взрослых. Тогда его мама-волшебница взяла свою волшебную палочку и сделала его стеклянным. Теперь благодаря его прозрачности она всегда могла видеть, что он задумал….*

*6) Попал Иванушка в плен к Злому Волшебнику. И говорит тот Иванушке: «Выбирай: либо ты десять лет будешь в моем услужении станешь выполнять все, что я ни повелю, либо я превращу тебя в капкан, куда будут попадаться звери лесные…*

*7) Как-то Аленушке Злая Колдунья (которую та считала доброй) подарила волшебное кольцо, способное выполнять любые желания. Аленушка обрадовалась – ведь она не знала, что кольцо исполняет желания с точностью до наоборот: например, пожелаешь здоровья – и сразу заболеешь…*

*8) Отправилась как-то Машенька в лес по ягоды и повстречала там удивительного старика, который подарил ей маленькое и с виду ничем не примечательное зеркальце. Взглянула она в зеркальце…*

*9) Брел странствующий Принц по какой-то дальней стране и зашел в деревню с очень странным названием – Большие Враки. Никак не ожидал он, что….*

* **«Кляксы»**. Раздать детям альбомные листы. На одной половине листа поставьте с детьми краской (одного или нескольких цветов) пятно. Сложите лист пополам, пока краски не высохли, и тут же разогните. Рассмотрите изображения, которые получились у детей. Попросите детей придумать, на что похожи получившиеся пятна.
* **«Какое неожиданное чудо!»** Детям предлагается ряд вопросов для совместного рассуждения: что могло бы быть, если….

1) Если бы люди научились лазать по деревьям как кошки.

2) Если бы коровы научились говорить, как люди.

3) Если бы сны можно было записывать на видеокамеру и показывать по телевизору.

4) Если бы дождь шел вверх.

5) Если бы из водопровода лился сок.

6) Если исчез вкус сладкого.

7) Если бы людям не нужно было спать.

8) Если бы всегда был день.

9) Если бы все жидкое вдруг застыло и стало твердым.

10) Если бы не было мыла.

11) Если бы вдруг исчезли все дома.

12) Если бы после лета вдруг начиналась зима, а осени бы не было.

13) Если бы полетели жить на другую планету.

14) Если бы динозавры ожили.

15) Если бы рыбы научились летать.

16) Если бы солнце было зеленое.

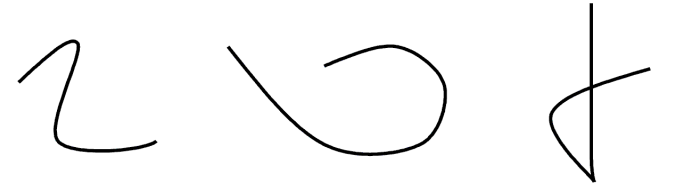
17) Если бы собаки дружили с кошками.

18) Если бы лягушки ловили мышей.

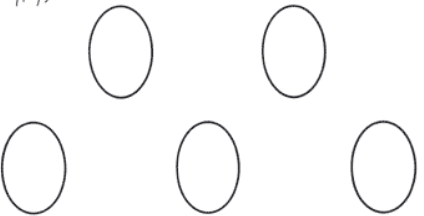
19) Если бы кони научились запрыгивать на облака.

20) Если бы все полы во всех домах стали скользкими.

* **«Закорючки»**. Это задание похоже на упражнение «Кляксы». Детям предлагается понять, на что похожи нарисованные закорючки. Дорисовать их до целых образов.



* **«Дорисуй овалы».** Задание похожее на предыдущее, только тут предлагается дорисовать овалы до целых образов:



* **«Придумай фантастический дом»**. Детям предлагается придумать и нарисовать новый дом по некоему предлагаемому условию:

1) У тетушки – улитки сломался ее домик – раковинка. Его нужно починить. Придумай для улитки домик, в котором она сможет пожить, пока чинится ее раковинка.

2) Подумай, в каких домиках живут марсиане.

3) А те, кто обитают на Луне или на Солнце?

4) В каком доме сможет жить заколдованная Царевна – Лягушка?

5) Какой домик у русалки?

6) Придумай, в каком домике мог бы жить пудель Артемон.

7) Придумай домик, в котором будут жить одни дети.

8) Нарисуй дом, в котором смогли бы удобно жить и Мальчик-с-пальчик, и Великан.

9) Нарисуй дом, в котором живет человек, который очень любит читать книги. И читает их всегда и везде.

10) Нарисуй дом для зайчика, который очень любит морковку и хочет, чтобы ее было много.

***Психолог ОССД в Ильинском районе***

***Ушакова Ольга Анатольевна***

**Консультация «Как уменьшить тревожность у детей».**

Слово «тревожный» отмечается в словарях с 1771 года. Существует много версий, объясняющих происхождение этого термина. Автор одной из них полагает, что слово «тревога» означает трижды повторенный сигнал об опасности со стороны противника.

В психологическом словаре дано следующее определение тревожности: это «индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают».

Следует отличать тревогу от тревожности. Если тревога — это эпизодические проявления беспокойства, волнения ребенка, то тревожность является устойчивым состоянием.

