

Министерство образования Иркутской области

ГОКУ «Санаторная школа-интернат №4»

СОГЛАСОВАННО

Заместитель директора
по УВР  Троиц Н.А.

Протокол №27 от «30»
августа 2022 г.



Правдеток М.А.

Приказ №175

От «30» августа 2022 г.

АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ И КОММУНИКАТИВНОЙ И СФЕР,
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ»

(1-4 классы)

Усолье-Сибирское 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА

«Развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сферы у обучающихся с ОВЗ»

Пояснительная записка

Программа предназначена для обучающихся 1 - 4 классов, составлена в соответствии с требованиями ФГОС для обучающихся с ОВЗ.

Программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников с ограниченными возможностями здоровья, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению доброжелательной атмосферы на групповых занятиях.

Программа направлена на формирование у обучающихся следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

Цель программы: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников с ОВЗ через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.
8. Обучать приемам саморасслабления, снимать психическое напряжение.

Общая характеристика программы

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

- аксиологический (связанный с сознанием),
- инструментально-технологический
- потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Коррекционно-развивающая работа обеспечивает своевременную специализированную помощь в преодолении эмоциональных нарушений у детей с ОВЗ, способствует формированию эмоциональной устойчивости, адекватного социально-эмоционального развития в соответствии с индивидуальными возможностями ребёнка и имеющимися личностными ресурсами.

Содержанием коррекционно-развивающей работы является:

- Выбор оптимальных для развития ребёнка с ограниченными возможностями здоровья методов, методик и приёмов коррекции эмоциональных нарушений в соответствии с его возможностями;
- Организация и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений эмоциональной сферы;
- Коррекция и развитие ВПФ(память, внимание, мышление, развитие восприятия, творческие способности, воображение, речь.)
- Развитие эмоционально-волевой и личностной сфер ребёнка;
- Формирование навыков адекватного эмоционального реагирования в случаях неблагоприятных условий жизни при психотравмирующих обстоятельствах.

Методические приемы.

В программу включено много полифункциональных упражнений, которые с одной стороны, могут решать несколько задач, с другой стороны, могут на разных детей оказывать различное воздействие:

- этюды;
- упражнения (творческого и подражательно-исполнительского характера);
- игры с правилами (сюжетно-ролевые, словесные, подвижные);
- дидактические и развивающие игры;
- чтение художественных произведений;
- беседы;
- рассказы взрослого и рассказы детей;
- свободное и тематическое рисование;
- релаксация

Условия реализации программы:

1. Занятия по программе проводятся в групповой форме 1раз в неделю (30-40 минут).
2. Занятия проводятся в кабинете, имеющем 2 зоны: учебную и игровую.

Каждое занятие строится по определенному алгоритму.

Этапы занятия:

1. Ритуал приветствия.
2. Разминка - воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности (психогимнастика, музыкотерапия, танцевальная терапия, цветотерапия, телесная терапия, пальчиковые игры).
3. Основное содержание занятия - совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (игротерапия, сказкотерапия, проигрывание ситуаций, этюды, групповая дискуссия, упражнения с лепкой из пластилина).
4. Рефлексия занятия - оценка занятия.
5. Ритуал прощания

Планируемые результаты освоения курса

1 класс

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

2 класс

Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников
- учиться прогнозировать последствия своих поступков
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото)

- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно, проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути само изменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, психогимнастика, релаксационные и когнитивные методы.

Основной формой работы является психологическая игра.

Содержание программы

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы:

Первый класс.

Раздел 1. Я школьник.

Что такое школа? Кто такой школьник?

Режимные моменты в школе. Зачем они нужны?

Я и мой учитель. Я и мои одноклассники.

Мои уроки.

Раздел 1. Мои чувства.

Что такое чувства и зачем они нужны человеку?

Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства.

Мимика помогает лучше понять собеседника.

Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев.

Как справиться с гневом?

Может ли гнев принести пользу?

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

Второй класс.

Раздел 1. Вспомним чувства.

Какие бывают чувства? Зачем они нужны?

Как понять свои чувства?

Как понять чувства другого?

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга.

Что такое качества людей и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие – нет?

Как мы видим друг друга?

Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга.

В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.

Кто такой сердечный человек.

Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

Раздел 3. Какой Я – какой Ты.

Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств.

Как научиться находить положительные качества у себя?

Как правильно оценить себя?

Как распознать положительные качества у других людей?

Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.

Какие качества нужны для дружбы?

Третий класс.

Раздел 1. Я – фантазёр.

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?

Школа моей мечты - какая она?

Что такое фантазия и зачем она нужна человеку?

Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром?

Мои сны: что в них правда, а что – фантазии?

Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии.

Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

Раздел 2. Я и моя школа.

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя?

Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?

Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив!

Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

Раздел 3. Я и мои родители.

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.

Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?

Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».

Почему родители наказывают детей?

Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

Раздел 4. Я и мои друзья.

Каким должен быть настоящий друг.

Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?

Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся?

Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере?

Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?

Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

Раздел 5. Что такое сотрудничество?

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:

-из умения понять другого;

- из умения договориться;

- из умения уступить, если это нужно для дела;

--из умения правильно распределить роли в ходе работы.

Что значит понимать другого и как можно этому научиться?

Как научиться договариваться с людьми?

Что такое коллективная работа?

Четвёртый класс.

Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности.

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?

Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля!

Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?

Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».

Мой выбор, мой путь.

Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.

Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.

Мой внутренний мир.

Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.

Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.

Что значит верить?

Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь.

Моё детство.

Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?

Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.

Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.

Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Раздел 3. Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?

Как заглянуть во взрослый мир?

Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.

Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?

Поведение человека зависит от его качеств.

Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать?

Портрет интеллигентного человека.

Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком?

Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем?

Что такое идеальное Я?

У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?

Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».

Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»?

В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».

Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

Раздел 6. Заключение.

Подведение итогов работы. Итоговая диагностика.

Список литературы.

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598, зарегистрирован в Минюсте России 3 февраля 2015 г., рег. № 35847
2. Адаптированная общая образовательная программа начального образования для детей с задержкой психического развития.
 3. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
 4. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
 5. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
 6. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
 7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
 8. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
 9. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
 10. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
 11. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
 12. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.

Литература, необходимая для овладения курса.

Для ученика (обучающегося)

Дополнительная

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. – Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. – Минск, 2004.
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко– М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий – М.: Просвещение, 1991.
5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель– М.: Проспект, 2005.
6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки-фантазии. / Т.Бабушкина– М.: Издательство «Атлант», 2004.

Интернет-ресурсы

- <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
- <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;
- <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;
- <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";
- www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;
- <http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;
- <http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;
- <http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».
- <http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;
- <http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования.