

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №96 им. В.П.Астафьева»

Согласовано с педагогическим
советом Гимназии
Протокол № 1 от 31.08.23018г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Гимназии №96

Е.В.Бреус

Приказ № _160_ /пд
от 31 августа 2018г.



Коррекционно- развивающая программа
по развитию эмоционально- волевой сферы
учащихся 1- 4 классов с ОВЗ

«Тропинка к своему Я»

Разработчик:

Александрова А.В.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности для учащихся 1-4 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования, примерной программой по психологии.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Рабочая программа внеурочной деятельности по психологии ориентирована на обучающихся 1-ых- 4 -ых классов с ограниченными возможностями здоровья. Этот курс является элементом коррекционно-развивающей области и проводится во внеурочное время в форме специально организованных индивидуальных и групповых занятий по одному часу в неделю (34ч. в год).

Цель: коррекция эмоционально - волевой сферы, формирование позитивного отношения к себе и школе.

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.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.

8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Формы и методы:

-занятия индивидуальные и групповые;

-наблюдение;

-беседа;

- тестирование;

-игротерапия – метод моделирования системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях;

-арттерапия – метод гармонизации развития личности через развитие способностей самовыражения и самопознания.

Структура занятия:

Каждое коррекционно-развивающее занятие включает в себя следующие этапы:

Разминка: 5 мин. Цель: установление контакта между учащимися и психологом, создание атмосферы доверия, принятия друг друга.

Содержательный этап: 20 мин. Цель: решение основных коррекционных задач по теме занятия.

Релаксация: 5 мин. Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Подведение итогов: 5 мин. Цель: получение обратной связи от учащихся, которая предполагает эмоциональную и познавательную оценку приобретенных знаний, умений и навыков.

Содержание коррекционно-развивающего курса «Тропинка к своему Я»

Первый класс (1 класс)

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 1 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Я- школьник (11 ч.) В этом разделе уделяется внимание формированию позитивных чувств в школе и одноклассникам. Работа проходит по следующим темам: Знакомство. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Раздел 2. Мои чувства (12 ч.) В этом разделе уделяется внимание чувствам и эмоциям. Работа над негативными чувствами. Радость Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

Раздел 3. Мои способности (11 ч.) В этом разделе уделяется внимание способностям. Развитие слабых сторон личности. Я умею преодолевать трудности. Я умею слушать других. Я умею учиться у ошибки. Я – доброжелательный. Я умею решать конфликты и.т.д.

Второй класс (2 класс)

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 2 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Вспомним чувства (9 ч.) В этом разделе уделяется внимание чувствам и эмоциям. Диагностика эмоционально – волевой сферы. Мы рады

встрече. Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства. Мы испытываем разные чувства. Радость можно передать прикосновением. Радость можно передать улыбкой. Жесты. Мимика

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (8 ч.) Изучение человеческих качеств. Люди отличаются друг от друга своими качествами. Хорошие качества людей. Самое важное хорошее качество. Кто такой сердечный человек. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком. Я желаю добра ребятам в классе. Очищаем свое сердце.

Раздел 3. Какой Я- какой Ты? (11 ч.) Изучение индивидуальности.

Какой Я? Какой Ты? Трудности второклассника в школе, дома, на улице. Школьные трудности. Домашние трудности. Итоговое занятие. Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнения других. Я учусь решать конфликты. Я умею разрешать конфликты. Я умею быть доброжелательным.

Раздел 4. Мои качества (7 ч.) Формирование положительных качеств личности. Какие качества нам нравятся друг в друге. Какими качествами мы похожи и чем отличаемся. Люди отличаются друг от друга своими качествами. В каждом человеке есть светлые и темные качества. Кого можно назвать фантазером? Я и моя школа. Диагностика эмоционально – волевой сферы

Третий класс (3 класс)

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 3 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Я - фантазер (9 ч.) Развитие умения фантазировать, развитие воображения.

Диагностика эмоционально- волевой сферы. Я – третьеклассник. Кого можно назвать фантазером? Я умею фантазировать! Мои сны. Я умею сочинять. Мои мечты. Фантазии и ложь. Мои рисунки.

Раздел 2. Школа и родители (7 ч.) Формирование благоприятных отношений с родителями, формирование позитивного отношения к школе. Я и моя школа. Что такое лень? Я и мой учитель. Как справиться с «Немогучками. Я и мои родители. Моя семья. Какие они, мои родители!

Раздел 3. Я и мои друзья (10 ч.) Формирование доброжелательных отношений между детьми. Развитие умения налаживать контакты.