Например, случается, что ребенок волнуется перед выступлениями на празднике или отвечая у доски. Но это беспокойство проявляется не всегда, иногда в тех же ситуациях он остается спокойным. Это — проявления тревоги. Если же состояние тревоги повторяется часто и в самых разных ситуациях (при ответе у доски, общении с незнакомыми взрослыми и т. д.), то следует говорить о тревожности.

Тревожность не связана с какой-либо определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности. Когда же человек боится чего-то конкретного, мы говорим о проявлении страха. Например, страх темноты, страх высоты, страх замкнутого пространства.

Страх может развиваться у человека в любом возрасте: у детей от одного года до трех лет нередки ночные страхи, на 2-м году жизни наиболее часто проявляется страх неожиданных звуков, страх одиночества, страх боли (и связанный с этим страх медицинских работников). В 3-5 лет для детей характерны страхи одиночества, темноты и замкнутого пространства. В 5-7 лет ведущим становится страх смерти. От 7 до 11 лет дети больше всего боятся «быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают».

***Причины детской тревожности***

1. Противоречивыми требованиями, предъявляемыми родителями, либо родителями и школой (детским садом). Например, родители не пускают ребенка в школу из-за плохого самочувствия, а учитель ставит «двойку» в журнал и отчитывает его за пропуск урока в присутствии других детей.
2. Неадекватными требованиями (чаще всего завышенными). Например, родители неоднократно повторяют ребенку, что он непременно должен быть отличником, не могут и не хотят смириться с тем, что сын или дочь получает в школе не только «пятерки» и не является лучшим учеником класса.
3. Негативными требованиями, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение. Например, воспитатель или учитель говорят ребенку: «Если ты расскажешь, кто плохо себя вел в мое отсутствие, я не сообщу маме, что ты подрался».

***Психологический портрет тревожного ребенка***

В группу детского сада (или в класс) входит ребенок. Он напряженно вглядывается во все, что находится вокруг, робко, почти беззвучно здоровается и неловко садится на краешек ближайшего стула. Кажется, что он ожидает каких-либо неприятностей. Это тревожный ребенок. Таких детей в детском саду и в школе немало, и психологам работать с ними не легче, а даже труднее, чем с другими категориями «проблемных» детей, потому что и гиперактивные, и агрессивные дети всегда на виду, как на ладошке, а тревожные стараются держать свои проблемы при себе.

Их отличает чрезмерное беспокойство, причем иногда они боятся не самого события, а его предчувствия. Часто они ожидают самого худшего. Дети чувствуют себя беспомощными, опасаются играть в новые игры, приступать к новым видам деятельности. У них высокие требования к себе, они очень самокритичны. Уровень их самооценки низок, такие дети и впрямь думают, что хуже других во всем, что они самые некрасивые, неумные, неуклюжие. Они ищут поощрения, одобрения взрослых во всех делах.

Для тревожных детей характерны и соматические проблемы: боли в животе, головокружения, головные боли, спазмы в горле, затрудненное поверхностное дыхание и др. Во время проявления тревоги они часто ощущают сухость во рту, ком в горле, слабость в ногах, учащенное сердцебиение.

***Как выявить тревожного ребенка?***

Опытный воспитатель, учитель, психолог, конечно, в первые же дни знакомства с детьми поймет, кто из них обладает повышенной тревожностью. Однако, прежде, чем делать окончательные выводы, необходимо понаблюдать за ребенком, вызывающим опасения, в разные дни недели, во время обучения и свободной деятельности (на перемене, на улице), в общении с другими детьми.

Чтобы понять ребенка, узнать, чего же он боится, можно попросить родителей, воспитателей (или учителей-предметников) заполнить бланк опросника. Ответы взрослых прояснят ситуацию, помогут проследить семейную историю. А наблюдения за поведением ребенка подтвердят или опровергнут ваше предположение.

Следует присмотреться, характерны ли для поведения ребенка следующие признаки.

Критерии определения тревожности у ребенка (П. Бейкер и М. Алворд)

1. Постоянное беспокойство.
2. Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо.
3. Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи).
4. Раздражительность.
5. Нарушения сна.

Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении. С целью выявления тревожного ребенка используется также следующий опросник

Признаки тревожности (Лаврентьева Г. П., Титаренко Т. М.):

***Тревожный ребенок***

1. Не может долго работать, не уставая.

2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.

3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.

4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.

5. Смущается чаще других.

6.Часто говорит о напряженных ситуациях.

7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.

8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.

9. Руки у него обычно холодные и влажные.

10. У него нередко бывает расстройство стула.

11. Сильно потеет, когда волнуется.

12. Не обладает хорошим аппетитом.

13. Спит беспокойно, засыпает с трудом.

14. Пуглив, многое вызывает у него страх.

15. Обычно беспокоен, легко расстраивается.

16. Часто не может сдержать слезы.

17. Плохо переносит ожидание.

18. Не любит браться за новое дело.

19. Не уверен в себе, в своих силах

20. Боится сталкиваться с трудностями.

Суммируйте количество «плюсов», чтобы получить общий балл тревожности:

* Высокая тревожность — **15-20 баллов;**
* Средняя — **7-14 баллов;**
* Низкая — **1-6 баллов**.

*Как помочь тревожному ребенку*

Работа с тревожным ребенком сопряжена с определенными трудностями и, как правило, занимает достаточно длительное время. Специалисты рекомендуют проводить работу с тревожными детьми в трех направлениях.

