

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Абалаковская средняя общеобразовательная школа №1»

«Согласовано»	«Согласовано»	«Утверждаю»
Председатель ППк /  /Бахмутова А.И.	Заместитель, руководителя по УВР /  /Зырянова М.А.	Директор МБОУ Абалаковская СОШ №1 /  Юшкевич Е.И.
Протокол ППк № 1 от «31» августа 2023г.	«31» августа 2023г.	Приказ № 014/04-2023 от «15» августа 2023г. ДОКУМЕНТОВ



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ**

«Развитие и коррекция эмоционально-волевой и личностной сферы»

5-6 класс.

Педагог – психолог Беккер И.Э.

Пояснительная записка

Программа курса коррекционных занятий «Развитие и коррекция эмоционально-волевой и личностной сферы» для учащихся 5,6 класс с легкой степенью умственной отсталости.

Данная программа составлена и построена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об Образовании в РФ» от 29 декабря 2012г. №273 (с изменениями и дополнениями, ст. 12, 28);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1 вариант) (Приказ №01-04-217 от 31.08.23, протокол ПС №1 от 31. 08. 2023г.);
- Положение о рабочей программе по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам педагога МБОУ Абалаковская СОШ №1 для детей с нарушением интеллекта.

Цель программы – коррекция и развитие эмоционально-волевой и личностной сферы учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций.

Задачи программы:

- снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности и агрессии;
- коррекция настроения и негативных черт характера;
- формирование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», адекватной самооценки и повышение уверенности в себе;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию.

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру. Данная программа ориентирована на оказание помощи детям с ограниченными возможностями здоровья старшего школьного возраста.

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию эмоционально-волевого развития. То, в какой мере ученики умеют понимать и отражать свои чувства, настроение друг друга, воспринимать и понимать других, а через них и самих себя, будет во многом определять процесс общения, качество отношений и способы, с помощью которых они будут осуществлять совместную деятельность.

Предполагается, что результаты отразятся, во-первых, на индивидуальных особенностях развития ребенка, связанных с мотивацией достижения успеха, развитием эмоциональной сферы и компетентности в общении, во-вторых – в улучшении адаптации в школе и, возможно, повышении продуктивности учебной деятельности.

Учебно-методический комплект отсутствует. Курс коррекционных занятий составлен на основе программы: Метиева Л.А. Развитие сенсорной сферы детей: пособие для учителей спец.(коррекц.) образоват. учреждений /Л.А. Метиева, Э.Я. Удалова. – М.: Просвещение, 2009.

Общая характеристика учебного предмета

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру. Данная программа ориентирована на оказание помощи детям с ограниченными возможностями здоровья старшего школьного возраста.

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию эмоционально-волевого развития. То, в какой мере ученики умеют понимать и отражать свои чувства, настроение друг друга, воспринимать и понимать других, а через них и самих себя, будет во многом определять процесс общения, качество отношений и способы, с помощью которых они будут осуществлять совместную деятельность.

Предполагается, что результаты отразятся, во-первых, на индивидуальных особенностях развития ребенка, связанных с мотивацией достижения успеха, развитием эмоциональной сферы и компетентности в общении, во-вторых – в улучшении адаптации в школе и, возможно, повышении продуктивности учебной деятельности.

Место учебного предмета в учебном плане.

Коррекционный курс «Развитие и коррекция эмоционально-волевой и личностной сферы» включён в коррекционно-развивающую область учебного плана для учащихся с умственной отсталостью. Количество часов по учебному плану 3 часа в неделю, программа будет пройдена за 100 часов, так занятия выпали на праздничные дни 23.02.2024 и 08.03.2024 в год, продолжительность одного занятия составляет 40 минут.

Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающих занятий

- повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности;
- снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов;
- сформированность умения правильно выражать свои чувства, умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;
- улучшение социально-психологического климата класса;
- активность и продуктивность обучающихся в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем);
- овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия;
- снятие барьеров в общении.

Содержание.

Самопознание (21ч).

Вот и стали мы на год взрослее. Зачем нужно знать себя?

«Я и моё тело». Превращение в ... Путь к себе. Понятие «Характер». Черты характера. Честность в наше время. Нужно ли быть честным? Видеорассказ «Честное слово». Вера в себя. Я глазами других. Рассказ – описание. Рисунок «Мой сосед за партой». Тело и настроение. Тренинг «Я могу». Возможности человека. Самооценка. Уверенное и неуверенное поведение. Уверенность в себе. «Великий мастер». Способы преодоления неуверенности. Тренировка уверенности в своих силах. Ярмарка достоинств. Итоговое занятие по разделу самопознание.