Я и окружающие. У меня есть друзья. Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношениях с друзьями. Ссора и драка. Как решить конфликт. Я умею извиняться. Я умею прощать. Мои одноклассники.

Раздел 4. Что такое сотрудничество (8 ч.) Формирование доброжелательных отношений между детьми. Развитие умения налаживать контакты.

Что такое сотрудничество. Я умею понимать другого. Я умею договариваться с другими. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа. Вместе дело спорится. Итоговое занятие

Четвёртый класс (4 класс)

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 4 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (9 ч.) Изучение личностных возможностей.

Диагностика эмоционально - волевой сферы. Мое лето. Кто Я? Какой Я – большой или маленький? Мои способности. Мой выбор, мой путь. Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир? Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (8 ч.)

Мое детство. Каким я был. Я изменяюсь. Каким я стану. Мое будущее. Хочу вырасти здоровым человеком. Мои качества. Мои потребности.

Раздел 3. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (11 ч.) Изучение интеллектуальных способностей.

Кто такой интеллигентный человек. Какие правила необходимо соблюдать. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Я и общество. Что такое идеальное Я. Мои привычки. Мое поведение в школе. Мое поведение на улице. Я умею соблюдать правила. Идеальный Я. Я в мире

Раздел 4. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (7 ч.) Расширить представления ребенка о возможностях и правах.

Кто такой свободный человек? Права и обязанности школьника. Что такое «право на уважение?» Права и обязанности. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Итоговое занятие. Диагностика эмоционально – волевой сферы.

Материально-технические условия:

- учебный материал: методики с необходимым стимульным материалом для диагностики познавательной и эмоциональной сфер, личности, поведения; методики с необходимым оснащением для проведения психокоррекционной работы по отдельным направлениям; мебель и оборудование: стол и стул для психолога; шкаф для пособий и техники; уголок мягкой мебели (по возможности); рабочие места для детей; технические средства обучения.

- игрушки и игры: мячи, куклы, пирамиды, кубики, доски Сегена различной модификации; настольные игры; набор материалов для детского творчества (строительный материал, пластилин, краски, цветные карандаши, фломастеры, бумага, клей и т.д.).

Результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД)

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 осознавать 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;
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Личностные УУД:

- принятие социальной роли ученика;
- сформированность внутренней позиции школьника;
- принятие и соблюдение норм школьного поведения;
- осуществление морального выбора с адекватной нравственной оценкой действий;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- овладение начальными навыками адаптации в социуме.

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.

Личностные УУД:

- самостоятельно выполнять предложенные задания;
- осуществлять самоконтроль, оценивать себя, искать и исправлять свои ошибки;

- работать в группе, паре;
- адаптация к учебной нагрузке.

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 самоизменения 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.

Личностные УУД

- формировать внутреннюю позицию школьника на уровне положительного отношения к школе;
- формировать мотивационную основу учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- формирование учебно-познавательного интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- формирование основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;

- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- развитие эмпатии, как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- развитие установки на здоровый образ жизни.

Формы контроля: входная, итоговая диагностика.

Система оценки достижений планируемых результатов

№	Направления деятельности	срок	ответственные
Мониторинг оценки достижения планируемых результатов обучающихся 1-4 классов			
Личностные результаты			
1	Самооценка Методика «Лесенка» (В.Г.Щур) Мотивация учения «Что мне нравится в школе?» - опросник (Н.Г.Лусканова)	сентябрь, май	педагог-психолог
2	Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» (разработан О.А.Ореховой)	сентябрь, май	педагог-психолог
3	Нравственно-этическая позиция Задание на норму справедливого распределения Анкета «Оцени поступок»	сентябрь, май	педагог-психолог
4	Тест тревожности (Филипс)	сентябрь, май	педагог-психолог
Универсальные учебные действия			
1	Регулятивные учебные действия Методика «Изучение саморегуляции» (по У.В.Ульенковой)	сентябрь, май	педагог-психолог
2	Познавательные учебные действия Методика «Выделение существенных признаков» в 1-4 кл.	сентябрь, май	педагог-психолог
8	Коммуникативные учебные действия Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман) Наблюдение	сентябрь, май	педагог-психолог

Список литературы

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
2. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
3. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
4. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
5. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
6. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
7. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
8. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
9. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
10. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
11. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
12. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
13. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
14. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
15. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
16. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
17. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
18. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
19. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
20. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
21. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
22. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
23. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
24. Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.

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