1. Повышение самооценки.
2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.
3. Снятие мышечного напряжения.

Рассмотрим подробнее каждое из названных направлений.

*Повышение самооценки*

Конечно же, повысить самооценку ребенка за короткое время невозможно. Необходимо ежедневно проводить целенаправленную работу. Обращайтесь к ребенку по имени, хвалите его даже за незначительные успехи, отмечайте их в присутствии других детей. Однако ваша похвала должна быть искренней, потому что дети остро реагируют на фальшь. Причем ребенок обязательно должен знать, за что его похвалили. В любой ситуации можно найти повод для того, чтобы похвалить ребенка.

Желательно, чтобы тревожные дети почаще участвовали в таких играх в кругу, как «Комплименты», «Я дарю тебе…», которые помогут им узнать много приятного о себе от окружающих, взглянуть на себя «глазами других детей». А чтобы о достижениях каждого ученика или воспитанника узнали окружающие, в группе детского сада или в классе можно оформить стенд «Звезда недели», на котором раз в неделю вся информация будет посвящена успехам конкретного ребенка.

Каждый ребенок, таким образом, получит возможность быть в центре внимания окружающих. Количество рубрик для стенда, их содержание и расположение обсуждаются совместно взрослыми и детьми.

В раздевалке детского садика, на шкафчике каждого ребенка можно закрепить «Цветик-семицветик» (или «Цветок достижений»), вырезанный из цветного картона. В центре цветка — фотография ребенка. А на лепестках, соответствующих дням недели, — информация о результатах ребенка, которыми он гордится.

Позитивная информация очень важна и для взрослых, и для детей, для установления взаимопонимания между ними. Причем нужна она для родителей детей любого возраста.

*Обучение детей умению управлять своим поведением*

Как правило, тревожные дети не сообщают о своих проблемах открыто, а иногда даже скрывают их. Поэтому если ребенок заявляет взрослым, что он ничего не боится, это не означает, что его слова соответствуют действительности. Скорее всего, это и есть проявление тревожности, в которой ребенок не может или не хочет, признаться.

В этом случае желательно привлекать ребенка к совместному обсуждению проблемы. В детском саду можно поговорить с детьми, сидя в кругу, об их чувствах и переживаниях в волнующих их ситуациях. А в школе можно на примерах литературных произведений показать детям, что смелый человек — это не тот, кто ничего не боится (таких людей нет на свете), а тот, кто умеет преодолеть свой страх.

Желательно, чтобы каждый ребенок сказал вслух о том, чего он боится. Можно предложить детям нарисовать свои страхи, а потом в кругу, показав рисунок, рассказать о нем. Подобные беседы помогут тревожным детям осознать, что у многих сверстников существуют проблемы, сходные с теми, которые характерны, как им казалось, только для них.

Конечно, все взрослые знают, что нельзя сравнивать детей друг с другом. Однако, когда речь идет о тревожных детях, этот прием категорически недопустим. Кроме того, желательно избегать состязаний и таких видов деятельности, которые принуждают сравнивать достижения одних детей с достижениями других. Иногда травмирующим фактором может стать проведение даже такого простого мероприятия, как спортивная эстафета.

Лучше сравнить достижения ребенка с его же результатами, показанными, например, неделю назад. Даже если ребенок совсем не справился с заданием, ни в коем случае нельзя сообщать родителям: «Ваша дочь хуже всех выполнила аппликацию» или «Ваш сын закончил рисунок последним».

*Снятие мышечного напряжения*

Желательно при работе с тревожными детьми использовать игры на телесный контакт. Очень полезны упражнения на релаксацию, техника глубокого дыхания, занятия йогой, массаж и просто растирания тела.

Еще один способ снятия излишней тревожности — раскрашивание лица старыми мамиными помадами. Можно также устроить импровизированный маскарад, шоу. Для этого надо приготовить маски, костюмы или просто старую взрослую одежду. Участие в представлении поможет тревожным детям расслабиться. А если маски и костюмы будут изготовлены руками детей (конечно, с участием взрослых), игра принесет им еще больше удовольствия.

*Работа с родителями тревожного ребенка*

Совершенно очевидно, что ни один родитель не стремится к тому, чтобы его ребенок стал тревожным. Однако порой действия взрослых способствуют развитию этого качества у детей.

Нередко родители предъявляют ребенку требования, соответствовать которым он не в силах. Малыш не может понять, как и чем угодить родителям, безуспешно пробует добиться их расположения и любви. Но, потерпев одну неудачу за другой, понимает, что никогда не сможет выполнить все, чего ждут от него мама и папа. Он признает себя не таким, как все: хуже, никчемнее, считает необходимым приносить бесконечные извинения.

Чтобы избежать пугающего внимания взрослых или их критики, ребенок физически и психически сдерживает свою внутреннюю энергию. Он привыкает мелко и часто дышать, голова его уходит в плечи, ребенок приобретает привычку осторожно и незаметно выскальзывать из комнаты. Все это отнюдь не способствует развитию ребенка, реализации его творческих способностей, мешает его общению со взрослыми и детьми, поэтому родители тревожного ребенка должны сделать все, чтобы заверить его в своей любви (независимо от успехов), в его компетентности в какой-либо области (не бывает совсем неспособных детей).