Развитие и совершенствование коммуникативных навыков (30ч).

Общение в жизни человека. Барьеры общения. Тренинг «Сломаем стену». Учимся общаться без предрассудков. «Мы умеем общаться». Секреты общения. Учимся слушать друг друга.

Пойми меня. Учимся взаимодействовать. Критика. Compliments или лесть. «Ворона и сыр» Вежливость. Зачем нужен этикет в современном мире. Правила этикета в школе. Правила этикета в ресторане за столом. Правила телефонного этикета. Правила сетевого этикета. Правила речевого этикета. Мир среди других. Я и мои друзья. Рисунок «Я в кругу друзей». Стыд и совесть. Как развить в себе умение слушать и слышать? Умение вести беседу. Отчего бывает одиноко? Быть белой вороной легко? Каждому человеку нужен друг. Видеосюжет «Друг». Кого можно считать настоящим товарищем? Качества важные для межличностного общения. Итоговое занятие по разделу развитие и совершенствование коммуникативных навыков.

Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы (49 ч).

Эмоции. Понятие, виды эмоций. Понятие «положительные эмоции». Радость. Удовольствие. Счастье. «Найди свое спокойствие». Понятие «отрицательные эмоции». Гнев. Страх. Обида. Тревога. Одиночество. «Выколачиваю Гнев». Помощь в преодолении тревоги, страхов. «Стрессовые ситуации». Тренинг «Улыбка фараона». Притча «О бабочке». Чувства. Сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Какого цвета твоё настроение? Понятие «конфликт». Почему люди ссорятся? Отработка умения выхода из конфликтных ситуаций. Как предотвратить конфликт? Агрессия. Видеоподборка «Агрессивные люди в наше время». Конструктивное реагирование на агрессию? Снятие невербальной агрессии «Два барана». Снятие вербальной агрессии «Вежливый сосед». Снятие мышечной и эмоциональной напряженности «Притча моя жемчужина». Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния. Опасные грани жизни и пути их преодоления. Понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Научись говорить НЕТ. Эмоциональные зависимости. Отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников. Отработка методов противостояния внешнему воздействию взрослых. Понятие группового давления. Как противостоять групповому давлению. Принятие собственного решения. Формирование навыков выражения своих эмоций. Отстаивания собственного мнения. Понятие насилия и права защищать свои границы. Признаки агрессивного поведения. Коррекция агрессивности обучающихся: способы разрядки гнева и агрессии. Обучение приемам саморегуляции. Найди свое спокойствие. Итоговое занятие по разделу развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы. «Я буду применять...» Заключительное занятие по курсу развитие и коррекция эмоционально-волевой и личностной сферы.

Календарно-тематическое планирование

№	Раздел Темы занятий	Виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов	Дата проведения
Самопознание.			21	
1	Вот и стали мы на год взрослее.	Дидактическая игра «Интервью»	1	04.09.
2	Зачем нужно знать себя?	Создание общего кластера.	1	06.09.
3	«Я и моё тело». Превращение в ...	Дидактическая игра	1	08.09.
4	Путь к себе.	Дидактическая игра «Лабиринт...»	1	11.09.
5	Понятие «Характер»	Изображение с помощью пластилина особенностей своего характера.	1	13.09.
6	Черты характера.	Тест на определение темперамента (Айзенк)	1	15.09.
7	Честность в наше время. Нужно ли быть честным?	Дидактическая игра	1	18.09.
8	Видеорассказ «Честное слово».	Аудиопрослушивание рассказа	1	20.09.
9	Вера в себя.	Дидактическая игра «Подийум»	1	22.09.
10	Я глазами других. Рассказ – описание.	Составление рассказа: что думают обо мне мои друзья, родные, знакомые и другие	1	25.09.
11	Рисунок «Мой сосед за партой».	Наблюдение, рисунок - портрет.	1	27.09.
12	Тело и настроение.	Создание общего кластера.	1	29.09.
13	Тренинг «Я могу».	Продолжать учить детей позитивным способам общения со сверстниками; выполнять упражнение на снятие эмоционального напряжения.	1	02.10.
14	Возможности человека.	Дидактическая игра	1	04.10.
15	Самооценка.	Выполнение тренинговых упражнений на сплочение, на повышение уверенности в своих возможностях, создание кластера для наглядности.	1	06.10.
16	Уверенное и неуверенное поведение.		1	09.10.
17	Уверенность в себе.		1	11.10.
18	«Великий мастер».		1	13.10.
19	Способы преодоления неуверенности.		1	16.10.
20	Тренировка уверенности в своих силах.		1	18.10.
21	Ярмарка достоинств.	Дидактическая игра	1	20.10.

Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.			30	
1	Общение в жизни человека	Дидактические игры направленные на развитие умений общаться, умений вести себя в неизвестном обществе; проигрывание конкретных ситуаций с отработкой умений поддержать беседу; мини сценки «Я в ресторане», «Знакомства в соцсетях»; Дидактическая игра «Звонок другу»; создание кластера по итогам занятий; создание выставки рисунков на темы: «Я и мои друзья», «Мир вокруг меня», «Белая ворона»; просмотр видеосюжетов, Дидактическая игра «Маска».	1	23.10.
2	Барьеры общения.		1	25.10.
3	Тренинг «Сломаем стену»		1	27.10.
4	Учимся общаться без предрассудков.		1	08.11.
5	«Мы умеем общаться»		1	10.11.
6	Секреты общения.		1	13.11.
7	Учимся слушать друг друга.		1	15.11.
8	Пойми меня.		1	17.11.
9	Критика		1	20.11.
10	Комплименты или лесть. «Ворона и сыр»		1	22.11.
11	Вежливость.		1	24.11.
12	Зачем нужен этикет в современном мире.		1	27.11.
13	Правила этикета в школе.		1	29.11.
14	Правила этикета в ресторане за столом.		1	01.12.
15	Правила телефонного этикета.		1	04.12.
16	Правила сетевого этикета.		1	06.12.
17	Правила речевого этикета.		1	08.12.
18	Мир среди других.		1	11.12.
19	Я и мои друзья.		1	13.12.
20	Рисунок «Я в кругу друзей».		1	15.12.
21	Стыд и совесть.			18.12.
22	Как развить в себе умение слушать и слышать?		1	20.12.
23	Умение вести беседу.		1	22.12.
24	Отчего бывает одиноко?		1	25.12.
25	Быть белой вороной легко?		1	27.12.
26	Каждому человеку нужен друг.		1	29.12.
27	Просмотр видеосюжета «Друг».		1	10.01.
28	Кого можно считать настоящим товарищем?		1	12.01.
29	Качества важные для межличностного общения.		1	15.01.
30	Итоговое занятие по разделу развитие и совершенствование коммуникативных навыков.			1
Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы.			51	
1	Знакомство с эмоциями. Понятие, виды эмоций.	Работа с сюжетными картинками.	1	19.01.
2	Понятие «положительные эмоции».	Просмотр видеосюжета	1	22.01.
3	Радость.	Карточки с заданием	1	24.01.
4	Удовольствие.	Карточки с заданием	1	26.01.
5	Счастье.	Карточки с заданием	1	29.01.
6	«Найди свое спокойствие»	Дидактическая игра	1	31.01.
7	Понятие «отрицательные эмоции».	Просмотр видеоролика	1	02.02.
8	Гнев.	Карточки с заданием	1	05.02.