Прежде всего, родители должны ежедневно отмечать его успехи, сообщая о них в его присутствии другим членам семьи (например, во время общего ужина). Кроме того, необходимо отказаться от слов, которые унижают достоинство ребенка («осел», «дурак»), даже если взрослые очень раздосадованы и сердиты. Не надо требовать от ребенка извинений за тот или иной поступок, лучше пусть объяснит, почему он это сделал (если захочет). Если же ребенок извинился под нажимом родителей, это может вызвать у него не раскаяние, а озлобление.

Полезно снизить количество замечаний. Предложите родителям попробовать в течение одного только дня записать все замечания, высказанные ребенку. Вечером пусть они перечитают список. Скорее всего, для них станет очевидно, что большинство замечаний можно было бы не делать: они либо не принесли пользы, либо только повредили вам и вашему ребенку.

Нельзя угрожать детям невыполнимыми наказаниями: («Замолчи, а то рот заклею! Уйду от тебя! Убью тебя!»). Они и без того боятся всего на свете. Лучше, если родители в качестве профилактики, не дожидаясь экстремальной ситуации, будут больше разговаривать с детьми, помогать им выражать свои мысли и чувства словами.

Ласковые прикосновения родителей помогут тревожному ребенку обрести чувство уверенности и доверия к миру, а это избавит его от страха насмешки, предательства.  
Родители тревожного ребенка должны быть единодушны и последовательны, поощряя и наказывая его. Малыш, не зная, например, как сегодня отреагирует мама на разбитую тарелку, боится еще больше, а это приводит его к стрессу.

Родители тревожных детей часто сами испытывают мышечное напряжение, поэтому упражнения на релаксацию могут быть полезны и для них. Но, к сожалению, наши отношения с родителями не всегда позволяют открыто сказать им об этом. Не каждому можно порекомендовать обратить внимание прежде всего на себя, на свое внутреннее состояние, а потом предъявлять требования к ребенку. В таких ситуациях можно сказать родителям: «Ваш ребенок часто бывает скованным, ему было бы полезно выполнять упражнения на расслабление мышц. Желательно, чтобы вы выполняли упражнение вместе с ним, тогда он будет делать их правильно».

Родители, которые следуют таким рекомендациям, через некоторое время отмечают приятные ощущения в теле, улучшение общего состояния. Они, как правило, готовы к дальнейшему сотрудничеству.

Подобные занятия можно рекомендовать не только родителям, но и педагогам. Ведь ни для кого не секрет, что тревожность родителей зачастую передается детям, а тревожность педагога — ученикам и воспитанникам. Вот потому, прежде чем оказывать помощь ребенку, взрослый должен позаботиться о себе.

Приложение 1

***Рекомендации психолога родителям***

1. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей. (Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваши учителя понимают! Бабушку лучше слушай!»)
2. Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.
3. Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.
4. Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.
5. Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выберите для него кружок по душе, чтобы занятия в нем приносили ему радость, и он не чувствовал себя ущемленным.

**Правила общения с тревожными детьми**

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ на скорость, если ребенок нервничает.
2. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
3. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
4. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
5. Чаще обращайтесь к ребенку ласково, по имени (Иришка, Ирочка – как ребенок любит, чтобы его называли).
6. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем, примером ребенку.
7. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
8. Будьте последовательны в воспитании ребенка.
9. Старайтесь делать ему как можно меньше замечаний, а если вы их делаете, то без чувства раздражения.
10. Используйте наказания лишь в крайних случаях.
11. А наказывая ребенка, не унижайте его.

Если по каким-либо причинам ребенку трудно выполнять поручения, задания, выберите для него кружок по душе, чтобы занятия приносили ему радость, и он не чувствовал себя ущемленным; при этом ненавязчиво помогайте выполнять сложные и трудные для него задания.

Если вы не удовлетворены поведением и успехами вашего ребенка, это еще не повод, чтобы отказать ему в любви и поддержке. Пусть ребенок живет в атмосфере тепла и доверия, и тогда проявятся все его многочисленные таланты.

***Психолог ОССД в Карагайском районе***

***Наумова Оксана Алексеевна***

**Консультация «Эффективные проективные методики»**

Проективная техника — это группа методик, предназначенных для диагностики личности, для которых характерен в большей мере глобальный подход к оценке личности, а не выявление отдельных ее черт. Наиболее существенным признаком проективных методик является использование в них неопределенных стимулов, которые испытуемый должен сам дополнять, интерпретировать, развивать и т. д. Так, испытуемым предлагается интерпретировать содержание сюжетных картинок, завершать незаконченные предложения, давать толкование неопределенных очертаний и т. п. В этой группе методик ответы на задания также не могут быть правильными или неправильными; возможен широкий диапазон разнообразных решений. При этом предполагается, что характер ответов обследуемого определяется особенностями его личности, которые «проецируются» в его ответах.

Цель проективных методик относительно замаскирована, что уменьшает возможность испытуемого давать такие ответы, которые позволяют произвести желательное о себе впечатление. Эти методики носят в основном индивидуальный характер и в большей своей части это предметные или бланковые методики.

Эффективность использования проективных методик заключается в следующем: проективные методики направлены на изучение особенностей личности, которые трудно обнаружить при наблюдении за человеком или, проводя обычные психологические опросы. Исследовать можно интересы, мотивацию, ценностные ориентации, страхи и тревоги личности. Главное отличие данного метода заключается в возможности раскрыть те причины поведения человека, которые не осознаются и, соответственно, понять их достаточно трудно.

Принято различать следующие группы проективных методик:

* методики структурирования: формирование стимулов, придание им смысла;
* методики конструирования: создание из деталей осмысленного целого;
* методики интерпретации: истолкование какого-либо события, ситуации;
* методики дополнения: завершение предложения, рассказа, истории;
* методики катарсиса: осуществление игровой деятельности в особо организованных условиях;
* методики изучения экспрессии: рисование на свободную или заданную тему;
* методики изучения импрессии: предпочтение одних стимулов (как наиболее желательных) другим.

1. **Метод использования карт "Мастер сказок".**

Мною был проявлен интерес к колоде МАК, которая была разработана одним из самых авторитетных в области сказкотерапии психологом Т. Д. Зенкевич-Евстигнеевой – «Мастер сказок». Сказкотерапия, с использованием колоды «Мастер сказок» построена на использовании архитепических карт, в основе которых лежат Универсальные Архетипы.

Согласно колоде «Мастер сказок», Т. Д. Зенкевич-Евстигнеева выделяет 10 основных архетипов, которые изображены на картах (колода состоит из 50 карт), на основе которых можно использовать 50 сюжетов сказок. Каждый архетип представлен пятью картами.

Архетип - это некая древняя, первичная матрица, нечто базовое, незыблемое. Архетипы обеспечивают порядок вещей в мире, противостоят хаосу и разрушению. Каждый архетип имеет "базовую формулу", в которой зашифрованы определенные ценности и жизненный урок, необходимый человеку.

Описание каждой карты состоит из следующих частей - Общее значение карты, Прогностический смысл и рекомендации, Вопросы для размышления, Задания, Тема сказок и Афоризмы карты. Некоторые описания очень объемные и не умещаются в одно сообщение.

Поэтому они разбиты на два-три сообщения. Эти архетипы представлены в следующем виде:

* государство;
* дорога;
* творец:
* помощник;
* «Доброе сердце-холодное сердце»;
* сезонность,
* «Тело боли»;
* распутье;
* «Авгиевы конюшни»,
* «Божественное вымя».

Каждая карта этой колоды имеет свое уникальное значение. К колоде прилагается инструкция, которая помогает истолковать общее значение выбранной карты, предлагает вопросы для размышления, дает задания для детей и взрослых. Карты помогут разбудить интуицию и обрести ответы на многие жизненные вопросы - и взрослые, и дети найдут в них подсказки о том, как строить свою жизнь, и уроки, зашифрованные в проверенной веками мудрости сказочных сюжетов.

Используя такой уникальный инструмент в работе, как метафорические карты "Мастер сказок", решаются следующие задачи: установление первоначального контакта, сбор информации о ребенке и его ситуации, помощь в установлении контакта между детьми с взрослыми, раскрытие творческих способностей и талантов у детей, организация полезного и интересного досуга.

Варианты работы с картами для сочинения сказок:

**Первый вариант,** который мы рассмотрим - это выкладывание перед ребенком нескольких карточек и просьба сочинить историю по ним. Ребенок может перекладывать и перетасовывать предложенные карточки в любом порядке. Интересно, как работает ассоциативный ряд и куда он выведет. Чем младше ребенок, тем конкретней он описывает карточки. Например, шестилетний мальчик буквально описал изображения, еле связав историю *(*Жила-была королева с завязанными глазами, у нее был сундук, дом ее стоял на реке, и, в конце - концов, паук забрал у нее этот сундук и тогда королева завязала себе глаза, чтобы не плакать).

**Второй вариант,** который возможно использовать в работе - это сочинение коллективных историй. Для этого подходит следующий вариант работы: дети садятся за круглый стол и каждому участнику дается карточка изображением вниз. Первый участник раскрывает свою карточку и начинает рассказ. Карточка является опорным инструментом для начала рассказа. Следующий участник открывает свою карточку и продолжает рассказ. Таким образом, создается общий рассказ. Когда круг замыкается, первый участник берет из лежащих посередине стола карточек любую закрытую карту и продолжает рассказ. Рассказ продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из участников не поставит логическую точку в завершении рассказа.

**Третий вариант** для подростков, родителей, законных представителей:

- подумайте о том, что беспокоит, какая проблема требует решения? Выбери карту и выполни к ней задание, исходя из инструкции.

В соответствии реализации нашего проекта «Я тебя никому не отдам» в 2022 году предлагаю разработку психокоррекционного группового занятия для детей с ОВЗ, где используется МАК «Мастер сказок»**.**

Цель: развитие речи, развитие логического мышления, развитие рефлексии по отношению к «Я-образу», улучшение навыков коммуникации и взаимодействия.

Задачи:

- осознать свои ценности, индивидуальные особенности, черты характера, мотивы быть внимательным к партнерам по упражнению, понимать их;

- научиться выстраивать взаимоотношения и взаимодействовать с партнерами, опираясь на общие цели и ценности.

Инвентарь: колода метафорических ассоциативных (проективных) карт «Мастер сказок».

Время работы: 40 минут.

Возрастные рамки применения: группа детей ОВЗ от 7 до 12 лет.