9	Страх.	Карточки с заданием	1	07.02.
10	Обида.	Карточки с заданием	1	09.02.
11	Тревога.	Карточки с заданием	1	12.02.
12	Одиночество.	Карточки с заданием	1	14.02.
13	«Выколачиваю гнев».	Упражнение направленное на выплеск гнева	1	16.02.
14	Помощь в преодолении тревоги, страхов.	Тренинговые упражнения на снятие чувства тревоги	1	19.02.
15	«Стрессовые ситуации».	Дыхательные упражнения	1	21.02.
16	Тренинг «Улыбка фараона».	Создание коллажа	1	26.02.
17	Притча «О бабочке».	Рисунок «О бабочке»	1	28.02.
18	Чувства, сложности идентификации чувств.	Кластер по итогу рассуждений	1	01.03.
19	Выражение чувств.	Дидактическая игра	1	04.03.
20	Отделение чувств от поведения.	Дидактическая игра	1	06.03.
21	Какого цвета твое настроение?	Рисунок «Моё настроение»	1	11.03.
22	Понятие «конфликт».	Проигрывание конфликтных ситуаций	1	13.03.
23	Почему люди ссорятся?	Составление рассказа с «хорошим концом»	1	15.03.
24	Отработка умения выхода из конфликтных ситуаций.	Упражнения на отработку умений	1	15.03.
25	Как предотвратить конфликт?	Карточки с заданиями	1	18.03.
26	Агрессия.	Дидактическая игра на понимание: что такое Агрессия	1	20.03.
27	Видеоподборка «Агрессивные люди в наше время».	Просмотр видеосюжета	1	22.03.
28	Конструктивное реагирование на агрессию.	Упражнения на отработку умений реагировать на направленную агрессию	1	01.04.
29	Снятие невербальной агрессии «Два барана».	Дидактическая игра	1	03.04.
30	Снятие вербальной агрессии «Вежливый сосед».	Дидактическая игра	1	05.04.
31	Снятие мышечной и эмоциональной напряженности «Притча моя жемчужина».	Дыхательные упражнения	1	08.04.
32	Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния.	Создание кластера	1	10.04.
33	Опасные грани жизни и пути их преодоления.	Упражнения с элементами тренинга на формирование позитивного отношения к жизни	1	12.04.

34	Понятие зависимости, понятия: «соблазн» и «вредные привычки».	Коллаж на тему вредные привычки	1	15.04.
35	Научись говорить НЕТ.	Тренинговые упражнения на отработку умений говорить НЕТ	1	17.04.
36	Эмоциональные зависимости	Создание кластера	1	19.04.
37	Отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых.	Тренинговые упражнения на отработку умения противостоять давлению сверстников	1	22.04.
38	Тренинг «я личность»	Коллаж «Мои достоинства»	1	24.04.
39	Понятие группового давления.	Упражнение «закончи предложение»	1	26.04.
40	Как противостоять групповому давлению.	Просмотр видеосюжета «За школой»		
41	Принятие собственного решения.	Упражнения на формирование позитивного отношения к жизни	1	27.04.
42	Формирование навыков выражения своих эмоции.	Работа с индивидуальными карточками и сюжетными картинками	1	03.05.
43	Отстаивания собственного мнения.	Упражнение «Мне ЭТО не интересно потому, что...», «Я люблю...»	1	06.05.
44	Понятие насилия и права защищать свои границы.	Коллаж «Мои права»	1	08.05.
45	Признаки агрессивного поведения.	Создание коллективного кластера	1	13.05.
46	Коррекция агрессивности обучающихся: способы разрядки гнева и агрессии.	Упражнения «Скорая помощь»	1	15.05.
47	Обучение приемам саморегуляции.	Работа в сенсорной комнате упр. с песком	1	17.05.
48	Найди свое спокойствие.	Дидактическая игра «По дороге с облаками»	1	20.05.
49	Итоговое занятие по разделу развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы	Индивидуальные карточки с тестовыми заданиями	1	22.05.
50	«Я буду применять...» Заключительное занятие по курсу развитие и коррекция эмоционально-волевой и личностной сферы.	Круглый стол с чаепитием.	1	24.05.

Материально-техническое обеспечение коррекционного курса «Развитие и коррекция эмоционально-волевой и личностной сферы»

1. Дидактический материал;
2. Предметные картинки;
3. Рассказы;
4. Плакат (эмоции, чувства);
5. Интернетресурсы;
6. Оборудование сенсорной комнаты.

Список литературы

1. Акимова М.К., Козлова В.Т. Упражнения по развитию мыслительных навыков школьников. Пособие для учителей, школьных психологов и родителей. – Обнинск.: Принтер, 1993. – 20с.
2. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников – М., 2007.
3. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. – СПб., 2003 .
4. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. – М. , 2003.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – М., 1995.
6. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники/ О.Н. Истратова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 347 с.- (Психологический практикум).
7. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М., 1997.
8. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 .
9. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей сирот: социально-эмоциональные проблемы./ Под ред. Л.М. Шипициной, Е.И. Казаковой. СПб., 2000.
10. Лещинская Е.А. Тренинги общения для учащихся 4 – 6 классов. Киев., 1994.
11. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2004 .
12. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пяткова О.М.; под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб.: Питер, 2005. – 304с.: ил. – (Серия «Практикум по психологии»)
13. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
14. Слепович Е.С., Поляков А.М. Работа с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Практика специальной психологии. – СПб.: Речь, 2008. – 247 с.
15. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.