**Инструкция**

Ведущий говорит: «Сейчас мы с вами поиграем в сказочных персонажей. Выберите по одной карте, на которой нарисован какой-то персонаж, похожий на вас» На выбор карт всей группой отводится 5 минут. Лишние карты убираются в коробку.

Ведущий: «Теперь объединитесь в пары с тем, кто рядом с вами. В паре по очереди расскажите друг другу о себе, и тех ваших чертах, которые отражает выбранный вами персонаж. Это могут быть черты внешности, характер, привычки, любимые занятия, симпатии или антипатии, мечты. Задача того, кто слушает — быть внимательным, не перебивать, не критиковать, не спорить по поводу нарисованного персонажа или особенностей партнера, о которых он говорит. Когда каждый расскажет о себе и своем персонаже, каждая пара придумывает, что их персонажи могут делать вместе, какие задачи могут вдвоем выполнить — не важно, сказочные или жизненные. У вас есть на это 10 минут». Теперь ведущий просит, чтобы каждая пара объединилась с другой парой и получились четверки. Каждая пара представляет второй своих персонажей и их совместные задачи, рассказывает историю их взаимодействия. Придумывается общая задача для четырех персонажей и история про ее решение. По окончании работы группа садится в круг и обсуждает вопросы: «Какой я? Какие мы? Какие они? И кто такие «мы», а кто такие «они»? Кто из персонажей был вам ближе? С кем из персонажей вам было трудно найти общий язык? Что мешало? Что помогло? Что мы все вместе можем делать хорошо — не в сказке, а в жизни?»

1. **Упражнение-тест «Вольеры в зоопарке»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | |  | | |  | | --- | |  | |
| Животное…….. | Животное…….. |
| Как зовут? | Как зовут? |
| Сколько лет? | Сколько лет? |
| Какими чертами обладает? | Какими чертами обладает? |

Цель: исследование двух ваших "Я" (субличностей).

Место действия — зоопарк.

Инструкция: перед вами два пустых вольера, в которые нужно посадить зверей (или птиц, если вам так хочется). Что это будут за животные, решать вам. Единственное условие: на вольерах вам надо написать, как называются сидящие в них существа, а также дать каждому три подходящих эпитета (описания, прилагательные, отвечающие на вопрос "какой?").

Интерпретация: животное, которое нарисовано первым, — это то, каким тестируемый хочет казаться окружающим людям. А животное, нарисованное вторым, — это настоящий образ.

Тест позволяет определить некоторые черты личности обследуемого.

Особое внимание следует обратить на контрасты, то есть на явную разницу между двумя животными. Если в первом вольере нарисован смелый лев, а во втором - робкий заяц, то сразу видно, в чем тут суть. Всему миру человек хочет казаться сильным и решительным человеком, тогда как на деле не является таковым.

Если в первом вольере нарисована черепаха, в качестве основных ее характеристик идет медлительность и спокойствие, а во втором вольере изображен волк, который назван агрессивным и злобным, то это говорит о том, что рисовавший этих зверей человек хотел бы казаться окружающим спокойным и уравновешенным, уверенным в себе и хладнокровным, но ему далеко до этого идеала, он обладает взрывным темпераментом, раздражителен и резок.

Если животные мало друг от друга отличаются или дополняют друг друга, то это говорит о том, что тестируемый - гармонично развитый человек.

Если животные в клетках, то есть заштрихованы рисунки, то это говорит онеуверенности, тестируемый чувствует себя в этой жизни не на своем месте. Возможно, играет не свою роль и ему тяжело все время что-то из себя изображать.

Дополнительные детали

* Голова. Если голова вашего животного повернута направо - вы устремлены в будущее, - у вас масса планов, вы полны надежд и уверены в успехе.
* Нарисованный вами зверь смотрит налево? Скорее всего, вы живете воспоминаниями, ностальгируете о прошлом и, возможно, боитесь принять какое-то важное решение.
* Изображение анфас говорит о том, что рисовавший в данный момент полностью сосредоточен на себе.
* Уши. Если они чересчур велики - вы внимательны, осторожны и очень чувствительны к чужому мнению.
* Рога, когти, иглы, шипы - символизируют агрессивность, напористость, возможность, если надо, постоять за себя.
* Перья — это желание произвести впечатление, приукрасить себя, быть оригинальным.
* Рот. Если он приоткрыт и виден язык - можно судить, что рисующий - большой любитель поболтать. Прорисованы зубы? Если вас кто-то заденет - за словом в карман не полезете, - непременно выскажете обидчику все, что о нем думаете.
* Глаза. Очень тщательно и подробно прорисованные глаза - зрачок, радужка, разрез - говорят о страхах и опасениях, присущих рисовавшему. Длинные, загнутые ресницы - показатель женственности, кокетливости, желания нравиться.

Таким образом, проективные методики относятся к малоформализованным методам психодиагностики. К ним также относятся беседа, наблюдение, анализ продуктов деятельности, биографический метод, интроспекция, эмпатическое слушание. Техника проективных методик позволяет осознать ряд черт личности в индивидуальности, важных во взаимодействии с окружающими, развить навыки конструктивного самовыражения, а также внимание, принятие и уважительное отношение к другим, помогает научиться находить сильные стороны взаимодействия и совместно действовать в конструктивном русле.

Для более точного исследования данные, полученные с помощью проективных методик, следует соотносить с данными, полученными с помощью других методов.

***Психолог ОССД в Верещагинском районе***

***Ичитовкина Светлана Алексеевна***

**Консультация «Агрессивное поведение в подростковом возрасте»**

Что такое подростковый возраст для родителей? Это ужасно противный период, соглашусь с этим, но рано или поздно он кончается. И дети становятся совсем не такими, какими были в этом возрасте, так что говорить им «как ты такой в армии служить будешь» или «как ты замуж такая пойдешь» обидно и бессмысленно. Одна из самых больших ошибок — думать, что ребенок таким останется.

Первая задача родителя в подростковом возрасте — выжить. Вторая — стать ребенку ненужным. Как это ненужным, спросите вы. Мать и отец ребенку нужны всегда! Но на самом деле задача любого родителя — вырастить человека, который способен существовать без нас. Это счастье, когда нам от человека ничего не нужно, и мы можем его просто любить, радоваться ему, делиться с ним своим хорошим настроением, оказывать ему поддержку. Это нормальные, взрослые отношения, построенные на любви.

Агрессия – это нападение, непринятие. И в принципе, так и есть. Но нужно упомянуть самое главное: агрессия в подростковом возрасте – это, в первую очередь, защита и признак неуверенности в себе. Немного биологии: в основе агрессии лежат природные, врожденные инстинкты. У животных агрессивное поведение – это самозащита. Человеческая агрессия имеет тот же самый мотив.

По мнению Зигмунда Фрейда, знаменитого австрийского психолога, человек разрушает все вокруг, чтобы не разрушить себя. И, исходя из мотивов агрессии у людей, с ним нельзя не согласиться.

Почему подростки агрессивны – разбираемся в причинах. Агрессивное поведение подростков можно назвать естественным явлением для переходного возраста. Также это один из сигналов подросткового кризиса. Однако, игнорировать агрессию – в корне неверная позиция.

Существует ряд факторов, из-за которых легкая агрессия, действительно нормальная реакция для людей, перерастает во что-то большее и явно опасное.

Что же это?

• *Окружение*

Как ни крути, все идет отсюда. Семья, близкие, друзья – если все они ведут себя враждебно, то от человека, находящегося в такой среде, ничего другого ждать не приходится.

• *СМИ*

В средствах массовой информации, к сожалению, очень часто пропагандируются насилие, жестокость – через те же фильмы, передачи, музыку.

• *Повышенная эмоциональность подростка.* Эта черта характера порой мешает ему принимать разумные решения, что может приводить к агрессии.

• *Частые родительские наказания*

Учеными доказано, что наказания ребенка влияют негативно на него – родители в этом случае сами показывают пример агрессии, что потом повторяет ребенок. Так же из-за наказаний ребенок зачастую начинает избегать родителей, замыкается в себе.

Конечно, это далеко не все первопричины агрессии, а лишь самые основные.

*Виды и формы агрессии подростков*

Виды агрессии представлены в виде классификаций, основанных на ключевых свойствах агрессии.

*• По направленности*

1.на себя

2. на живой объект

3. на какой-либо предмет

*• По проявлению*

1.открытая

2. скрытая

*• По степени выраженности и частоте*

1.длительность

2. частота

*• По месту проявления*

1.дом (закрытые помещения)

2. улица (открытое пространство)

*• По характеру проявления*

1.физическая

2. словесная или вербальная

3. мечтательная

*• По степени социальной опасности*

1.наказуемая юридически

2. не наказуемая юридически

Подросток стал агрессивным – что делать?

Это могут быть

1.Спортивные секции

Танцы, футбол, плавание, бокс – особенно хорошо подходят гиперактивным детям.

2. Творческие студии

Некоторым детям необходимо самовыражение и признание, а отсутствие этих составляющих действительно могут приводить к агрессивному поведению.

3. Какие-либо конкурсы

Это может быть абсолютно что угодно – снова возвращаемся к самовыражению, которое может достигаться при помощи каких бы то ни было достижений (значимых для подростка), побед и т.п. Они помогут ребенку стать более довольным собой, избавят от ряда внутренних комплексов.

• Самое важное - нужно успокоиться!

Прежде всего, самим. Взвинченные родители, которые пытаются добиться от своего ребенка объяснения своей агрессии – ситуация прямо из кошмарного сна психологов. Поймите, что силой и раздражительностью ничего не решить.

Насилие порождает насилие – и это одна из прописных истин.

Подросток просто построит баррикады, сквозь которые вы уже не пробьетесь никогда. Так вы рискуете навсегда потеряете связь с ним.

• Спокойно поговорите с ребенком.

Попробуйте выяснить, что привело к тому, что его поведение достаточно сильно изменилось. Разговор в нормальном тоне настроит всех участников беседы на нужный лад, и ребенок вряд ли станет грубить в ответ. Не прерывайте чадо, пока оно выговаривается.

Идите с подростком на контакт, даже если он не особо к нему стремится.

Помните, что он имеет право на выражение своих чувств – и злобу, и обиду, и раздражение. Но беседу стоит начинать тогда, когда каждый из вас проявил свои эмоции, справился с ними, хотя бы немного успокоился.

Начиная разговор, уточните, готов ли подросток общаться сейчас.

• Дальше - искать, куда можно выплеснуть накопленный негатив.

• Развитие, обучение и понимание себя.

• Развивающие курсы, тренинги могут помочь разными способами – с одной стороны, подросток будет направлять свою энергию в изучение окружающего мира, приобретение полезных навыков, если это дополнительное образование.

• Консультации психолога.

Если три вышеупомянутых способа не помогли, или, наоборот, вы хотите понять, что вашему чаду подойдет больше. Тогда найдет подход к ребёнку психолог, который сможет выявить причину проблемы. Вы вместе разберетесь, что делать.

Как вести себя с агрессивным подростком? Как себя вести и что делать НЕ нужно?

В любой ситуации стараться избегать конфликта. Ни к чему хорошему он не приведет. Ссорами и криками добиться чего-либо положительного невозможно.

НЕ стоит

• Негативно оценивать его действия, черты характера.

• Высмеивать недостатки.

• Сравнивать.

Нужно не забывать еще тот фактор, что не выраженная агрессия направляется внутрь человека и буквально съедает его изнутри. Это называется психосоматика – когда реальные физические заболевания возникают из-за внутренних ощущений человека. Так же задержка эмоций «В себе» может привести к депрессии недалеко. А у подростков этот процесс протекает еще тяжело.

Мало кто задумывается о том, что агрессия – это нормальная реакция человека. Естественно, если уметь ее правильно выражать.

Да и вообще, по своей сути агрессия – это движущая сила всех изменений человеком мира вокруг себя. Она порождает огромное количество энергии. Главное – уметь направить её в верное русло. Разозлился – понял в чём дело – направил силы на изменение ситуации.

Агрессия помогает человеку развиваться, защищать и отстаивать свои интересы. Это очень нужная черта характера, которой многим подросткам не хватает. Она может заставить идти вперед и добиваться своих целей. Нужно просто выражать ее социально допустимым способом.

И очень важно не путать агрессию с жестокостью. А в плане борьбы с агрессивным поведением – нужно бороться не с ним, а с неконтролируемыми вспышками эмоции гнева.

Таким образом, перед нами стоит важная задача – помочь перевести «плохую» агрессию у подростка и, как следствие, негативный настрой своего ребенка в нужное русло, которое поможет ему добиться успеха в жизни!

Старайтесь всегда реально оценивать ситуации и не преувеличивать их значение.

Думайте и о своих действиях в том числе – некоторые из них могут спровоцировать ребенка на ответную агрессию.

Главное – всегда верить в него, поддерживать и любить!

Приложение1

**Рекомендации родителям агрессивного ребёнка**

*«Агрессивность- это отчаяние ребёнка,*

*который ищет признания и любви».*

*Г. Эберлейн*

**Причины возникновения агрессивности**

1. Отвержение (неприятие ребёнка). Ребёнок чувствует себя покинутым, незащищённым и поэтому не принимает родительского убеждения, не имеет положительного примера, как себя вести.

2. Сверхтребовательность (чрезмерная критика, наказание за малейшие провинности) – приводит к озлобенности, стремлению делать «исподтишка», формирует чувство неполноценности и ожидание неудач. Агрессия становится способом самоутверждения.

3. Гиперопека (сверх-заботливое отношение) – ребёнок лишается самостоятельности, инфантилен, не может противостоять стрессам, не может постоять за себя, может стать жертвой агрессии и вымещает агрессию на предметах (рвёт книги, ломает вещи, пишет на стенах или мебели).

**Что же делать?**

• Контролировать ребёнка и одновременно учить его контролировать свою агрессию и выражать свои эмоции приемлемыми способами, не нанося вреда другим.

• Замечать, когда ребёнок ведёт себя неагрессивно и поощрять его за это.

**Некоторые принципы общения**

1. Работу по коррекции агрессивного поведения детей следует начинать с Вами, родители. Помните, что ребёнок не может измениться к лучшему, если не произойдут необходимые изменения в семье.

2. Пусть ребёнок в каждый момент чувствует, что Вы его любите, цените и принимаете, что он Вам нужен. Не стесняйтесь его лишний раз приласкать и пожалеть.

3. Показывайте личный пример эффективного поведения, не допускайте вспышек гнева и нелестных высказываний о других людях.

4. Запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины такого поведения, можно надеяться на улучшение.



Сайт: <http://src-ilinsk.permarea.ru>

E- mail: kt200@mail.ru

**Наш адрес:**

**Приёмное отделение** –

д. Садки, ул. Центральная, 2;

№ тел.: 8 34 276 9-36-55;

8 34 276 9-36-34

**Отделение социальной реабилитации**

(Карагайский филиал) -

д. Ярино, ул. Центральная. д. 7а

№ тел.: 8 34 297 3-95-95

**Служба сопровождения семейно - воспитательных групп**

(Верещагинский филиал) –

п. Зюкайка, ул. Ленина, д. 1

№ тел.: 8 34 254 2 12 44

**Отделение по сопровождению семей с детьми**

п. Ильинский, ул. Ленина, 14а.

№ тел.: 8 34 276 9-19-30;

Карагайский район, с. Карагай, ул. Карла Маркса, д.5;

Верещагинский ГО, г. Верещагино,

ул. Фрунзе, д.86;

с. Сива, ул. Ленина, д. 70.